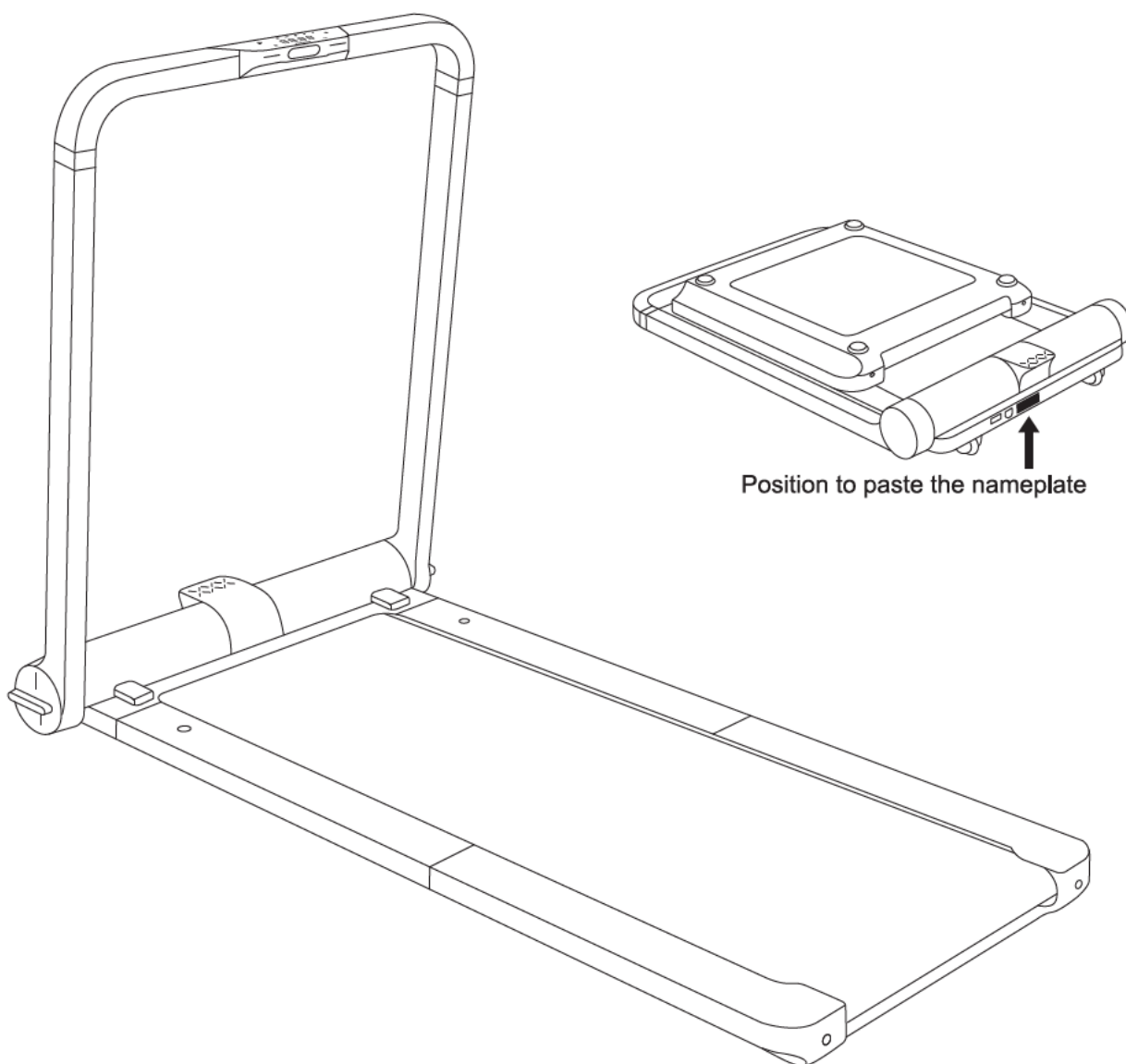


KINGSMITH WalkingPad Treadmill

TRMC11F

USER MANUAL



WARNING

Please be careful to avoid slipping and injury when using.
Don't let children approach or use this equipment.



The Treadmill has an innovative design with multiple folding. Mind your hands when folding/unfolding it.
Please read the user manual carefully before using the appliance to ensure safe and proper use. Save the user manual for future reference.



Scan the QR code
for APP download

3.0 DE DEUTSCH.....PG/23

4.0 IT ITALIANO.....PG/34

5.0 ES ESPAÑOL.....PG/45

Wichtige Sicherheitshinweise

Das Gerät ist für den privaten Gebrauch bestimmt.

GEFAHR - Zur Vermeidung von Stromschlag:

Ziehen Sie nach Gebrauch und vor der Reinigung des Geräts stets den Netzstecker.

WARNUNG - Dieses Gerät kann von Kindern ab 8 Jahren und darüber sowie von Personen mit verringerten physischen, sensorischen oder mentalen Fähigkeiten oder einem Mangel an Erfahrung und Wissen benutzt werden, wenn sie beaufsichtigt oder bezüglich des sicheren Gebrauchs des Geräts unterwiesen wurden und die damit verbundenen Gefahren verstehen. Kinder dürfen nicht mit dem Gerät spielen. Die Reinigung und Wartung des Geräts darf nicht von Kindern ohne Aufsicht durchgeführt werden.

Dieses Gerät ist nicht dafür bestimmt, durch Personen (einschließlich Kinder) mit eingeschränkten physischen, sensorischen oder geistigen Fähigkeiten oder mangels Erfahrung und Wissen benutzt zu werden, es sei denn, sie werden durch eine für ihre Sicherheit zuständige Person beaufsichtigt oder erhalten von ihr Anweisungen, wie das Gerät zu benutzen ist. Kinder müssen beaufsichtigt werden, damit sie nicht mit dem Gerät spielen.

WARNUNG – Bewahren Sie das Laufband aufrecht auf und stellen Sie es an einem Ort auf, an dem es an beiden Seiten abgestützt ist. Halten Sie kleine Kinder jederzeit von diesem Gerät fern. Der Kontakt mit der sich bewegenden Oberfläche kann zu schweren Reibungsverbrennungen führen.

WARNUNG - Zur Vermeidung von Verbrennungen, Feuer, Stromschlägen und Verletzungen:

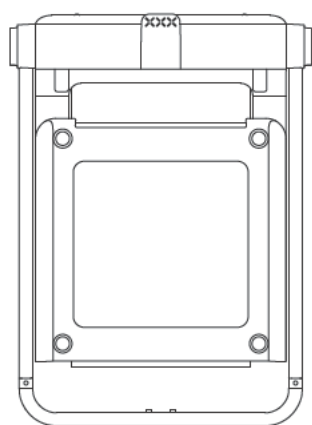
- 1) Lassen Sie das Gerät niemals unbeaufsichtigt, wenn es am Stromnetz angeschlossen ist. Ziehen Sie den Netzstecker, wenn Sie das Gerät nicht benutzen und bevor Sie Teile anbringen oder abnehmen.
- 2) Wenn dieses Gerät von oder in der Nähe von Kindern, körperlich eingeschränkten oder behinderten Personen verwendet wird, ist eine strenge Überwachung erforderlich.
- 3) Verwenden Sie das Gerät nur für den in diesem Handbuch beschriebenen Zweck. Verwenden Sie keine Zusatzgeräte, die nicht vom Hersteller empfohlen werden.
- 4) Nehmen Sie das Gerät nicht in Betrieb, wenn das Kabel oder der Netzstecker beschädigt ist, wenn es nicht richtig funktioniert, wenn es fallen gelassen oder beschädigt wurde oder wenn es ins Wasser gefallen ist. Bringen Sie das Gerät zur Überprüfung und Reparatur zu einem Kundendienst.
- 5) Tragen Sie das Gerät nicht am Netzkabel und benutzen Sie das Kabel nicht als Griff.
- 6) Halten Sie das Kabel von heißen Oberflächen fern.
- 7) Führen Sie keine Gegenstände in die Öffnungen ein.
- 8) Verwenden Sie das Gerät nicht im Freien.
- 9) Benutzen Sie das Gerät nicht, wo Aerosolprodukte (Sprays) verwendet werden oder wo Sauerstoff verabreicht wird.
- 10) Um das Gerät auszuschalten, schalten Sie alle Bedienelemente aus und ziehen Sie dann den Netzstecker.
- 11) Wenn Sie sich unwohl fühlen, beenden Sie bitte sofort das Training und suchen Sie einen Arzt auf, um gesundheitliche Schäden zu vermeiden.
- 12) Achten Sie darauf, dass hinter dem Gerät ein Abstand von mindestens 2000 mm und auf beiden Seiten von mindestens 500 mm vorhanden ist. Im Notfall können Sie sich so schnell vom Gerät entfernen, um Verletzungen durch Kollision mit umliegenden Gegenständen oder Wänden zu vermeiden.
- 13) Tragen Sie Sportkleidung, wenn Sie das Gerät benutzen und trainieren Sie entsprechend Ihrer eigenen Kondition.
- 14) Achten Sie darauf, dass persönliche Gegenstände vom Gerät ferngehalten werden, um ein Verheddern zu vermeiden. Anderenfalls kann es zu Schäden am Gerät und zu Verletzungen kommen.
- 15) Verwenden Sie das Gerät nicht auf unebenem Boden, um Unfälle oder Schäden am Gerät zu vermeiden.
- 16) Stellen oder treten Sie nicht auf den Kopf des Geräts, um Schäden am Produkt zu vermeiden.
- 17) Verwenden Sie das Gerät nicht zusammen mit Haustieren, um diese nicht zu verstören und andere Sicherheitsprobleme zu vermeiden.
- 18) Gehen Sie nur vorwärts auf dieses Gerät, um Gleichgewichtsverlust, Stürze und Verletzungen zu vermeiden.
- 19) Ältere Personen, Kinder und Schwangere müssen dieses Gerät mit Vorsicht verwenden. Bitte konsultieren Sie einen Arzt und lassen Sie sich beraten, bevor Sie dieses Gerät benutzen.
- 20) Klappen Sie das Gerät nicht zusammen, wenn der Strom nicht ausgeschaltet ist. Anderenfalls kann die Lebensdauer des Geräts beeinträchtigt werden, und es kann zu anderen Sicherheitsrisiken führen.
- 21) Lagern Sie das Gerät aus Sicherheitsgründen entsprechend den Hinweisen im Handbuch.
- 22) Um Unfälle zu vermeiden, steigen Sie nicht auf das Gerät oder ab, wenn es läuft.
- 23) Verwenden Sie dieses Gerät innerhalb des angegebenen Gewichtsbereichs, um den normalen Betrieb und Ihre persönliche Sicherheit zu gewährleisten.
- 24) Setzen Sie das Gerät nicht direkter Sonneneinstrahlung aus, um Schäden am Gerät zu vermeiden. Verwenden Sie das Gerät in einer kühlen und trockenen Umgebung.
- 25) Halten Sie das Gerät von Wasser fern, um Schäden am Gerät zu vermeiden und das Risiko eines Stromschlags zu verringern, da es nicht wasserfest ist.
- 26) Verwenden Sie das Gerät niemals kontinuierlich über die angegebene Dauer hinaus und machen Sie eine 20-minütige Pause, bevor Sie es wieder verwenden, um die Lebensdauer des Geräts zu verlängern.
- 27) Stellen Sie das Gerät nicht auf eine schiefe Ebene und stellen Sie keine Gegenstände darunter. Anderenfalls kann die Stabilität und Leistung des Geräts beeinträchtigt werden.
- 28) Der Wert des A-bewerteten Emissions-Schalldruckpegels am Ohr des Trainers liegt bei ca. 57 dB(A). Die Geräuschemission unter Last ist höher als bei Nulllast.

Inhalt

Auspacken	24
Bauteile	25
Bedienung und Einstellung	26
Pflege und Wartung	31
Fehlersuche	31
Übungsanleitung	32
Markenzeichen und rechtlicher Hinweis	33
Informationen zur Einhaltung gesetzlicher Vorschriften.....	33

Auspacken

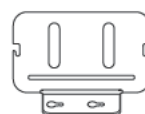
Nachdem Sie das Produkt erhalten haben, finden Sie in der Verpackung folgende Teile. Überprüfen Sie bitte alles auf Beschädigung und Vollständigkeit. Sollte eines der Teile fehlen, wenden Sie sich bitte an den Verkäufer des Produkts.



Laufband



Netzkabel



Handy-Halterung



Sicherheitsschlüssel



Innensechskantschlüssel



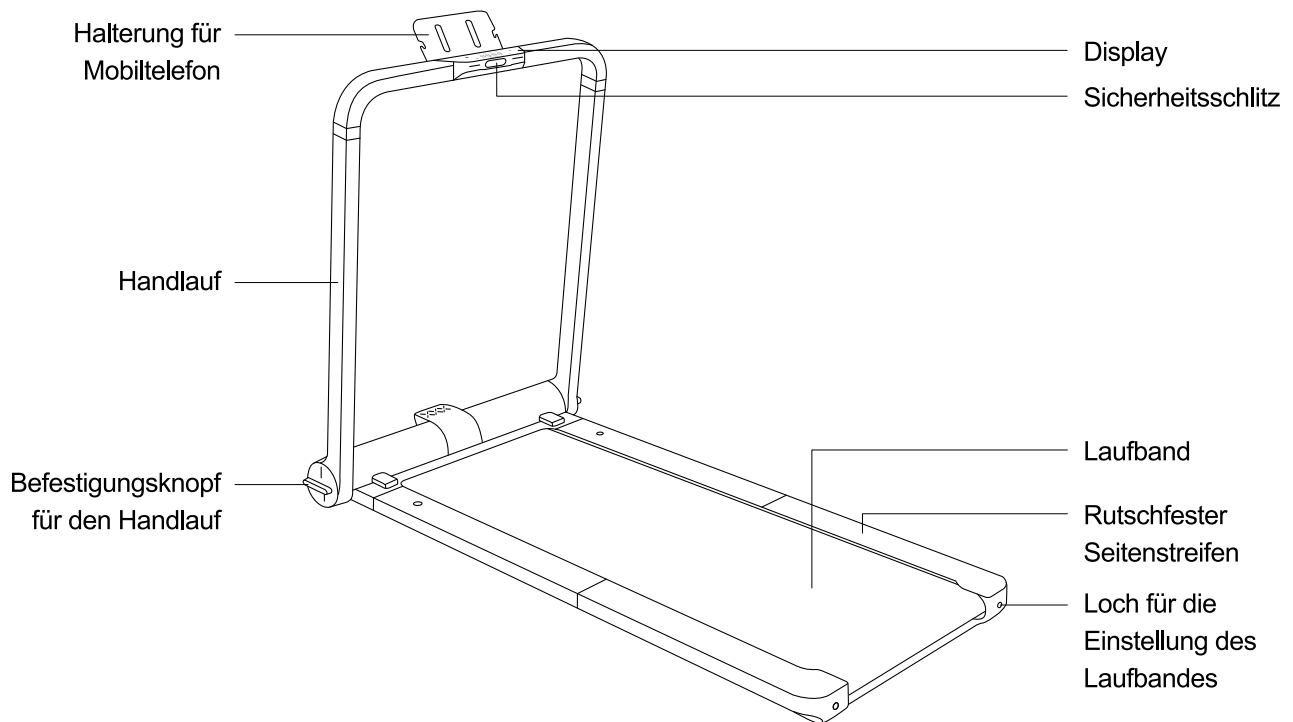
Benutzerhandbuch

Technische Daten

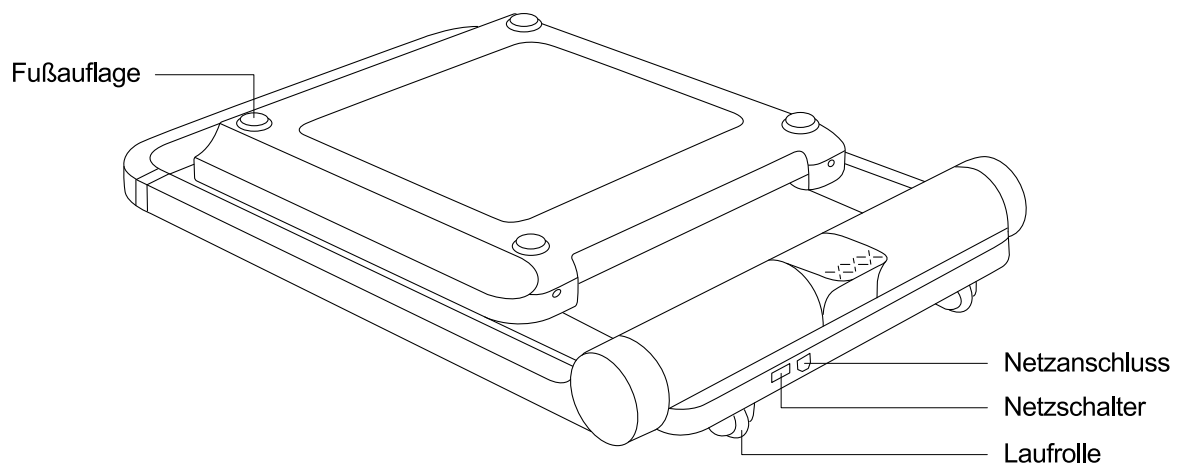
Modell	TRMC11F	Bezeichnung	KINGSMITH WalkingPad Laufband
Geschwindigkeitsbereich	1-12 km/h 1-7,5 mph	Nettogewicht	35,5 kg/78 lbs
Lauffläche	440 × 1200 mm 17,3 × 47,2 Zoll	Abmessungen ausgeklappt	1452 × 736 × 1000 mm 57,1 × 28,9 × 39,3 Zoll
Maximale Belastung	110 kg/242 lbs	Abmessungen zusammengeklappt	1024×736×161 mm 40,3 × 28,9 × 6,3 Zoll
Nennspannung	220-240 V~	Leistung	918 W
Nennfrequenz	50/60 Hz	Klasse	HC
Altersbereich	14 Jahre und älter		

Bauteile

Bevor Sie das Produkt benutzen, machen Sie sich bitte mit den Teilennamen des Laufbandes vertraut.



