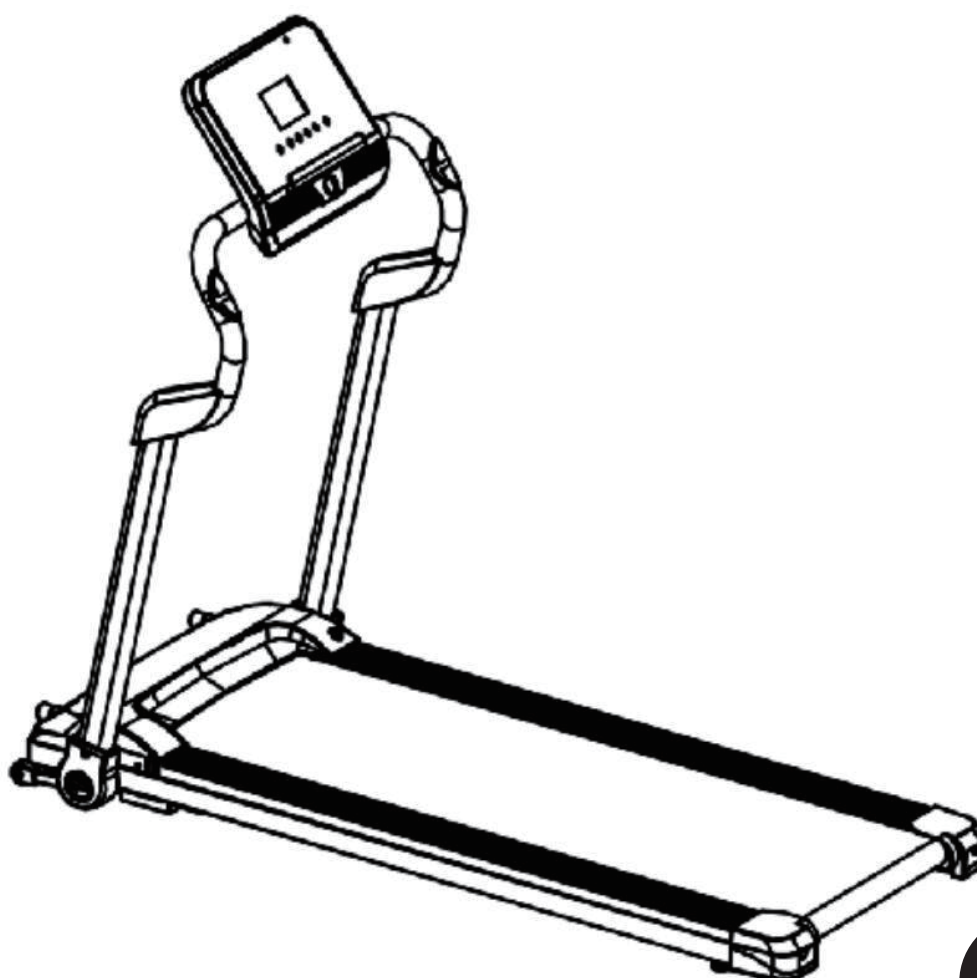


MANUEL D'UTILISATION DU TAPIS ROULANT

* Maximum user weight is 100 kg.



PRÉCAUTIONS

Lisez toutes les précautions et instructions dans ce manuel avant d'utiliser cet appareil.
Conservez ce manuel pour référence ultérieure.

TABLE DES MATIÈRES

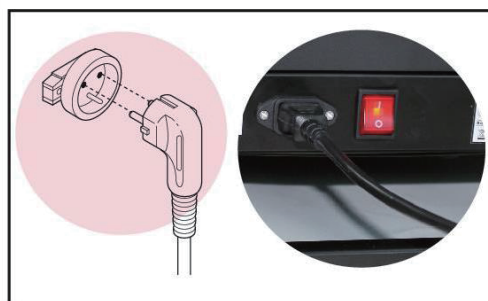
I. PRÉCAUTIONS IMPORTANTES	3
II. CARACTÉRISTIQUES TECHNIQUES PRINCIPALES	6
III. ASSEMBLAGE	7
IV. DIRECTIVES D'ENTRAÎNEMENT	9
V. FONCTIONNEMENT DU TAPIS ROULANT	10
VI. ENTRETIEN	13
VII. INFORMATION SUR LE RECYCLAGE	16
VIII. ERREURS COMMUNS	16



I. PRÉCAUTIONS IMPORTANTES



 HAUTEUR MAXIMUM DE L'UTILISATEUR	140 cm	 POIDS MAXIMUM DE L'UTILISATEUR	100 kg.
---	---------------	---	----------------



AVERTISSEMENT

LA CLÉ DE SÉCURITÉ MUNIE D'UN AIMANT QUI DOIT ÊTRE PLACÉ DANS L'ÉCRAN D'AFFICHAGE. AU BOUT DU LACET SE TROUVE UNE PINCE QUI DOIT ÊTRE ATTACHÉE AUX VÊTEMENTS. LE TAPIS ROULANT NE SE MET EN MARCHÉ QUE SI LA CLÉ EST PLACÉE DANS LE PRÉSENTOIR.

UNE LUBRIFICATION CORRECTE DU TAPIS ROULANT AVEC DE L'HUILE DE SILICIUM OU DU TÉFLON EST VRAIMENT IMPORTANTE. CETTE LUBRIFICATION DOIT ÊTRE EFFECTUÉE RÉGULIÈREMENT EN FONCTION DE CHAQUE PERSONNE, AVANT MÊME SA PREMIÈRE UTILISATION.

VOUS DEVEZ CONSERVER L'EMBALLAGE D'ORIGINE AVEC SES PROTECTIONS, LE REÇU D'ACHAT, LE MANUEL ET LES COMPOSANTS PENDANT LA PÉRIODE DE GARANTIE.

Afin de réduire le risque de subir des blessures graves, lisez attentivement toutes les instructions et tous les avertissements importants concernant l'utilisation d'un tapis roulant avant utilisation.

Notre société n'assume aucune responsabilité pour les blessures corporelles ou les dommages matériels résultant de l'utilisation de ce produit.

1-Avant de commencer tout programme d'entraînement, consultez votre médecin. C'est particulièrement important pour les personnes de plus de 35 ans, les personnes ayant des problèmes de santé et les femmes enceintes.

2-Le propriétaire doit s'assurer que tous les utilisateurs sont correctement informés des avertissements.

3-Utilisez l'équipement comme indiqué dans le manuel d'instructions.

4-Gardez l'équipement dans un espace clos, à l'abri de la poussière ou de l'humidité. Ne le stockez pas dans un garage, une arrière -cour ou près de l'eau. L'humidité, la poussière et l'eau pourraient entraîner un dysfonctionnement de l'appareil, annulant ainsi sa garantie.

5-Placez l'appareil sur une surface plane. Si la surface est inégale, le bon fonctionnement peut être affecté. Certains modèles comprennent des niveleurs ou des fils de nivellement derrière les pieds, ce qui permet de faciliter la mise à niveau. Veuillez lire le manuel pour vérifier si votre appareil est équipé de l'un d'eux.

6- L'appareil doit être placé dans un endroit ventilé. Ne l'utilisez pas dans des endroits avec des sprays ou avec un distributeur d'oxygène. L'air que vous respirez pourrait être affecté et provoquer un accident.

7-Gardez les enfants de moins de 12 ans et les animaux domestiques loin de l'appareil. Gardez la distance de sécurité.

8-Vérifiez dans le manuel le poids maximum que votre appareil peut supporter. Un poids excessif pourrait entraîner un dysfonctionnement du système d'exploitation, qui ne sera pas couvert par la garantie.

9-Portez des vêtements et des chaussures appropriés. N'utilisez pas de vêtements amples qui pourraient s'accrocher.

10-Si votre appareil fonctionne par le biais d'une alimentation électrique : veillez à ce que le cordon d'alimentation et la prise sont en bon état. N'effectuez la connexion que si le circuit est relié à la terre, sinon cela pourrait causer des dommages à l'appareil ou à la propriété que la garantie ne couvrira pas. Les cordons d'alimentation doivent être éloignés des surfaces chaudes.

11-S'il s'agit d'un appareil alimenté par batterie : vérifiez et assurez-vous qu'ils sont suffisamment chargés pour que l'écran fonctionne correctement.

12-Si votre équipement est muni d'une clé de sécurité, veuillez débrancher le produit avant de l'utiliser. La clé de sécurité a un aimant qui doit être mis dans l'écran. À la fin de la dentelle, il y a une pince qui doit être attachée aux vêtements. Le tapis roulant ne commencera à fonctionner que si la clé est placée dans l'écran. CECI EST ESSENTIEL.

13-Si votre appareil fonctionne grâce à une alimentation : ne le mettez pas en marche pendant que vous êtes sur la ceinture. Le moteur serait inutilement chargé. La bonne façon est de vous placer avec les jambes ouvertes, chacune sur un côté de la ceinture et de vous asseoir jusqu'à ce qu'il soit en cours.

14-Si votre appareil fonctionne avec une alimentation électrique : vérifiez la vitesse qu'il peut atteindre, pour votre sécurité. Le mieux est d'ajuster progressivement la vitesse afin d'éviter des changements soudains.

15-Si votre appareil fonctionne grâce à une alimentation électrique : ne laissez jamais la machine sans attention pendant qu'elle fonctionne. Retirez la clé de sécurité, activez le bouton « marche » en « arrêt » et débranchez le cordon d'alimentation.

16-Si votre équipement est muni d'un capteur de pouls, sachez que ce n'est pas un instrument médical. Il est conçu comme une aide à l'entraînement et détermine les tendances de la fréquence cardiaque. Certains facteurs peuvent affecter la précision des interprétations de la fréquence cardiaque, par exemple les mouvements de l'utilisateur.

17-L'appareil ne prend pas trop de place car elles peuvent être pliées. Une fois pliées, assurez-vous que tout est bien assemblé au système de verrouillage, qu'il s'agisse d'une serrure ou d'un moteur hydraulique. N'essayez pas de la déplacer ou de la soulever si vous n'êtes pas assuré. Si un dommage survient alors que la machine n'était pas assurée, il ne serait pas couvert par la garantie.

18-Vérifiez et serrez régulièrement toutes les vis, car les vis et les écrous ont tendance à se desserrer sous l'effet des vibrations. Les dommages causés par un manque d'entretien ne seront pas couverts par la garantie.

19-Une lubrification correcte du tapis roulant avec de l'huile de silicium ou du téflon est TRÈS IMPORTANTE. Cette lubrification doit être effectuée régulièrement en fonction de conditions personnelles, même avant sa première utilisation. La lubrification doit être effectuée de la manière suivante : débranchez l'appareil de l'alimentation électrique (au cas où vous en auriez une), tirez la tapisserie par le côté d'une main et étalez l'huile sur la planche. Répétez cette procédure depuis l'autre côté latéral. Branchez l'appareil à l'alimentation électrique (si vous en avez une) et mettez le bouton « marche » (bouton rouge) dans la position correcte (I), insérez la clé de sécurité et laissez le tapis roulant fonctionner pendant plusieurs minutes sans aucun poids dessus. Répétez cette action régulièrement.

