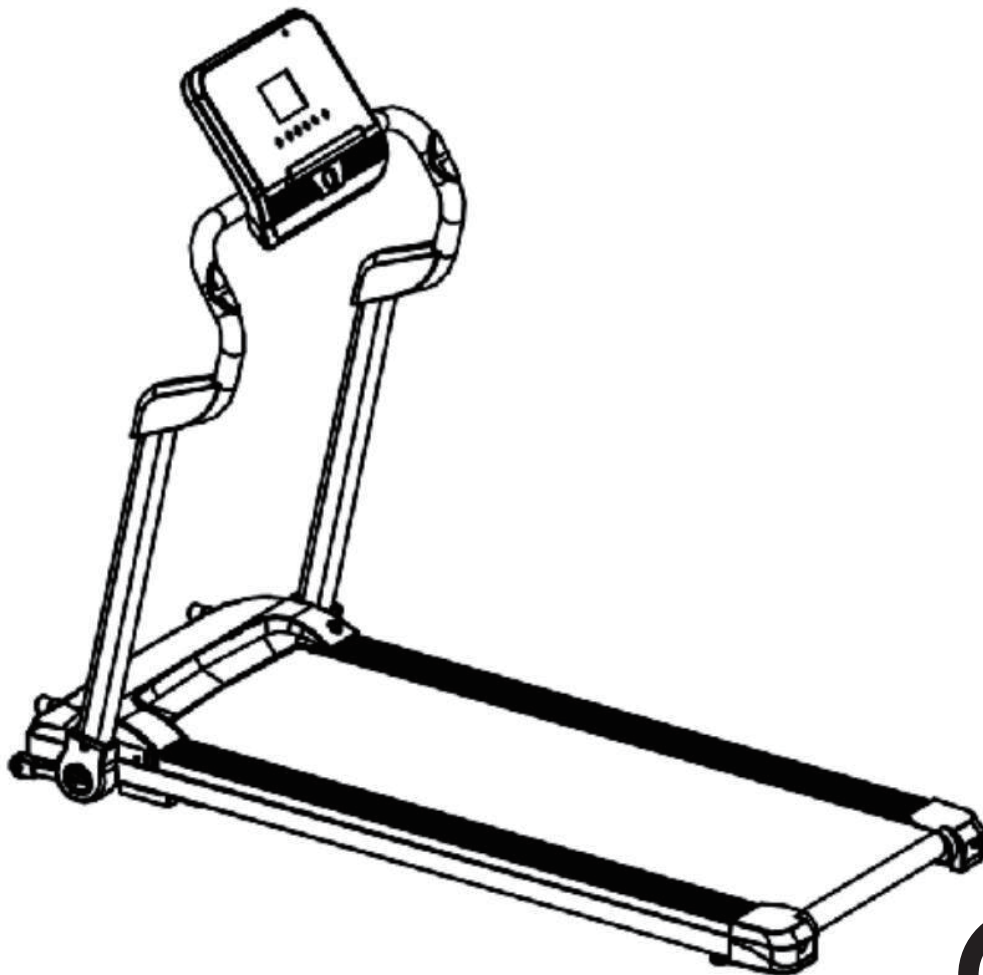


TREADMILL USER'S MANUAL

*Das maximale Benutzergewicht beträgt 100 kg.



VORSICHT

Lesen Sie alle Sicherheitshinweise und Anweisungen in diesem Handbuch, bevor Sie das Gerät benutzen.

Bewahren Sie dieses Handbuch zum späteren Nachschlagen auf.





INHALT

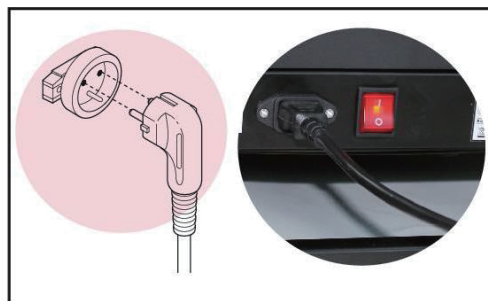
I.WICHTIGE VORSICHTSMASSNAHMEN.....	3
II.WICHTIGSTE TECHNISCHE MERKMALE.....	6
III.MONTAGE.....	7
IV.TRAININGSRICHTLINIEN.....	9
V.LAUFBANDBETRIEB.....	10
VI. WARTUNG.....	13
VII.INFORMATIONEN ZUM RECYCLEN.....	16
VIII.HÄUFIGE FEHLER:.....	16



I. WICHTIGE VORSICHTSMASSNAHMEN



	MINIMALE BENUTZERH ÖHE	140 cm		MAXIMALES BENUTZERGE WICHT	100 kg.
---	------------------------------	--------	---	----------------------------------	---------



Der Sicherheitsschlüssel Hat Einen Magneten, Der In Die Anzeige Gesteckt Werden Muss. Am Ende Des Kabels Befindet Sich Eine Klammer, Die An Der Kleidung Befestigt Werden Sollte. Das Laufband Wird Nur Dann In Betrieb Genommen, Wenn Der Schlüssel In Die Anzeige Gesteckt Wird. Dies Ist Unerlässlich.

Eine Richtige Schmierung Des Laufbandes Mit Silikonöl Oder Teflon Ist Wirklich Wichtig. Diese Schmierung Muss Je Nach Person Regelmäßig Durchgeführt Werden, Auch Vor Dem Erstgebrauch.

WARNUNG:

Sie Müssen Die Originalverpackung Mit Ihren Schutzvorrichtungen, Den Kaufbeleg, Das Handbuch Und Die Komponenten Während Der Garantiezeit Aufbewahren.

Um das Risiko, schwere Verletzungen zu erleiden, zu verringern, lesen Sie vor der Benutzung des Laufbandes sorgfältig alle wichtigen Anweisungen und Warnungen bezüglich des Gebrauchs des Laufbandes.

Unser Unternehmen übernimmt keine Verantwortung für Personen- oder Sachschäden, die durch den Gebrauch dieses Produktes entstehen.

1-Bevor Sie ein Trainingsprogramm beginnen, konsultieren Sie Ihren Arzt. Das ist besonders wichtig für Personen, die älter als 35 Jahre alt sind, Personen mit Gesundheitsproblemen und schwangere Frauen.

2-Der Besitzer muss sicherstellen, dass alle Benutzer korrekt über die Warnhinweise informiert sind.

3-Benutzen Sie das Gerät wie in dem Handbuch beschrieben.

4-Lagern Sie das Gerät in einem geschlossenen Raum, geschützt vor Staub und Feuchtigkeit. Lagern Sie es nicht in einer Garage, in einem Hinterhof oder in der Nähe von Wasser. Feuchtigkeit, Staub und Wasser können zu einer Fehlfunktion des Geräts führen, wodurch die Garantie erlischt.

5-Stellen Sie das Gerät auf eine ebene Fläche. Wenn die Oberfläche uneben ist, könnte die ordnungsgemäße Funktion beeinträchtigt werden. Bei einigen Modellen befinden sich hinter den Füßen Nivellierhilfen oder Nivelliergewinde, die das Nivellieren erleichtern. Bitte lesen Sie im Handbuch nach, ob Ihr Gerät mit einer solchen Vorrichtung ausgestattet ist.

6-Das Gerät muss in einem belüfteten Bereich aufgestellt werden. Benutzen Sie es nicht an Orten mit Sprays oder mit Sauerstoffspender. Die Luft, die Sie einatmen, kann beeinträchtigt werden und einen Unfall verursachen.

7-Halten Sie Kinder, die jünger als 12 Jahre alt sind, und Haustiere vom Gerät fern. Halten Sie den Sicherheitsabstand ein.

8-Prüfen Sie in der Bedienungsanleitung das maximale Gewicht, das Ihr Gerät tragen kann. Ein zu hohes Gewicht könnte zu einer Fehlfunktion des Betriebssystems führen, die nicht von der Garantie abgedeckt wird.

9-Tragen Sie geeignete Kleidung und Schuhe. Tragen Sie keine lose Kleidung, die sich verhaken könnte.

10-Wenn Ihr Gerät über ein Netzteil arbeitet: Vergewissern Sie sich, dass das Stromkabel und der Stecker in gutem Zustand sind. Führen Sie die Verbindung nur dann durch, wenn der Stromkreis über eine Erdung verfügt. Andernfalls kann es zu Schäden am Gerät oder in der Wohnung kommen, die von der Garantie nicht abgedeckt werden. Stromkabel müssen von heißen Oberflächen ferngehalten werden.

11-Falls es sich um ein akkubetriebenes Gerät handelt: Überprüfen Sie und stellen Sie sicher, dass sie ausreichend geladen ist, damit die Anzeige voll funktionsfähig ist.

12-Wenn Ihr Gerät mit einem Sicherheitsschlüssel ausgestattet ist, machen Sie sich bitte mit dem Produkt vertraut, bevor Sie es benutzen. Der Sicherheitsschlüssel hat einen Magneten, der in die Anzeige gesteckt werden muss. Am Ende des Kabels befindet sich eine Klammer, die an der Kleidung befestigt werden sollte. Das Laufband wird nur dann in Betrieb genommen, wenn der Schlüssel in die Anzeige gesteckt wird. **DIES IST UNERLÄSSLICH.**

13-Wenn Ihr Gerät dank eines Netzteils funktioniert: nehmen Sie es nicht in Betrieb, während Sie sich auf dem Band befinden. Der Motor würde unnötig belastet werden. Stellen Sie sich mit geöffneten Beinen jeweils auf eine Seite des Bandes und stellen Sie sich darauf, sobald es in Betrieb ist.

14-Wenn Ihr Gerät mit einer elektrischen Versorgung arbeitet: Prüfen Sie zu Ihrer Sicherheit die Geschwindigkeit, die es erreichen kann. Am besten ist es, die Geschwindigkeit schrittweise einzustellen, um plötzliche Änderungen zu vermeiden.

15-Wenn Ihr Gerät mit einer elektrischen Versorgung arbeitet: Lassen Sie das Gerät niemals unbeaufsichtigt, während es arbeitet. Ziehen Sie den Sicherheitsschlüssel ab, schalten Sie den „Ein“-Knopf auf „Aus“ und trennen Sie das Stromkabel.

16-Wenn Ihr Gerät mit einem Pulssensor ausgestattet ist, müssen Sie wissen, dass es sich nicht um ein medizinisches Gerät handelt. Er ist als Hilfe für das Training gedacht und ermittelt die Tendenzen der Herzfrequenzen. Es gibt einige Faktoren, die die Genauigkeit der Herzfrequenzinterpretationen beeinflussen können, zum Beispiel die Bewegungen des Benutzers.

17-Die Geräte nehmen nicht zu viel Platz weg, da sie zusammengeklappt werden können. Stellen Sie nach dem Zusammenklappen sicher, dass alles gut mit dem Verschlusssystem verbunden ist, wenn es ein Schloss oder einen hydraulischen Motor hat. Versuchen Sie nicht, es zu bewegen oder anzuheben, wenn Sie nicht versichert sind. Sollte es zu einem Schaden kommen, da die Maschine nicht versichert ist, wird dieser nicht von der Garantie abgedeckt.

18-Prüfen und ziehen Sie regelmäßig alle Schrauben nach, da sich Schrauben und Muttern durch Vibrationen lockern können. Schäden, die durch mangelnde Wartung verursacht werden, sind nicht durch die Garantie abgedeckt.

19-Eine korrekte Schmierung des Laufbandes mit Silikonöl oder Teflon ist WIRKLICH WICHTIG. Diese Schmierung muss je nach Person regelmäßig, auch vor dem Erstgebrauch, durchgeführt werden. Die Schmierung muss so durchgeführt werden: Trennen Sie das Gerät von der Stromversorgung (falls Sie eine haben), ziehen Sie das Laufband von der Seite mit einer Hand hoch und verteilen Sie das Öl auf dem Brett. Wiederholen Sie diesen Vorgang bitte von der anderen Seite. Schließen Sie das Gerät an die Stromversorgung an (falls vorhanden) und drehen Sie den „Ein“-Knopf (roter Knopf) in die richtige Position (I), stecken Sie den Sicherheitsschlüssel ein und lassen Sie das Laufband einige Minuten ohne Belastung laufen. Wiederholen Sie diesen Vorgang in regelmäßigen Abständen.

20-Es werden zwei Personen benötigt, um das Gerät aus der Verpackung zu nehmen. Andernfalls werden Schäden, die in diesem Moment entstehen, nicht von der Garantie abgedeckt.

21-Denken Sie daran, dass keine Gegenstände in die Nuten fallen.

22-Wenn das Gerät über ein Stromkabel funktioniert: Ziehen Sie immer den Netzstecker, bevor Sie das Gerät reinigen, nach dem Training und vor der Durchführung jeglicher Wartungsarbeiten.