Ausgeklappter Zustand



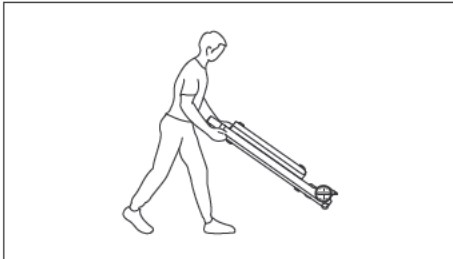
Zusammengeklappter Zustand

Bedienung und Einstellung

Bitte lesen Sie diese Anleitung zu Ihrem eigenen Nutzen sorgfältig durch, bevor Sie das Laufband benutzen. Wenn Sie beim Lesen dieser Anleitung unsere Hilfe benötigen, notieren Sie sich bitte das Produktmodell und die Seriennummer auf dem Typenschild an der Vorderseite des Laufbandes, bevor Sie den Kundendienst kontaktieren.

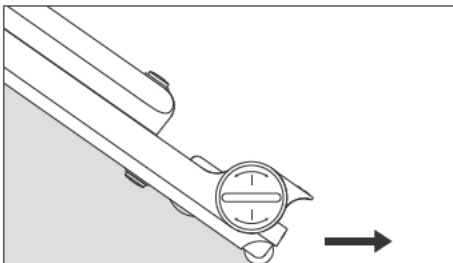
Bewegen des Laufbands

Bevor Sie das Laufband bewegen, vergewissern Sie sich bitte, dass die Laufplattform in verriegeltem Zustand ist. Es kann sicherer sein, das Laufband mit zwei Personen zu bewegen. Wenn Sie das Laufband bewegen, halten Sie das Laufbrett nicht mit den Händen fest und bewegen Sie es nicht auf unebenem Boden.



- ① Heben Sie das Laufband aus dem Bereich unterhalb des Handlaufs an.

* Bevor Sie das Laufband hochheben, ziehen Sie bitte den Netzstecker und bewahren Sie ihn auf.

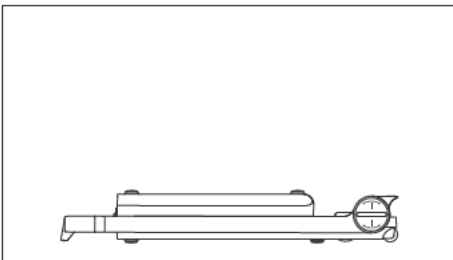


- ② Halten Sie die Laufräder auf dem Boden und bewegen Sie sich vorwärts oder rückwärts.

* Achten Sie beim Bewegen des Laufbandes darauf, dass Sie einen bestimmten Winkel zwischen dem Gerät und dem Boden einhalten, um Reibung zu vermeiden.

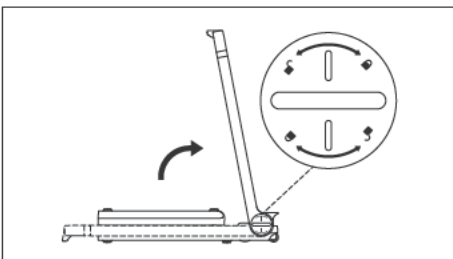
Aufklappen des Laufbands

Um Schäden am Laufband und schwere Verletzungen zu vermeiden, vergewissern Sie sich bitte, dass genügend Platz vorhanden ist, bevor Sie das Laufband ausklappen.

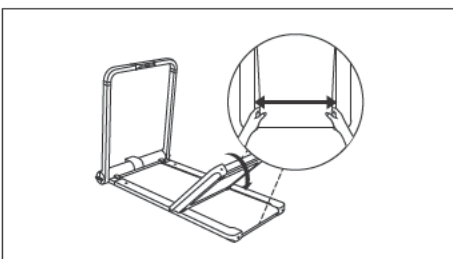


- ① Legen Sie das gefaltete Laufband waagrecht hin und prüfen Sie, ob es auf einer festen und ebenen Fläche steht.

* Stellen Sie das Laufband nicht auf einen dicken und weichen Teppich oder eine Matte.



- ② Lösen Sie den Befestigungsknopf auf beiden Seiten, um den Handlauf anzuheben, und ziehen Sie dann den Handlauf-Befestigungsknopf bis zum Anschlag fest.

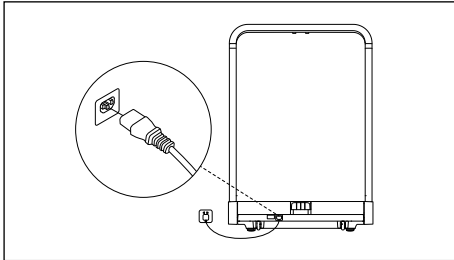


- ③ Klappen Sie das hintere Trittbrett aus, stellen Sie das Laufband manuell in die Mitte und helfen Sie beim Herunterdrücken, um es ganz flach zu machen. Wenn das hintere Trittbrett nicht eben mit dem Boden ist, drehen Sie die untere Fußplatte, um es zu nivellieren.

* Das hintere Trittbrett kann mit der Hand fest nach unten gedrückt werden, ohne das Laufband.

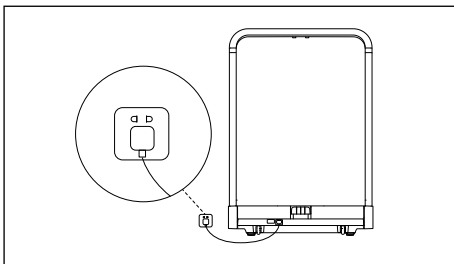
Netzkabel anschließen

Dieses Produkt muss geerdet sein, wenn es in Betrieb ist, und unser Gerät erfüllt die Anforderungen an die Erdung. Im Fall einer Fehlfunktion oder Beschädigung bietet die Erdung einen Weg mit dem geringsten Widerstand für den Strom und verringert so das Risiko eines Stromschlags.



- ① Stecken Sie das Netzkabel in die Steckdose an der Vorderseite des Laufbandes.

* Ein unsachgemäßer Anschluss des Kabels erhöht das Stromschlagrisiko.



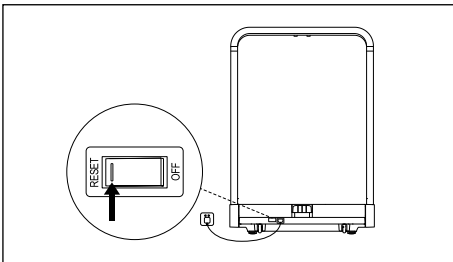
- ② Schließen Sie das andere Ende des Netzkabels an einer geeigneten Steckdose an, die gemäß den örtlichen Vorschriften korrekt installiert und geerdet sein muss.

* Verändern Sie den mit dem Produkt gelieferten Stecker nicht. Wenn der Stecker nicht für die Steckdose geeignet ist, lassen Sie einen qualifizierten Elektriker eine geeignete Steckdose installieren.

HINWEIS: Wenn das Netzkabel beschädigt ist, muss es durch das vom Hersteller angegebene Netzkabel ersetzt werden.

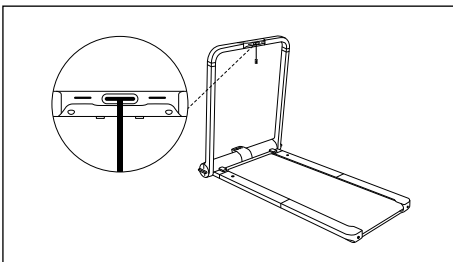
Gerät einschalten

Wenn das Laufband einer kalten Umgebung ausgesetzt ist, lassen Sie es bitte auf Raumtemperatur kommen, bevor Sie es einschalten. Andernfalls können die Laufbandplatte oder andere Bauteile beschädigt werden. Im Notfall können Sie den Sicherheitsschlüssel herausziehen, um das Laufband schnell bis zum Stillstand abzubremsen. Testen Sie mehrere Positionen, um sicherzustellen, dass sich der Sicherheitsschlüssel im Notfall problemlos aus dem Sicherheitsschlitz herausziehen lässt.



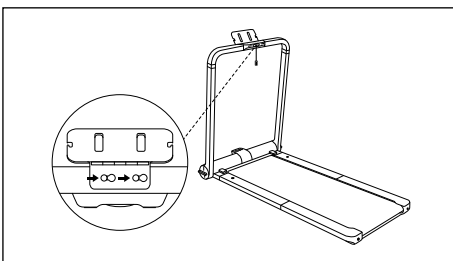
- ① Suchen Sie den Netzschalter an der Vorderseite des Laufbands und schalten Sie es ein.

* Wenn Sie einen Piepton hören und sehen, dass das Bedienfeld aufleuchtet, befindet sich der Netzschalter in der Position „RESET“.



- ② Nehmen Sie den Sicherheitsschlüssel aus der Zubehörbox und stecken Sie ihn in den Sicherheitsschlitz in der Mitte des Handlaufs.

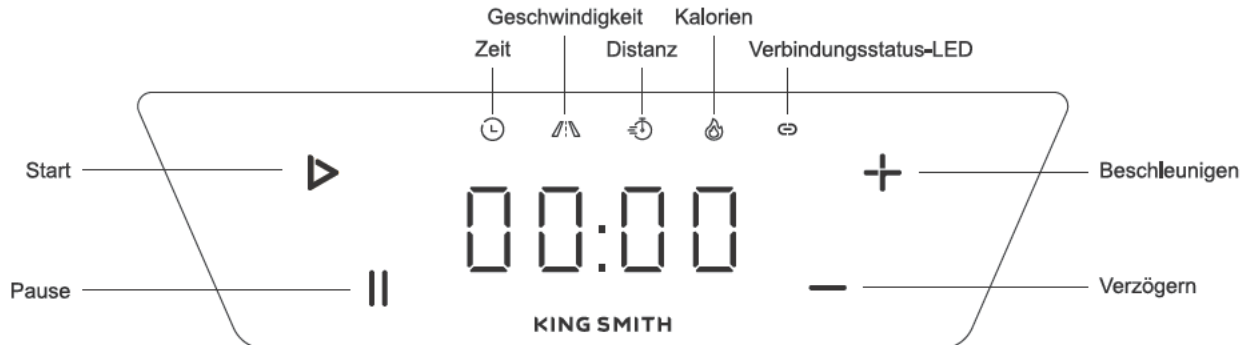
* Das Laufband kann nur dann normal gestartet werden, wenn der Sicherheitsschlüssel eingesteckt ist.



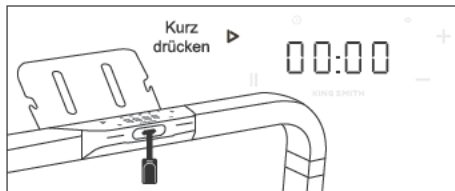
- ③ Nehmen Sie den Telefonhalter aus dem Zubehörkarton, richten Sie die Löcher mit den Befestigungsbolzen an der Unterseite des Handlaufs aus und schieben Sie den Halter in Richtung des kleinen Lochs, bis er sicher eingerastet ist.

So benutzen Sie das Display

Das Display ist mit fortschrittlicher LED-Anzeigetechnologie ausgestattet und bietet eine Reihe von Funktionen, die Ihr Training angenehm gestalten. Mit den folgenden Informationen können Sie in kürzester Zeit Ihr Gerät effizient nutzen.



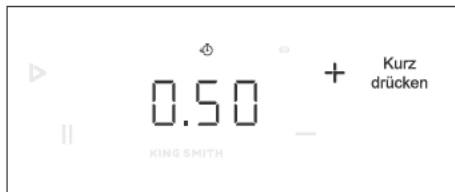
Nach dem Einschalten des Laufbandes leuchtet das Display auf. Alle Daten werden als Null angezeigt. Das Laufband geht in den Aufwachmodus über.



① Drücken Sie die Taste Start auf dem Anzeigefeld.

Ergebnis: Nach einem dreisekündigen Countdown beginnt das Laufband langsam zu laufen.

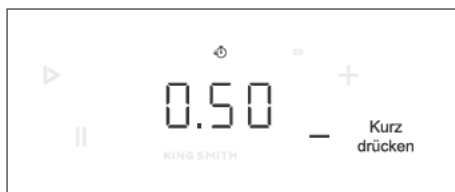
- * Das Laufband kann nur dann normal gestartet werden, wenn der Sicherheitsschlüssel eingesteckt ist.
- * Stopp bei Leerlauf: Stellen Sie sicher, dass der Benutzer auf dem Laufband steht. Wenn 60 Sekunden lang niemand auf dem Laufband steht, verlangsamt sich das Gerät bis zum Stopp. Dann geht das in den Pausenmodus. Sie können die Leerlaufstopp-Funktion über die APP deaktivieren.



② Drücken Sie die Beschleunigungstaste auf dem Anzeigefeld, während das Laufband läuft.

Ergebnis: Die Geschwindigkeit erhöht sich jedes Mal um 0,5 km/h.

- * Drücken Sie die Beschleunigungstaste in der APP. Die Geschwindigkeit erhöht sich jedes Mal um 0,1 km/h.
- * Wenn die Geschwindigkeit in der APP auf 2-2,4 km/h oder 2,5-2,9 km/h eingestellt ist, drücken Sie die Beschleunigungstaste auf dem Anzeigefeld, und die tatsächliche Geschwindigkeit beträgt 2,5 km/h oder 3 km/h. Das Gleiche gilt für andere in der APP eingestellte Geschwindigkeitswerte.



③ Drücken Sie die Verzögerungstaste auf dem Anzeigefeld, während das Laufband läuft.

Ergebnis: Die Geschwindigkeit verringert sich jedes Mal um 0,5 km/h.

- * Drücken Sie die Verzögerungstaste in der APP. Die Geschwindigkeit verringert sich jedes Mal um 0,1 km/h.
- * Wenn die Geschwindigkeit auf dem Anzeigefeld auf 2 km/h eingestellt ist, drücken Sie die Verzögerungstaste in der APP, die tatsächliche Geschwindigkeit beträgt dann 1,9 km/h. Das Gleiche gilt für andere Geschwindigkeitswerte, die auf dem Anzeigefeld eingestellt werden.



④ Drücken Sie die Pausetaste auf dem Display oder stellen Sie sich 60 Sekunden lang nicht auf das Laufband, während das Laufband läuft.

Ergebnis: Das Laufband wird langsamer und geht in den Pausenmodus über. Auf dem Anzeigefeld erscheint „STOP“. Wenn die Geschwindigkeit auf Null sinkt, verschwindet „STOP“ aus dem Anzeigefeld.



⑤ Im Pausenmodus drücken Sie die Pausetaste 2 Sekunden lang, oder niemand steht 10 Minuten lang auf dem Laufband.

Ergebnis: Die Trainingsdaten werden zurückgesetzt. Auf dem Anzeigefeld erscheint 3 Sekunden lang „End“. Das Laufband geht in den Aufwachmodus über. Wenn dann 10 Minuten lang niemand das Display oder die APP bedient, schaltet das Laufband in den Ruhemodus.

Wenn der Sicherheitsschlüssel nicht eingesteckt ist, zeigt das Anzeigefeld „SAFE“ an. Dann kann das Laufband nicht gestartet werden. Um das Laufband zu starten, stecken Sie den Sicherheitsschlüssel ein, indem Sie Schritt 2 unter „Einschalten des Geräts“ (siehe Seite 27) befolgen.

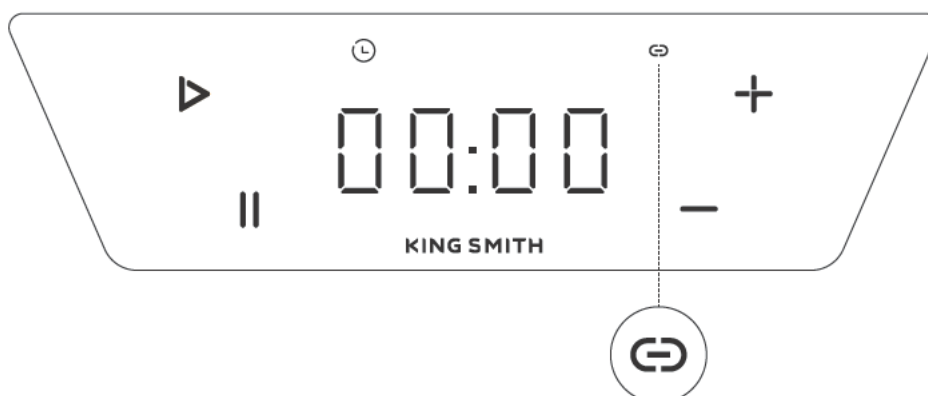


Wenn die Kindersicherung aktiviert ist, startet das Laufband nicht und das Display zeigt „LOC“ an. Wenn dann 10 Minuten lang niemand auf dem Laufband steht, geht das Laufband in den Ruhemodus über.