20- Deux personnes sont requis pour retirer l'appareil de son emballage. Sinon, les dommages causés à ce moment ne seront pas couverts par la garantie.

21-Ne laissez aucun objet tomber dans les rainures.

22-Si l'appareil fonctionne avec un cordon d'alimentation : débranchez toujours le cordon d'alimentation avant de le nettoyer, après l'entraînement et avant d'effectuer toute opération de maintenance.

23-Cet appareil est conçu pour un usage domestique et dans un lieu intérieur, pas pour un environnement professionnel ou extérieur.

24-Faites une séance d'entraînement avec des étirements avant et après les séances, vous éviterez les blessures.

25-Buvez de l'eau avant, pendant et après l'entraînement.

26-Si vous commencez à ressentir des douleurs ou des vertiges pendant l'entraînement : **ARRÊTEZ IMMÉDIATEMENT.**

27-Vous devez conserver l'emballage d'origine avec ses protections, manuel et composants pendant la période de garantie.

28-Les accessoires peuvent être différents des autres modèles.

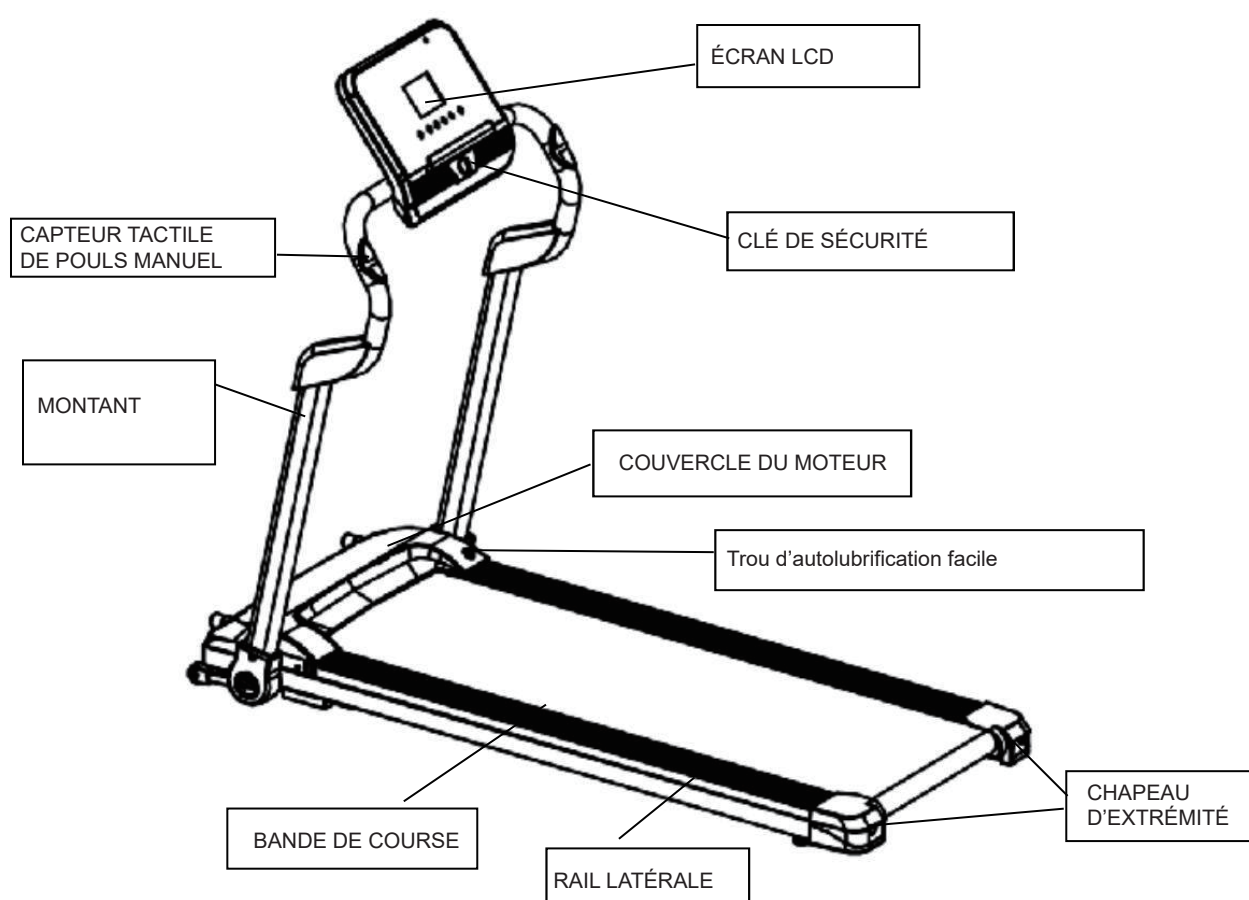
29- Ce produit électronique ne peut en aucun cas être jeté dans les poubelles municipales. Dans le but de préserver l'environnement, ce produit doit être recyclé conformément à la loi applicable dans votre pays. Veuillez contacter votre mairie pour en savoir plus sur cette procédure.

30-Si vous avez besoin d'une assistance technique ou de conseils pour l'installation des pièces, vous pouvez nous contacter.

VOUS DEVEZ CONSERVER LE REÇU D'ACHAT AFIN D'AVOIR ACCÈS À CE SERVICE

CONSERVEZ CES CONSEILS POUR TOUTE RÉFÉRENCE ULTÉRIEURE

II. CARACTÉRISTIQUES TECHNIQUES PRINCIPALES

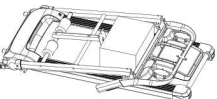


Tension d'entrée	220V±10%
Fréquence	50/60 HZ
Zone de course	1220X410mm
Fonction	Durée, Vitesse, Distance, Calorie, Fréquence cardiaque
Plage de vitesse	1,0 à 12 KM/H
Poids maximum de l'utilisateur	100kgs
Puissance	400 W

III. ASSEMBLAGE

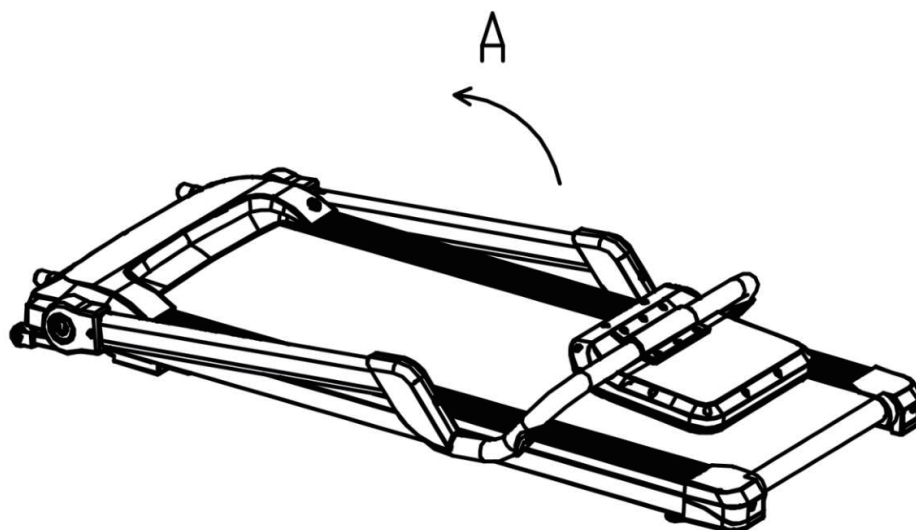


MISE EN GARDE : L'ASSEMBLAGE NÉCESSITE DEUX PERSONNES

No.	Accessoires	Qté
1	Bouton M10 	2
2	Huile de silicone 	1
3	Clé de 5 mm 	1
4	Clé de 6 mm 	1
5	Clé à molettes multiples 	1
6	Clé de sécurité 	1
7	Cadre principal 	1

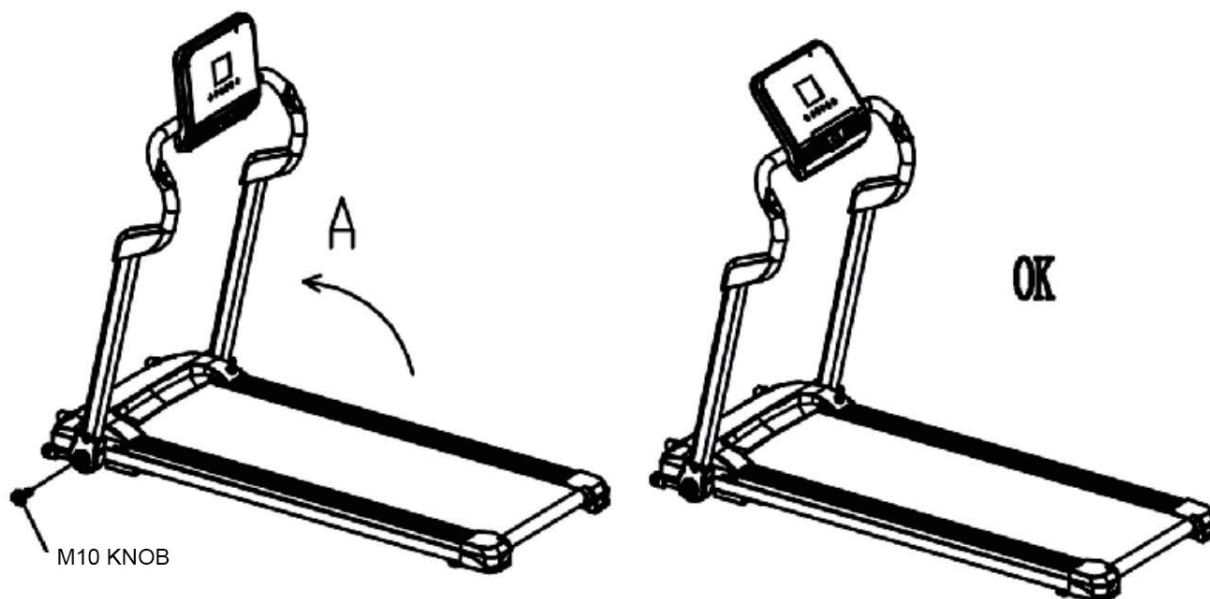
ÉTAPE 1

Ouvrez le carton, retirez toute la machine. Ensuite, soulevez le panneau et redressez-vous dans le sens de la flèche A.