23-Dieses Gerät ist für den häuslichen Gebrauch und für Innenräume konzipiert, nicht für Geschäftsräume oder im Freien.

24-Durch ein Training mit Dehnübungen vor und nach den Sitzungen vermeiden Sie Verletzungen.

25-Trinken Sie Wasser vor, während und nach dem Training.

26-Wenn Sie während des Trainings Schmerzen oder Schwindelgefühle verspüren: **HÖREN SIE SOFORT AUF.**

27-Sie müssen die Originalverpackung mit ihren Schutzvorrichtungen, die Bedienungsanleitung und die Komponenten während der Garantiezeit aufbewahren.

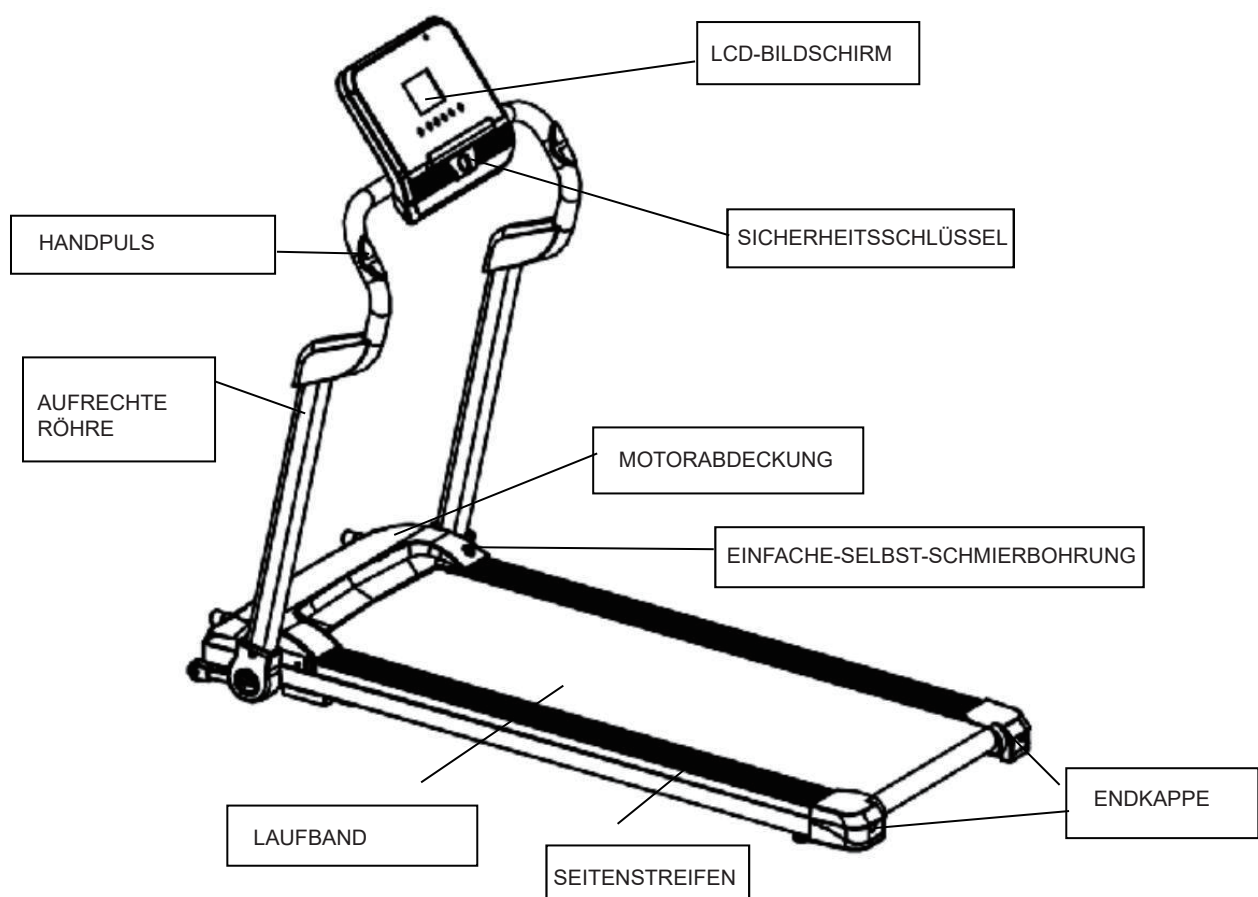
28-Das Zubehör kann sich von den anderen Modellen unterscheiden.

29-Dieses elektronische Produkt darf unter keinen Umständen in die städtischen Mülltonnen geworfen werden. Mit dem Ziel, die Umwelt zu schützen, muss dieses Produkt gemäß den geltenden Gesetzen Ihres Landes recycelt werden. Bitte wenden Sie sich an Ihre Stadtverwaltung, um mehr über dieses Verfahren zu erfahren.

30-Sollten Sie technische Unterstützung oder Beratung bei der Installation von Teilen benötigen, können Sie sich mit uns in Verbindung setzen.

SIE MÜSSEN DEN KAUFBELEG AUFBEWAHREN, UM ZUGANG ZU DIESEM SERVICE ZU HABEN, BEWAHREN SIE DIESE RATSCHLÄGE FÜR ZUKÜNFTIGES NACHSCHLAGEN AUF

II. WICHTIGSTE TECHNISCHE MERKMALE







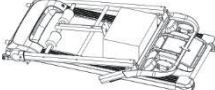


Eingangsspannung	220V±10%
Frequenz	50/60 HZ
Lauffläche	1220X410mm
Funktion	Zeit, Geschwindigkeit, Entfernung, Kalorien, Herzfrequenz
Geschwindigkeitsbereich	1,0-12 km/h
Maximales Benutzergewicht	100 kg
Leistung	400 W

III.MONTAGE

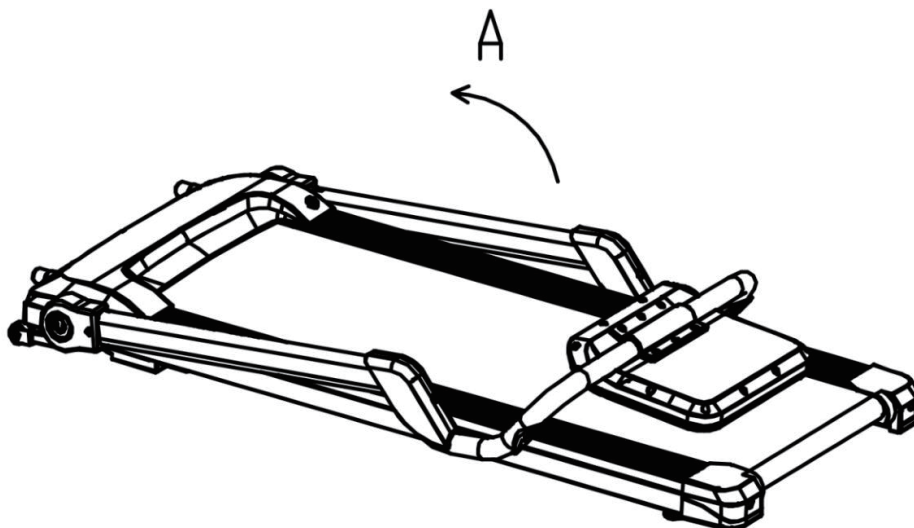


HINWEIS: MONTAGE ERFORDERT ZWEI PERSONEN

Nr.	Beschläge	Anzahl
1	M10-Knopf 	2
2	Silikonöl 	1
3	5 mm-Schlüssel 	1
4	6 mm-Schlüssel 	1
5	Multischlüssel 	1
6	Sicherheitsschlüssel 	1
7	Hauptrahmen 	1

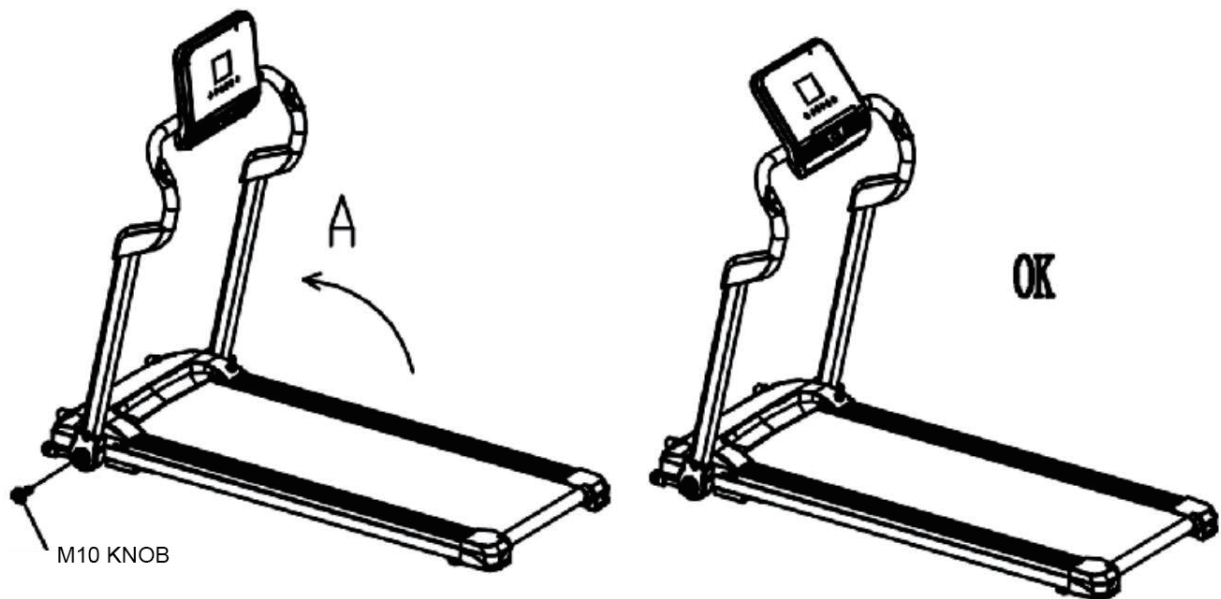
SCHRITT 1

Öffnen Sie den Karton, nehmen Sie die gesamte Maschine heraus und heben Sie die Platte und den Aufrecht-Pfosten in Pfeilrichtung A an.



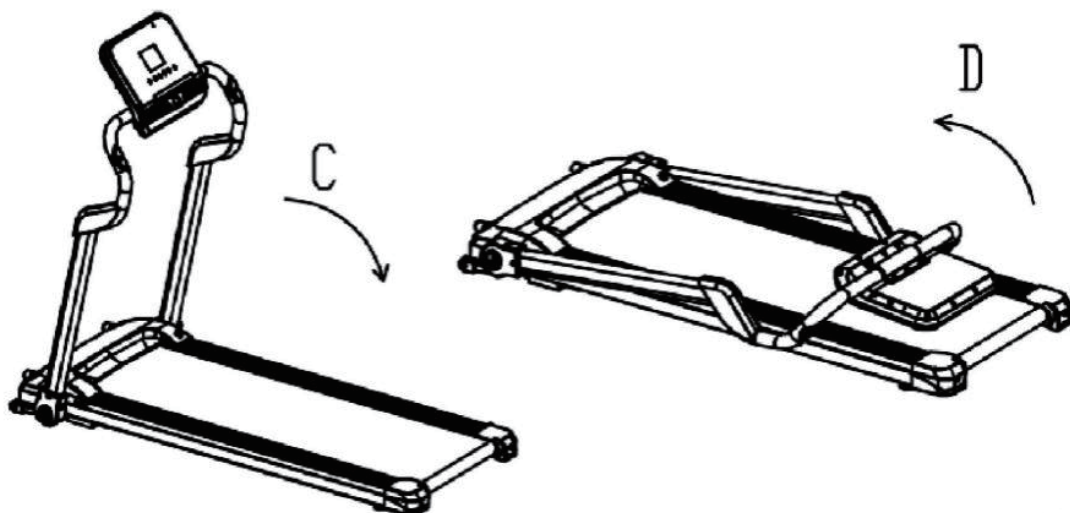
SCHRITT 2

Heben Sie die Aufrecht-Pfosten wie in der Abbildung gezeigt an und verriegeln Sie sie mit 2 Stück M10-Knopfschrauben auf beiden Seiten.