* Um die Kindersicherung zu deaktivieren gibt es drei Möglichkeiten: (1) Bedienen Sie die APP-Einstellungen (2) Halten Sie die Stopp-Taste 7 Sekunden lang gedrückt, wenn das Laufband mit der APP verbunden ist. Alle Daten werden als Null angezeigt. Das Laufband geht in den Aufwachmodus über. (3) Halten Sie die Stopp-Taste 7 Sekunden lang gedrückt, wenn das Laufband nicht mit der APP verbunden ist. Während dieses Vorgangs wird das Anzeigefeld nach 2 Sekunden dunkel. Alle Daten werden als Null angezeigt. Das Laufband geht in den Aufwachmodus über.



Wenn das Laufband nicht mit der APP verbunden ist, blinkt die Verbindungsstatusanzeige. Sie können das Laufband jederzeit anschließen, indem Sie das Gerät in der APP suchen. Wenn das Laufband mit der APP verbunden ist, leuchtet die Verbindungsstatusanzeige.

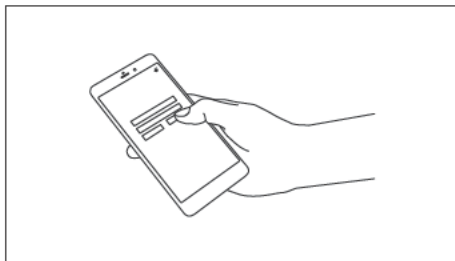


App verbinden

Das Laufband kann mit einer verbundenen App verwendet werden, um Ihr Training zu professionalisieren und Ihr Lauferlebnis zu verbessern.



- ① Scannen Sie den QR-Code oder suchen Sie im Apple Store oder bei Google Play nach „KS Fit“ und schließen Sie Installation und Registrierung ab.



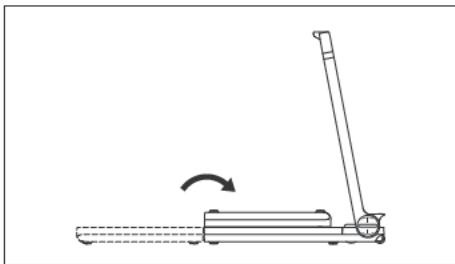
- ② Bringen Sie das Mobiltelefon in die Nähe des Laufbands.
- ③ Schalten Sie die Bluetooth-Funktion auf Ihrem Handy ein.
- ④ Schalten Sie das Laufband ein.
- ⑤ Öffnen Sie die KS Fit-App und fügen Sie das Gerät hinzu.

- * Geben Sie der App bitte die erforderliche Berechtigung, damit sie nach sich in der Nähe befindliche Geräte suchen kann.
- * Fügen Sie das Gerät über die App hinzu, anstatt das Gerät aus der Bluetooth-Liste auszuwählen. Wenn das Gerät bereits ausgewählt ist, entfernen Sie es aus der Bluetooth-Liste und koppeln es erneut über die App.
- * Wiederholen Sie die Schritte ③ bis ⑤, wenn die Kopplung mit dem Gerät fehlschlägt.
- * Schließen Sie aus Sicherheitsgründen während des Trainings kein zweites Mobiltelefon an das Laufband an, wenn ein Telefon mit dem Gerät gekoppelt wurde.

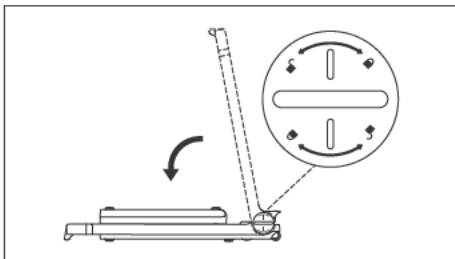
* Das Anzeigefeld unterstützt die Umschaltung zwischen metrischem und imperialem System. Sie können ihn mit den folgenden Schritten frei einstellen: (1) Starten Sie das Laufband neu (2) Verbinden Sie sich mit der KS Fit APP (3) Klicken Sie auf „Profil“ - „Kalorienverbrauch“ - „Einstellungen der Einheit“ - „Metrisch/Imperial“ (4) Starten Sie das Laufband erneut.

Zusammenklappen des Laufbands

Um das Laufband nicht zu beschädigen und schwere Verletzungen zu vermeiden, vergewissern Sie sich bitte, dass das Netzkabel herausgezogen ist, bevor Sie das Laufband zusammenklappen.



- ① Klappen Sie das hintere Trittbrett über das vordere Trittbrett und stellen Sie sicher, dass es sich in der vorgesehenen Position befindet.

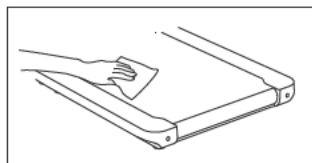


- ② Lösen Sie den Befestigungsknopf auf beiden Seiten. Bringen Sie den Handlauf auf gleicher Höhe wie das Trittbrett an. Ziehen Sie die Befestigungsknöpfe an, um den Handlauf zu verriegeln.

* Betreiben Sie kein zusammengeklapptes Laufband.

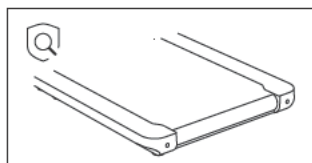
Pflege und Wartung

Damit Ihr Laufband ordnungsgemäß funktioniert und seine Lebensdauer verlängert, wird eine regelmäßige Wartung unter folgenden Gesichtspunkten empfohlen. Wenn Sie eine Beschädigung oder Abnutzung feststellen, stellen Sie die Benutzung des Laufbandes sofort ein, bis das Problem behoben ist.



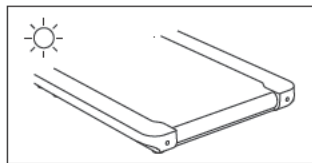
① Laufband reinigen

- Schalten Sie das Laufband aus und ziehen Sie den Netzstecker.
- Geben Sie eine kleine Menge eines milden Reinigungsmittels auf ein Tuch aus 100 % Baumwolle und wischen Sie die Anzeigetafel, den Handlauf, den Handyhalter, das Laufband usw. ab.
- * Sprühen Sie den Reiniger nicht direkt auf die Anzeigetafel oder das Laufband.
- * Verwenden Sie keine säurehaltigen oder ätzenden Reinigungsmittel.
- * Wischen Sie nicht unter dem Laufband.
- * Nach einer gewissen Zeit des Trainings können Staub und Flecken auf dem rückwärtigen Laufband erscheinen. Das ist normal und kann einfach abgewischt werden.



② Überprüfen des Laufbands

- Überprüfen Sie die Schrauben und Bolzen. Wenn sie lose sind, ziehen Sie sie fest, um eine sichere Verwendung zu gewährleisten.
- Überprüfen Sie das Netzkabel. Wenn Schäden oder Verschleißerscheinungen auftreten, verwenden Sie das Gerät nicht mehr und tauschen Sie das Netzkabel sofort aus.
- Prüfen Sie das Laufband. Wenn er nicht zentriert, zu straff oder zu locker ist, stellen Sie den Laufriemen ein, indem Sie den Abschnitt „Laufbandabweichung/Rutschen und Korrektur“ im Abschnitt „Fehlersuche“ lesen.
- * Wenn ein Austausch erforderlich ist, verwenden Sie die vom Hersteller vorgesehenen Bauteile.

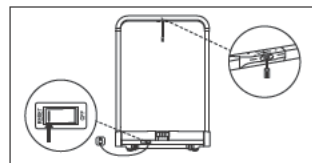


③ Kühl und trocken lagern

- Bewahren Sie das Laufband in einem kühlen und trockenen Zustand auf.
- * Benutzen Sie das Laufband nicht im Freien oder in Gebieten mit hoher Luftfeuchtigkeit oder extremen Temperaturschwankungen.
- Machen Sie **alle** zwei Stunden eine 20-minütige Pause, um das Laufband bei der Wärmeabfuhr zu unterstützen.
- * Benutzen Sie das Laufband nicht ununterbrochen länger als 2 Stunden.

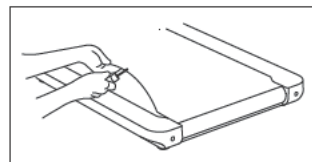
Fehlersuche

Die meisten Fehlfunktionen des Laufbands lassen sich beheben, wenn Sie die folgenden einfachen Schritte befolgen, um das Problem zu erkennen und die erforderlichen Maßnahmen zu ergreifen.



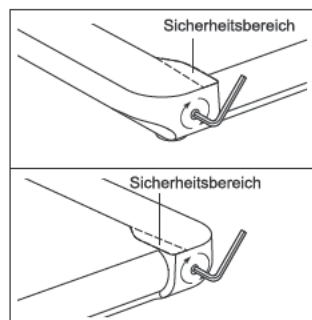
① Das Gerät lässt sich nicht einschalten bzw. schaltet sich während der Benutzung aus

- Vergewissern Sie sich, dass beide Enden des Netzkabels verbunden sind.
- Vergewissern Sie sich nach dem Einstecken des Netzkabels, dass der Sicherheitsschlüssel in den Sicherheitsschlitze eingesteckt ist.
- Vergewissern Sie sich, dass der Ein/Aus-Schalter eingeschaltet ist.



② Schmierung des Laufbands

- Schalten Sie das Laufband aus und ziehen Sie den Netzstecker.
- Heben Sie das hintere Trittbrett an, heben Sie den Laufgurt an und tragen Sie Silikonöl in Form eines „Z“ auf die Innenfläche des Trittbretts in der mittleren Position auf.
- Schalten Sie das Laufband ein und versuchen Sie es erneut.
- * Es ist nicht notwendig, das gesamte Laufband zu bestreichen, da sich das Öl während des Gebrauchs von selbst verteilt.
- * Für jede Schmierung sind 5 - 10 ml Silikonöl erforderlich. Zu viel Silikonöl kann zum Rutschen führen und den normalen Gebrauch beeinträchtigen.



③ Laufbandabweichung/Rutschen und Korrektur

Wenn die Kante des Laufbandes in den in der Abbildung markierten sicheren Bereich eintritt, ist es nicht erforderlich, das Laufband einzustellen.

- Wenn die Kante des Laufbandes den Sicherheitsbereich überschreitet, müssen Sie das Laufband manuell einstellen (siehe Seite 26, Abschnitt „Aufklappen des Laufbandes“).
- Wenn das Laufband immer noch abweicht, stellen Sie ihn mit dem mitgelieferten Inbusschlüssel in den folgenden Schritten ein:
Das Laufband geht nach links: Drehen Sie die linke Schraube des Einstelllochs um 1/4 Umdrehung im Uhrzeigersinn.
Das Laufband geht nach rechts: Drehen Sie die Schraube des rechten Einstelllochs um 1/4 Umdrehung im Uhrzeigersinn.
Das Laufband rutscht: Drehen Sie die linke und rechte Einstellschraube gleichzeitig um 1/2 Umdrehung im Uhrzeigersinn.
Lassen Sie das Gerät nach jeder Einstellung 1-2 Minuten lang mit einer Geschwindigkeit von 3-4 km/h laufen, um die Kalibrierung zu beobachten. Falls erforderlich, justieren Sie erneut.
- * Wenn das Laufband zu eng oder zu locker sitzt, beeinträchtigt dies die Leistung des Laufbandes und beschädigt das Laufband.

④ Beschreibung des Fehlercodes

* Wenn eine Störung auftritt, wird auf dem Anzeigefeld ein Fehlercode angezeigt. Wenn der untenstehende Fehlercode erscheint, schalten Sie das Laufband bitte aus und starten Sie es neu. Wenn der Fehlercode weiterhin angezeigt wird, stellen Sie die Benutzung ein, notieren Sie sich die Modell- und Seriennummer auf dem Typenschild an der Vorderseite des Laufbands und wenden Sie sich an den Händler oder den Kundendienst, bis das Problem behoben ist.

E01: Software Überstrom
E02: Hardware Überstrom
E03: Überhitzung IPM-Modul
E04: Niederspannungsschutz
E05: Hochspannungsschutz
E06: Schutz vor Phasenausfall des Motors
E07: Motorblockierschutz

E09: Motor lässt sich nicht starten
E12: Überstromschutz Motor
E13: Überlastschutz
E14: Hall-Signal fehlt
E15: Kommunikationsfehler

* Lösungsvorschlag: Silikonöl hinzufügen. Das Gerät geht nach dem Countdown automatisch wieder in Betrieb.

Übungsanleitung

Trainingsintensität

Ganz gleich, ob Sie Fett verbrennen oder Ihre kardiovaskuläre Fitness verbessern möchten, die richtige Trainingsintensität ist der Schlüssel zum Erfolg. Orientieren Sie sich an Ihrer Herzfrequenz, um das geeignete Intensitätsniveau zu finden. In der nachstehenden Tabelle finden Sie die empfohlenen Herzfrequenzbereiche zum Verbrennen von Fett und kardiovaskuläre Fitness, die nur zu Referenzzwecken dienen.

165	155	145	140	130	125	115	♥
145	138	130	125	118	110	103	♥
125	120	115	110	105	95	90	♥
20	30	40	50	60	70	80	

Um die passende Intensitätsstufe zu finden, suchen Sie Ihr Alter am unteren Rand der Tabelle (auf die nächsten zehn Jahre gerundet). Die niedrigste Zahl ist die Herzfrequenz zum Verbrennen von Fett, die mittlere Zahl ist die maximale Herzfrequenz zum Verbrennen von Fett und die höchste Zahl ist die Herzfrequenz zur Verbesserung der kardiovaskulären Fitness (wir empfehlen, während des Trainings einen Herzfrequenz-Monitor zu tragen, um die Effizienz zu gewährleisten - bitte separat erwerben).

Fett verbrennen - Um Fett effektiv als Energiequelle nutzen zu können, müssen Sie sich über einen längeren Zeitraum hinweg mit niedriger Intensität bewegen. Während der ersten Minuten des Trainings nutzt Ihr Körper Glykogen als Energiequelle. Erst nach den ersten Minuten des Trainings beginnt Ihr Körper, gespeichertes Fett als Energiequelle zu nutzen. Wenn es Ihr Ziel ist, Fett zu verbrennen, sollten Sie Ihre Trainingsintensität anpassen, bis Ihre Herzfrequenz nahe dem niedrigsten Wert in Ihrer Trainingszone liegt.

Ratgeber Sport

Aufwärmen: Wir empfehlen, sich vor dem Training 5 - 10 Minuten lang aufzuwärmen, die Gelenke zu bewegen und zu dehnen, bevor Sie mit dem Training mit geringer Intensität beginnen.

Trainieren: Wir empfehlen, 20 - 30 Minuten lang zu trainieren und dabei die Trainingsintensität innerhalb des Trainingsbereichs zu halten (in den ersten Wochen des Trainings sollte die Trainingszeit 20 Minuten nicht überschreiten).

Abkühlen: Wir empfehlen, sich nach dem Training 5 - 10 Minuten lang zu dehnen, um die Flexibilität der Gelenke und die Dehnbarkeit der Muskeln zu verbessern und Verletzungen vorzubeugen.

Trainingshäufigkeit

Um Ihre körperliche Verfassung zu erhalten oder zu verbessern, sollten Sie drei Trainingseinheiten pro Woche absolvieren und zwischen den einzelnen Einheiten mindestens einen Tag Pause einlegen. Nach einigen Monaten regelmäßigen Trainings können Sie, falls erforderlich, bis zu fünf Trainingseinheiten pro Woche absolvieren. Denken Sie daran, dass der Schlüssel zum Erfolg darin liegt, dass Sie das Training zu einem häufigen und angenehmen Teil Ihres täglichen Lebens machen.

Markenzeichen und rechtlicher Hinweis

Verschiedene Patente, die sich auf die Kingsmith WalkingPad Laufband-Serie beziehen, wurden von Beijing Kingsmith Technology Co., Ltd. (kurz „Kingsmith“) entwickelt und mit einem Copyright versehen. Ohne die schriftliche Genehmigung von Kingsmith dürfen Organisationen oder Einzelpersonen dieses Benutzerhandbuch weder ganz noch teilweise kopieren oder weitergeben und die darin enthaltenen Patente nicht verwenden. Dieses Benutzerhandbuch enthält, soweit möglich, die zum Zeitpunkt der Drucklegung neuesten Funktionseinführungen und Bedienungsanleitungen. Dennoch kann es aufgrund der ständigen Optimierung von Funktionen und Design zu Abweichungen zwischen dem gekauften Rudergerät und den hier beschriebenen Funktionen kommen. Im Fall von Abweichungen in Farbe und Aussehen ist daher das tatsächliche Rudergerät maßgebend.

