



Manuelles Laufband A 90-135 DE

C200117



Vor dem ersten Gebrauch des Gerätes, sollten Sie diese Sicherheitsinstruktionen sorgfältig lesen und das Gerät entsprechend dieser Vorgaben nutzen.

Diese Sicherheitsvorkehrungen sollen Beschädigungen des Gerätes sowie Unfälle verhindern.



WARNUNG- Um das Risiko von Verletzungen zu vermeiden:

1. Lassen Sie durch Ihren Arzt feststellen, ob es jegliche körperliche oder medizinische Einschränkungen gibt welche ein Risiko für Ihre Gesundheit und Sicherheit darstellen.
2. Beenden Sie sofort Ihre Übungen, wenn Sie folgende Symptome verspüren: Schmerz, Enge im Brustkorb, unregelmäßigen Herzschlag, extreme Kurzatmigkeit, Schwindel, Übelkeit oder ähnliche Beschwerden. Suchen Sie in solchen Fällen sofort Ihren Arzt auf.
3. Erlauben Sie Kindern und behinderten Personen nicht, das Gerät ohne Beaufsichtigung zu benutzen. Halten Sie Haustiere vom Gerät fern.
4. Platzieren Sie das Gerät auf einer sauberen und flachen Oberfläche und legen Sie eine Matte unter, um den Boden oder Teppich zu schützen. Stellen Sie mindestens 30 cm Freiraum nach allen Seiten sicher.
5. Bevor Sie das Gerät benutzen sollten Sie überprüfen, ob alle Schrauben und Muttern fest angezogen sind. Um das Gerät in ordnungsgemäßem Zustand zu erhalten, überprüfen Sie es bitte regelmäßig auf Anzeichen von Abnutzung oder Beschädigung.
6. Falls Sie beschädigte Teile finden sollten, ersetzen Sie diese unverzüglich. Sehen Sie von einer weiteren Benutzung des Gerätes ab, bevor nicht ein ordnungsgemäßer Gerätezustand hergestellt wurde.
7. Sollten Sie während der Benutzung ungewöhnliche Geräusche am Gerätes feststellen, beenden Sie die Übung bitte unverzüglich. Sehen Sie von einer weiteren Benutzung des Gerätes ab, bevor nicht die Ursache festgestellt und behoben wurde.
8. Tragen Sie während der Nutzung des Gerätes angemessene Bekleidung. Vermeiden Sie lose Kleidungsstücke, welche sich in der Geräteeinheit, in dessen Rädern oder anderen Teilen verfangen könnten. Vermeiden Sie ebenso zu enge Bekleidung, welche die Bewegungsfähigkeit einschränken oder verhindern könnte.
9. Fassen Sie die Handgriffe während der Benutzung fest an.
10. Die Geräteeinheit ist AUSSCHLIEßLICH für den Heimgebrauch bestimmt. Das Gerät ist weder für therapeutische Zwecke, noch für den Gebrauch in Fitnessstudios oder öffentlichen Einrichtungen vorgesehen.



VORSICHT

1. Die Geräteeinheit wurde für die persönliche Nutzung im Heimbereich und nicht für den kommerziellen Gebrauch konzipiert.
2. Platzieren Sie das Gerät nicht in der Nähe oder neben eine Hitzequelle oder offene Flammen.
3. Um das Risiko von Verletzungen zu vermeiden, wärmen Sie sich vor der Übung bitte entsprechend auf. Dies bereitet Ihre Muskeln und Gelenke für die bevorstehenden Anstrengungen vor.
4. Erhöhen Sie Geschwindigkeit, Intensität und Dauer der Übung immer nur schrittweise.
5. Die Geräteeinheit darf bei den Übungen nur durch jeweils eine Person benutzt werden.
6. Beenden Sie die Übung sofort, falls Sie Schwindel oder andere Beeinträchtigungen verspüren. Suchen Sie in diesem Fall sofort Ihren Arzt auf.

Bauteile



Handgriff

Lauffläche

Verlängerung



Feststellschraube



Batterie



LCD-Computer



Halterung LCD-Computer



Schraube

Werkzeug

Zusammenbau



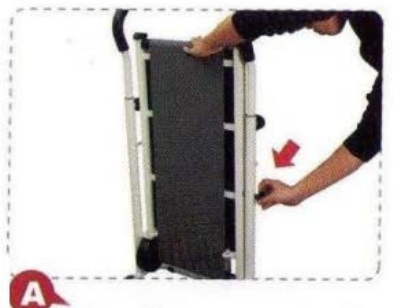
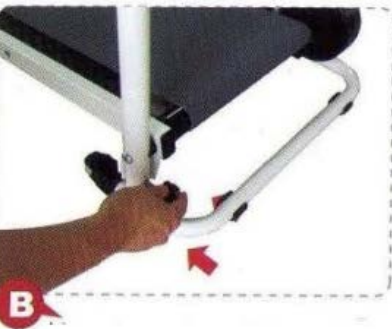
1. Ziehen Sie die Feststellschraube heraus.