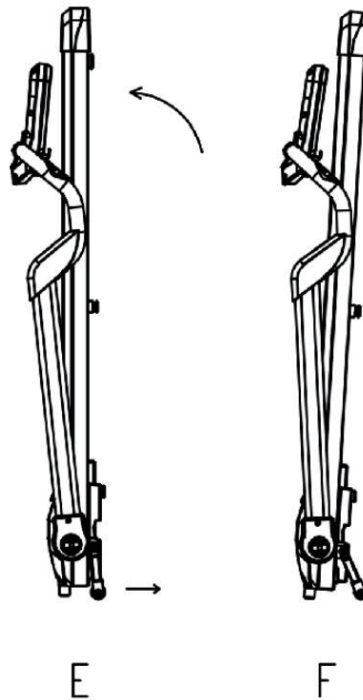


SCHRITT 3 Zusammenklappen des Laufbandes

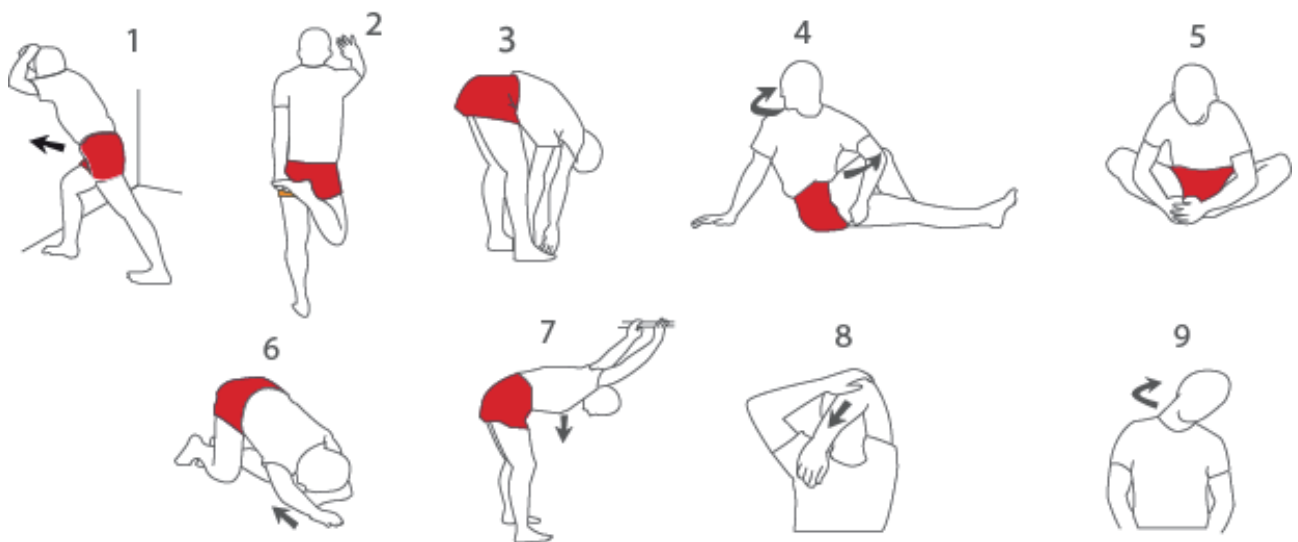
Lösen Sie die 2 Stück M10-Schrauben an beiden Seiten der Aufrecht-Pfosten, dann heben Sie das Gerät in Richtung D an.



Das Laufband steht aufrecht, bis das Laufrad in Richtung der F-Position hochspringt.



IV. TRAININGSRICHTLINIEN



VORSICHT: Bevor Sie mit diesem oder anderen Trainingsprogrammen beginnen, konsultieren Sie Ihren Arzt. Dies ist besonders wichtig für Personen, die älter als 35 Jahre sind, oder für Personen mit Gesundheitsproblemen.

Wenn Ihr Gerät mit einem Pulssensor ausgestattet ist, müssen Sie bedenken, dass es sich hierbei nicht um ein medizinisches Gerät handelt. Verschiedene Faktoren können die Genauigkeit der Herzfrequenzinterpretationen beeinflussen. Der Pulssensor ist nur eine Hilfe für das Training, um die allgemeinen Tendenzen der Herzfrequenz zu ermitteln.

PROGRAMM MIT AUFWÄRMTRAININGS:

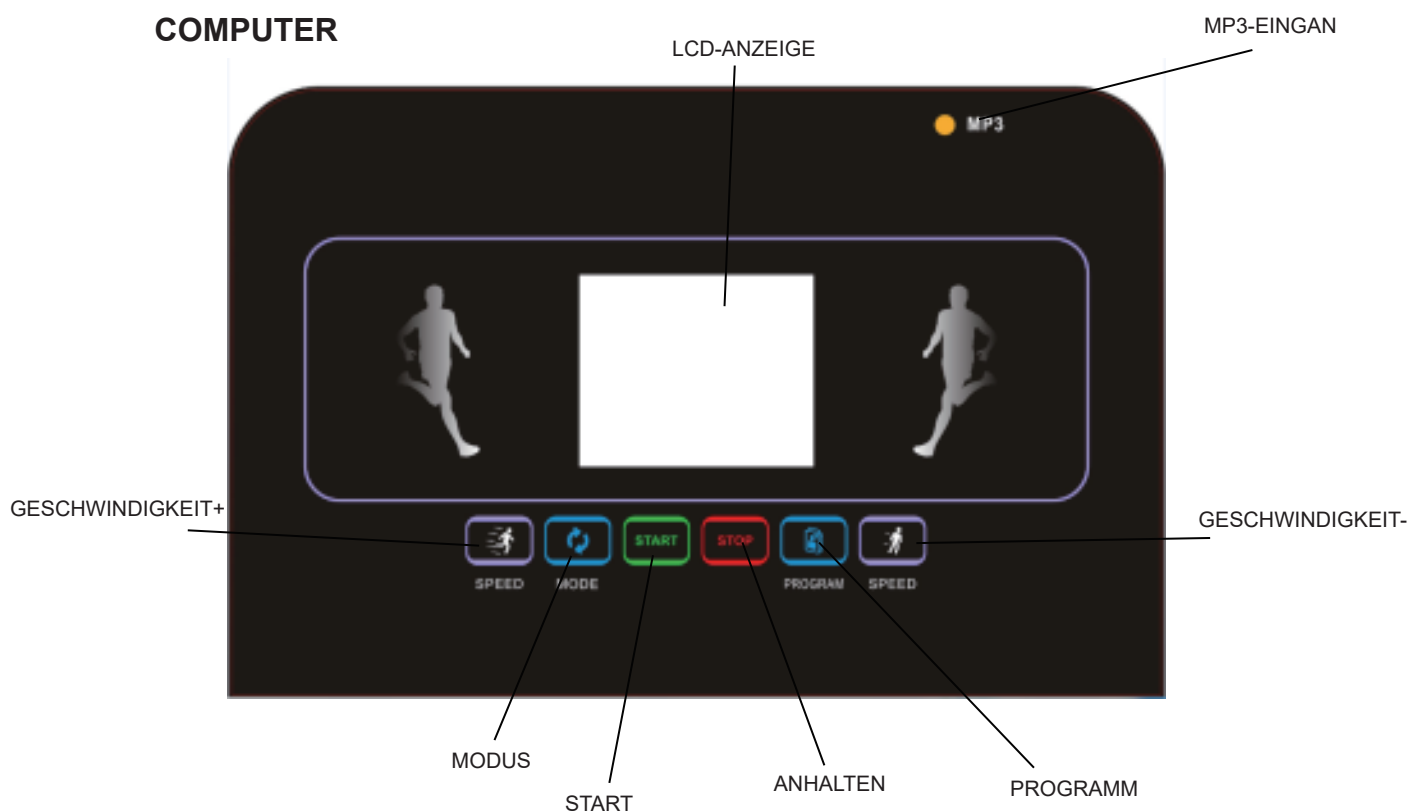
AUFWÄRMEN: Beginnen Sie mit dem Dehnen und leichten Aktivieren der Muskeln zwischen 5 und 10 Minuten. Das Aufwärmen erhöht die Körpertemperatur, die Herzfrequenz und die Durchblutung und macht Sie bereit für das Training.

• **TRAINING MIT FOKUS AUF DEN TRAININGSBEREICH:** Führen Sie einige Übungen während 20-30 Minuten mit Ihrer Herzfrequenz durch (in den ersten Wochen des Trainingsprogramms sollten Sie die Herzfrequenz nicht länger als 20 Minuten halten). Atmen Sie während des Trainings konstant und tief (halten Sie niemals den Atem an).

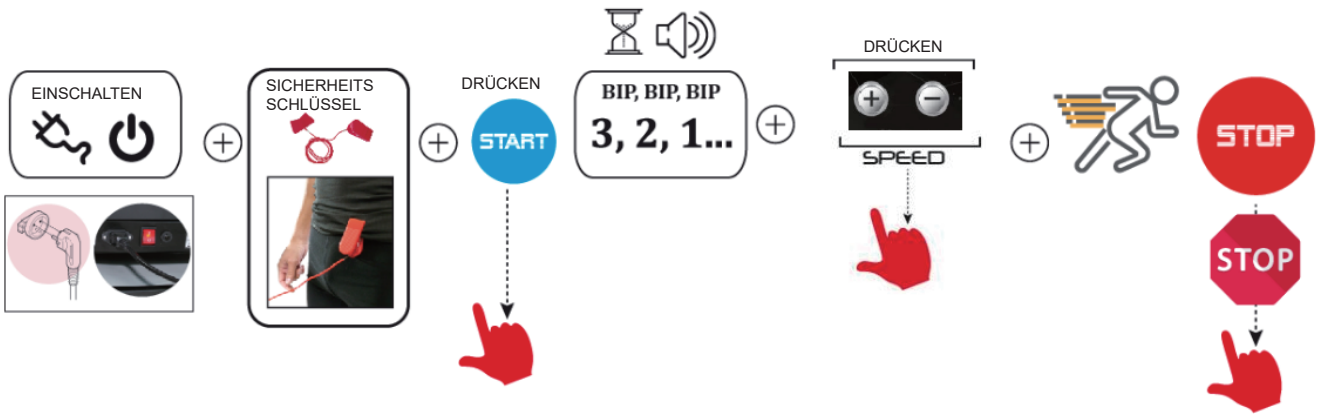
• **ABKÜHLEN:** Beenden Sie das Training mit Dehnungsübungen während 5-10 Minuten. Dehnen erhöht die Flexibilität Ihrer Muskeln und hilft Ihnen, Verletzungen nach dem Training zu vermeiden.

HÄUFIGKEIT DES TRAININGS: Um fit zu werden oder Ihre Form zu verbessern, absolvieren Sie drei Trainingseinheiten pro Woche, mit einem Ruhetag zwischen den Trainingseinheiten. Nach einigen Monaten regelmäßigen Trainings sind Sie in der Lage, bis zu fünf Trainingseinheiten pro Woche zu absolvieren.