Informationen zur Einhaltung gesetzlicher Vorschriften

WEEE-Informationen zur Entsorgung und zum Recycling



Alle mit diesem Symbol gekennzeichneten Produkte sind Elektroschrott und Elektrogeräte (WEEE entsprechend EU-Richtlinie 2012/19/EU) und dürfen nicht mit unsortiertem Haushaltsmüll vermischt werden. Schützen Sie stattdessen Ihre Mitmenschen und die Umwelt, indem Sie Ihre zu entsorgenden Geräte an eine dafür vorgesehene, von der Regierung oder einer lokalen Behörde eingerichtete Sammelstelle zum Recycling von Elektroschrott und Elektrogeräten bringen. Eine ordnungsgemäße Entsorgung und Recycling helfen, negative Auswirkungen auf die Gesundheit von Umwelt und Menschen zu vermeiden. Wenden Sie sich bitte an den Installateur oder lokale Behörden, um Informationen zum Standort und den allgemeinen Geschäftsbedingungen solcher Sammelstellen zu erhalten.

EU-Konformitätserklärung



Hiermit bestätigt Beijing Kingsmith Technology Co., Ltd., dass das Funkgerät des Typs [TRMC11F] mit der Verordnung 2014/53/EU in Einklang steht. Der vollständige Wortlaut der EU-Konformitätserklärung ist unter der folgenden Internetadresse abrufbar: <https://www.walkingpad.com/pages/declaration>

Precauzioni importanti

L'apparecchio è destinato all'uso in ambienti interni residenziali.

PERICOLO - Per ridurre il rischio di scossa elettrica:

Scollegare sempre l'apparecchio dalla presa elettrica immediatamente dopo l'uso e prima della pulizia.

AVVERTENZA - Questo apparecchio può essere utilizzato da bambini a partire dagli 8 anni di età e da persone con ridotte capacità fisiche, sensoriali o mentali o con mancanza di esperienza e conoscenza, a condizione che vengano controllate o istruite sull'uso dell'apparecchio in modo sicuro e che ne comprendano i pericoli. I bambini non devono giocare con l'apparecchio. Gli interventi di pulizia e manutenzione non devono essere eseguiti da bambini senza supervisione. Questo apparecchio non è destinato all'uso da parte di persone (compresi i bambini) con ridotte capacità fisiche, sensoriali o mentali, o con mancanza di esperienza e conoscenza, a condizione che vengano controllate o istruite sull'uso dell'apparecchio da una persona responsabile della loro sicurezza.

I bambini devono essere controllati affinché non giochino con l'apparecchio.

AVVERTENZA - Conservare il tapis roulant in posizione verticale e cercare di posizionarlo in uno spazio provvisto di punti di appoggio su entrambi i lati, tenere sempre lontani i bambini piccoli da questa macchina. Il contatto con la superficie mobile può provocare gravi ustioni da attrito.

AVVERTENZA - Per ridurre il rischio di ustioni, incendio, scossa elettrica o lesioni personali:

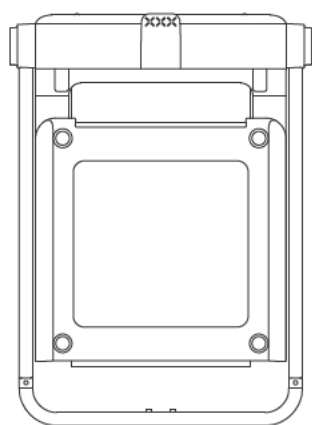
- 1) L'apparecchio non deve mai essere lasciato incustodito quando è collegato alla presa elettrica. Scollegare la spina dalla presa elettrica quando non viene utilizzato e prima di montare o smontare parti dell'apparecchio.
- 2) Quando l'apparecchio viene utilizzato da, su o in prossimità di bambini, persone disabili o invalide, è necessaria un'attenta sorveglianza.
- 3) Utilizzare l'apparecchio esclusivamente per lo scopo previsto come descritto nel presente manuale. Non utilizzare accessori non consigliati dal produttore.
- 4) Non utilizzare mai l'apparecchio se il cavo o la spina sono danneggiati, in caso di malfunzionamento, in caso di caduta o danneggiamento, oppure in caso di caduta in acqua. Consegnare l'apparecchio presso un centro di assistenza per il controllo e la riparazione.
- 5) Non trasportare l'apparecchio tramite il cavo di alimentazione o utilizzando il cavo come maniglia.
- 6) Tenere il cavo lontano da superfici riscaldate.
- 7) Evitare in qualsiasi caso di lasciar cadere o inserire oggetti nelle aperture.
- 8) Evitare l'uso all'aperto.
- 9) Evitare l'uso in luoghi in cui vengono utilizzati prodotti aerosol (spray) o in cui viene somministrato ossigeno.
- 10) Per lo scollegamento, portare tutti i comandi in posizione di spegnimento, dopodiché togliere la spina dalla presa elettrica.
- 11) In caso di malessere, interrompere immediatamente l'esercizio e consultare un medico per evitare problemi di salute.
- 12) Garantire una distanza di almeno 2000 mm (78,7") dietro l'apparecchio e una distanza di almeno 500 mm (19,7") su entrambi i lati. In caso di emergenza, è possibile allontanarsi rapidamente dall'apparecchio per evitare lesioni personali dovute alla collisione con oggetti o pareti circostanti.
- 13) Indossare abiti sportivi per utilizzare l'apparecchio e fare attività fisica in base alle proprie condizioni.
- 14) Assicurarsi di tenere lontano dall'apparecchio gli oggetti personali per evitare che rimangano impigliati accidentalmente. In caso contrario, potrebbero verificarsi danni alla macchina e lesioni personali.
- 15) Non utilizzare l'apparecchio su superfici irregolari per evitare incidenti o danni all'apparecchio stesso.
- 16) Per evitare di danneggiare il prodotto, non salire o poggiare i piedi sulla testa dell'apparecchio.
- 17) Non utilizzare l'apparecchio in presenza di animali domestici per evitare di spaventarli e causare altri problemi di sicurezza.
- 18) Non camminare sull'apparecchio in una posizione diversa da quella frontale per evitare di perdere l'equilibrio, cadere e subire lesioni.
- 19) Le persone anziane, i bambini e le donne in gravidanza devono usare questo apparecchio con cautela. Prima di utilizzare questo apparecchio, consultare un medico e ottenere le indicazioni necessarie.
- 20) Non richiudere l'apparecchio quando non è spento. In caso contrario, la vita utile del prodotto potrebbe essere compromessa e potrebbero verificarsi altri pericoli per la sicurezza.
- 21) Conservare l'apparecchio secondo le modalità previste dal manuale per la sicurezza.
- 22) Per evitare incidenti, non salire o scendere dall'apparecchio quando è in funzione.
- 23) Per garantire il normale funzionamento della macchina e la sicurezza personale, utilizzare l'apparecchio entro il limite di peso specificato.
- 24) Evitare di esporre l'apparecchio alla luce diretta del sole per non danneggiarlo. Utilizzare l'apparecchio in un ambiente fresco e asciutto.
- 25) Tenere l'apparecchio lontano dall'acqua per evitare di danneggiarlo e per ridurre il rischio di scosse elettriche, in quanto non è resistente all'acqua.
- 26) Evitare in qualsiasi caso di utilizzare in modo continuo l'apparecchio oltre il tempo previsto e fare una pausa di 20 minuti prima di rimetterlo in funzione per prolungarne la durata.
- 27) Non collocare l'apparecchio su superfici inclinate e non posizionare nulla sotto di esso. In caso contrario, la stabilità e le prestazioni dell'apparecchio verrebbero alterate o addirittura compromesse.
- 28) Il valore del livello di pressione sonora di emissione ponderato A all'orecchio dell'istruttore è di circa 57 dB (A). L'emissione di rumore sotto carico è superiore a quella senza carico.

Contenuti

Disimballaggio dei componenti	35
Nomi delle parti	36
Funzionamento e regolazione	37
Cura e manutenzione	42
Risoluzione dei problemi	42
Guida pratica	43
Marchio registrato e dichiarazione legale	44
Informazioni sulla conformità a normative e standard	44

Disimballaggio dei componenti

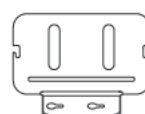
Dopo aver ricevuto il prodotto, nella scatola di imballaggio sono presenti i seguenti componenti. Controllarli tutti per scongiurare la presenza di eventuali segni di danneggiamento. In assenza di eventuali componenti, contattare il venditore del prodotto.



Tapis roulant



Cavo di alimentazione



Supporto per smartphone



Chiave di sicurezza



Chiave a brugola



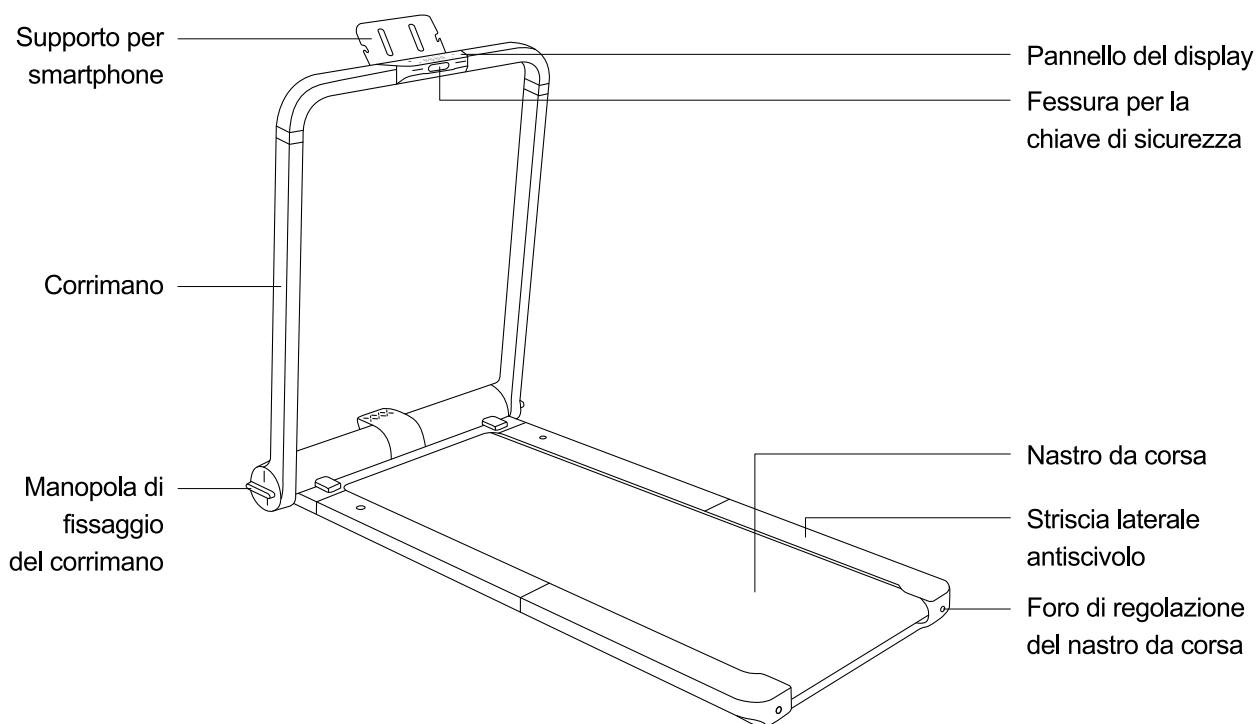
Manuale d'uso

Specifiche

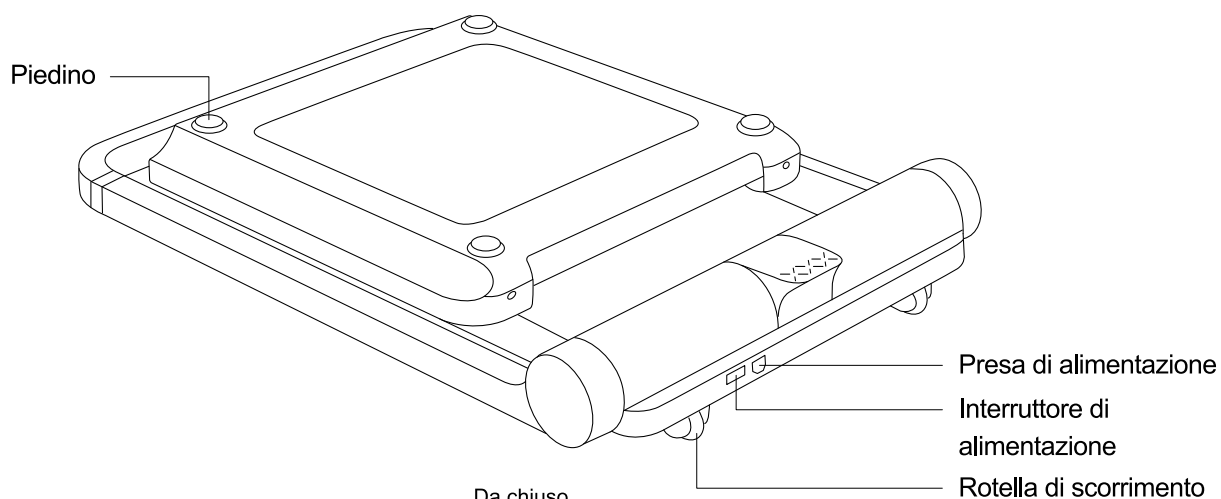
Modello	TRMC11F	Nome prodotto	Tapis roulant WalkingPad KINGSMITH
Intervallo di velocità	1-12 km/h 1-7,5 mph	Peso netto	35,5 kg/78 lbs
Zona di corsa	440 × 1200 mm 17,3 × 47,2 pollici	Dimensioni da aperto	1452 × 736 × 1000 mm 57,1 × 28,9 × 39,3 pollici
Capacità di carico max.	110 kg/242 lbs	Dimensioni da chiuso	1024 × 736 × 161 mm 40,3 × 28,9 × 6,3 pollici
Tensione nominale	220-240 V~	Potenza nominale	918 W
Frequenza nominale	50/60 Hz	Classe	HC
Fascia di età	14 anni in su		

Nomi delle parti

Prima di usare il prodotto, familiarizzare con i nomi delle parti del tapis roulant.



Da aperto



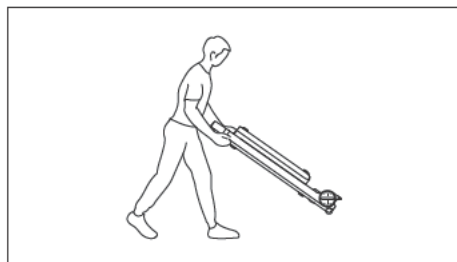
Da chiuso

Funzionamento e regolazione

Prima di utilizzare il tapis roulant, leggere attentamente il presente manuale. Se si necessita di assistenza durante la lettura del presente manuale, annotare il modello del prodotto e il numero di serie sull'adesivo della targhetta di identificazione posta sulla parte anteriore del tapis roulant prima di contattare il servizio clienti.

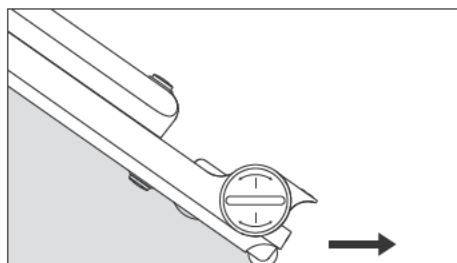
Come spostare il tapis roulant

Prima di spostare il tapis roulant, assicurarsi che la piattaforma di corsa sia bloccata. Si consiglia di spostare il tapis roulant in due persone. Quando si sposta il tapis roulant, non tenere la pedana con le mani e non spostarlo su terreni irregolari.



- ① Sollevare il tapis roulant dall'area sottostante il pannello del display del corrimano.

* Prima di sollevare il tapis roulant, scollegare e conservare il cavo di alimentazione.

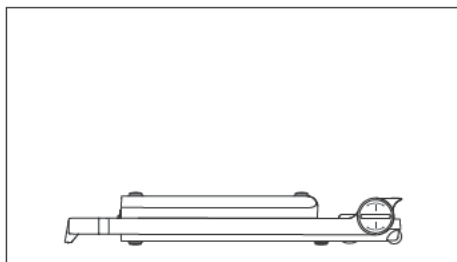


- ② Tenere le rotelle di scorrimento a terra e spostarsi in avanti o indietro.

* Durante lo spostamento del tapis roulant, assicurarsi di mantenere una certa inclinazione tra l'apparecchio e il suolo per evitare l'attrito.

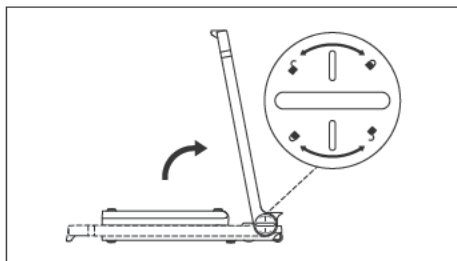
Come aprire il tapis roulant

Per evitare di danneggiare il tapis roulant e causare seri danni, assicurarsi che vi sia spazio sufficiente prima di aprirlo.

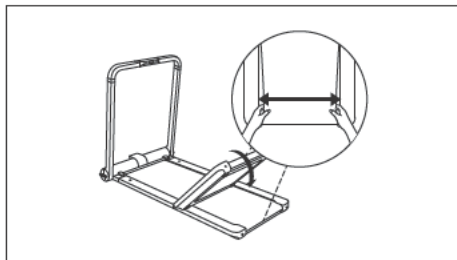


- ① Posizionare il tapis roulant da chiuso in posizione orizzontale e assicurarsi di collocarlo su una superficie piana e stabile.

* Non collocare il tapis roulant su tappeti o moquette spessi e morbidi.