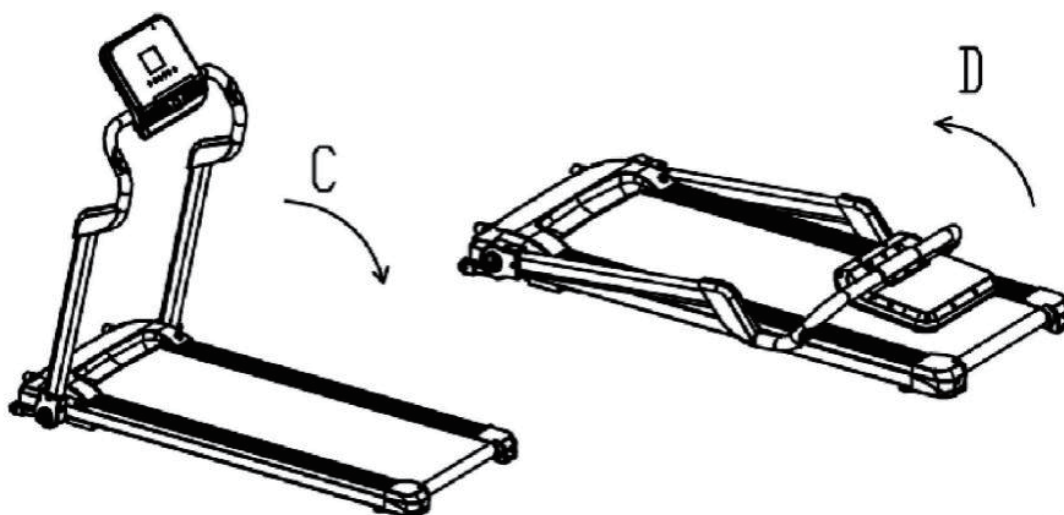
ÉTAPE 2

Soulevez les montants comme indiqué dans la figure et verrouillez-les avec 2 vis de bouton M10 des deux côtés.

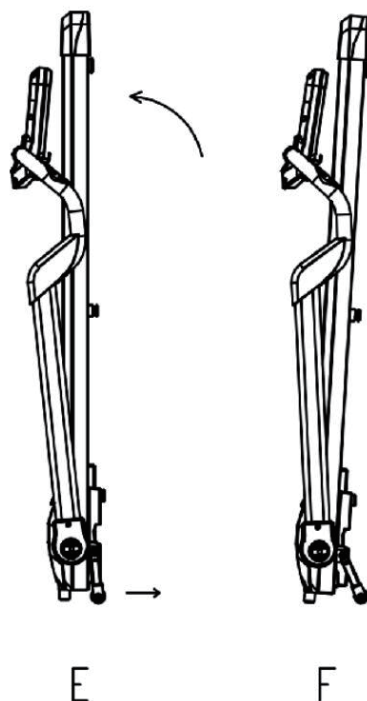


ÉTAPE 3 Comment plier le tapis roulant

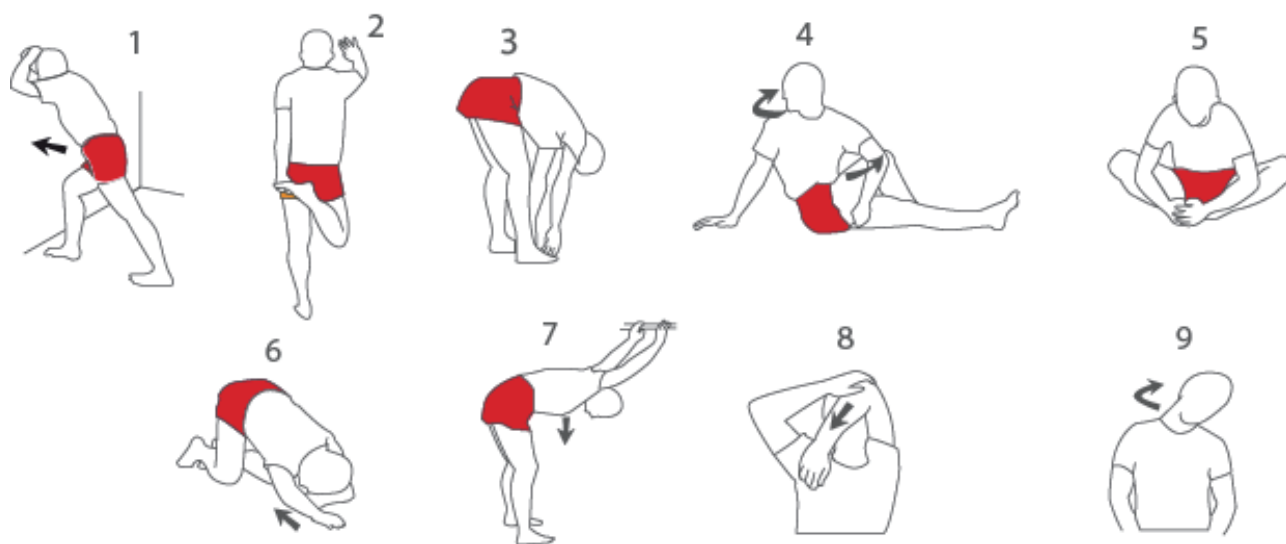
Desserrez 2 vis de bouton M10 des deux côtés des montants, puis soulevez la machine dans la direction D.



Le tapis roulant est debout jusqu'à ce que la roue mobile apparaisse dans la direction de la position F.



IV. DIRECTIVES D'ENTRAÎNEMENT



ATTENTION : Avant de commencer à utiliser ce programme ou tout autre programme d'exercice, consultez votre médecin. Ceci est particulièrement important pour les personnes de plus de 35 ans, ou pour les personnes ayant des problèmes de santé. Si votre équipement est équipé d'un capteur de pouls, vous devez garder à l'esprit qu'il ne s'agit pas d'un instrument médical. Plusieurs facteurs peuvent varier la précision des interprétations de la fréquence cardiaque. Le capteur de pouls n'est qu'une aide pour les travaux, déterminant les tendances générales de la fréquence cardiaque.

PROGRAMME AVEC DES EXERCICES D'ÉCHAUFFEMENT :

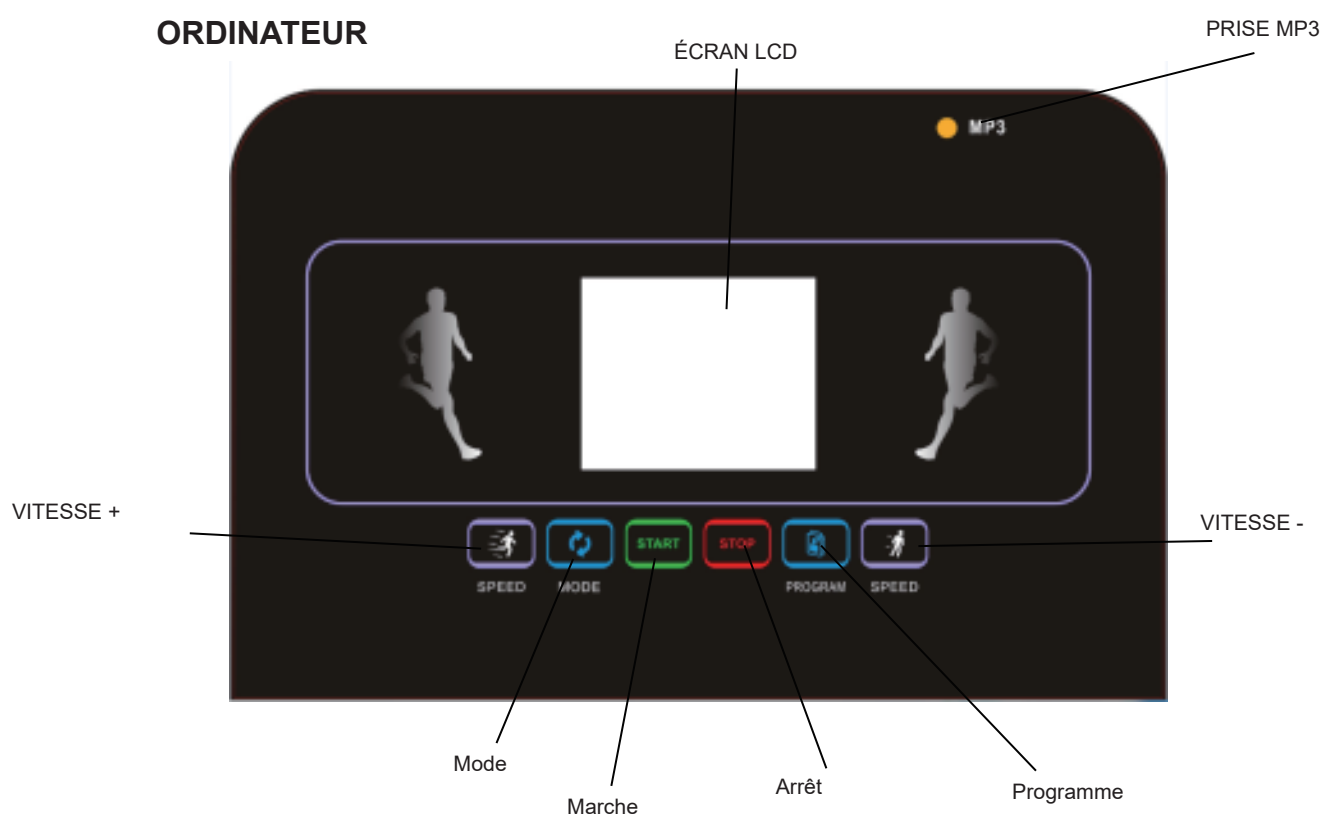
ÉCHAUFFEMENT : commencez à vous étirer et à activer légèrement les muscles entre 5 et 10 minutes. L'échauffement augmentera votre température corporelle, votre rythme cardiaque et votre flux sanguin, vous rendant ainsi prêt pour les entraînements.

- **EXERCICE axée sur la zone D'ENTRAÎNEMENT** : Faites quelques exercices pendant 20 à 30 minutes avec votre rythme cardiaque (ne maintenez pas votre rythme cardiaque plus de 20 minutes pendant les premières semaines du programme d'exercice). Respirez constamment et profondément pendant l'entraînement (ne retenez jamais votre respiration).