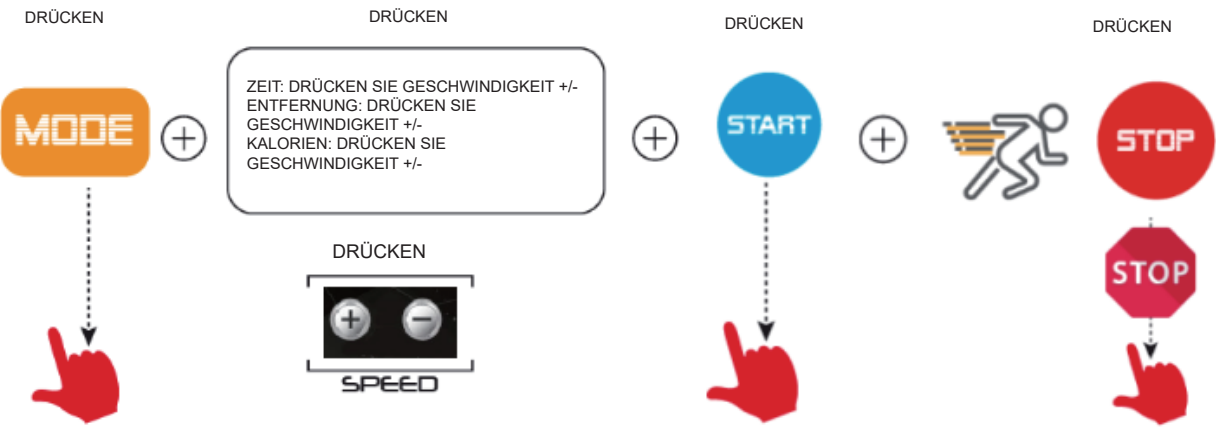
V.LAUFBANDBETRIEB



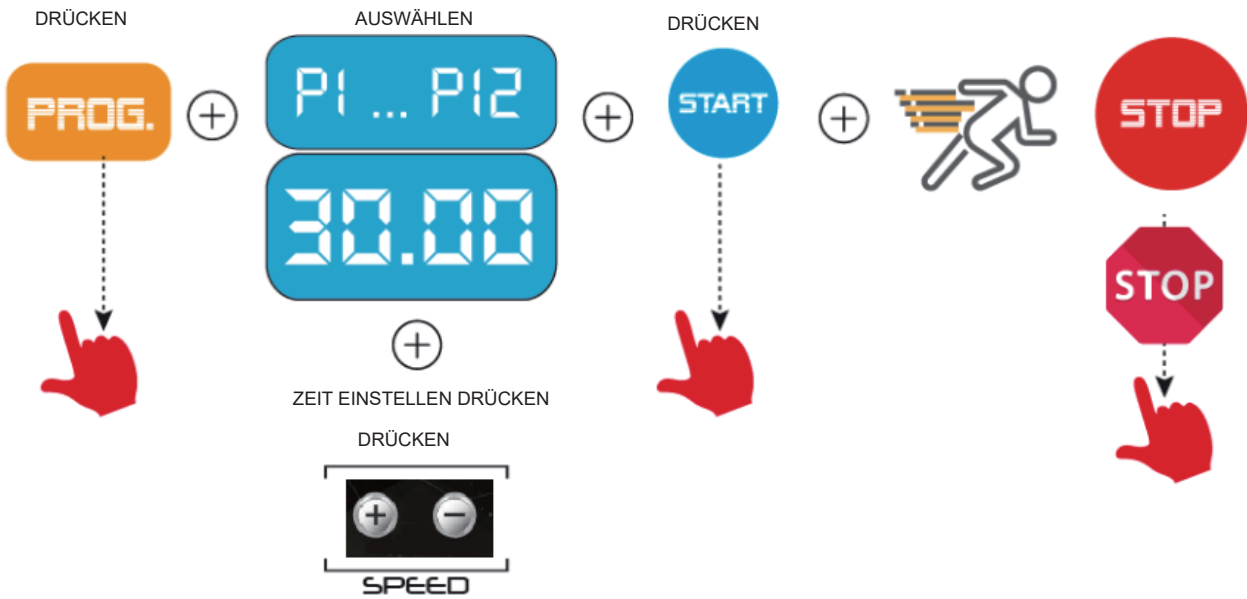
HANDBUCH



MODUS



PROGRAMM



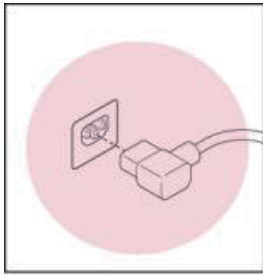
ZEIT ABSCHNITT PROGRAMM		EINSTELLUNG ZEIT/20= JEDER ABSCHNITT BETRIEBSZEIT																			
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
P01	GESCHWINDIGKEIT	2	3	3	4	5	3	4	5	5	3	4	5	4	4	4	2	3	3	5	3
P02	GESCHWINDIGKEIT	2	4	4	5	6	4	6	6	6	4	5	6	4	4	4	2	2	5	4	1
P03	GESCHWINDIGKEIT	2	4	4	6	6	4	7	7	7	4	7	7	4	4	4	2	4	5	3	2
P04	GESCHWINDIGKEIT	3	5	5	6	7	7	5	7	7	8	8	5	8	5	5	6	6	4	4	3
P05	GESCHWINDIGKEIT	2	4	4	5	6	7	7	5	6	7	8	8	5	4	3	3	6	5	4	2
P06	GESCHWINDIGKEIT	2	4	3	4	5	4	8	7	5	7	8	3	6	4	4	2	5	4	3	2
P07	GESCHWINDIGKEIT	2	3	3	3	4	5	3	4	5	3	4	5	3	3	3	6	6	5	3	3
P08	GESCHWINDIGKEIT	2	3	3	6	7	7	4	6	7	4	6	7	4	4	4	2	3	4	4	2
P09	GESCHWINDIGKEIT	2	4	4	7	7	4	7	8	4	8	8	8	4	4	4	5	6	3	3	2
P10	GESCHWINDIGKEIT	2	4	5	6	7	5	4	6	8	8	6	6	5	4	4	2	4	4	3	3
P11	GESCHWINDIGKEIT	3	4	5	8	5	8	5	5	5	8	5	5	5	5	8	8	8	7	6	3
P12	GESCHWINDIGKEIT	2	5	8	8	7	7	8	8	7	7	8	8	6	6	8	8	5	5	4	3

Anlage 1: P1-P12 Programm Übungsprogramm

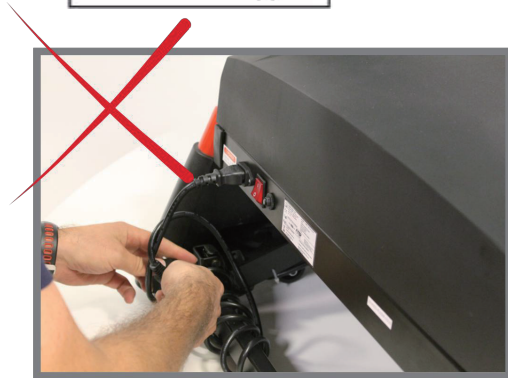
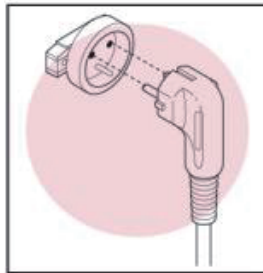
MP3-MUSIK



VI. WARTUNG



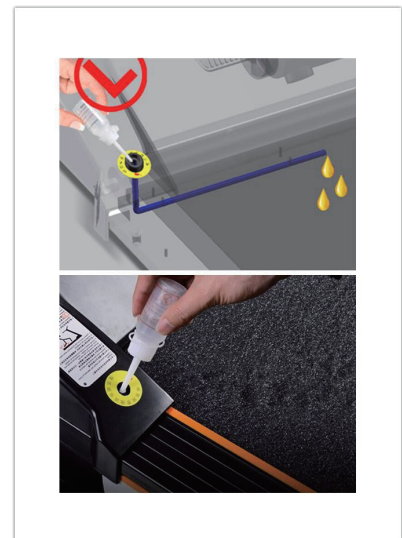
Dieses Produkt muss geerdet sein. Wenn das Stromkabel beschädigt ist, muss es durch ein vom Hersteller empfohlenes Stromkabel ersetzt werden.



VERWICKELN SIE DAS NETZKABEL NICHT

REGELMÄSSIGE WARTUNG DES LAUFBANDES

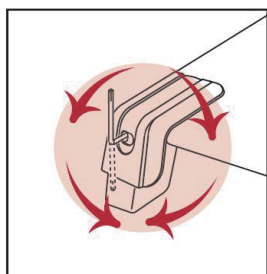
- **LAGERUNG:** Bewahren Sie Ihr Gerät an einem geschlossenen Ort auf, fernab von Staub und Feuchtigkeit. Lagern Sie es weder in einer Garage noch in einem überdachten Hinterhof oder in der Nähe von Wasser. Feuchtigkeit, Staub und Wasser könnten es beschädigen und seine Funktion beeinträchtigen.
- **STROMKABEL:** Vergewissern Sie sich, dass das Kabel und der Stecker in einwandfreiem Zustand sind. Elektrische Kabel müssen von heißen Oberflächen ferngehalten werden
- **SCHRAUBEN UND VERBINDUNGSKABEL:** Überwachen Sie die Schrauben und ziehen Sie diese regelmäßig nach, da sich die Schrauben und Muttern durch die Vibration lockern können.



• **SCHMIERUNG:** Es ist eine korrekte Schmierung des Laufbandes mit Silikonöl oder Teflon sehr wichtig. Diese Schmierung muss regelmäßig, je nach Gebrauch, auch vor dem Erstgebrauch durchgeführt werden, da sich an der Motorabdeckung eine Öffnung zum Einfüllen von Öl befindet. Nach dem Starten der Maschine schalten Sie bitte auf die höchste Geschwindigkeit, dann geben Sie das Öl in das Loch, das Öl wird von der Mitte zwischen dem Laufband und dem Brett verteilt.

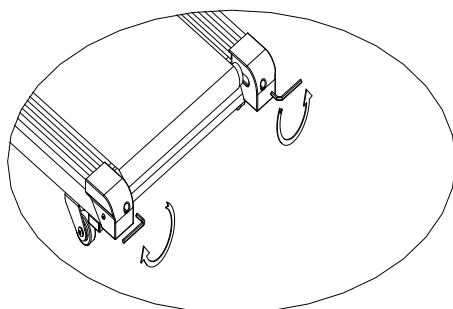
< 3 Stunden/Woche	2 Monate
4 – 7 Stunden/Woche	1 Monat
> 8 Stunden/Woche	15 Tage

• **AUSRICHTEN UND SPANNEN DES LAUFBANDES**

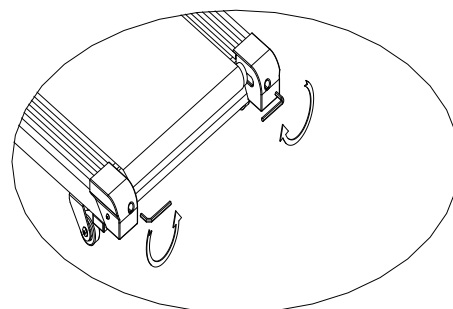


↙ LINKE SCHRAUBE
↘ RECHTE SCHRAUBE

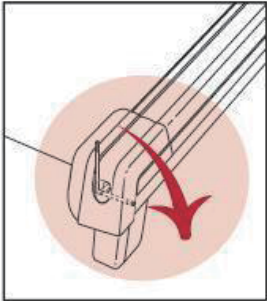
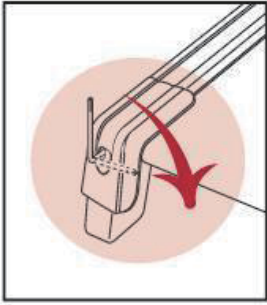
• **RICHTEN SIE DAS BAND AUS:** Durch den Gebrauch kann sich der Gurt aus der Mitte bewegen. Wenn sich Das Band nach links bewegt hat, starten Sie das Laufband und erhöhen Sie die Geschwindigkeit auf 3 mph. Benutzen Sie den 5 mm Schraubenschlüssel, um die feste linke Schraube im Uhrzeigersinn oder die feste rechte Schraube gegen den Uhrzeigersinn zu drehen. Ziehen Sie das Band nicht zu fest an, um noch laufen zu können. Wiederholen Sie diesen Vorgang, bis das Band richtig ausgerichtet ist.



Wenn das Band nach links abweicht, dann stellen Sie die Schraube auf der linken Seite im Uhrzeigersinn oder die Schraube auf der rechten Seite gegen den Uhrzeigersinn ein.

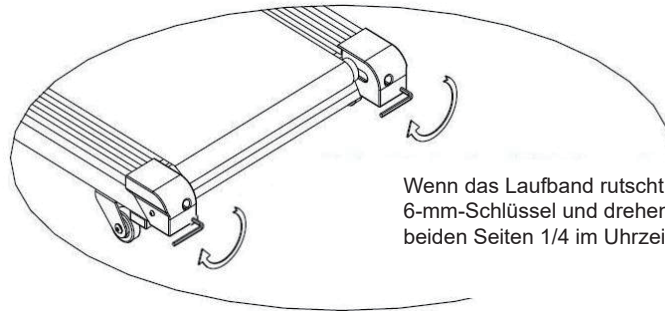


Wenn es nach rechts abweicht, dann verstellen Sie die Schraube auf der rechten Seite im Uhrzeigersinn oder die Schraube auf der linken Seite gegen den Uhrzeigersinn.

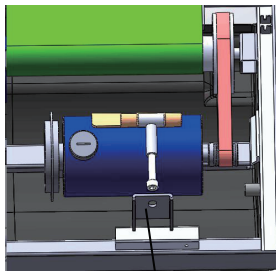


LINKE SCHRAUBE RECHTE SCHRAUBE

• **BAND SPANNEN:** (wenn das Band beim Laufen auf dem Laufband rutscht). Starten Sie das Laufband und erhöhen Sie die Geschwindigkeit auf 3 mph. Drehen Sie beide Schrauben mit dem 5 mm Schlüssel 1/4 im Uhrzeigersinn. Wenn das Band zum Laufen richtig straff ist, müssen Sie jede Seite des Gurtes 5 bis 7 cm von der Plattform hochziehen können. Seien Sie vorsichtig und halten Sie das Band richtig ausgerichtet. Wiederholen Sie diesen Vorgang, bis das Band ordnungsgemäß gestrafft ist.



Wenn das Laufband rutscht, benutzen Sie einen 6-mm-Schlüssel und drehen Sie die Schrauben auf beiden Seiten 1/4 im Uhrzeigersinn.