- ② Allentare la manopola di fissaggio su entrambi i lati per sollevare il corrimano, quindi serrare la manopola di fissaggio del corrimano fino a bloccarla.

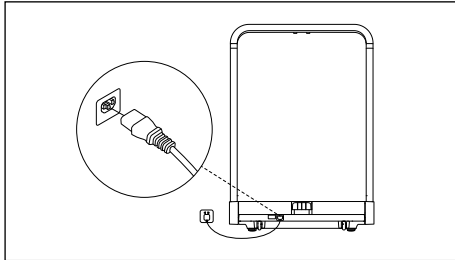


- ③ Aprire la pedana posteriore, regolare manualmente il nastro da corsa al centro spingendola verso il basso finché non è totalmente in piano. Se la pedana posteriore non è livellata al pavimento, ruotare il piedino posteriore per livellarla.

* La pedana posteriore per corsa può essere premuta a mano con forza senza danneggiare la pedana mobile.

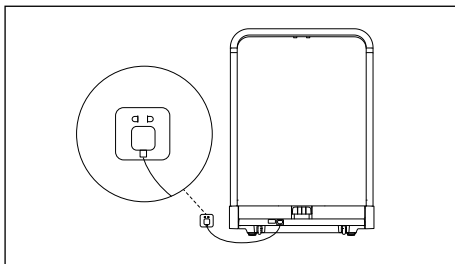
Come collegare il cavo di alimentazione

Il prodotto deve essere collegato a terra quando è in uso e il nostro apparecchio soddisfa i requisiti di messa a terra. In caso di malfunzionamento o danno, la messa a terra è in grado di fornire un percorso con la minima resistenza per la corrente elettrica, riducendo il rischio di scosse elettriche.



- ① Inserire il cavo di alimentazione nella presa elettrica situata nella parte anteriore del tapis roulant.

* Un collegamento errato del filo di messa a terra può aumentare il rischio di scosse elettriche.



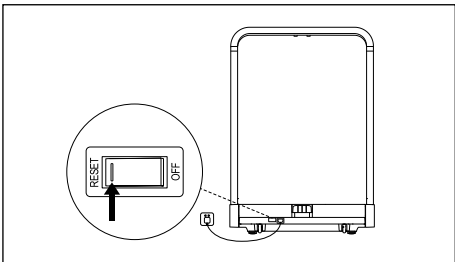
- ② Inserire l'altra estremità del cavo di alimentazione in una presa elettrica adeguata, la quale deve essere installata e messa a terra correttamente secondo le norme e le disposizioni locali.

* Evitare di modificare la spina fornita insieme al prodotto. Se la spina non è adatta per la presa, contattare un elettricista qualificato affinché ne installi una corretta.

NOTA: se il cavo di alimentazione è danneggiato, deve essere sostituito con il cavo di alimentazione indicato dal produttore.

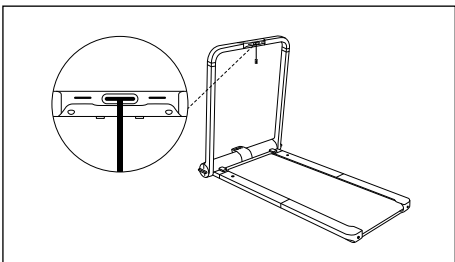
Come accendere l'apparecchio

Se il tapis roulant è situato in un ambiente freddo, attendere che raggiunga la temperatura ambiente prima di accenderlo. In caso contrario, il pannello del tapis roulant o altri componenti potrebbero danneggiarsi. In caso di emergenza, sarà sufficiente estrarre la chiave di sicurezza per rallentare fino a fermare del tutto il tapis roulant. Provare diverse posizioni per assicurarsi che la chiave di sicurezza possa essere estratta facilmente dalla fessura per la chiave di sicurezza in caso di emergenza.



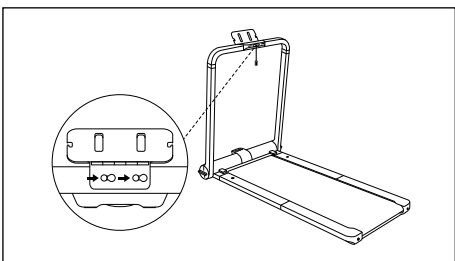
- ① Individuare l'interruttore di alimentazione nella parte anteriore del tapis roulant e accenderlo.

* Quando si sente un "bip" e il pannello si illumina, l'interruttore di alimentazione è in posizione "RESET".



- ② Prendere la chiave di sicurezza dalla scatola degli accessori e inserirla nella fessura per la chiave di sicurezza al centro del corrimano.

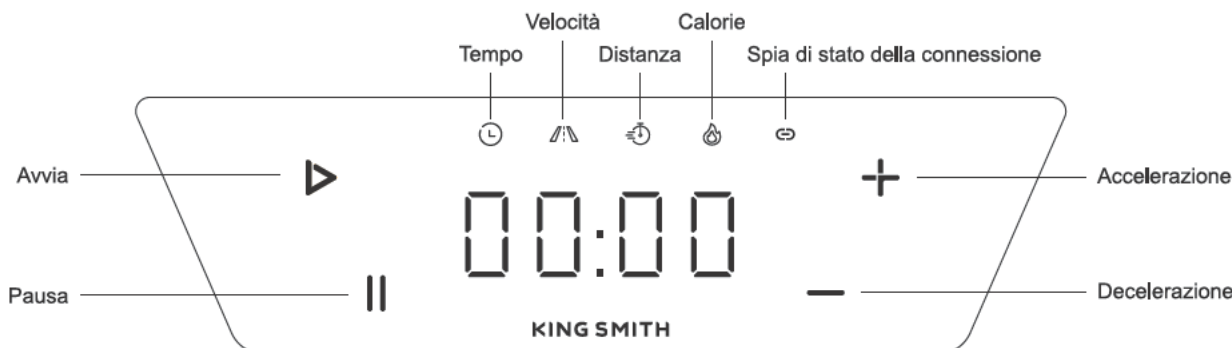
* Il tapis roulant può essere acceso normalmente con la chiave di sicurezza inserita.



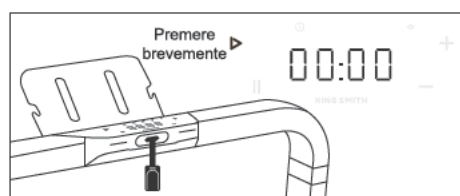
- ③ Prendere il supporto per smartphone dalla scatola degli accessori, allineare i fori con i bulloni di fissaggio sotto il corrimano, quindi spingere il supporto verso la direzione del foro piccolo fino a bloccarlo saldamente.

Come utilizzare il pannello del display

Il pannello del display utilizza una tecnologia avanzata di visualizzazione a LED e offre diverse funzioni per rendere più piacevole l'allenamento. Le seguenti informazioni aiutano a padroneggiare rapidamente l'uso di questo apparecchio.



Dopo aver acceso il tapis roulant, il display si illumina. Tutti i dati hanno come valore "zero". Il tapis roulant entra in modalità Attivazione.



- ① Premere il pulsante Start sul pannello del display.
Esito: Dopo un conto alla rovescia di tre secondi, il tapis roulant inizia ad attivarsi lentamente.

- * Il tapis roulant può essere acceso normalmente con la chiave di sicurezza inserita.
- * Arresto per assenza di carico. Assicurarsi che l'utente sia sul tapis roulant. Se nessuno sale sul tapis roulant entro 60 secondi, l'apparecchio inizia a rallentare fino a fermarsi definitivamente. Quando il tapis roulant entra in modalità Pausa, È possibile disabilitare la funzione "Arresto per assenza di carico" attraverso l'APP.



- ② Premere il pulsante Accelerazione sul pannello del display mentre il tapis roulant è in funzione.
Esito: La velocità aumenta di 0,5 km/h alla volta.

- * Premere il pulsante Accelerazione nell'APP. La velocità aumenta di 0,1 km/h alla volta.
- * Quando la velocità nell'APP è impostata a 2-2,4 km/h o 2,5-2,9 km/h, premere il pulsante Accelerazione sul pannello del display e la velocità attuale diventa di 2,5 km/h o 3 km/h. Lo stesso vale per gli altri valori di velocità impostati nell'APP.



- ③ Premere il pulsante Decelerazione sul pannello del display mentre il tapis roulant è in funzione.
Esito: La velocità diminuisce di 0,5 km/h alla volta.

- * Premere il pulsante Decelerazione nell'APP. La velocità diminuisce di 0,1 km/h alla volta.
- * Quando la velocità è impostata a 2 km/h sul pannello del display, premere il pulsante Decelerazione nell'APP e la velocità attuale diventa di 1,9 km/h. Lo stesso vale per gli altri valori di velocità impostati nel pannello del display.



- ④ Premere il pulsante Pausa sul pannello del display o scendere dal tapis roulant per 60 secondi mentre quest'ultimo è in funzione.
Esito: La velocità del tapis roulant scende ed entra in modalità Pausa. Il pannello del display mostra la scritta "STOP". Quando la velocità scende a zero, la scritta "STOP" scompare dal pannello del display.



- ⑤ In modalità Pausa, premere per 2 secondi il pulsante Pausa e scendere dal tapis roulant per 10 minuti.
Esito: I dati dell'esercizio vengono resettati. Il pannello del display mostra la scritta "End" per 3 secondi. Il tapis roulant entra in modalità Attivazione. Se nessuno usa il pannello del display o l'APP per 10 minuti, il tapis roulant entra in modalità Sleep.

Se la chiave di sicurezza non è inserita, il pannello del display mostra la scritta "SAFE". Pertanto, il tapis roulant non può essere avviato. Per avviare il tapis roulant, inserire la chiave di sicurezza seguendo il punto 2 di "Come accendere" (vedere pagina 38).

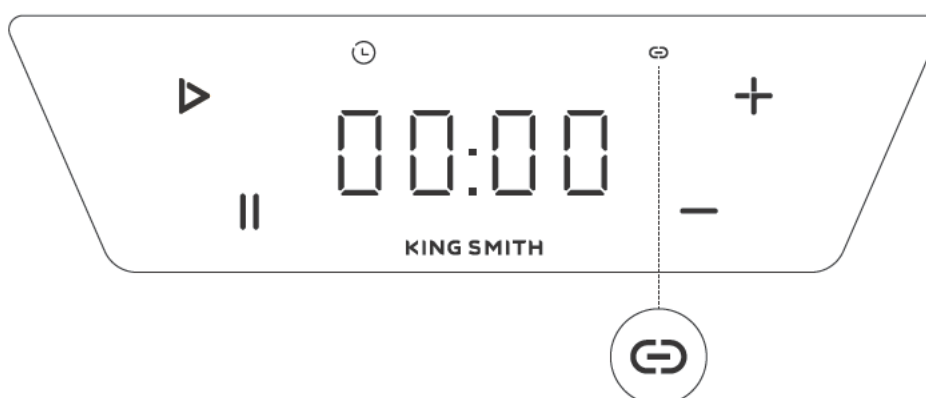


Se il blocco bambini è attivato, il tapis roulant non si avvia e il pannello del display mostra la scritta "LOC". Se nessuno è sul tapis roulant per 10 minuti, il tapis roulant entra in modalità Sleep.

* Per rimuovere il blocco per bambini ci sono tre possibilità: (1) Funzionamento tramite le impostazioni dell'APP (2) Tenere premuto il pulsante Stop per 7 secondi quando il tapis roulant è collegato all'APP. Tutti i dati hanno come valore "zero". Il tapis roulant entra in modalità Attivazione (3) Tenere premuto il pulsante Stop per 7 secondi quando il tapis roulant è collegato all'APP. Durante questo processo, il pannello del display diventa scuro per 2 secondi. Tutti i dati hanno come valore "zero". Il tapis roulant entra in modalità Attivazione.



Quando il tapis roulant non è collegato all'APP, la spia dello stato di connessione lampeggia. È possibile collegare il tapis roulant in qualsiasi momento cercando l'apparecchiatura nell'APP. Quando il tapis roulant è collegato all'APP, la spia di stato della connessione rimane accesa.

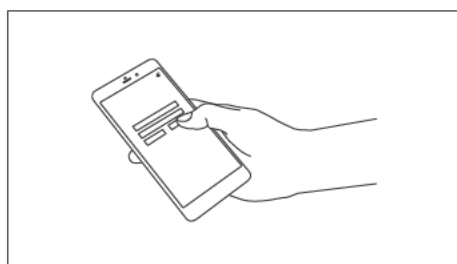


Come connettersi all'app

Il tapis roulant può essere utilizzato con un'app collegata per rendere l'allenamento più professionale e migliorare l'esperienza di corsa.



- ① Eseguire la scansione del codice QR o cercare "KS Fit" su Apple Store o Google Play, dopodiché completare l'installazione e la registrazione.



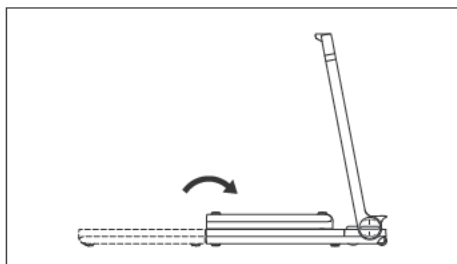
- ② Portare lo smartphone vicino al tapis roulant.
- ③ Attivare il Bluetooth sullo smartphone.
- ④ Accendere il tapis roulant.
- ⑤ Aprire l'app KS Fit e aggiungere l'apparecchio.

* Concedere l'autorizzazione all'app in modo che possa cercare i dispositivi nelle vicinanze.
* Aggiungere l'apparecchio tramite l'app anziché selezionarlo dall'elenco Bluetooth. Nel caso in cui fosse già stato selezionato, rimuovere l'apparecchio dall'elenco Bluetooth e associarlo nuovamente tramite l'app.
* Ripetere i passaggi ③-⑤, nel caso in cui l'associazione con l'apparecchio non vada a buon fine.
* Per motivi di sicurezza, evitare di connettere un secondo smartphone al tapis roulant durante l'esercizio, qualora ne sia già stato associato uno all'apparecchio.

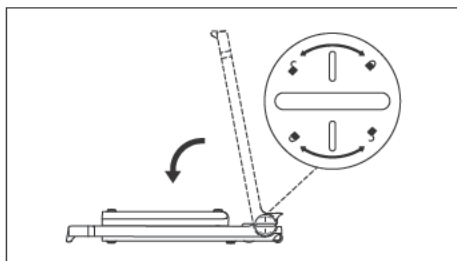
* Il pannello del display supporta la commutazione metrica/imperiale. È possibile impostarli con i seguenti passaggi: (1) Riavviare il tapis roulant (2) Collegare a KS Fit APP (3) Fare clic su "Impostazioni" - "Installazione" - "Impostazioni dell'unità" - "Metrico/Imperiale" (4) Riavviare il tapis roulant.

Come chiudere il tapis roulant

Per evitare di danneggiare il tapis roulant e causare seri danni, assicurarsi che il cavo di alimentazione sia staccato prima di chiudere il tapis roulant.



- ① Chiudere la pedana posteriore su quella anteriore e assicurarsi che sia nella posizione prevista.

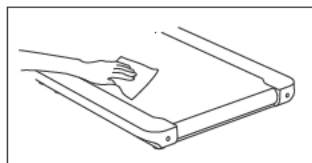


- ② Allentare la manopola di fissaggio su entrambi i lati. Abbassare il corrimano allo stesso livello della pedana. Serrare le manopole di fissaggio per bloccare il corrimano.

* Non azionare la pedana mobile chiusa.

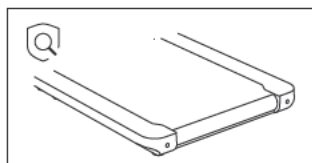
Cura e manutenzione

Per far funzionare correttamente il tapis roulant e prolungarne la durata, si consiglia di eseguire una manutenzione regolare sotto i seguenti aspetti. Se si riscontrano danni e usura, interrompere immediatamente l'uso del tapis roulant fino alla risoluzione del problema.



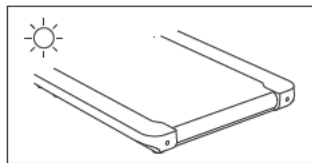
① Pulire il tapis roulant

- Spegnerne il tapis roulant e staccare il cavo di alimentazione.
- Aggiungere una piccola quantità di detergente delicato a un panno di cotone al 100% e pulire il pannello del display, il corrimano, il supporto per smartphone, il nastro da corsa, ecc.
- * Non spruzzare il detergente direttamente sul pannello del display o sul nastro da corsa.
- * Non usare detergenti acidi e corrosivi.
- * Non strofinare sotto il nastro da corsa.
- * Dopo un certo periodo di utilizzo, sulla superficie posteriore possono presentarsi polvere e macchie. Si tratta di un fenomeno normale risolvibile con la semplice pulizia.



② Controllare il tapis roulant

- Controllare le viti e i bulloni. Se sono allentati, serrarli per garantire un utilizzo sicuro.
- Controllare il cavo di alimentazione. Se vi sono danni o segni di usura sul cavo di alimentazione, smettere di utilizzarlo e sostituirlo immediatamente.
- Controllare il nastro da corsa. Qualora non fosse centrato, troppo stretto o lento, regolare il nastro da corsa seguendo quanto riportato nella sezione "Deviazione/slittamento e correzione del nastro da corsa" in Risoluzione dei problemi.
- * Qualora fosse necessario sostituire alcune parti, utilizzare i componenti indicati dal produttore.