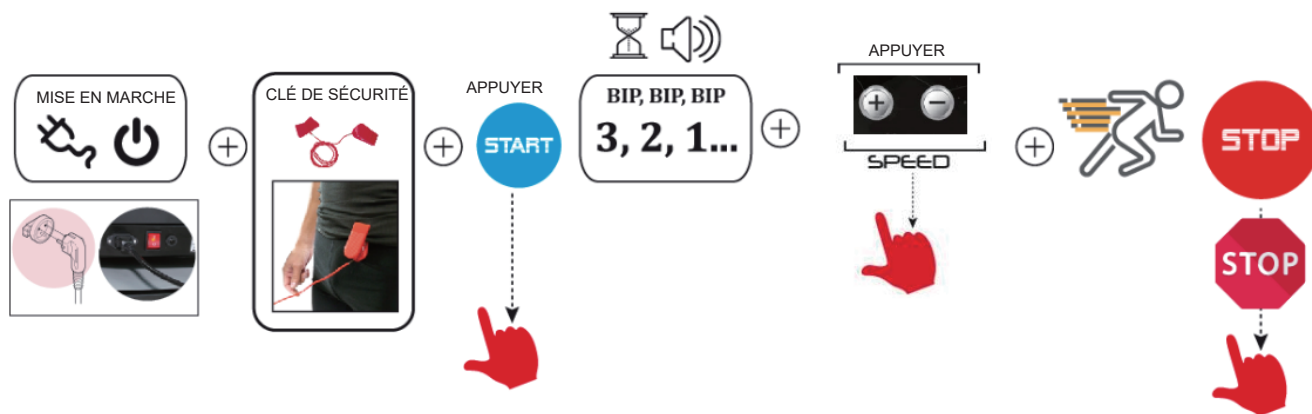
- **REFROIDISSEMENT** : Terminez par des exercices d'étirement pendant 5 à 10 minutes. Les étirements augmentent la flexibilité de vos muscles et vous aident à éviter les blessures après l'entraînement.

Fréquence de L'ENTRAÎNEMENT : Afin d'être en forme ou d'améliorer votre forme, effectuez trois séances d'entraînement par semaine, avec un jour de repos entre les séances. Après quelques mois d'entraînement régulier, vous serez en mesure d'effectuer jusqu'à cinq séances d'entraînement par semaine.

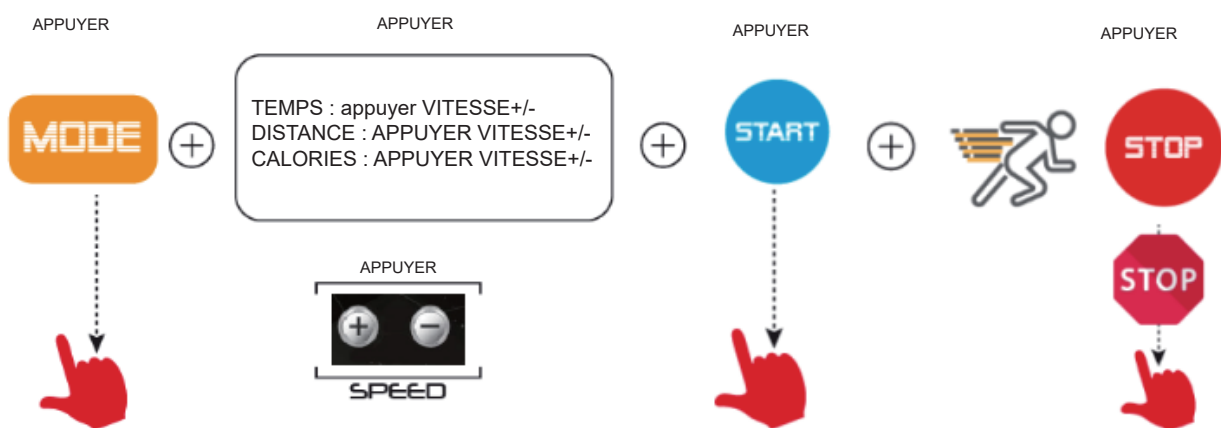
V. FONCTIONNEMENT DU TAPIS ROULANT



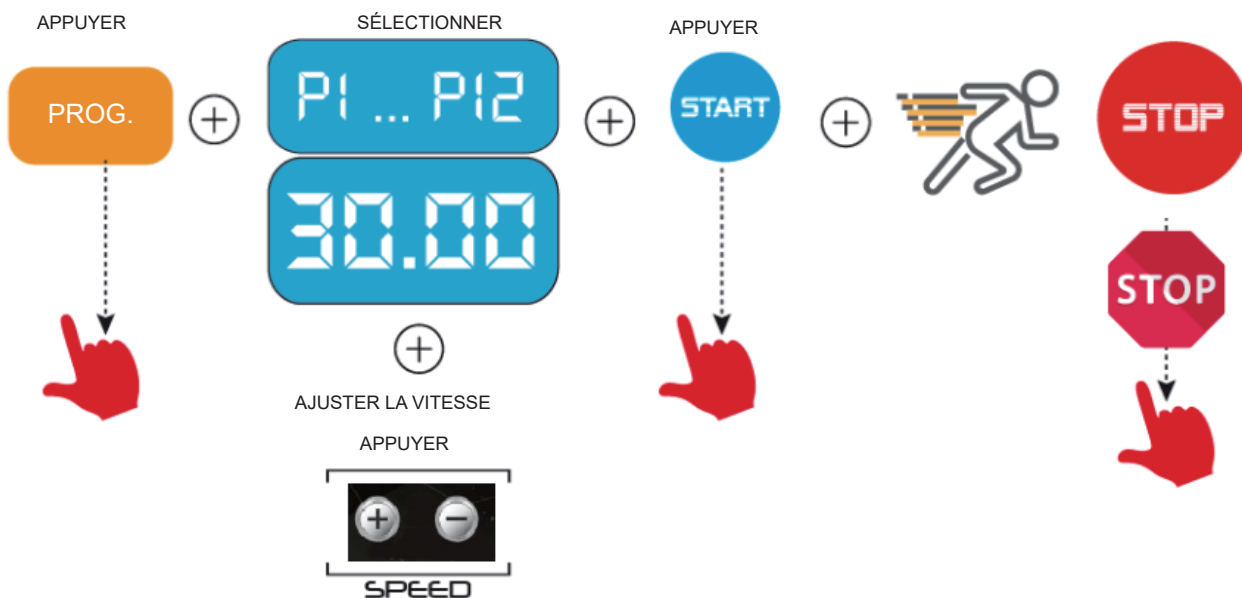
MANUAL



MODUS



PROGRAMM



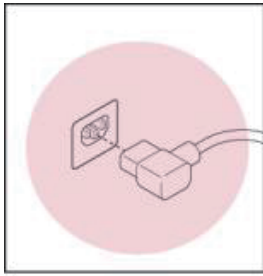
SECTION DE TEMPS PROGRAMME		TEMPS DE RÉGLAGE / 20 = TEMPS D'OPÉRATION DE CHAQUE SECTION																			
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
P01	VITESSE	2	3	3	4	5	3	4	5	5	3	4	5	4	4	4	2	3	3	5	3
P02	VITESSE	2	4	4	5	6	4	6	6	6	4	5	6	4	4	4	2	2	5	4	1
P03	VITESSE	2	4	4	6	6	4	7	7	7	4	7	7	4	4	4	2	4	5	3	2
P04	VITESSE	3	5	5	6	7	7	5	7	7	8	8	5	8	5	5	6	6	4	4	3
P05	VITESSE	2	4	4	5	6	7	7	5	6	7	8	8	5	4	3	3	6	5	4	2
P06	VITESSE	2	4	3	4	5	4	8	7	5	7	8	3	6	4	4	2	5	4	3	2
P07	VITESSE	2	3	3	3	4	5	3	4	5	3	4	5	3	3	3	6	6	5	3	3
P08	VITESSE	2	3	3	6	7	7	4	6	7	4	6	7	4	4	4	2	3	4	4	2
P09	VITESSE	2	4	4	7	7	4	7	8	4	8	8	8	4	4	4	5	6	3	3	2
P10	VITESSE	2	4	5	6	7	5	4	6	8	8	6	6	5	4	4	2	4	4	3	3
P11	VITESSE	3	4	5	8	5	8	5	5	5	8	5	5	5	5	8	8	8	7	6	3
P12	VITESSE	2	5	8	8	7	7	8	8	7	7	8	8	6	6	8	8	5	5	4	3

Annexe 1 : P1- P12 Programme Programme d'exercices

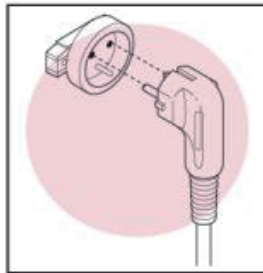
MUSIQUE MP3



VI. ENTRETIEN



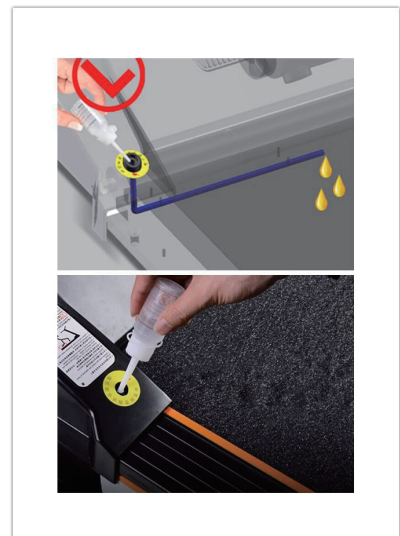
Ce produit doit être mis à la terre. Si le cordon d'alimentation est endommagé, il doit être remplacé par un cordon d'alimentation recommandé par le fabricant.



NE PAS EMMÊLER LE CORDON D'ALIMENTATION

ENTRETIEN RÉGULIER DU TAPIS ROULANT

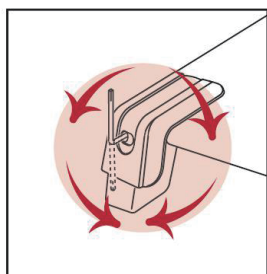
- **STOCKAGE** : stockez votre appareil dans un endroit clos, à l'abri de la poussière et de l'humidité. Ne le rangez ni dans un garage, ni dans une arrière-cour, ni près de l'eau. L'humidité, la poussière et l'eau pourraient l'endommager et avoir une influence sur son fonctionnement.
- **CÂBLE ÉLECTRIQUE** : veillez à ce que le câble et la fiche sont en bon état. Les câbles électriques doivent être éloignés des surfaces chaudes
- **VIS ET CÂBLES DE CONNEXION** : Surveillez et serrez les vis sur une base régulière, car en raison des vibrations, les vis et les écrous ont tendance à se desserrer.



• **LUBRIFICATION** : Il est très important de lubrifier correctement le tapis de course avec de l'huile de silicone ou du téflon. Cette lubrification doit être effectuée régulièrement en fonction de son utilisation, même avant la première utilisation. Il y a un trou pour ajouter d'huile sur le couvercle du moteur. Après avoir démarré la machine, passez à la vitesse la plus élevée, puis ajoutez l'huile dans le trou, l'huile se répandra à partir du milieu entre la bande de roulement et la planche. L'huile se répandra à partir du milieu entre la bande de course et la planche.