Einstellschraube

• **REINIGEN DES ANTRIEBSRIEMENS:** Wenn der Antriebsriemen nach längerem Gebrauch locker wird, müssen Sie:
 (1) Die Motorabdeckung öffnen.
 (2) Den 5 mm-Schlüssel benutzen, um die Einstellschraube im Uhrzeigersinn zu drehen.
 Wiederholen Sie diesen Vorgang, bis der Antriebsriemen nicht mehr rutscht.

- **REINIGUNG:** Benutzen Sie keine Scheuermittel. Ein feuchtes Tuch ist ausreichend.
- **NIVELIEREN:** Falls Ihr Gerät mit Nivellerrädern ausgestattet ist, justieren Sie diese bitte, um Vibrationen und damit Fehlfunktionen zu vermeiden.
- **BEWAHREN SIE DIESE WARTUNGSHINWEISE FÜR SPÄTERES NACHSCHLAGEN AUF**

VII. INFORMATIONEN ZUM RECYCLEN

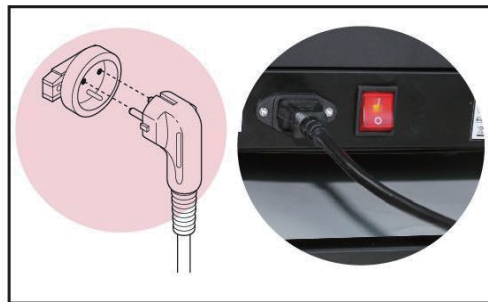


Dieses Elektronikprodukt darf nicht mit dem Hausmüll entsorgt werden. Um die Umwelt zu schonen, muss dieses Produkt nach seiner Nutzungsdauer wie gesetzlich vorgeschrieben recycelt werden.

VIII. HÄUFIGE FEHLER:

FEHLERCODE	URSACHE	WIE BEHEBEN	
KEINE ANZEIGE	A) Strom nicht angeschlossen	Schließen Sie den Strom an	
	B) Ein-/Aus-Schalter schaltet nicht	Schalten Sie den Ein-/Aus-Schalter ein	
	C) Leiterplatte ohne Strom oder defekt	Überlastungsschutz drücken oder Platine ersetzen	
	D) Signalkabel nicht angeschlossen	Signalkabel wieder anschließen oder Kabel ersetzen	
	E) Computer defekt	Computer ersetzen	
	F) Hintergrundbeleuchtung defekt	Kabel der Hintergrundbeleuchtung prüfen oder ersetzen	
ES WERDEN NICHT ALLE INFORMATIONEN ANGEZEIGT	A) Display-Drive-IC nicht richtig eingesetzt	IC wieder einsetzen und neu verschweißen oder ersetzen	
	B) EMI-Dichtung verrutscht, nicht gut befestigt	Bildschirm neu montieren	
NICHT LEICHTGÄNGIG	A) Antriebsposition hat Widerstand	Antriebsposition einstellen, oder Silikonöl hinzufügen	
	B) Laufband zu straff oder zu locker	Stellen Sie die Bandspannung ein	
	C) Leiterplatten-Drehmoment zu groß oder zu klein	Drehmoment auf die richtige Position einstellen	
---	A) Sicherheitsschlüssel aus	Sicherheitsschlüssel einstecken	
	E 01	A) Signalkabel nicht richtig angeschlossen	Signalkabel wieder anschließen
		B) Signalkabel gebrochen	Signalkabel ersetzen
		C) Signalkabel gebrochen	Computer ersetzen
		D) Leiterplatte gebrochen	Leiterplatte ersetzen
	E 02	A) Motorkabel nicht richtig angeschlossen, oder offener	Motordraht neu anschließen oder Motor ersetzen

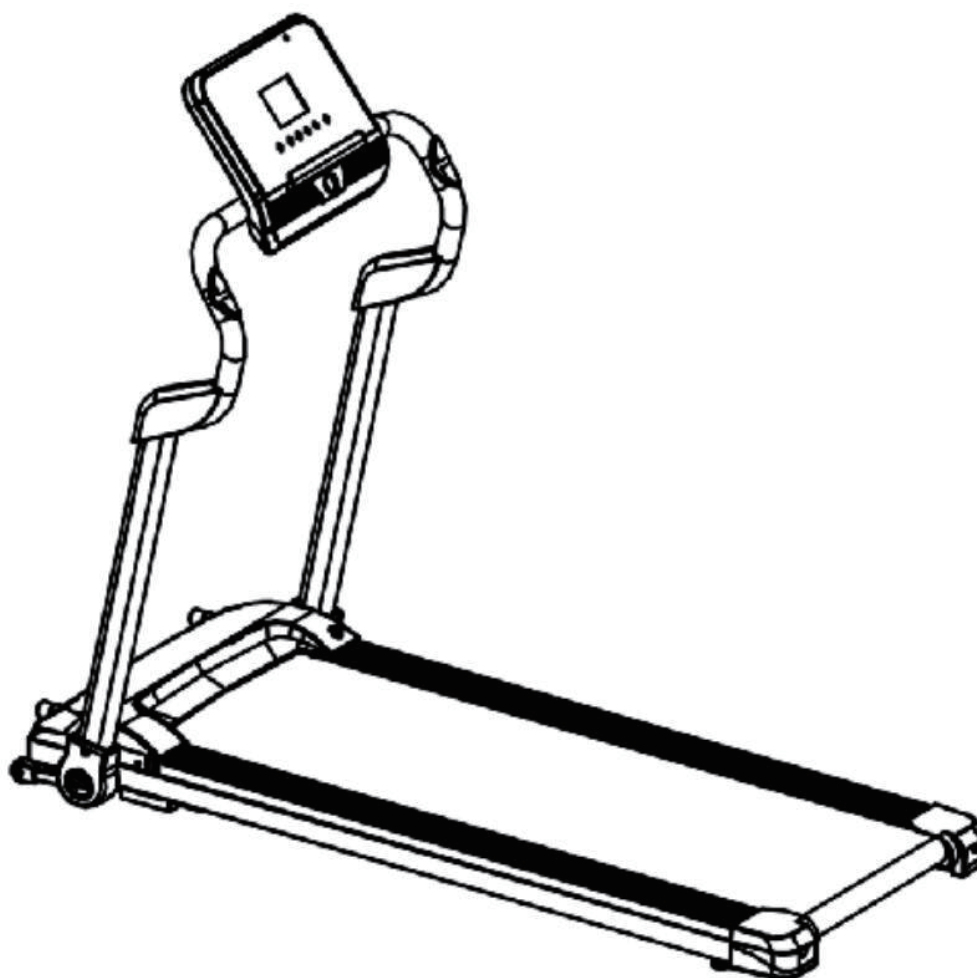
		Stromkreis	
		B) IGBT auf Platine defekt	Leiterplatte ersetzen
		C) Eingangsspannung zu niedrig	Betrieb einstellen, Elektriker bitten, zu prüfen
E 03	A)	Drehzahlsignalkabel nicht richtig angeschlossen oder Sensor defekt	Drehzahlsignalkabel neu anschließen oder Sensorkabel ersetzen
	B)	Leiterplatte gebrochen	Leiterplatte ersetzen
E 04	A)	Kabel des Neigungsmotors nicht richtig angeschlossen	Schließen Sie das Kabel des Neigungsmotors neu an
	B)	Neigungsmotor defekt	Neigungsmotor ersetzen
	C)	Leiterplatte gebrochen	Leiterplatte ersetzen
E 05	A)	Überlastet	Maschine ausschalten und neu starten
	B)	Fahrposition behindert	Fahrposition einstellen, oder Öl nachfüllen
	C)	Motor kurzgeschlossen	Motor ersetzen
	D)	Leiterplatte verbrannt	Leiterplatte ersetzen
E 06	A)	Motorkabel nicht richtig angeschlossen	Motorkabel neu anschließen



Eine korrekte Schmierung des Laufbandes mit Silikonöl oder Teflon ist WIRKLICH WICHTIG. Diese Schmierung muss je nach Person regelmäßig durchgeführt werden, auch vor dem Erstgebrauch.

TREADMILL USER'S MANUAL

* Maximum user weight is 100 kg.



CAUTION

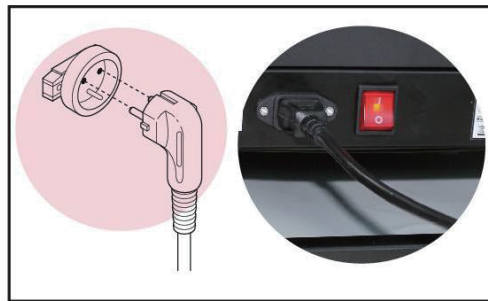
Read all precautions and instructions in this manual before using this equipment.
Keep this manual for future reference.

CONTENTS

I. IMPORTANT PRECAUTIONS	20
II. MAIN TECHNICAL FEATURES	23
III. ASSEMBLY	24
IV. WORKOUT GUIDELINES	26
V. TREADMILL OPERATION	27
VI. MAINTENANCE	30
VII. RECYCLING INFORM.....	33
VIII. COMMON ERRORS	33



I.IMPORTANT PRECAUTIONS



WARNING:

The security key has a magnet which must be put in the display. At the end of the lace there is a clamp which should be attached to the clothes. The treadmill will start working only if the key is placed in the display. THIS IS ESSENTIAL.

A correct lubrication of the treadmill with silicon oil or teflon is REALLY IMPORTANT. This lubrication must be performed regularly depending on each person, even before its first use.

You must preserve the original packaging with its protections, PURCHASE RECEIPT, manual and components during the guarantee period.

To decrease the risk of suffering severe injuries, please read and understand all the important instructions and warnings regarding the use of a treadmill before using it. Our company does not take any responsibility for personal injuries or property damages resulting from the use of this product.

1-Before starting any workout programme consult your doctor. It's specially important for people older than 35 years old, people with health problem and pregnant women.

2-The owner must ensure that all users are correctly informed about the warnings.

3-Use the equipment as explained in the instructions manual.

4-Keep the equipment in an enclosed area, away from dust or humidity. Don't store it in a garage, indoor backyard or near the water. Humidity, dust and water could lead to a malfunction of the equipment, annulling its guarantee.

5-Place the unit on a flat surface. If the surface is uneven, the proper functioning could be affected. Some models include levellers or levelling threads behind the legs, helping the levelling. Please read the manual to verify if your unit is provided with one of them..

6-The unit must be placed in a ventilated area. Don't use it in places with sprays or with oxygen dispenser. The air you breath may be affected and cause an accident.

7-Keep children younger than 12 years old and pets away from the equipment. Keep the security distance.

8-Check in the manual the maximum weight your equipment can support. An excessive weight could lead to a malfunction in the operating system, which won't be covered by the guarantee.

9-Wear suitable clothes and shoes. Do not use loose clothe that may get hooked.

10-If your equipment is working through a power supply: make sure that the power cord and plug are in good conditions. Carry out the connection only when the circuit has ground connection, otherwise it could cause damages on the equipment or in the property which the guarantee won't cover. Power cords must be away from hot surfaces.

11-If it is a battery-powered unit: check and make sure that they are charged enough so the display will fully function.

12-If your equipment is provided with a security key, please understand the produce before using it. The security key has a magnet which must be put in the display. At the end of the lace there is a clamp which should be attached to the clothes. The treadmill will start working only if the key is placed in the display. THIS IS ESSENTIAL.

13-If your unit works thanks to a power supply: don't put it into operation while you are on the belt. The motor would be unnecessarily loaded. The right way is placing yourself with open legs, on either side of the belt and sit up once it is ongoing.

14-If your unit works with an electric supply: check the speed it can reach, for your security. The best is to adjust gradually the speed in order to avoid sudden changes.

15-If your unit works through an electric supply: never leave the machine unattended while it's working. Take the security key off, turn the "on" button into "off" and unplug the power cord.

16-If your equipment is provided with a pulse sensor, you may know it isn't a medical instrument. It's designed as a help for the workout and determines the tendencies of heart rates. There are some factors which could affect the accuracy of the heart rate interpretations, for example the movements of the user.

17-The machines don't take too much space as they can be folded. Once folded, make sure that all is well assembled to the locking system, either if it has a lock or an hydraulic engine. Don't try to move it or raise unless you are insured. Should any damage happen being the machine uninsured, it won't be covered by the guarantee.

18-Check and tighten all screws on a regular basis, because due to vibrations screws and nuts tend to loosen. Damages caused by a lack of maintenance won't be covered by the guarantee.

19-A correct lubrication of the treadmill with silicon oil or Teflon is REALLY IMPORTANT. This lubrication must be performed regularly depending on each person, even before its first use. The lubrication must be carried out this way: disconnect the equipment of the electricity supply (in case you have one), pull up the tapestry from the side with one hand and spread the oil on the board. Please repeat this procedure from the other lateral side. Connect the equipment to the power supply (in case you have one) and turn the “on” button (red button) into the correct position (I), insert the security key and let the treadmill work for several minutes without any weight on it. Repeat this action on a regular basis.