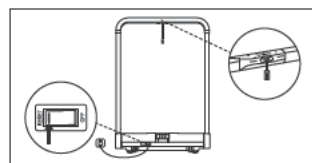


③ Mantenerlo al fresco e asciutto

- Conservare il tapis roulant in un luogo fresco e asciutto.
- * Non utilizzare il tapis roulant all'esterno o in luoghi molto umidi o con bruschi sbalzi di temperatura.
- Prendere una pausa di 20 minuti ogni due ore di utilizzo per aiutare il tapis roulant di dissipare il calore.
- * Non utilizzare il tapis roulant in modo continuo per più di 2 ore.

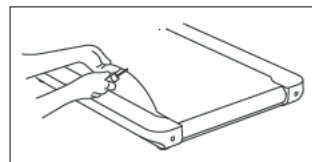
Risoluzione dei problemi

La maggior parte dei malfunzionamenti del tapis roulant può essere risolta seguendo questi semplici passaggi per identificare il problema ed effettuare gli interventi necessari.



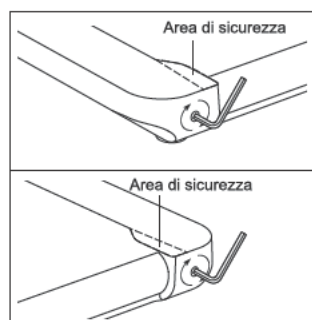
① Impossibile effettuare l'accensione/lo spegnimento durante l'uso.

- Assicurarsi che entrambe le estremità del cavo di alimentazione siano collegate.
- Dopo aver collegato il cavo di alimentazione, assicurarsi che la chiave di sicurezza sia inserita nella fessura per la chiave di sicurezza.
- Assicurarsi che l'interruttore di alimentazione si trovi in posizione di accensione.



② Lubrificazione del nastro da corsa

- Spegnerne il tapis roulant e staccare il cavo di alimentazione.
- Sollevare la pedana posteriore, sollevare il nastro da corsa e applicare l'olio al silicone disegnando una "Z" sulla superficie interna della pedana in posizione centrale.
- Accendere il tapis roulant e riprovare.
- * Non è necessaria l'applicazione su tutta la pedana, poiché l'olio si diffonde naturalmente durante l'uso.
- * Per ogni lubrificazione sono necessari 5-10 ml di olio al silicone. Una quantità eccessiva di olio al silicone può causare lo slittamento e compromettere il normale utilizzo.



③ Deviazione/slittamento e correzione del nastro da corsa

- Quando il bordo del nastro da corsa entra nell'area di sicurezza contrassegnata nella figura, non è necessario regolare il nastro.
- Se il bordo del nastro da corsa supera l'area di sicurezza, è necessario regolare manualmente il nastro (vedere pagina 37 "Come aprire il tapis roulant").
- Se il nastro da corsa continua a deviare, regolarla con la chiave a brugola fornita in dotazione, procedendo nel modo seguente:
 - Il nastro da corsa tende a sinistra: ruotare la vite del foro di regolazione sinistro in senso orario di 1/4 di giro.
 - Il nastro da corsa tende a destra: ruotare la vite del foro di regolazione destro in senso orario di 1/4 di giro.
 - Il nastro da corsa slitta: ruotare contemporaneamente la vite di regolazione destra e sinistra in senso orario di 1/2 giro.Dopo ogni regolazione, far funzionare l'apparecchio a una velocità di 3-4 km/h (1,95-2,5 mph) per 1-2 minuti per osservare la calibrazione. Ripetere la regolazione se necessario.
- * Se il nastro da corsa è troppo stretto o allentato, le prestazioni del tapis roulant ne risentono e il nastro dai corsa si danneggia.

④ Descrizione del codice di errore

* Quando si verifica un malfunzionamento, il pannello del display visualizza un codice di errore. Se vengono visualizzati i codici di errore riportati di seguito, spegnere e riavviare il tapis roulant. Se il codice di errore continua a comparire, interrompere l'utilizzo, annotare il modello del prodotto e il numero di serie sull'adesivo della targhetta di identificazione posta sulla parte anteriore del tapis roulant e contattare il rivenditore o il servizio di assistenza clienti per la riparazione fino alla risoluzione del problema.

E01: Sovracorrente software
E02: Sovracorrente hardware
E03: Surriscaldamento del modulo IPM
E04: Protezione da bassa tensione
E05: Protezione da alta corrente
E06: Protezione contro la perdita di fase del motore
E07: Protezione del motore a rotore bloccato

E09: Il motore non riesce ad avviarsi
E12: Protezione sovracorrente del motore
E13: Protezione da sovraccarico
* Soluzione: aggiungere dell'olio al silicone. La macchina riprenderà a funzionare automaticamente dopo il conto alla rovescia.
E14: Hall-Signal fehlt
E15: Kommunikationsfehler

Guida pratica

Intensità di allenamento

Sia che l'obiettivo sia quello di bruciare i grassi o di migliorare le capacità cardiovascolari, allenarsi con la giusta intensità è la chiave per ottenere risultati. Per trovare il giusto livello di intensità è possibile sfruttare la frequenza cardiaca come riferimento. La tabella sottostante mostra, solamente a scopo di riferimento, le fasce di frequenza cardiaca consigliate per bruciare i grassi e per il benessere cardiovascolare.

165	155	145	140	130	125	115	♥♥
145	138	130	125	118	110	103	♥
125	120	115	110	105	95	90	♥
20	30	40	50	60	70	80	

Per trovare il giusto livello di intensità, individuare la propria età in fondo alla tabella (arrotondandola alla decina più vicina). La cifra più bassa corrisponde alla frequenza cardiaca brucia-grassi, quella intermedia alla frequenza cardiaca massima brucia-grassi e quella più alta alla frequenza cardiaca per migliorare la forma cardiovascolare (si consiglia di indossare un monitor della frequenza cardiaca durante l'allenamento per garantirne l'efficienza, il quale dovrà essere acquistato separatamente).

Bruciare i grassi: per utilizzare efficacemente i grassi come fonte di energia, è necessario svolgere attività fisica a bassa intensità per un periodo di tempo prolungato. Durante i primi minuti di allenamento, il corpo sfrutta il glicogeno come energia. Solo dopo i primi minuti di esercizio il corpo inizia a utilizzare i grassi accumulati come energia. Se il proprio obiettivo è quello di bruciare i grassi, regolare l'intensità dell'allenamento finché la frequenza cardiaca non si avvicina al valore più basso della propria fascia di allenamento.

Guida all'attività sportiva

Riscaldamento: si consiglia di riscaldarsi per 5-10 minuti prima di fare attività fisica, mobilizzando completamente le articolazioni e facendo stretching prima di dedicarsi all'attività fisica a bassa intensità.

Allenamento: si consiglia di allenarsi per 20-30 minuti, mantenendo l'intensità dell'attività fisica all'interno dell'intervallo previsto (durante le prime settimane di allenamento, il tempo dell'esercizio deve essere mantenuto entro i 20 minuti) mentre la respirazione deve essere mantenuta regolare.

Defaticamento: si consiglia di fare stretching per 5-10 minuti dopo l'attività fisica, per migliorare la flessibilità articolare e l'estensibilità muscolare e prevenire gli infortuni dovuti all'attività fisica.

Frequenza di allenamento

Per mantenere o migliorare la propria condizione fisica, completare tre sessioni di allenamento a settimana con almeno un giorno di riposo tra una sessione e l'altra. Dopo alcuni mesi di allenamento regolare, se necessario, è possibile completare fino a cinque sessioni alla settimana. Tenere a mente che la chiave per il successo è fare dell'attività fisica una parte ricorrente e piacevole della propria vita quotidiana.

Marchio registrato e dichiarazione legale

Vari brevetti relativi alla serie di tapis roulant WalkingPad Kingsmith sono sviluppati e protetti da copyright da Beijing Kingsmith Technology Co. Ltd. ("Kingsmith" in breve). Senza l'autorizzazione scritta di Kingsmith, qualsiasi organizzazione o individuo non può copiare o distribuire tutto o parte del presente Manuale d'uso e non può utilizzare i brevetti in esso contenuti. Il presente Manuale d'uso include, per quanto possibile, le introduzioni alle funzioni e le istruzioni operative più recenti al momento della stampa. Tuttavia, potrebbero esserci delle discrepanze tra il tapis roulant acquistato e quello descritto nel presente documento, a causa della continua ottimizzazione delle funzioni e del design. Pertanto, in caso di differenze di colore e di aspetto, farà fede il tapis roulant reale.

Informazioni sulla conformità a normative e standard

Informazioni sullo smaltimento e sul riciclaggio dei RAEE



Tutti i prodotti contrassegnati da questo simbolo sono rifiuti di apparecchiature elettriche ed elettroniche (RAEE in base alla direttiva 2012/19/UE) che non devono essere smaltiti assieme a rifiuti domestici non differenziati. Al contrario, è necessario proteggere l'ambiente e la salute umana consegnando i rifiuti a un punto di raccolta autorizzato al riciclaggio di rifiuti di apparecchiature elettriche ed elettroniche, predisposto dalla pubblica amministrazione o dalle autorità locali. Lo smaltimento e il riciclaggio corretti aiutano a prevenire conseguenze potenzialmente negative per l'ambiente e la salute umana. Contattare l'installatore o le autorità locali per ulteriori informazioni sulla sede e per i termini e le condizioni di tali punti di raccolta.

Dichiarazione di conformità europea



Con la presente, Beijing Kingsmith Technology Co., Ltd. dichiara che l'apparecchiatura radio di tipo [TRMC11F] è conforme alla Direttiva 2014/53/UE. Il testo completo della dichiarazione di conformità UE è disponibile al seguente indirizzo Internet: <https://www.walkingpad.com/pages/declaration>

Precauciones importantes

El aparato está destinado a uso residencial.

PELIGRO - Para reducir el riesgo de descarga eléctrica:

Desenchufe siempre este aparato de la toma de corriente inmediatamente después de usarlo y antes de limpiarlo.

ADVERTENCIA - Este aparato puede ser utilizado por niños a partir de 8 años y por personas con capacidades físicas, sensoriales o mentales reducidas o con falta de experiencia y conocimiento si han recibido supervisión o instrucciones sobre utilizar el aparato de forma segura y comprender los peligros que implica. Los niños no deben jugar con el aparato, ni realizar la limpieza y el mantenimiento sin supervisión.

Este aparato no está diseñado para que lo utilicen personas (incluidos niños) con capacidades físicas, sensoriales o mentales reducidas, o con falta de experiencia y conocimiento, a menos que hayan recibido supervisión o instrucciones sobre el uso del aparato por parte de una persona responsable de su seguridad.

Asegúrese de que los niños no jueguen con el aparato.

ADVERTENCIA - Guarde la cinta de correr recta e intente colocarla en un espacio con puntos de apoyo a ambos lados; mantenga a los niños pequeños alejados de esta máquina en todo momento. El contacto con la superficie en movimiento puede provocar graves quemaduras por fricción.

ADVERTENCIA - Para reducir los riesgos de quemaduras, fuego, descarga eléctrica o lesiones a las personas:

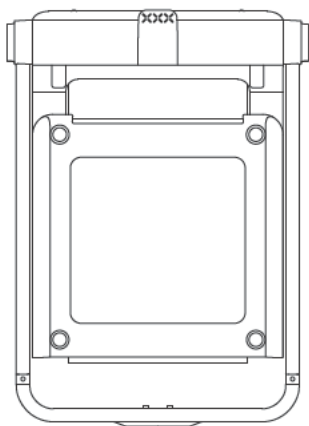
- 1) Nunca se debe dejar un electrodoméstico desatendido cuando está enchufado. Desenchúfelo de la toma de corriente cuando esté en uso y antes de poner o quitar piezas.
- 2) Es necesaria una supervisión cercana cuando se utiliza este aparato por parte de, sobre o cerca de niños, inválidos o personas discapacitadas.
- 3) Utilice este aparato únicamente para el uso previsto como se describe en este manual. No utilice accesorios no recomendados por el fabricante.
- 4) Nunca opere este aparato si tiene un cable o enchufe dañado, si no funciona correctamente, si se ha caído o dañado o si se ha caído al agua. Devuelva el aparato a un centro de servicio para su examen y reparación.
- 5) No transporte este aparato por el cable de alimentación ni utilice el cable como asa.
- 6) Mantenga el cable alejado de superficies calientes.
- 7) Nunca deje caer ni inserte ningún objeto en ninguna abertura.
- 8) No utilice al aire libre.
- 9) No lo opere donde se estén usando productos en aerosol (spray) o donde se esté administrando oxígeno.
- 10) Para desconectar, gire todos los controles a la posición de apagado y luego retire el enchufe de la toma de corriente.
- 11) Si no se siente bien, deje de hacer ejercicio inmediatamente y consulte a un médico para evitar daños a su salud.
- 12) Asegúrese de que haya una distancia de al menos 2000 mm (78,7 pulg.) detrás del aparato y una distancia de al menos 500 mm (19,7 pulg.) en ambos lados. En caso de emergencia, puede alejarse rápidamente del aparato para evitar lesiones personales al chocar con objetos o paredes circundantes.
- 13) Utilice un traje deportivo para utilizar el aparato y haga ejercicio según su propia condición.
- 14) Asegúrese de que los artículos personales se mantengan alejados del aparato para evitar enredos accidentales. De lo contrario, podría causar daños a la máquina y lesiones personales.
- 15) No utilice este equipo en terrenos irregulares para evitar accidentes o daños al aparato.
- 16) No se coloque sobre el cabezal de aparato ni lo pise para evitar daños al producto.
- 17) No utilice este aparato con mascotas para evitar asustarlas y causar otros problemas de seguridad.
- 18) Camine sobre este aparato siempre en una postura hacia adelante para evitar la pérdida del equilibrio, caídas y lesiones.
- 19) Las personas mayores, niños y mujeres embarazadas deben utilizar este dispositivo con precaución. Consulte a un médico y obtenga orientación pertinente antes de utilizar este aparato.
- 20) No doble este aparato cuando no esté apagado. De lo contrario, la vida útil del producto podría verse afectada y provocar otros riesgos de seguridad.
- 21) Guarde el aparato según el método prescrito en el manual por seguridad.
- 22) No suba ni baje de este aparato cuando esté funcionando para evitar accidentes.
- 23) Utilice este aparato dentro del rango de peso especificado para garantizar el funcionamiento normal de la máquina y su seguridad personal.
- 24) Evite exponer este aparato a la luz solar directa para evitar daños a la máquina. Utilice este aparato en un ambiente fresco y seco.
- 25) Mantenga este aparato alejado del agua para evitar dañar la máquina y reducir el riesgo de descarga eléctrica, ya que no es resistente al agua.
- 26) Nunca utilice el aparato de forma continuada durante más tiempo del especificado y tome un descanso de 20 minutos antes de usarlo de nuevo para extender su vida útil.
- 27) No coloque el aparato sobre una superficie inclinada ni coloque nada debajo. De lo contrario, podría afectar la estabilidad y el rendimiento del aparato, o incluso deteriorarlo.
- 28) El valor del nivel de presión acústica de emisión ponderado A en el oído del entrenador es de unos 57 dB(A). La emisión de ruido bajo carga es mayor que sin carga.

Contenido

Artículos incluidos	46
Nombres de las piezas	47
Operación y ajuste	48
Cuidado y mantenimiento	53
Solución de problemas	53
Guía práctica	54
Marca registrada y declaración legal	55
Información sobre el cumplimiento de la normativa	55

Artículos incluidos

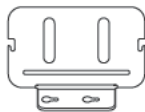
Después de recibir el producto, encontrará los siguientes elementos en la caja de embalaje. Inspeccione todos los componentes en busca de daños. Si falta alguno de los artículos, comuníquese con el vendedor del producto.