< 3 heures/semaine	2 mois
4 à 7 heures/semaine	1 mois
> 8 heures/semaine	15 jours

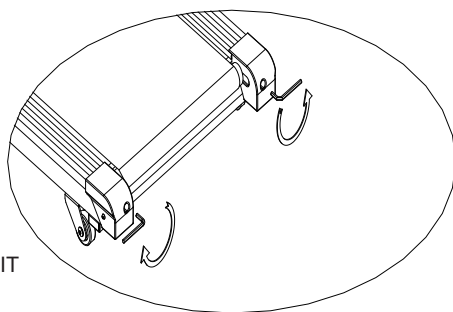
• **ALIGNEZ ET TENDEZ LA BANDE DU TAPIS ROULANT**



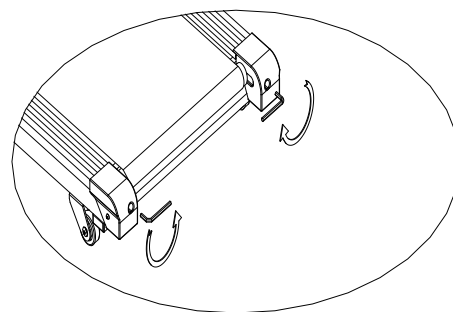
BOULON GAUCHE

BOULON DROIT

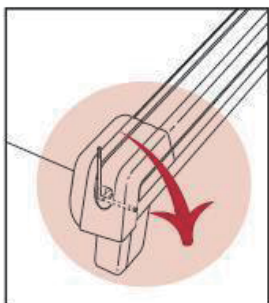
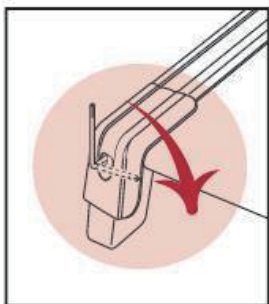
• **ALIGNEZ LA BANDE** : En raison de son utilisation, la bande peut se décentrer. Si la bande s'est déplacée vers la gauche, démarrez le tapis de course et augmentez la vitesse à 3MPH. Tourner le boulon de fixation gauche avec la clé de 5 mm dans le sens horaire ou le boulon de fixation droit dans le sens antihoraire. Ne tendez pas trop la bande pour pouvoir marcher. Répétez cette procédure jusqu'à ce que la bande soit correctement alignée.



Si la bande dévie vers la gauche, ajustez la vis sur le côté gauche dans le sens horaire ou la vis sur le côté droit dans le sens antihoraire

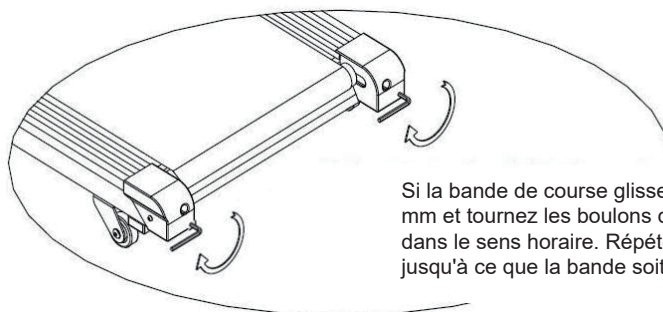


Si la bande dévie vers la droite, ajustez la vis sur le côté droit dans le sens horaire ou la vis sur le côté gauche dans le sens antihoraire

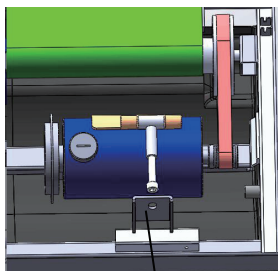


BOULON GAUCHE BOULON DROIT

• **TENDRE LA BANDE** : (si la bande glisse sur le tapis de course pendant la marche). Mettez le tapis roulant en marche et augmentez la vitesse à 3MPH. À l'aide de la clé de 5 mm, tournez les deux boulons de 1/4 dans le sens horaire. Si la bande est correctement serrée pour marcher, vous devez être capable de tirer vers le haut chaque côté de la bande à 5 ou 7 cm de la plate-forme. Faites attention et maintenez la bande alignée. Répétez cette procédure jusqu'à ce que la bande soit correctement tendue.



Si la bande de course glisse, utilisez une clé de 6 mm et tournez les boulons des deux côtés de 1/4 dans le sens horaire. Répétez cette procédure jusqu'à ce que la bande soit correctement tendue.



Boulon de réglage

• **SERRER LA COURROIE D'ENTRAÎNEMENT** : si la courroie d'entraînement se desserre après l'avoir utilisé pendant un certain temps, vous devez:

(1) Ouvrez le capot moteur.

(2) Utilisez la clé de 5 mm pour tourner le boulon de réglage dans le sens horaire

Répétez cette procédure jusqu'à ce que la courroie d'entraînement ne soit plus glissante.

• **NETTOYAGE** : N'utilisez pas de produits abrasifs. Un chiffon humide suffit.

• **MISE A NIVEAU** : Si votre appareil est équipé de roues de mise à niveau. Veuillez les ajuster afin d'éviter les vibrations et donc les dysfonctionnements.

• **CONSERVEZ CES CONSEILS DE MAINTENANCE POUR RÉFÉRENCE ULTERIEURE.**

VII. INFORMATIONS SUR LE RECYCLAGE

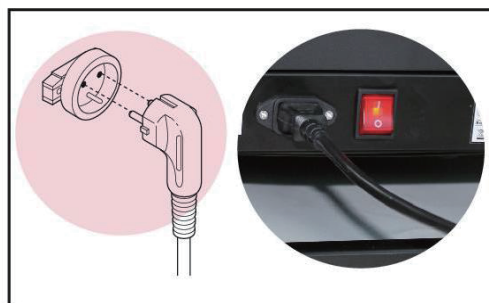


Ce produit électronique ne doit pas être éliminé dans les déchets municipaux. Pour préserver l'environnement, ce produit doit être recyclé après sa durée de vie utile tel que l'exige la loi.

VIII. ERREURS COMMUNS :

CODE D'ERREUR		CAUSE	SOLUTION
AUCUN AFFICHAGE		A) L'appareil n'est pas mis sous tension	Connectez l'alimentation
		B) l'interrupteur d'alimentation ne s'allume pas	Allumez l'interrupteur
		C) PCB pas d'alimentation ou cassé	Appuyez sur le protecteur de surcharge ou changez le nouveau PCB
		D) Fil de signal non connecté	Reconnectez le fil de signal ou changez-en un nouveau
		E) ordinateur cassé	Changez d'ordinateur
		F) Voyant de fond brisé	Vérifiez le fil lumineux d'arrière-plan ou changez-en un nouveau
NE PAS AFFICHER TOUTES LES INFORMATIONS		A) Lecteur d'affichage IC pas bien inséré	Réinsérez le circuit intégré et soudez-le à nouveau ou changez-en un nouveau
		B) Glissement de joint EMI, pas bien fixé	Réassemblez l'écran
NE PAS FONCTIONNER CORRECTEMENT		A) La position de conduite a une résistance	Ajustez la position de conduite ou ajoutez de l'huile de silicium
		B) Bande de course trop serrée ou trop lâche	Régler la tension de la courroie
		C) Couple PCB trop grand ou trop petit	Ajustez le couple à la bonne position
	- - -	A) Clé de sécurité désactivée	Mettez la clé de sécurité
	E01	A) Le fil de signal n'est pas bien connecté	Rebranchez le fil de signal
		B) Fil de signal brisé	Remplacez le fil de signal
		C) Fil de signal brisé	Remplacez l'ordinateur
		D) PCB cassé	Changez le nouveau PCB
	E02	A) Fil moteur pas bien connecté, ou circuit ouvert	Reconnectez le fil du moteur ou changez le nouveau moteur
		B) IGBT sur PCB cassé	Changez le nouveau PCB

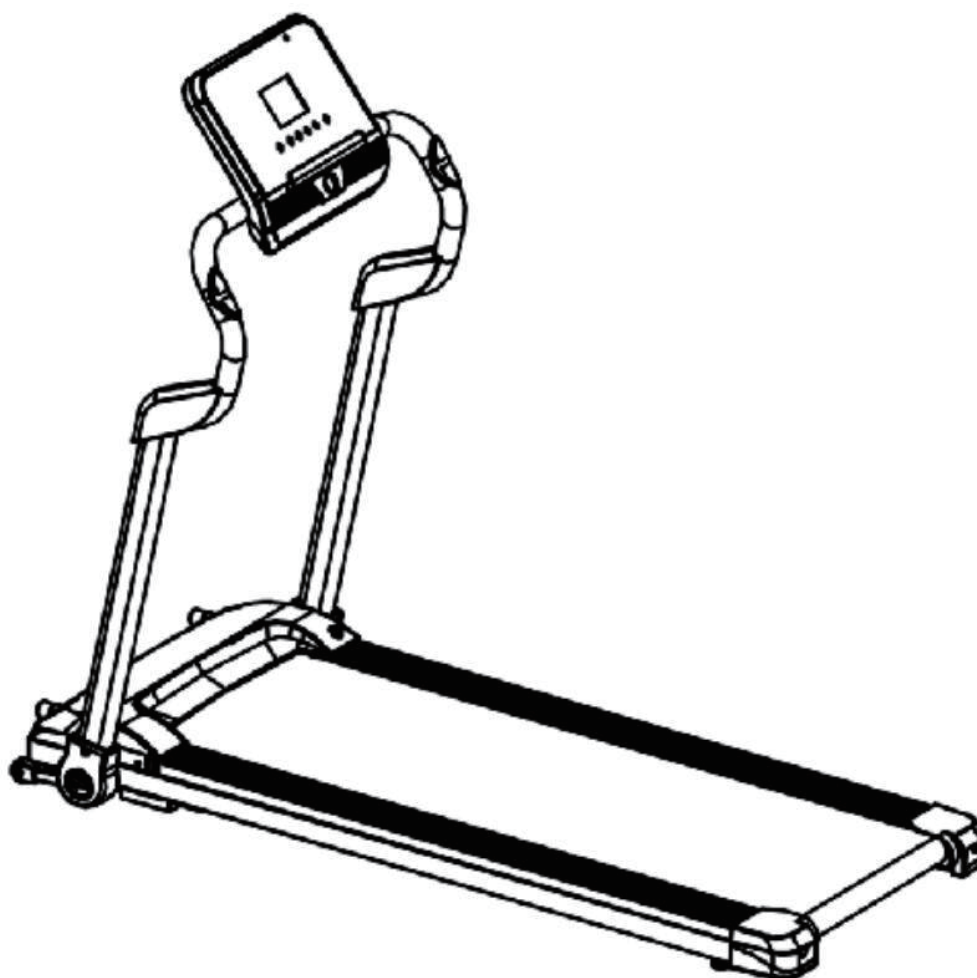
		C) Tension d'entrée trop faible	Arrêtez d'utiliser, demandez à l'électricien de vérifier
E03		A) Fil de signal de vitesse pas bien connecté, ou capteur cassé	Reconnectez le fil de signal de vitesse ou changez le nouveau fil du capteur
		B) PCB cassé	Changez le nouveau PCB
E04		A) Le fil du moteur d'inclinaison n'est pas bien connecté	Reconnectez le fil du moteur d'inclinaison
		B) Moteur d'inclinaison cassé	Changez le nouveau moteur d'inclinaison
		C) PCB cassé	Changez le nouveau PCB
E05		A) Surchargé	Éteignez et redémarrez la machine
		B) Obstacle de la position de conduite	Ajustez la position de conduite, ou une huile dd
		C) Court-circuit du moteur	Changez le nouveau moteur
		D) PCB brûlé	Changez le nouveau PCB
E06		A) Le fil de moteur n'est pas bien connecté	Reconnectez le fil du moteur



Une lubrification correcte du tapis roulant avec de l'huile de silicium ou du téflon est TRÈS IMPORTANTE. Cette lubrification doit être effectuée régulièrement en fonction de chaque personne, avant même sa première utilisation.