20-Two people will be needed in order to take the unit from the package. Otherwise, the damages caused in this moment won't be covered by the guarantee.

21-Don't let any object fall into the grooves.

22-If the unit works through a power cord: unplug always the power cord before cleaning it, after the workout and before performing any maintenance duty.

23-This unit is designed for a domestic purpose and in an interior place, not for business environment or outside.

24-Do a workout with stretches before and after the sessions, you will avoid injuries.

25-Drink water before, during and after the workout.

26-If you start feeling pain or dizziness while training: STOP IMMEDIATELY.

27-You must preserve the original packaging with its protections, manual and components during the guarantee period.

28-The accessories can be different to the other models.

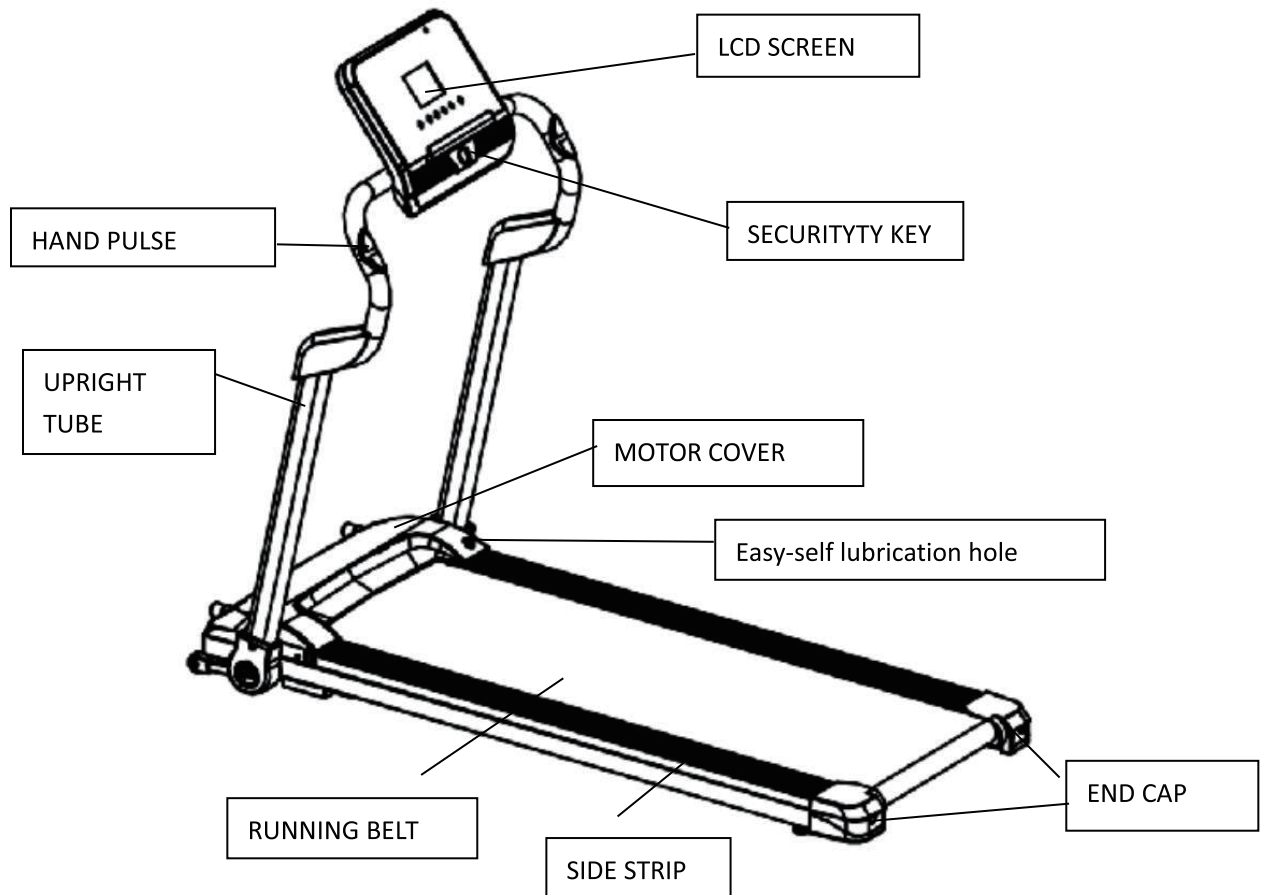
29-This electronic product can't be thrown under any circumstances into the municipal rubbish bins. With the aim of preserving the environment, this product must be recycled according to the applicable law of your country. Please contact your town council to know more about this procedure.

30-Should you need technical assistance or advise with the installation of pieces, You can get in touch with us .

YOU MUST KEEP THE PURCHASE RECEIPT IN ORDER TO HAVE ACCESS TO THIS SERVICE

KEEP THESE ADVISES FOR FUTURE REFERENCES

II.MAIN TECHNICAL FEATURES







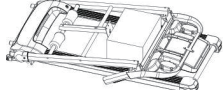


Input Voltage	220V±10%
Frequency	50/60 HZ
Running area	1220X410mm
Function	Time, Speed, distance, Calorie, heart rate
Speed Range	1.0-12KM/H
Max user weight	100kgs
Power	400W

III.ASSEMBLY

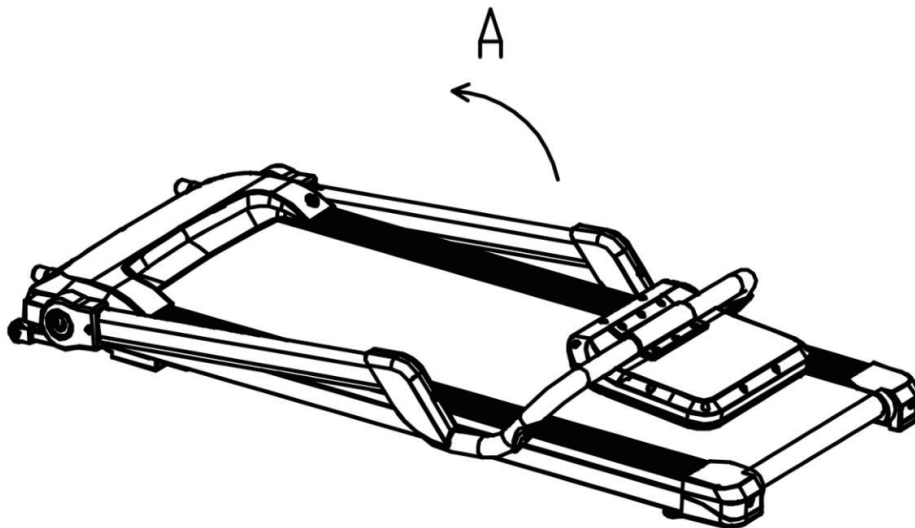


NOTICE: ASSEMBLY REQUIRES TWO PERSONS

No.	Fittings	Qty
1	M10 knob 	2
2	Silicone oil 	1
3	5mm wrench 	1
4	6mm wrench 	1
5	Multi- wrench 	1
6	Safety key 	1
7	Main frame 	1

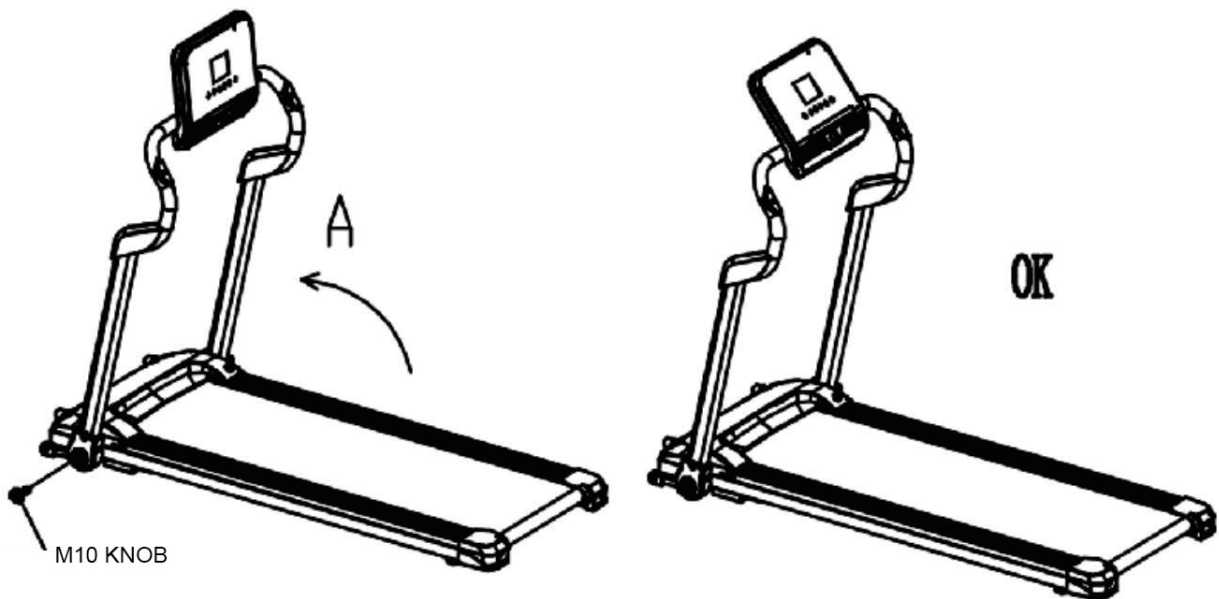
STEP 1

Open the carton, take out the whole machine. Then lift the panel and upright in direction of A arrow.



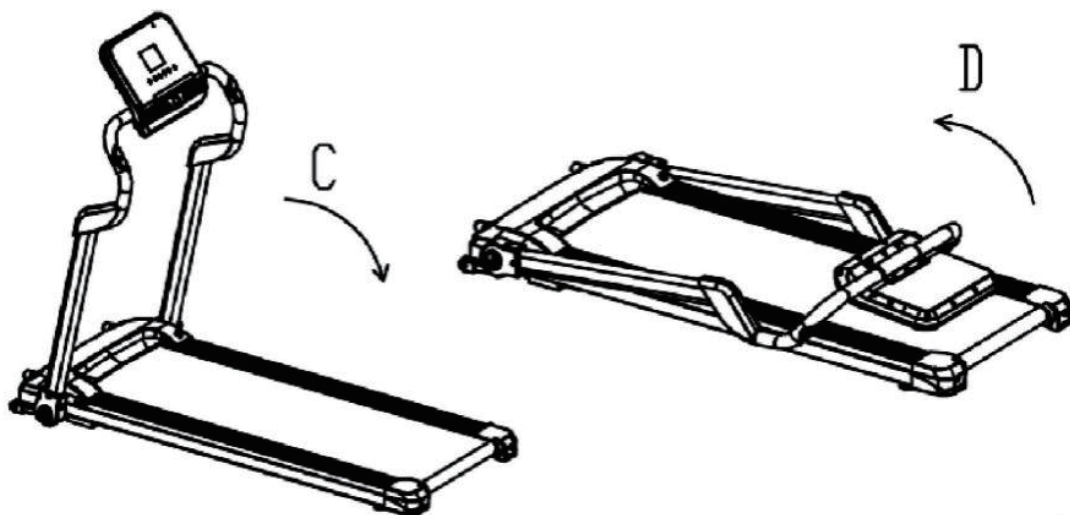
STEP 2

Lift up upright posts as shown in diagram and lock them with 2pcs of M10 knob screws on both sides.

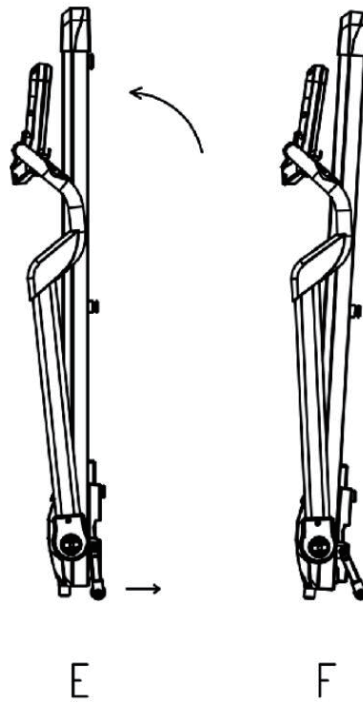


STEP 3: How to fold treadmill.