Cinta de correr



Cable de alimentación



Soporte para teléfono móvil



Llave de seguridad



Llave Allen



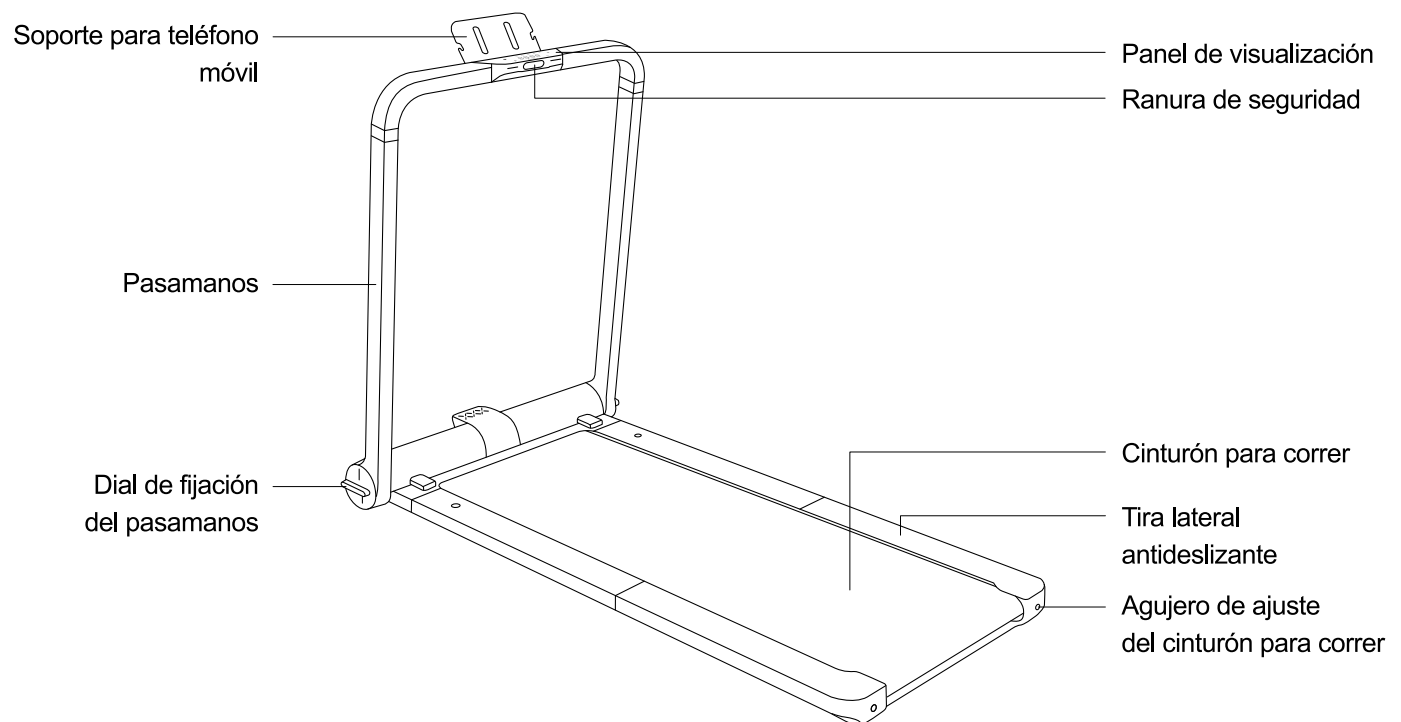
Manual de usuario

Especificaciones

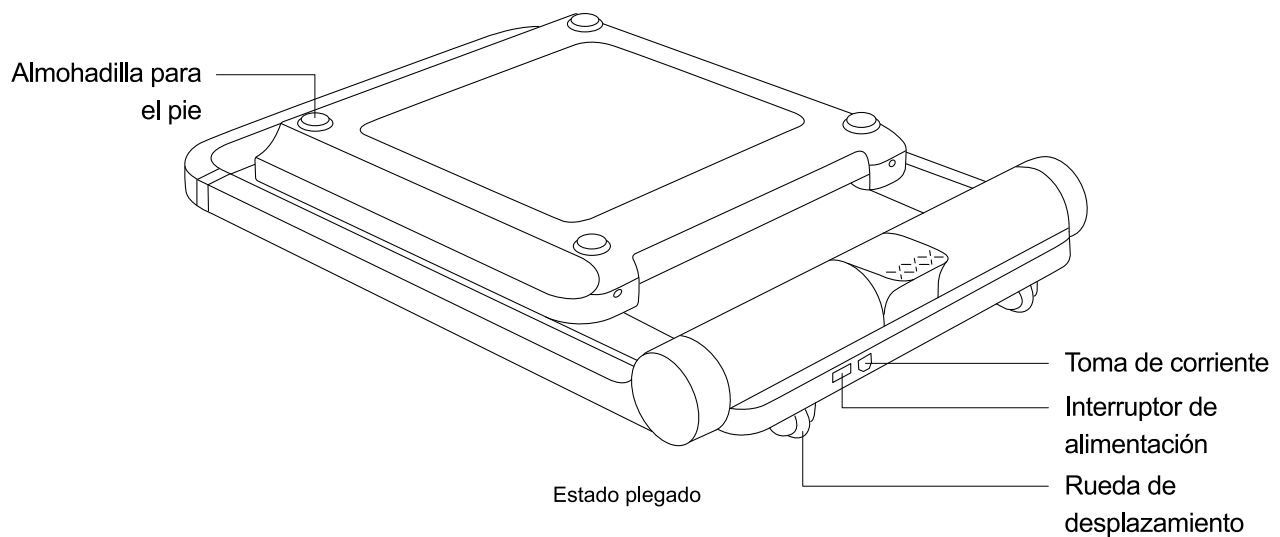
Modelo	TRMC11F	Nombre del producto	Cinta de correr KINGSMITH WalkingPad
Rango de velocidad	1-12 km/h 1-7.5 mph	Peso neto	35.5 kg/78 lbs
Área para correr	440 × 1200 mm 17.3 × 47.2 pulgadas	Tamaño desplegado	1452 × 736 × 1000 mm 57.1 × 28.9 × 39.3 pulgadas
Carga máxima	110 kg/242 lbs	Tamaño plegado	1024 × 736 × 161 mm 40.3 × 28.9 × 6.3 pulgadas
Tensión nominal	220-240 V~	Potencia nominal	918 W
Frecuencia nominal	50/60 Hz	Clase	HC
Rango de edad	14 años y más		

Nombres de las piezas

Antes de usar el producto, familiarícese con los nombres de los componentes de la cinta de correr.



Estado desplegado



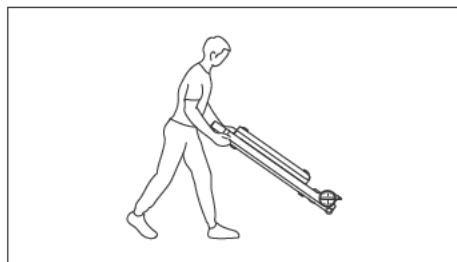
Estado plegado

Operación y ajuste

Para su beneficio, lea detenidamente este manual antes de usar la cinta de correr. Si necesita nuestra ayuda mientras lee este manual, escriba el modelo del producto y el número de serie en la pegatina de la placa de identificación situada en la parte delantera de la cinta de correr antes de ponerse en contacto con atención al cliente.

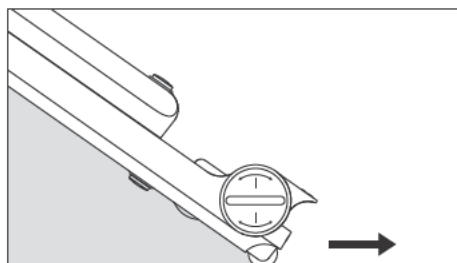
Cómo mover la cinta de correr

Antes de mover la cinta de correr, asegúrese de que la plataforma para correr está en estado bloqueado. Es posible que sea más seguro mover la cinta de correr entre dos personas. Cuando mueva la cinta de correr, no sujete la banda con las manos y no lo mueva sobre una superficie irregular.



- ① Levante la cinta de correr de la zona situada debajo del panel de la muestra del pasamanos.

* Antes de levantar la cinta de correr, desenchufe y guarde el cable de alimentación.

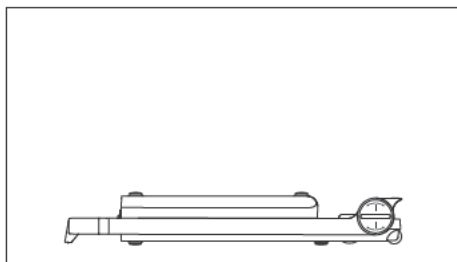


- ② Mantenga las ruedas de desplazamiento en el suelo y muévelas hacia adelante o hacia atrás.

* Cuando mueva la cinta de correr, asegúrese de mantener cierto ángulo entre el aparato y el suelo para evitar fricciones.

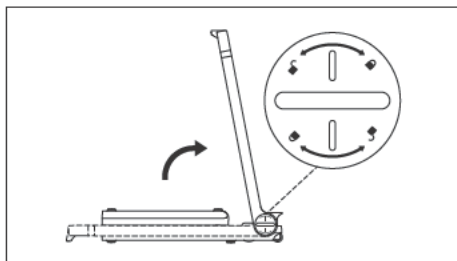
Cómo desplegar la cinta de correr

Para evitar daños en la cinta de correr y provocar lesiones graves, asegúrese de que hay espacio suficiente antes de desplegar la cinta de correr.

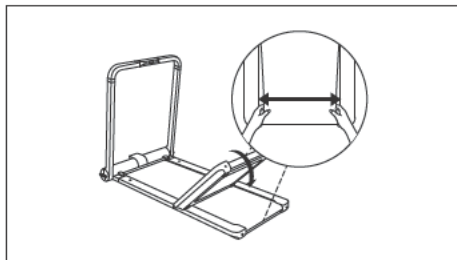


- ① Coloque la cinta de correr plegada horizontalmente y compruebe si está colocada sobre una superficie sólida y plana.

* No coloque la cinta de correr sobre una alfombra o alfombrilla gruesa y suave.



- ② Afloje el dial de fijación a ambos lados para levantar el pasamanos y, posteriormente, apriete el dial de fijación del pasamanos al estado de bloqueo.

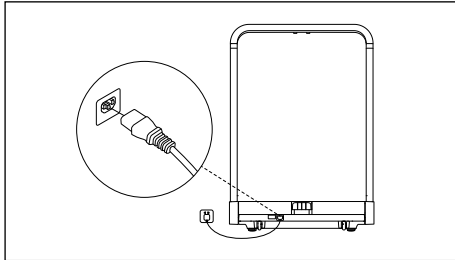


- ③ Despliegue la banda trasera y, ajuste el cinturón de correr manualmente en el centro y ayude a presionarlo hacia abajo para que quede completamente plano. Si la banda trasera no está nivelada con el suelo, gire la banda de pie inferior para nivelarlo.

* El tablero posterior de la cinta de correr puede empujarse fuerte hacia abajo a mano sin dañar la cinta andadora.

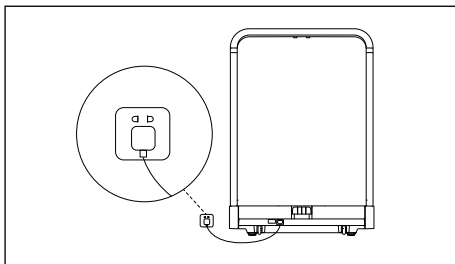
Cómo enchufar el cable de alimentación

Este producto debe disponer de una toma a tierra cuando se use y nuestro aparato cumple con las exigencias de las tomas de tierra. Si hay un mal funcionamiento o daño, la conexión a tierra puede proporcionar un camino con la menor resistencia para la corriente eléctrica, reduciendo el riesgo de descarga eléctrica.



- ① Inserte el cable de alimentación en la toma situada en la parte delantera de la cinta de correr.

* Una conexión inadecuada del cable de conexión a tierra puede aumentar el riesgo de descarga eléctrica.



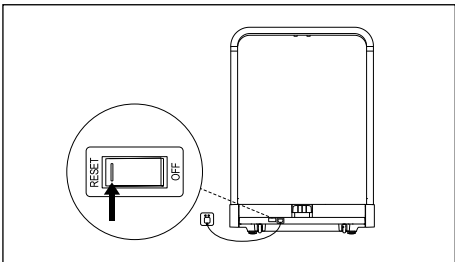
- ② Inserte el otro extremo del cable de alimentación en una toma de corriente adecuada, que debe estar instalada y conectada a tierra correctamente de acuerdo con las regulaciones y ordenanzas locales.

* No modifique el enchufe suministrado con el producto. Si el enchufe no es adecuado para la toma de corriente, haga que un electricista calificado instale una toma de corriente apropiada.

NOTA: Si el cable de alimentación está dañado, reemplácelo por el cable de alimentación designado por el fabricante.

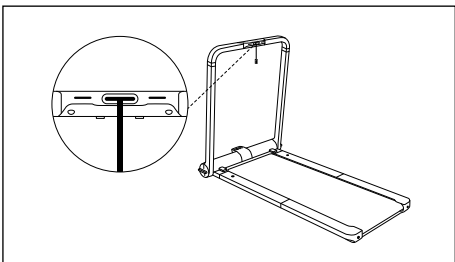
Encendido

Si la cinta de correr se ve expuesta a un entorno frío, devuélvala a temperatura ambiente antes de encender la alimentación. En caso contrario, el panel de la cinta de correr u otros componentes puede sufrir daños. En una emergencia, puede extraer la llave de seguridad para decelerar rápidamente la correa de la cinta de correr para que se pare. Pruebe varias posiciones para asegurarse de que la llave de seguridad se puede extraer con suavidad de la ranura de seguridad en caso de emergencia.



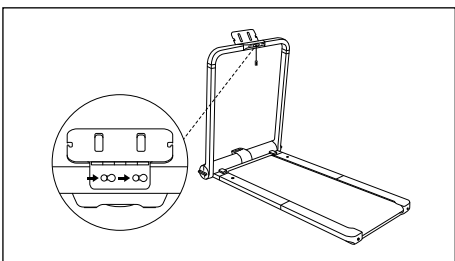
- ① Encuentre el interruptor de alimentación situado en la parte delantera de la cinta de correr y conéctelo.

* Cuando oiga un "pitido" y vea iluminarse las luces del panel, el interruptor de alimentación está en la posición "REINICIO".



- ② Extraiga la llave de seguridad de la caja de accesorios e insértela en la ranura de seguridad situada en el medio del pasamanos.

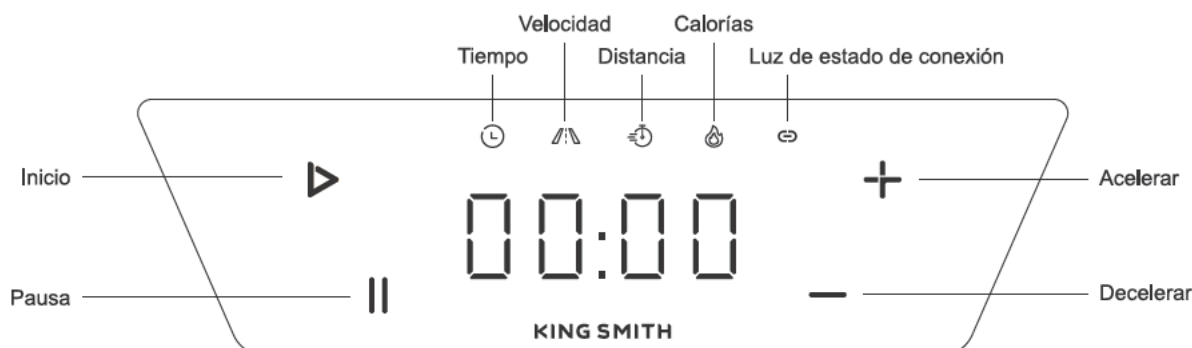
* Solo se puede arrancar la cinta de correr normalmente con la llave de seguridad insertada.



- ③ Extraiga el soporte del teléfono de la caja de accesorios, alinee los agujeros con los pernos de fijación situados bajo el pasamanos y después empuje el soporte en la dirección del agujero pequeño hasta que esté cerrado con seguridad.

Cómo utilizar el panel de visualización

El panel de visualización utiliza una avanzada tecnología de visualización LED y ofrece una serie de funciones para que disfrute de su entrenamiento. La siguiente información le ayudará a dominar su uso rápidamente.



Tras encender la cinta de correr, el panel de visualización se ilumina. Todos los datos se muestran como cero. La cinta de correr entra en modo despierto.



① Pulse el botón de inicio en el panel de visualización.

Resultado: Después de una cuenta atrás de tres segundos, la cinta de correr empieza a funcionar lentamente.

- * Solo se puede arrancar la cinta de correr normalmente con la llave de seguridad insertada.
- * Parada sin carga: Asegúrese de que el usuario está sobre la cinta de correr. Cuando nadie está sobre la cinta de correr durante 60 segundos, el aparato disminuye la velocidad hasta que se detiene. Entonces la cinta de correr entra en el modo pausa. Puede deshabilitar la función parada sin carga mediante la aplicación.



② Pulse el botón acelerar en la panel de visualización mientras está en funcionamiento la cinta de correr.

Resultado: La velocidad aumenta en 0,5 km/h cada vez.

- * Pulse el botón Acelerar en la aplicación. La velocidad aumenta en 0.1 km/h cada vez.
- * Cuando la velocidad se fije en 2-2.4 km/h o 2.5-2.9 km/h en la aplicación, pulse el botón Acelerar en el panel de visualización; la velocidad actual se convierte en 2.5 km/h o 3 km/h. Lo mismo se aplica a otros valores de velocidad fijados en la aplicación.



③ Pulse el botón decelerar en el panel de visualización mientras la cinta de correr está en funcionamiento.

Resultado: La velocidad disminuye en 0,5 km/h cada vez.

- * Pulse el botón Decelerar en la aplicación. La velocidad disminuye en 0.1 km/h cada vez.
- * Cuando la velocidad se fije en 2 km/h en el panel de visualización, pulse el botón Decelerar en la aplicación; la velocidad real se convierte en 1.9 km/h. Lo mismo se aplica a otros valores de velocidad fijados en el panel de visualización.



④ Pulse el botón Pausa en el panel de visualización o si nadie está sobre la cinta de correr durante 60 segundos, mientras esta está en funcionamiento.

Resultado: Las velocidades de la cinta de correr disminuyen y entra en modo Pausa. El panel de visualización muestra "STOP". Cuando la velocidad disminuye a cero, "STOP" desaparece del panel de visualización.