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

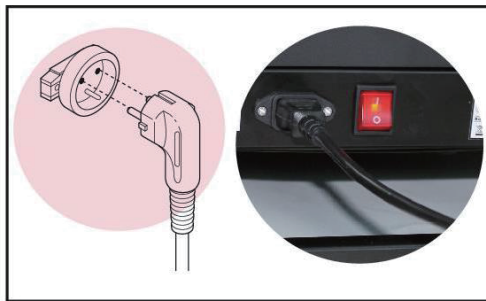
I. IMPORTANT PRECAUTIONS	20
II. MAIN TECHNICAL FEATURES	23
III. ASSEMBLY	24
IV. WORKOUT GUIDELINES	26
V. TREADMILL OPERATION	27
VI. MAINTENANCE	30
VII. RECYCLING INFORM	33
VIII. COMMON ERRORS	33



I.IMPORTANT PRECAUTIONS



	MINIMUM USER HEIGHT	140 cm		MAX USER WEIGHT	100 kg.
---	---------------------------	--------	---	-----------------------	---------



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.

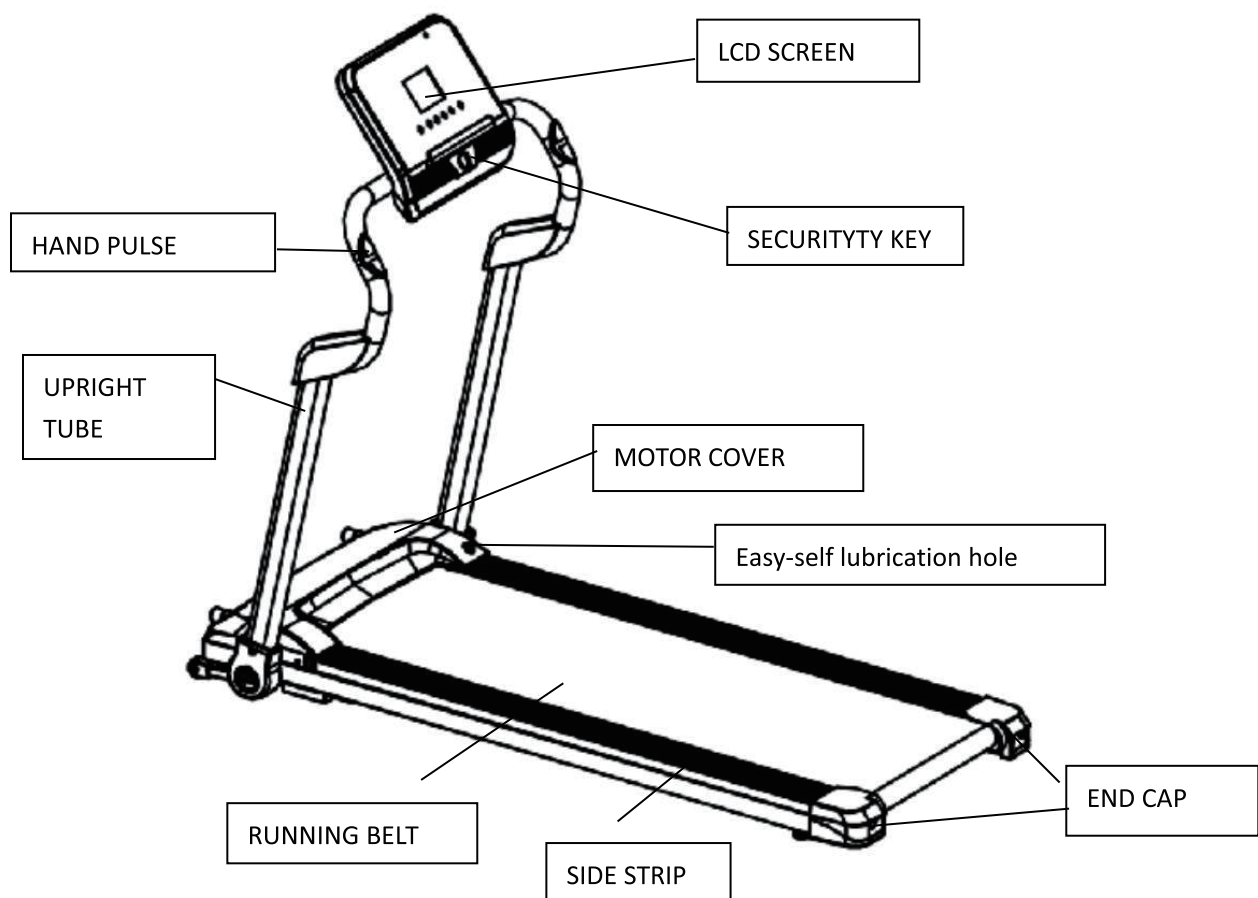
29-This electronic product can't be thrown under any circumstances into the municipal rubbish bins. With the aim of preserving the environment, this product must be recycled according to the applicable law of your country. Please contact your town council to know more about this procedure.

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

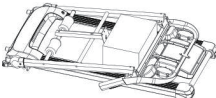


Input Voltage	220V±10%
Frequency	50/60 HZ
Running area	1220X410mm
Function	Time, Speed, distance, Calorie, heart rate
Speed Range	1.0-12KM/H
Max user weight	100kgs
Power	400W