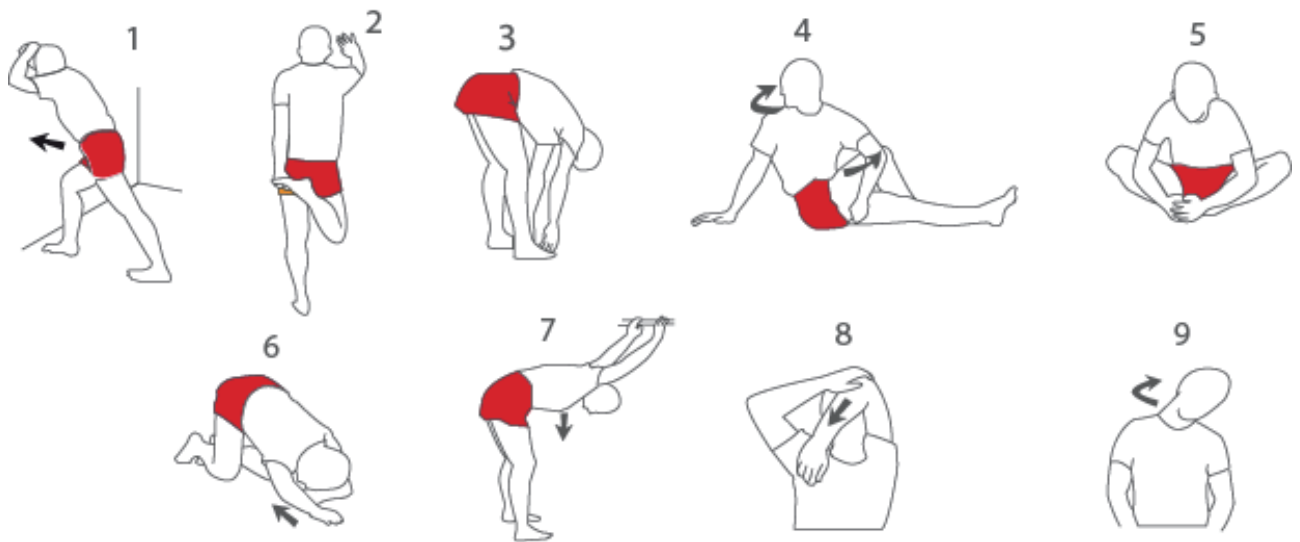
Loosen 2pcs M10 knob from both side of upright posts, then lift up the machine in the D direction.



The treadmill is upright until the moving wheel pops up in the direction of F Position.



IV. WORKOUT GUIDELINES



BEWARE: Before starting to use this or any exercise programs, consult your doctor. This is especially important for people older than 35 years old, or for people with health problems.

If your equipment is provided with a pulse sensor, you must keep in mind this isn't a medical instrument. Several factors can vary the accuracy of the heart rate interpretations. The pulse sensor is just a help for the work outs, determining the general tendencies of the heart rate.

PROGRAMM WITH WARM UP WORKOUTS:

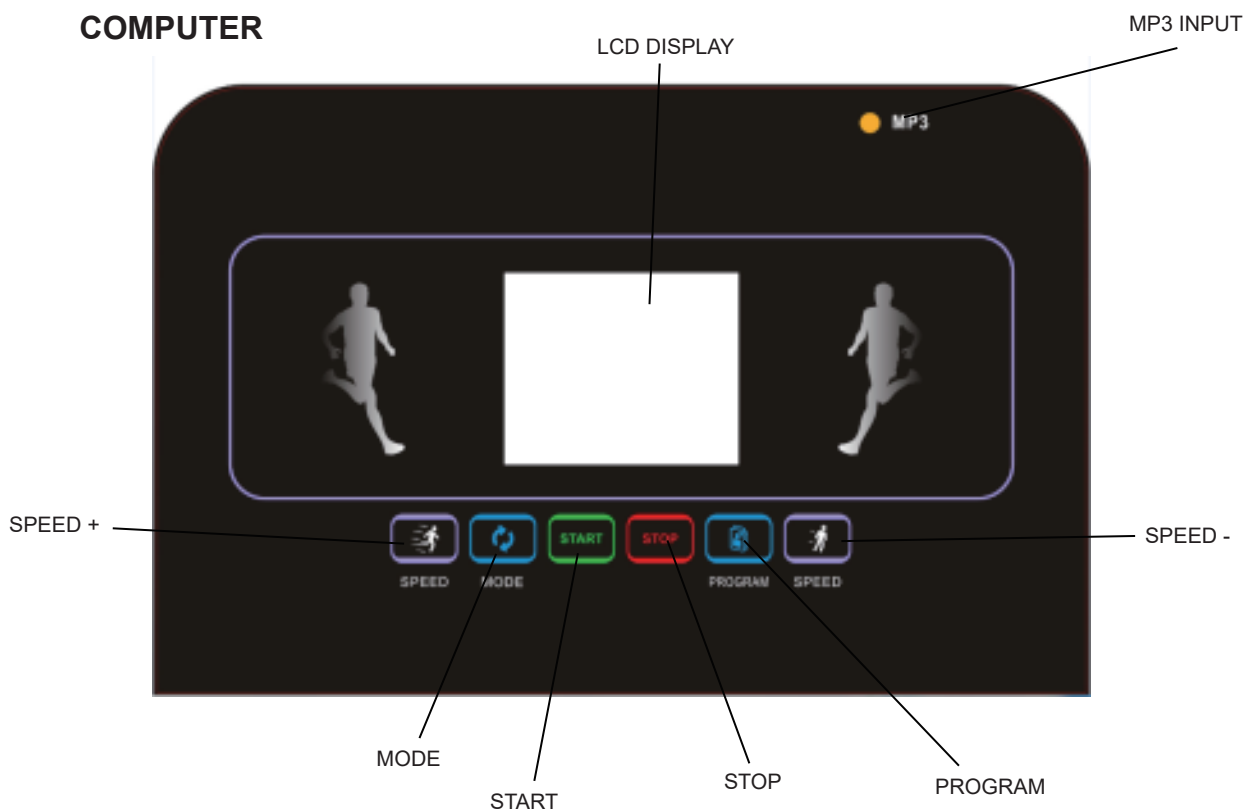
Warm up: Start stretching and slightly activating the muscles between 5 and 10 minutes. The warmup will increase your corporal temperature, your heart rate and your blood flow, making you ready for the workouts.

- **Workout focused on the training area:** Do some exercises during 20-30 minutes with your heart rate (do not maintain your heart rate more than 20 minutes during the first weeks of the exercise program). Breath constantly and deeply during the workout (never hold your breath).

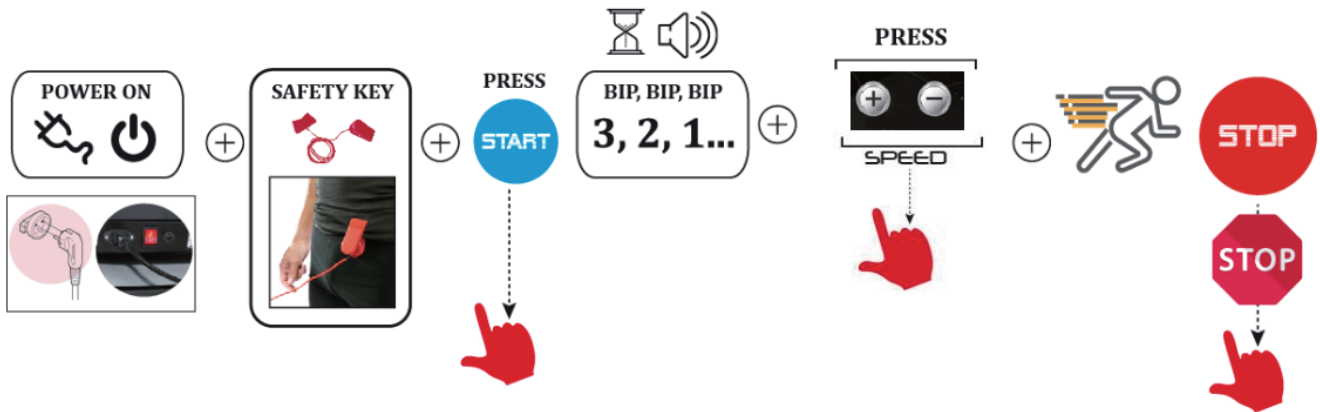
- **Cool down:** Finish with stretching exercises for 5-10 minutes. Stretching increases the flexibility of your muscles and help you to avoid injuries after the workouts.

Frequency of the workout: In order to be fit or improve your shape, complete three workout sessions each week, with a rest day between the workouts. After some moths of regular training, you will be able of completing up to five workouts a week.

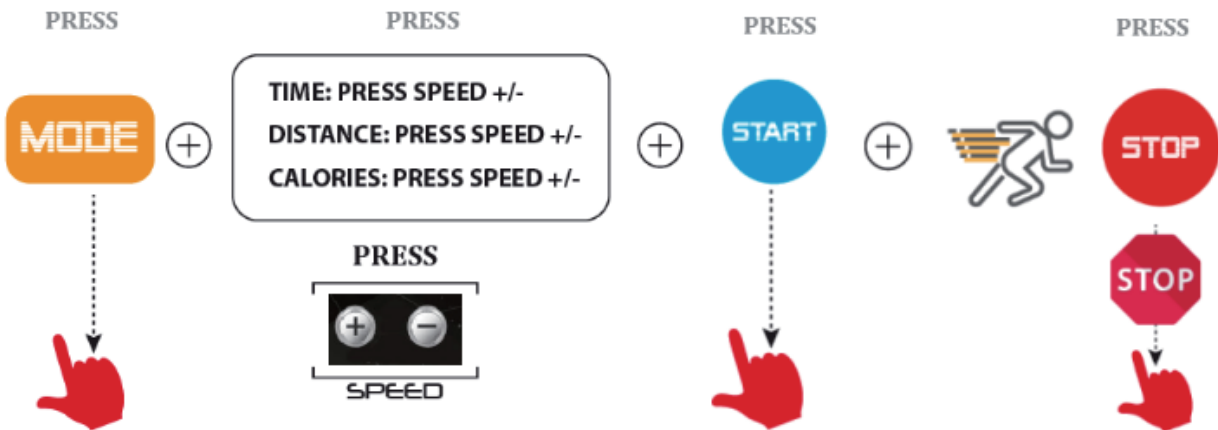
V.TREADMILL OPERATION



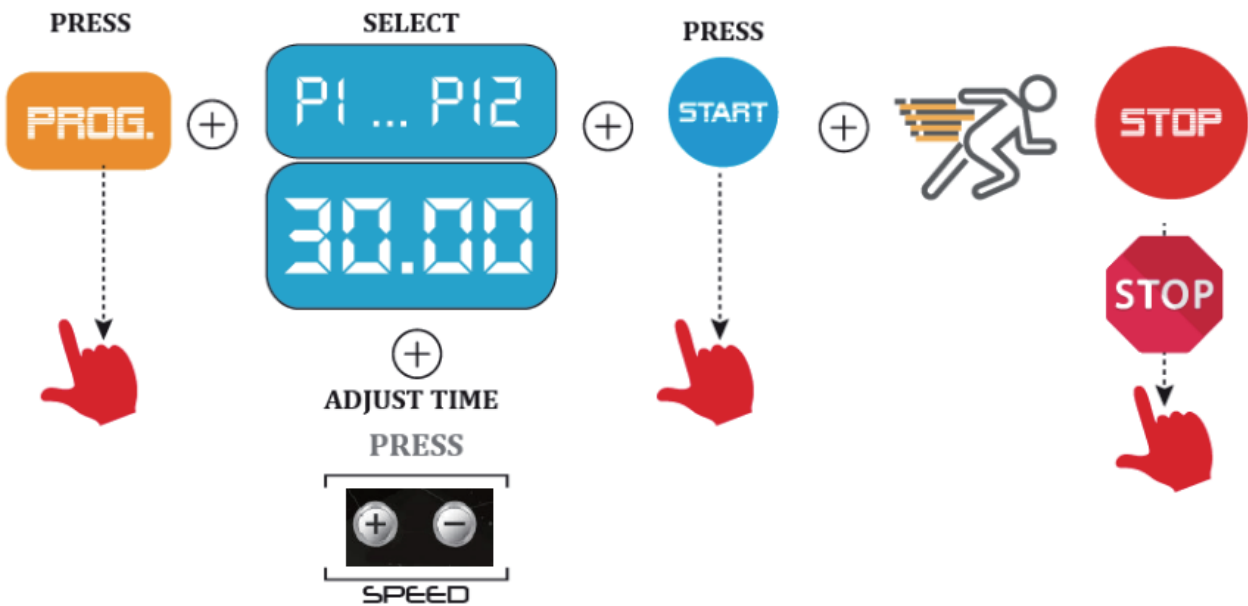
MANUAL



MODE



PROGRAM



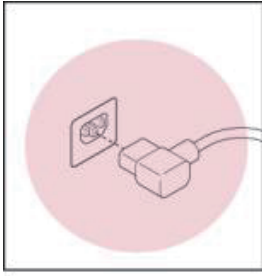
TIME SECTION PROGRAM		SETTING TIME / 20= EACH SECTION OPERATION TIME																			
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
P01	SPEED	2	3	3	4	5	3	4	5	5	3	4	5	4	4	4	2	3	3	5	3
P02	SPEED	2	4	4	5	6	4	6	6	6	4	5	6	4	4	4	2	2	5	4	1
P03	SPEED	2	4	4	6	6	4	7	7	7	4	7	7	4	4	4	2	4	5	3	2
P04	SPEED	3	5	5	6	7	7	5	7	7	8	8	5	8	5	5	6	6	4	4	3
P05	SPEED	2	4	4	5	6	7	7	5	6	7	8	8	5	4	3	3	6	5	4	2
P06	SPEED	2	4	3	4	5	4	8	7	5	7	8	3	6	4	4	2	5	4	3	2
P07	SPEED	2	3	3	3	4	5	3	4	5	3	4	5	3	3	3	6	6	5	3	3
P08	SPEED	2	3	3	6	7	7	4	6	7	4	6	7	4	4	4	2	3	4	4	2
P09	SPEED	2	4	4	7	7	4	7	8	4	8	8	8	4	4	4	5	6	3	3	2
P10	SPEED	2	4	5	6	7	5	4	6	8	8	6	6	5	4	4	2	4	4	3	3
P11	SPEED	3	4	5	8	5	8	5	5	5	8	5	5	5	5	8	8	8	7	6	3
P12	SPEED	2	5	8	8	7	7	8	8	7	7	8	8	6	6	8	8	5	5	4	3