⑤ En modo Pausa, pulse durante 2 segundos el botón Pausa o que nadie está sobre la cinta de correr durante 10 minutos.

Resultado: Los datos del ejercicio se reinician. El panel de visualización muestra "End" durante 3 segundos. La cinta de correr entra en modo despierto. Posteriormente, cuando nadie opere la pantalla de visualización, o la aplicación durante 10 minutos, la cinta de correr entra en modo retardo.

Cuando no se inserta la llave de seguridad, el panel de visualización muestra "SAFE". Entonces, no se puede arrancar la cinta de correr. Para arrancar la cinta de correr, inserte la llave de seguridad siguiendo el Paso 2 en "Cómo encender la alimentación" (consulte página 49).

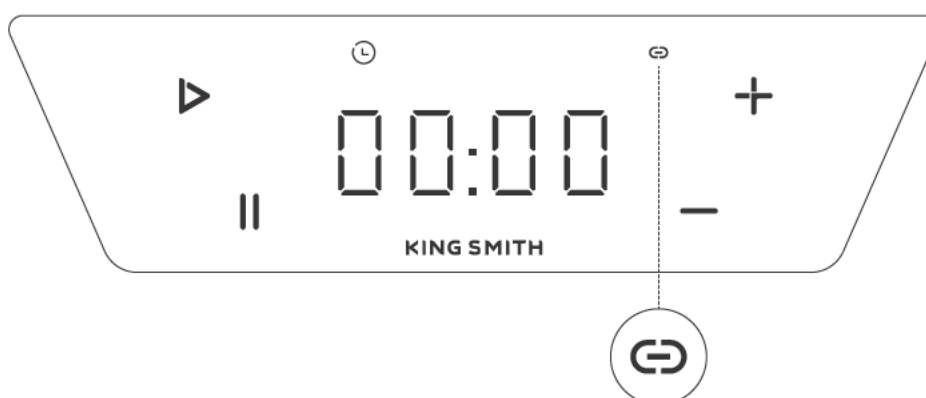


Si está conectado el bloqueo infantil, la cinta de correr no arrancará y el panel de visualización muestra "LOC". Después, cuando nadie se suba a la cinta de correr durante 10 minutos, la cinta de correr entra en modo retardo.

* Para eliminar el bloqueo infantil, existen tres opciones: (1) Opérela mediante los ajustes de la aplicación (2) Mantenga pulsado el botón Parada durante 7 segundos cuando la cinta de correr esté conectada a la aplicación. Todos los datos se muestran como cero. La cinta de correr entra en modo Despertar (3) Mantenga pulsado el botón Parada durante 7 segundos cuando la cinta de correr no esté conectada a la aplicación. Durante este proceso, el panel de visualización se oscurece después de 2 segundos. Todos los datos se muestran como cero. La cinta de correr entra en modo despierto.



Cuando la cinta de correr no está conectada a la aplicación, la luz del estado de conexión parpadea. Puede conectar la cinta de correr en cualquier momento buscando el equipo en la aplicación. Cuando la cinta de correr esté conectada a la aplicación, permanece encendida.

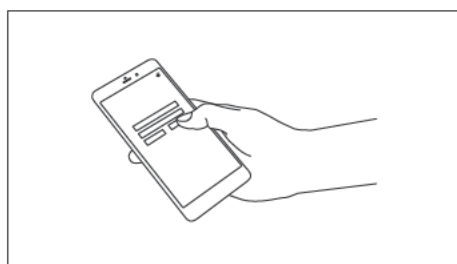


Conexión de la aplicación

La cinta de correr puede usarse con una aplicación conectada para hacer que su entrenamiento sea más profesional y mejorar su experiencia de correr.



- ① Escanee el código QR o busque «KS Fit» en Apple Store o Google Play y complete la instalación y el registro.



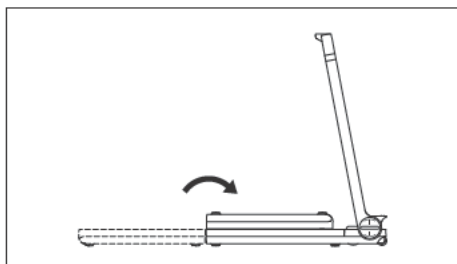
- ② Acerque el teléfono móvil a la cinta de correr.
- ③ Active Bluetooth en su teléfono móvil.
- ④ Encender la cinta de correr.
- ⑤ Abra la aplicación KS Fit y agregue el equipo.

- * Dé permiso a la aplicación para que pueda buscar dispositivos cercanos.
- * Agregue el equipo a través de la aplicación en lugar de seleccionar el equipo de la lista de Bluetooth. Si ya está seleccionado, elimine el equipo de la lista Bluetooth, y vuelva a vincularlo a través de la aplicación.
- * Repita los pasos ③-⑤, si no se empareja con el equipo.
- * Por motivos de seguridad, no conecte un segundo teléfono móvil a la cinta de correr mientras realiza ejercicio, en caso de que un teléfono se haya emparejado con el equipo.

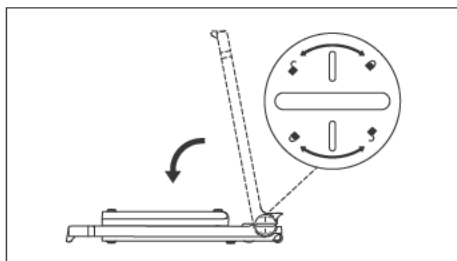
* El panel de visualización es compatible con un cambio métrico / imperial. Es libre de fijarlo en los siguientes pasos: (1) Reinicie la cinta de correr (2) Conéctela a la aplicación KS Fit (3) Haga clic en "Mi perfil" - "Configuración" - "Ajustes de unidades" - "Métrico / Imperial" (4) Vuelva a reiniciar la cinta de correr.

Cómo plegar la cinta de correr

Para evitar daños a la cinta de correr y provocar lesiones graves, asegúrese de que el cable de alimentación está desconectado antes de plegar la cinta de correr.



- ① Pliegue la banda trasera por encima de la la delantera y asegúrese de que está en la posición designada.

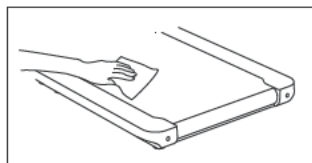


- ② Afloje el dial de fijación a ambos lados. Baje el pasamano al mismo nivel que la banda. Apriete los diales de fijación para bloquear el pasamanos.

* No opere una cinta de correr plegada.

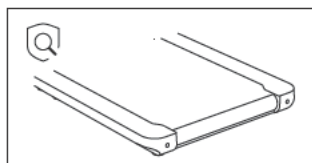
Cuidado y mantenimiento

Para hacer que la cinta de correr funcione correctamente y prolongar su vida útil, se recomienda realizar un mantenimiento regular de los siguientes aspectos. Si se descubre cualquier daño o desgaste, deje de usar inmediatamente la cinta de correr hasta que se solucione el problema.



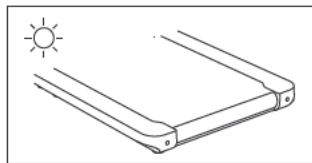
① Limpieza de la cinta de correr

- Apague la cinta de correr y desenchufe el cable de alimentación.
- Añada una pequeña cantidad de limpiador neutro a un paño 100 % de algodón y limpie el panel de visualización, el pasamanos, el soporte del teléfono móvil, la banda, etc.
- * No pulverice el limpiador directamente en el panel de visualización o en la banda.
- * No use un limpiador ácido o corrosivo.
- * No limpie debajo de la banda.
- * Después de un período de ejercicio, pueden aparecer polvo y manchas en el suelo por la parte trasera. Esto es normal y puede eliminarse fácilmente.



② Compruebe la cinta de correr

- Compruebe los pernos y tornillos. Si están flojos, apriételos para asegurar un uso seguro.
- Compruebe el cable de alimentación. Si aparece cualquier daño o desgaste, deje de usarla y sustituya el cable de alimentación inmediatamente.
- Compruebe la banda. Si no está centrada o está demasiado tensa o demasiado floja, ajuste la misma remitiéndose a la sección "Desviación / patinazo de la banda y corrección" en problemas y soluciones.
- * Si es necesaria cualquier sustitución, use los componentes designados por el fabricante.

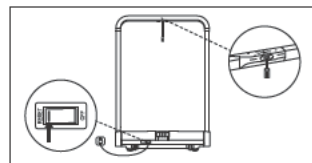


③ Mantenga fresco y seco

- Mantenga la cinta de correr en condición fresca y seca.
- * No use la cinta de correr en el exterior o en áreas de gran humedad o cambios extremos de temperatura.
- Tómese un descanso de 20 minutos después de cada dos horas de uso para ayudar a la cinta de correr a que disipe el calor.
- * No use la cinta de correr de forma continua durante más de 2 horas.

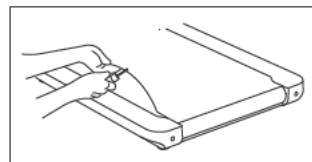
Solución de problemas

La mayoría de los funcionamiento incorrectos de la cinta de correr pueden solucionar siguiendo estos simples pasos para identificar el problema y realizar las acciones necesarias.



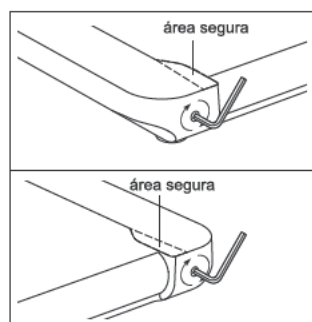
① La alimentación no se puede encender/apagar durante el uso

- Asegúrese de que ambos extremos del cable de alimentación estén enchufados.
- Tras conectar el cable de alimentación, asegúrese de que la llave de seguridad está insertada en la ranura de seguridad.
- Asegúrese de que el interruptor de encendido esté encendido.



② Lubricación de la cinta de correr

- Apague la cinta de correr y desenchufe el cable de alimentación.
- Levante la banda trasera, suba la banda y aplique aceite de silicona en forma de "Z" sobre la superficie interna de la banda en la posición central.
- Encienda la cinta de correr y vuelva a intentarlo.
- * No es necesario aplicar en toda la plataforma para correr, ya que el aceite se esparcirá de forma natural durante el uso.
- * Para cada lubricación se necesitan 5-10 ml de aceite de silicona. El exceso de aceite de silicona puede provocar resbalones y afectar el uso normal.



③ Desviación / patinazo y corrección de la cinta de correr

- Cuando el borde de la cinta de correr entra en el área segura marcada en la figura, no es necesario ajustar la cinta de correr.
- * Si el borde de la cinta de correr supera el área segura, debe ajustar la correa manualmente (consulte la página 48 la parte "Cómo desplegar la cinta de correr").
 - * Si la correa todavía se desvía, ajústela con la llave Allen que se adjunta siguiendo los pasos siguientes:
 - La correa se desvía a la izquierda: gire el tornillo del agujero de ajuste izquierdo en sentido horario 1/4 de giro.
 - La correa se desvía a la derecha: gire el tornillo del agujero de ajuste derecho en sentido horario 1/4 de giro.
 - La correa patina: gire los tornillos de ajuste izquierdo y derecho en sentido horario 1/2 giro al mismo tiempo. Después de cada ajuste, ponga en funcionamiento el aparato a una velocidad de 3-4 km/h (1,95-2,5 mph) durante 1-2 minutos para observar la calibración. Si es necesario, ajuste de nuevo.
 - * Si la correa está demasiado tensa o demasiado floja, afectará al rendimiento de la cinta de correr y dañará la correa.

④ Descripción del código de error

* Cuando se produce un funcionamiento incorrecto, el panel de visualización mostrará un código de error. Si aparece el código de error a continuación, apague y reinicie la cinta de correr. Si todavía aparece el código de error, deje de usarla, anote el modelo del producto y el número de serie en la pegatina de la placa de identificación situada en la parte delantera de la cinta de correr y póngase en contacto con el distribuidor o el departamento de atención al cliente para su reparación hasta que el problema se resuelva.

E01: Sobrecorriente de software
E02: Sobrecorriente de hardware
E03: Sobrecalentamiento del módulo IPM
E04: Protección frente a baja tensión
E05: Protección frente a alta tensión
E06: Protección frente a la pérdida de fase del motor
E07: Protección del rotor bloqueado motor

E09: No es posible arrancar el motor
E12: Protección frente a sobre corriente del motor
E13: Protección de sobrecarga
* Solución: Agrega aceite de silicona. La máquina se reanudará automáticamente después de la cuenta regresiva.
E14: Falta señal de sala
E15: Fallo de comunicación

Guía práctica

Intensidad del ejercicio

Ya sea que su objetivo sea quemar grasa o mejorar la condición cardiovascular, hacer ejercicio a la intensidad adecuada es clave para lograr resultados. Puede utilizar su frecuencia cardíaca como guía para encontrar el nivel de intensidad adecuado. La siguiente tabla muestra las zonas de frecuencia cardíaca recomendadas para quemar grasa y hacer ejercicio cardiovascular, sólo con fines de referencia.

165	155	145	140	130	125	115	♥
145	138	130	125	118	110	103	♥
125	120	115	110	105	95	90	♥
20	30	40	50	60	70	80	

Para encontrar el nivel de intensidad apropiado, indique su edad en la parte inferior del cuadro (redondeando a la decena más cercana). El número más bajo es la frecuencia cardíaca para quemar grasa, el número medio es la frecuencia cardíaca máxima para quemar grasa y el número más alto es la frecuencia cardíaca para mejorar la condición cardiovascular (se recomienda usar un monitor de frecuencia cardíaca durante el ejercicio para garantizar la eficiencia, lo cual requiere una compra adicional).

Quemar grasa: Para utilizar eficazmente la grasa como fuente de energía, debe realizar ejercicio de baja intensidad durante un período de tiempo sostenido. Durante los primeros minutos de ejercicio, su cuerpo utilizará el glucógeno como energía. Sólo después de los primeros minutos de ejercicio su cuerpo comienza a utilizar la grasa almacenada como energía. Si su objetivo es quemar grasa, ajuste la intensidad del ejercicio hasta que su frecuencia cardíaca se acerque al valor más bajo de su zona de entrenamiento.

Guía de deportes

Calentamiento: Se recomienda calentar durante 5-10 minutos antes de realizar ejercicio, movilizandocompletamente las articulaciones y realizando estiramientos antes de iniciar el ejercicio de baja intensidad.

Ejercicio: Se recomienda hacer ejercicio durante 20 a 30 minutos, manteniendo la intensidad del ejercicio dentro del rango de entrenamiento (durante las primeras semanas de entrenamiento, el tiempo de ejercicio debe mantenerse dentro de los 20 minutos) y la respiración debe mantenerse incluso durante el ejercicio.

Enfriamiento: Se recomienda estirar durante 5 a 10 minutos después del ejercicio, lo que puede mejorar la flexibilidad de las articulaciones y la extensibilidad de los músculos y prevenir lesiones por ejercicio.

Frecuencia de ejercicio

Para mantener o mejorar su condición física realice tres sesiones de entrenamiento por semana con al menos un día de descanso entre cada sesión. Después de varios meses de ejercicio regular, si es necesario, puede completar hasta cinco sesiones por semana. Recuerde, la clave del éxito es hacer del ejercicio una parte frecuente y placentera de su vida diaria.

Marca registrada y declaración legal

Se están desarrollando y tienen copyright varias patentes relacionadas con la cinta de correr Kingsmith WalkingPad por parte de Beijing Kingsmith Technology Co., Ltd. ("Kingsmith" para abreviar). Sin el permiso escrito de Kingsmith, queda prohibido que ninguna organización o individuo copie o distribuya todo o parte del presente manual de usuario y queda prohibido el uso de las patentes que aquí se describen. Este manual de usuario, en la medida de lo posible, ha incluido diversas funciones, introducciones e instrucciones operativas en el momento de su impresión. No obstante, es posible que existan discrepancias entre la cinta de correr comprada y aquellas aquí descritas debido a la optimización continua de funciones y diseños. Por lo tanto, la cinta de correr actual prevalecerá en caso de cualquier desviación del color o apariencia.

Información sobre el cumplimiento de la normativa

Directiva RAEE de información de eliminación y reciclaje



Todos los productos que llevan este símbolo son residuos de aparatos eléctricos y electrónicos (RAEE según la directiva 2012/19/UE) que no deben mezclarse con residuos domésticos sin clasificar. En su lugar, debe proteger la salud humana y el medio ambiente entregando sus equipos de desecho a un punto de recogida para el reciclaje de residuos de equipos eléctricos y electrónicos, designado por el gobierno o las autoridades locales. La eliminación y el reciclado correctos ayudarán a evitar posibles consecuencias negativas para el medio ambiente y la salud humana. Póngase en contacto con el instalador o con las autoridades locales para obtener más información sobre la ubicación y las condiciones de dichos puntos de recogida.

Declaración de conformidad de la UE



Por la presente, Beijing Kingsmith Technology Co., Ltd. declara que el tipo de equipo radioeléctrico [TRMC11F] cumple con la Directiva 2014/53/UE. Encontrará el texto completo de la declaración de conformidad de la UE en esta dirección de Internet: <https://www.walkingpad.com/pages/declaration>



Manufacturer: Beijing Kingsmith Technology Co., Ltd.
Address: Floor 4, Building 25, Area 18, ABP Park, Fengtai, Beijing, China
MADE IN CHINA