III.ASSEMBLY

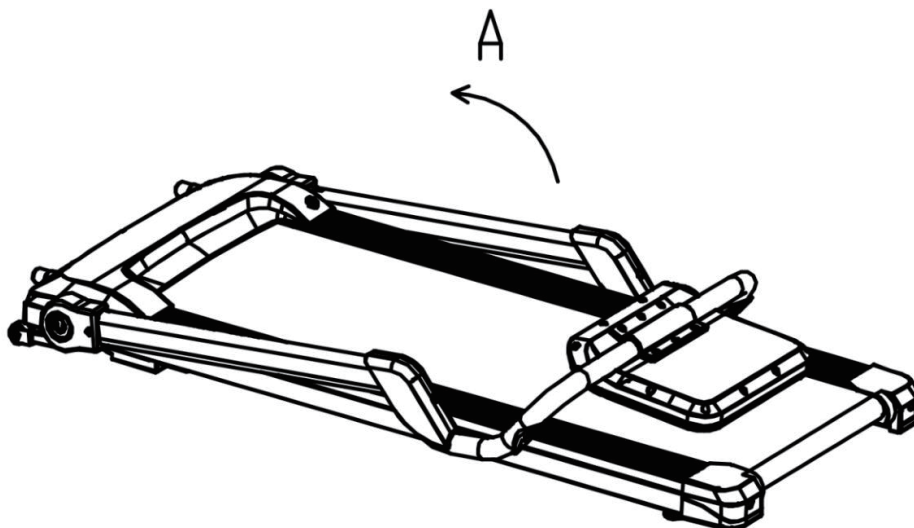


NOTICE: ASSEMBLY REQUIRES TWO PERSONS

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

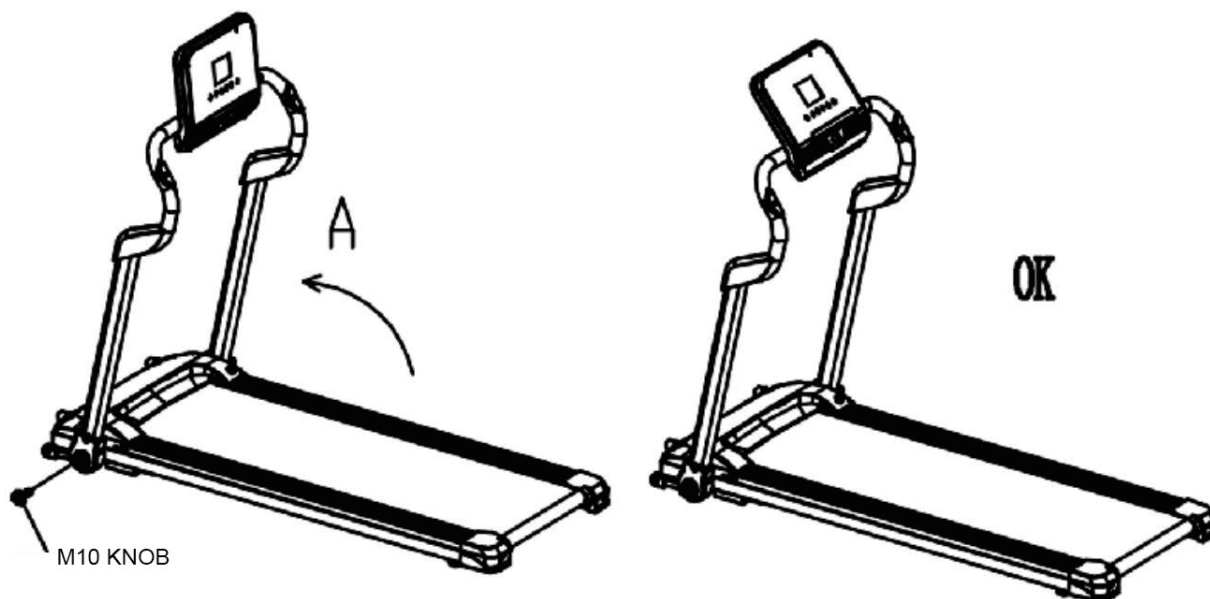
STEP 1

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



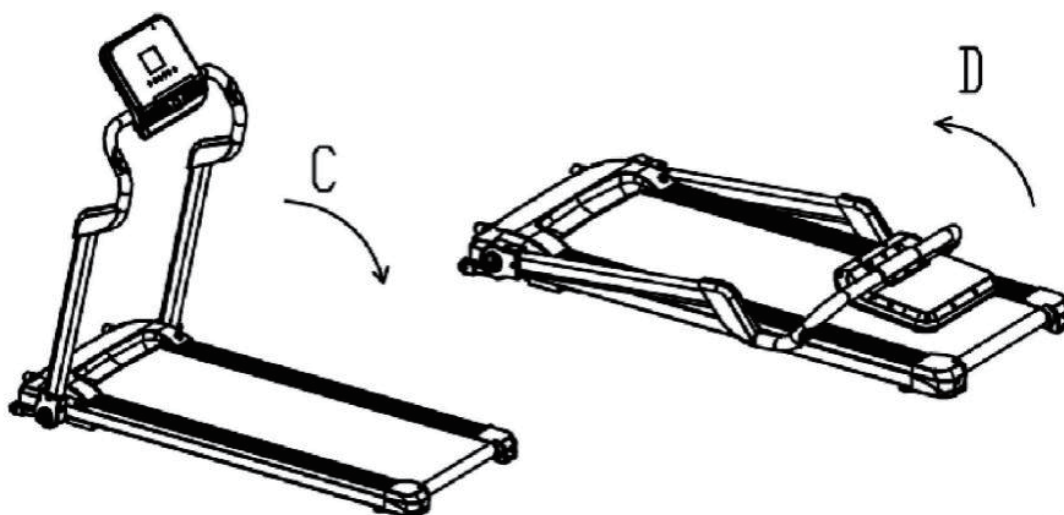
STEP 2

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

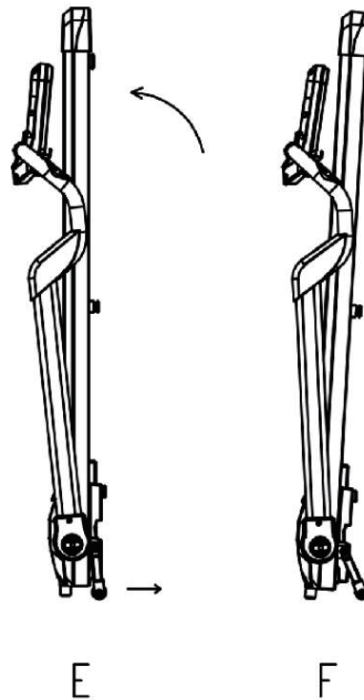


STEP 3: How to fold treadmill.

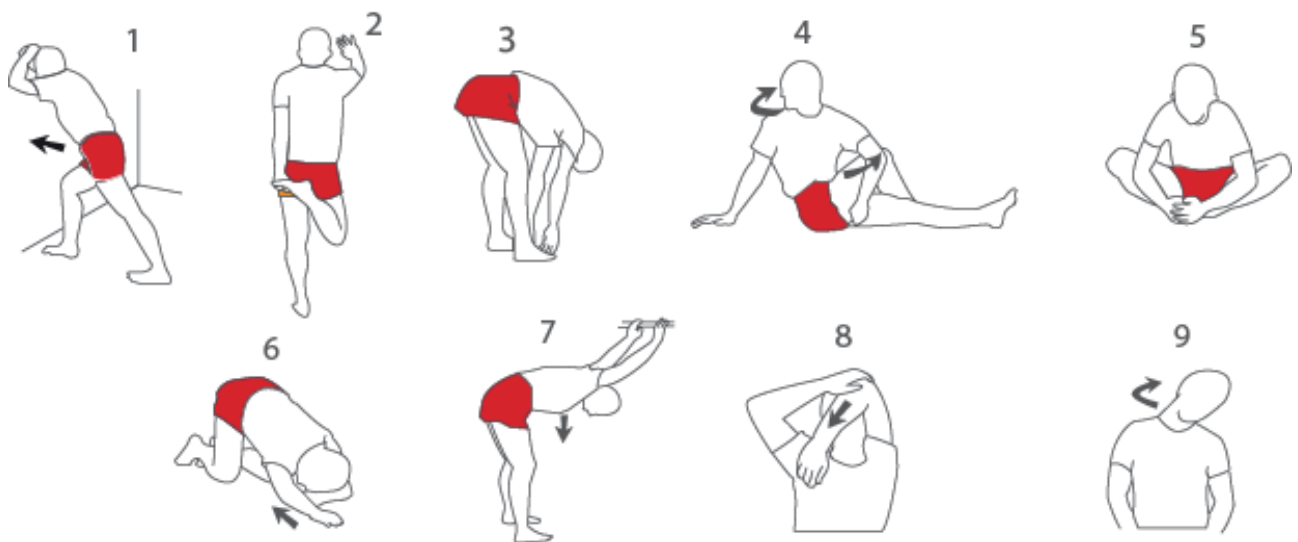
Loosen 2pcs M10 knob from both side of upright posts, then lift up the machine in the D direction.



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:

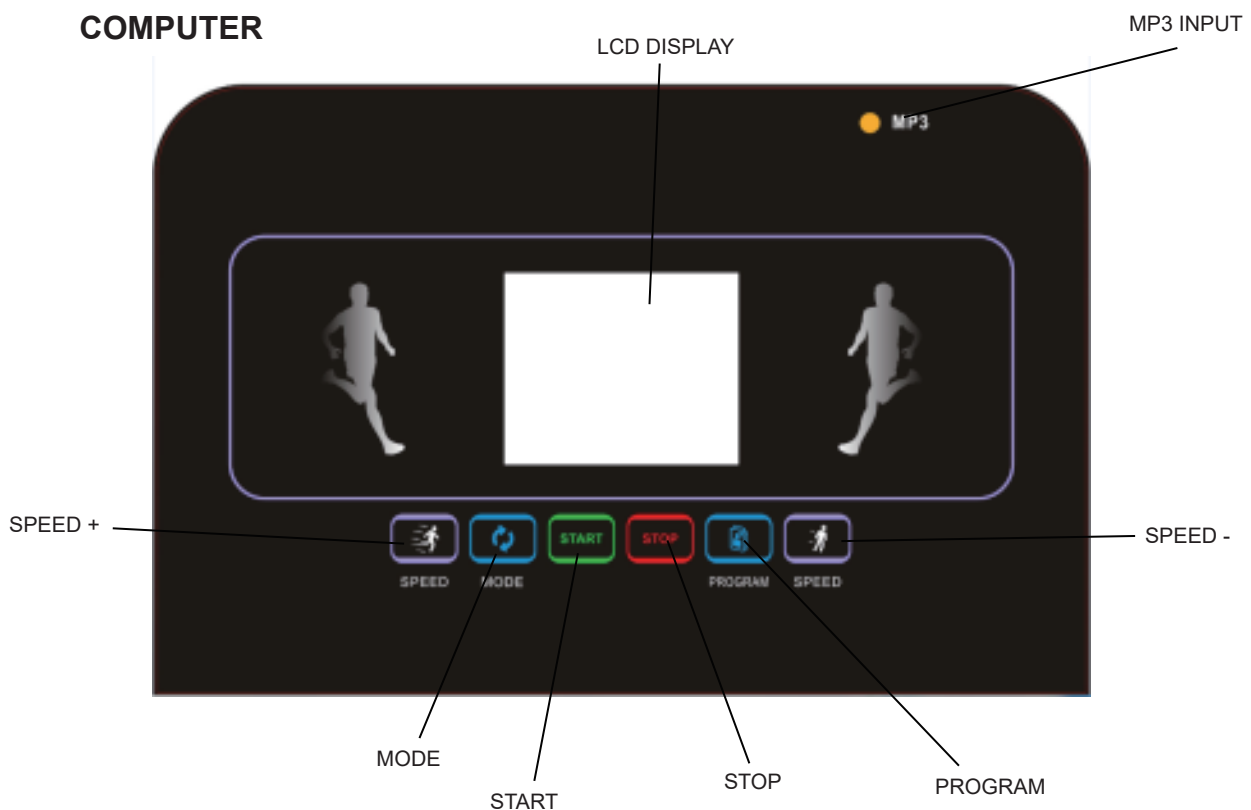
Warm up: Start stretching and slightly activating the muscles between 5 and 10 minutes. The warmup will increase your corporal temperature, your heart rate and your blood flow, making you ready for the workouts.

- **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).

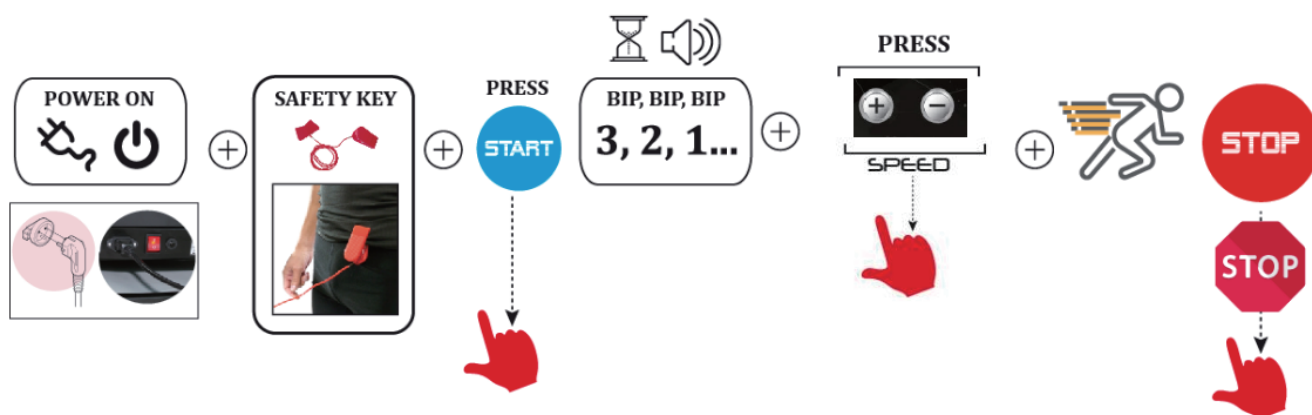
- **Cool down:** Finish with stretching exercises for 5-10 minutes. Stretching increases the flexibility of your muscles and help you to avoid injuries after the workouts.

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.