Attachment 1: P1-P12 Program Exercise Program

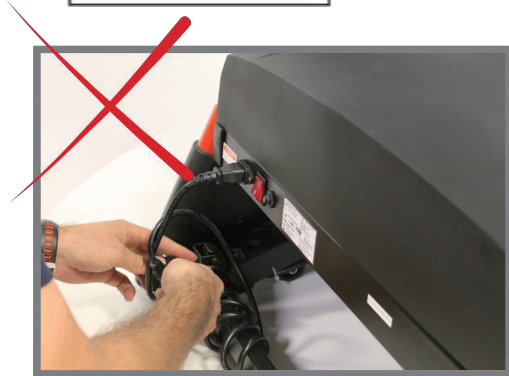
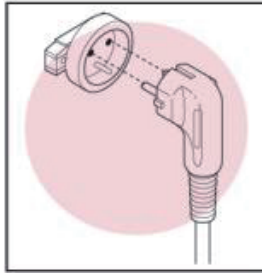
MP3 MUSIC



VI. MAINTENANCE



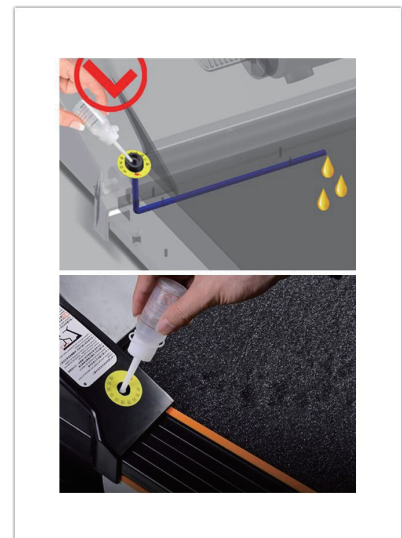
This product must be earthed. If the power cord is damaged, it must be replaced with a manufacturer recommended power cord.



DO NOT TANGLE THE POWER CORD

REGULAR MAINTENANCE OF THE TREADMILL

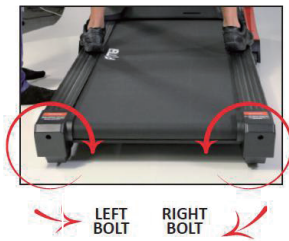
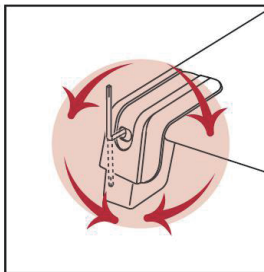
- **STORAGE:** Keep your equipment in a enclosed place, away from dust or humidity. Don't store it neither in a garage or in a indoor backyard, or near the water. Humidity, dust and water could damage it and have an effect on its functionality.
- **ELECTRIC CABLE:** Make sure that the cable and plug are in perfect conditions. Electric cables must be away from hot surfaces.
- **SCREWS AND CONNECTING CABLES:** Supervise and tighten the screws on a regular basis, because due to the vibration the screws and nuts tend to loosen.



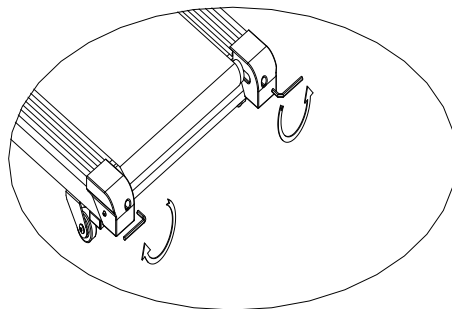
• **LUBRICATION:** It is a correct lubrication of the treadmill with silicon oil or teflon is really important. This lubrication must be performed regularly. Depending on its use even before the first use. There is a hole for adding oil on motor cover. After starting machine, please change to highest speed, then add the oil into the hole, the oil will be spread from the middle between the running belt and board.

< 3 hours/week	2 months
4 – 7 hours/week	1 month
> 8 hours/week	15 days

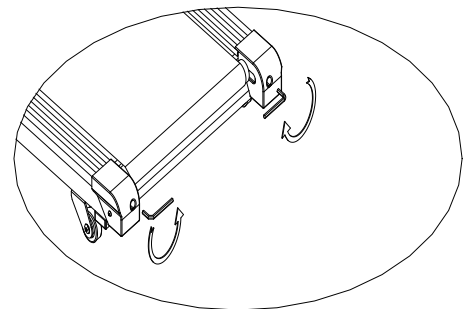
• **ALIGN AND TIGHTEN THE BELT OF THE TREADMILL**



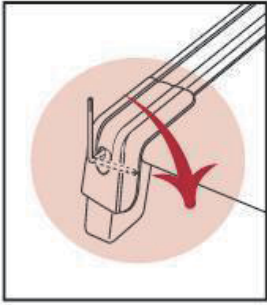
• **ALIGN THE BELT:** Due to its use, the belt can move off center. If the belt has moved to the left, start treadmill, and increase the speed to 3MPH. Use the 5mm Wrench to turn the fixed left bolt clockwise or turn the fixed right bolt counterclockwise. Do not tighten the belt too much in order to be able to walk. Repeat this procedure until the belt is properly aligned.



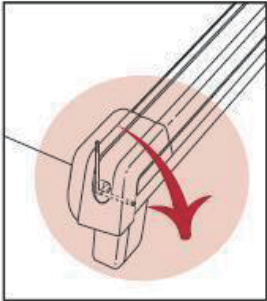
If deviate to the left, then adjust the screw on the left side clockwise or the screw on the right side anticlockwise.



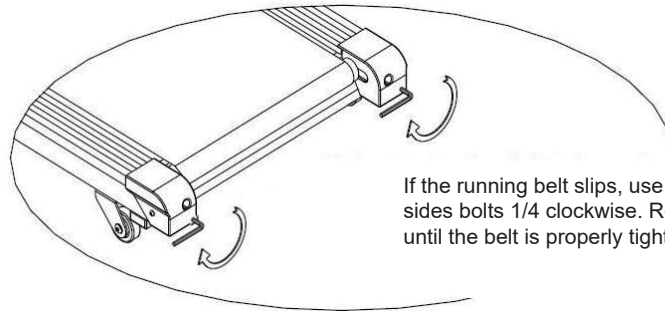
If deviate to the right, then adjust the screw on the right side clockwise or the screw on the left side anticlockwise.



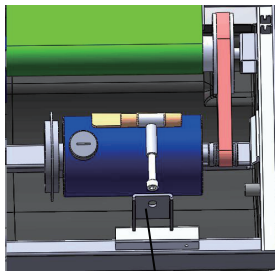
• **TIGHTEN THE BELT:** (if the belt slips on the treadmill when walking). Start treadmill and increase the speed to 3MPH. Using the 5mm Wrench, turn both bolts 1/4 clockwise. If the belt is properly tight to walk, you must be able to pull up each side of the belt 5 or 7 cm off the platform. Be careful and maintain the belt aligned. Repeat this procedure until the belt is properly tightened.



LEFT BOLT RIGHT BOLT



If the running belt slips, use 6mm wrench, turn both sides bolts 1/4 clockwise. Repeat this procedure until the belt is properly tightened.



Adjusting bolt

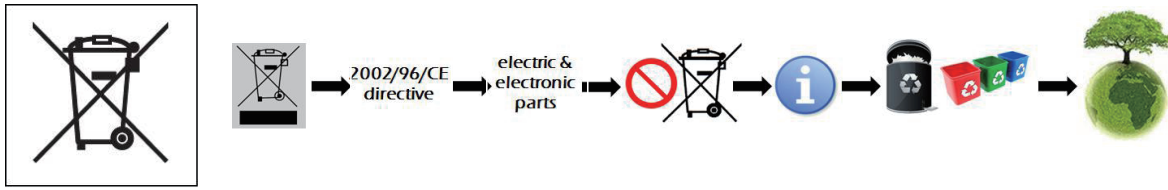
• **TIGHTEN THE DRIVE BELT:** If the drive belt becomes loose after using for a period, you need to:

- (1) Open the motor cover .
- (2) Use the 5mm wrench to turn the adjusting bolt clockwise.

Repeat this procedure until the drive belt is not slippery anymore.

- **CLEANING:** Don't use abrasive products. A damp cloth is enough.
- **LEVELING:** If your unit is provided with leveling wheels, please adjust them to avoid vibrations and therefore malfunctions.
- **KEEP THESE MAINTENANCE ADVISES FOR FUTURE REFERENCES**

VII.RECYCLING INFORMATION

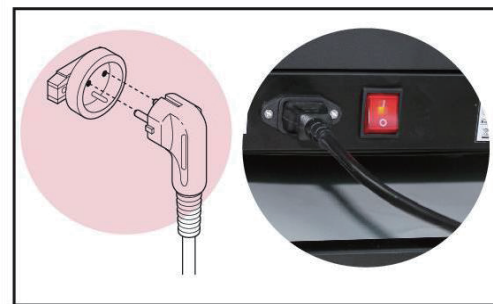


This electronic product must not be disposed of in municipal waste. To preserve the environment, this product must be recycled after its useful life as required by law.

VIII. COMMON ERRORS:

ERRO CODE	REASON	HOW TO SOLVE
NO DISPLAY	A) electricity not connected	Connect the electricity
	B) power switch does not turn on	Turn on power switch
	C) pcb no power or broken	Press over-load protector or change new pcb
	D) signal wire not connected	Re-connect signal wire or change new one
	E) computer broken	Change new computer
	F) background light broken	Check background light wire or change new one
NOT DISPLAY ALL INFORMATION	A) display drive IC not inserted well	Re-insert IC, and re-weld it or change new one
	B) EMI gasket slip, not well fastened	Re-assemble screen
NOT RUN SMOOTHLY	A) driving position has resistance	Adjust driving position, or add some silicon oil
	B) running belt too tight or too loose	Adjust the belt tension
	C) pcb torque too big or too small	Adjust torque to right position
---	A) safety key off	Put on safety key
	E01	A) signal wire not well connected
B) signal wire broken		Change new signal wire
C) signal wire broken		Change new computer
D) pcb broken		Change new pcb
E02	A) motor wire not well connected, or open circuit	Re-connect motor wire or change new motor
	B) IGBT on pcb broken	Change new pcb

		C) input voltage too low	Stop using, ask electrician to check
E03	A) speed signal wire not well connected, or sensor broken		Re-connect speed signal wire or change new sensor wire
	B) pcb broken		Change new pcb
E04	A) incline motor wire not well connected		Re-connect incline motor wire
	B) incline motor broken		Change new incline motor
	C) pcb broken		Change new pcb
E05	A) over-loaded		Turn off and re-start machine
	B) driving position hinder		Adjust driving position, or add oil
	C) motor short circuit		Change new motor
	D) pcb burnt		Change new pcb
E06	A) motor wire not well connected		Re-connect motor wire



A correct lubrication of the treadmill with silicon oil or Teflon is REALLY IMPORTANT. This lubrication must be performed regularly depending on each person, even before its first use.