2. Lockern Sie die Justierschraube des Laufteiles.



3. Verbinden Sie die Verkabelung des Laufteiles mit dem Kabel des Handgriffes.

 4. Führen Sie den Handgriff in das Laufteil ein.	 5. Ziehen Sie die Justierschrauben an.	 6. Bringen Sie die Computerhalterung mit einer Schraube an.
 7. Setzen Sie den LCD- Computer auf.	 8. Verbinden Sie die Kabel von Handgriff und LCD- Computer.	 9. Befestigen Sie die Erweiterungsfüße mit zwei Schrauben.
 A. Lockern Sie die Feststellschraube und Legen Sie die Lauffläche auf den Boden.	 B. Schrauben Sie die Feststellschraube in diesen Bereich ein, um das Gerät zu stabilisieren.	 Fertig.

LCD- COMPUTER

- **Scanfunktion**

Der Computer zeigt die Daten im Wechsel von jeweils 6 Sekunden an.

- **Zeit**

Zeigt die gegenwärtige Bewegungszeit bis zu 99:59 Minuten an.

- **Geschwindigkeit**

Zeigt die gegenwärtige Bewegungsgeschwindigkeit an. Die maximale Geschwindigkeit liegt bei 99.9 km/h.

- **Entfernung**

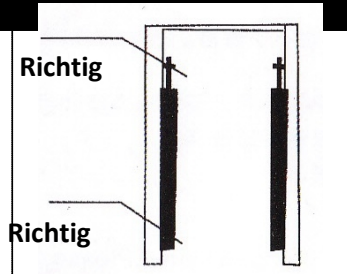
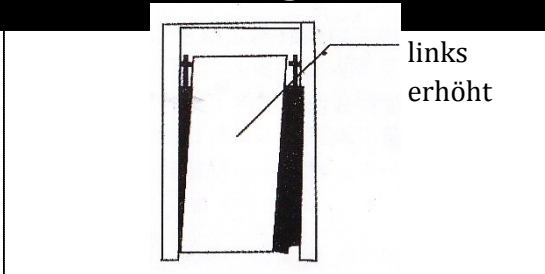
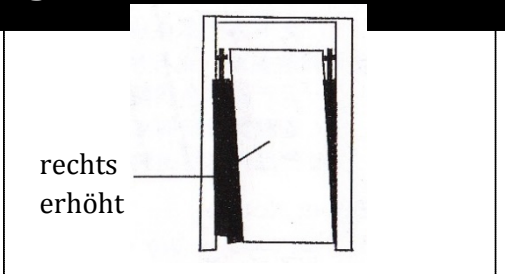
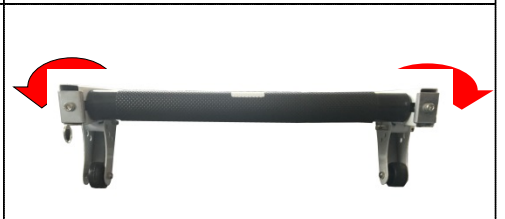
Zeigt die Gesamtstrecke von bis zu 99.9 km.

- **Kalorien**

Gesamtkalorienverbrauch bis zu 9999 Kilojoule (Diese Daten sind ausschließlich Referenzen und nicht für medizinische Zwecke bestimmt).



Laufen mit Ausgleichseinstellung

		
Normalzustand	Links Erhöht	Rechts Erhöht
		
	Passen Sie die Ausgleichsschrauben gemäß der Pfeilrichtung in der Darstellung an.	Passen Sie die Ausgleichsschrauben gemäß der Pfeilrichtung in der Darstellung an.

Problembehandlung

- **Gerät macht laute Geräusche**

1. Überprüfen Sie, ob das Laufband mittig ausgerichtet ist. Für spezifische Anpassungseinstellung folgen Sie bitte den Instruktionen.
2. Bitte überprüfen Sie, ob dem Laufband die notwendige Menge an Spezialschmiermittel zugegeben wurde.

- **LCD- Computer zeigt nicht ordnungsgemäß an.**

1. Prüfen Sie, ob die Batterie richtig eingesetzt wurde.

Instandhaltung

1. Prüfen Sie das Laufband aller 3- 4 Wochen und geben Sie, wenn notwendig, die entsprechende Menge Spezialschmiermittel zu.
2. Nutzen Sie zur Reinigung Seife und Wasser. Nehmen Sie zur Reinigung einen feuchten Lappen und vermeiden Sie Reinigungsmittel, welche das Material angreifen können.
3. Wenn Sie das Gerät für längere Zeit nicht nutzen sollten, entfernen Sie bitte die Batterie aus dem Batteriefach, um ein Auslaufen der Batterie zu verhindern.