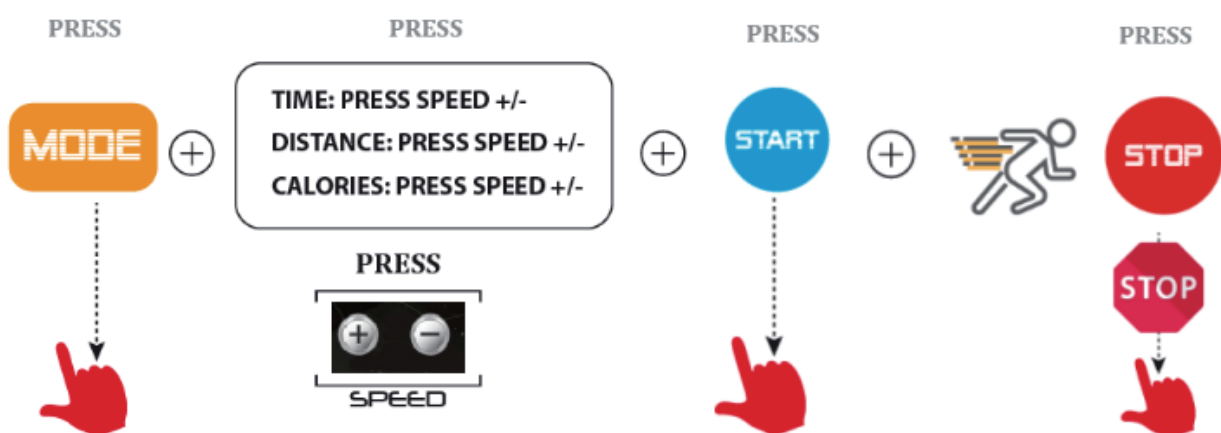
V.TREADMILL OPERATION



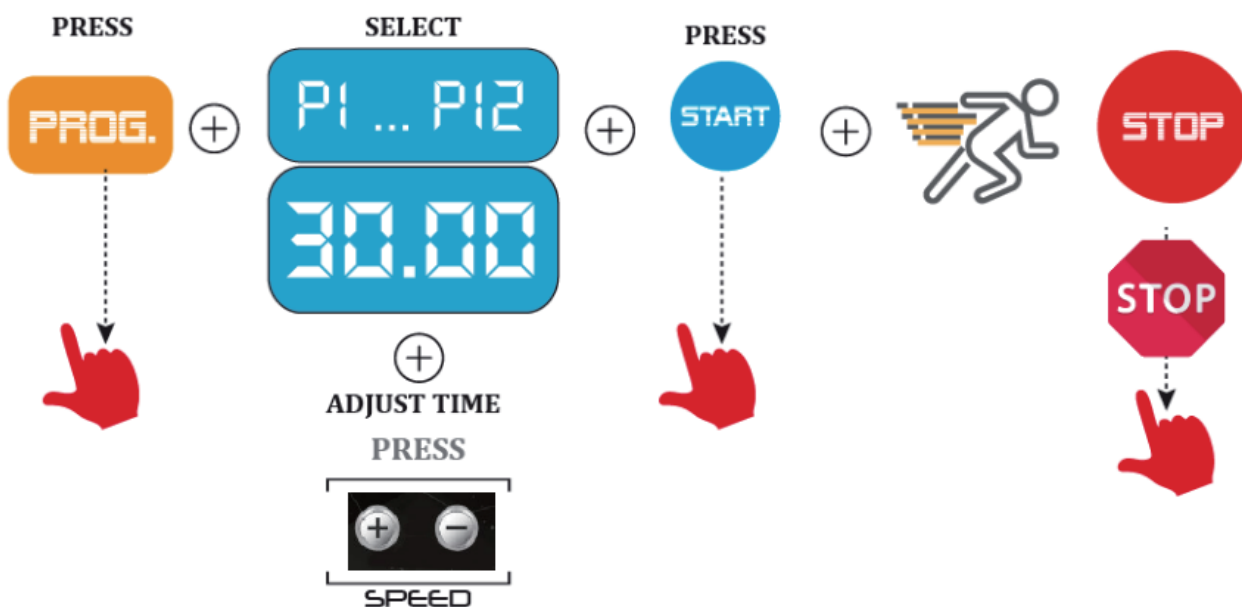
MANUAL



MODE



PROGRAM



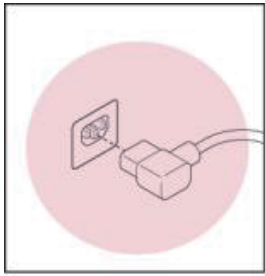
TIME SECTION PROGRAM		SETTING TIME / 20= EACH SECTION OPERATION TIME																			
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
P01	SPEED	2	3	3	4	5	3	4	5	5	3	4	5	4	4	4	2	3	3	5	3
P02	SPEED	2	4	4	5	6	4	6	6	6	4	5	6	4	4	4	2	2	5	4	1
P03	SPEED	2	4	4	6	6	4	7	7	7	4	7	7	4	4	4	2	4	5	3	2
P04	SPEED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

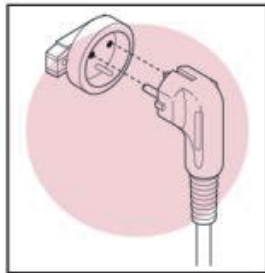
MP3 MUSIC



VI. MAINTENANCE



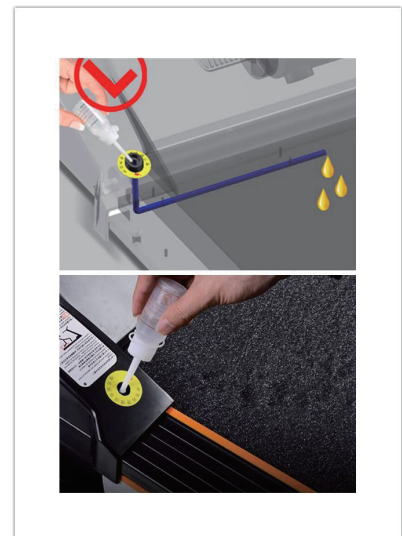
This product must be earthed. If the power cord is damaged, it must be replaced with a manufacturer recommended power cord.



DO NOT TANGLE THE POWER CORD

REGULAR MAINTENANCE OF THE TREADMILL

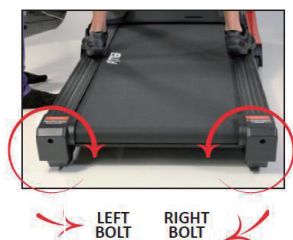
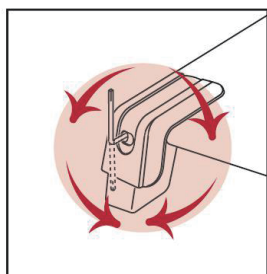
- **STORAGE:** Keep your equipment in a enclosed place, away from dust or humidity. Don't store it neither in a garage or in a indoor backyard, or near the water. Humidity, dust and water could damage it and have an effect on its functionality.
- **ELECTRIC CABLE:** Make sure that the cable and plug 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.



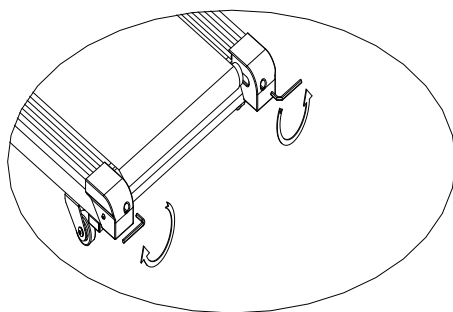
• **LUBRICATION:** It is a correct lubrication of the treadmill with silicon oil or teflon is really important. This lubrication must be performed regularly. Depending on its use even before the first use. There is a hole for adding oil on motor cover. After starting machine, please change to highest 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

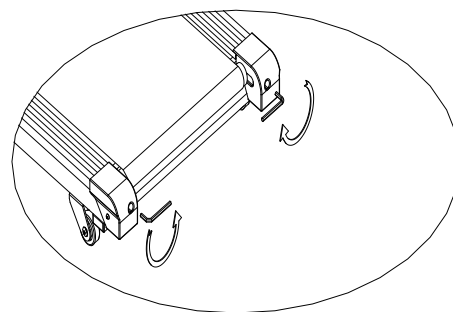
• **ALIGN AND TIGHTEN THE BELT OF THE TREADMILL**



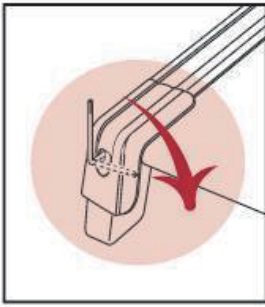
• **ALIGN THE BELT:** Due to its use, the belt can move off center. If the belt has moved to the left, start treadmill, and increase the speed to 3MPH. Use the 5mm Wrench to turn the fixed left bolt clockwise or turn the fixed right bolt counterclockwise. Do not tighten the belt too much in order to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



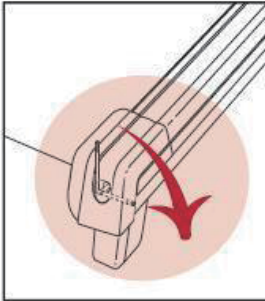
If deviate to the left, then adjust the screw on the left side clockwise or the screw on the right side anticlockwise.



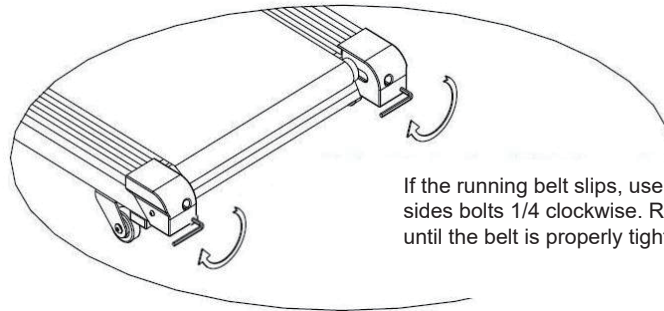
If deviate to the right, then adjust the screw on the right side clockwise or the screw on the left side anticlockwise.



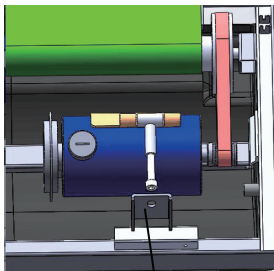
• **TIGHTEN THE BELT:** (if the belt slips on the treadmill when walking). Start treadmill and increase the speed to 3MPH. Using the 5mm Wrench, turn both bolts 1/4 clockwise. If the belt is properly tight to walk, you must be able to pull up each side of the belt 5 or 7 cm off the platform. Be careful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

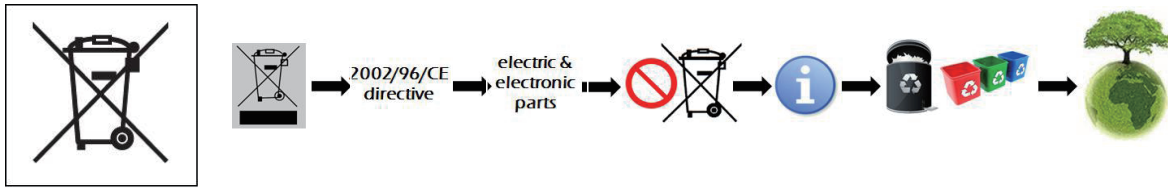
• **TIGHTEN THE DRIVE BELT:** If the drive belt becomes loose after using for a period, you need to:

- (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

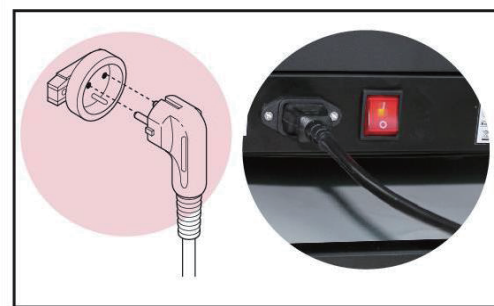


This electronic product must not be disposed of in municipal waste. To preserve the environment, this product must be recycled after its useful life as required by law.

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	Re-connect signal wire
		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.

