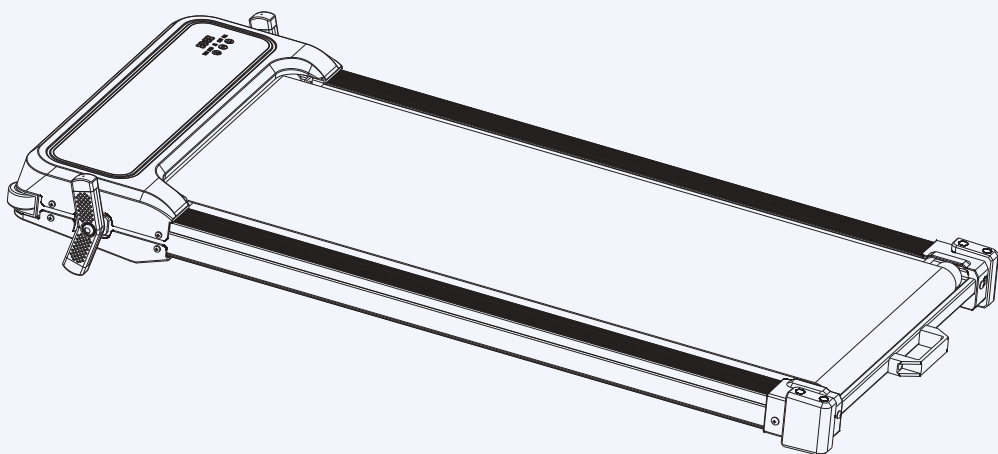


Fitness Walker with Massage Function

Model No:ZX3



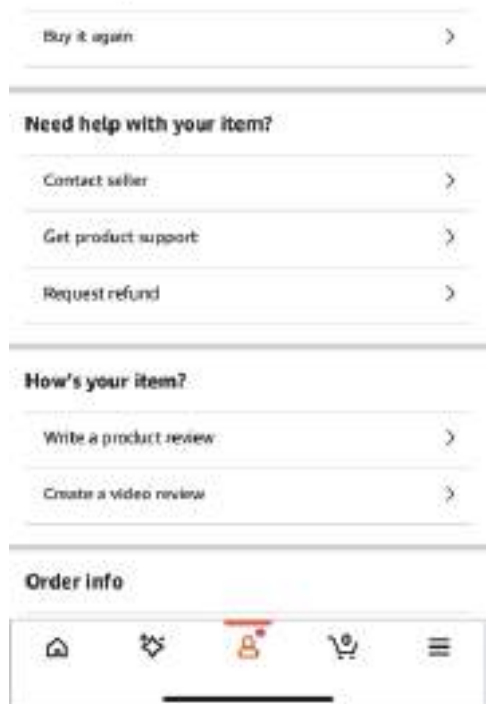
USER MANUAL

HOW TO CONTACT US ON AMAZON?

Step 1: **Log in to your Amazon account.**



Step 2: Go to **Your Orders**.
Select the item you purchased from us.



Step 3: **Select Contact seller.**

CONTENTS

EN-----01

FR-----17

DE-----33

ES-----49

IT-----65

NL-----81

PL-----97

TABLE OF CONTENTS

1.IMPORTANT SAFETY INSTRUCTIONS	2
2.SAFETY NOTICE	3
3.SPECIFICATION	5
4.PRODUCT AND ACCESSORES	5
5.PRODUCT INTRODUCTION	6
6.BEFORE START AND STORAGE	7
7.DISPLAY SCREEN	9
8.OPERATION	10
9.HOW TO USE	11
10.TROUBLESHOOTING	12
11.CARE AND MAINTENANCE	13
12.ERROR CODE	15
13.SUGGESTED STRETCHES	16

1.IMPORTANT SAFETY INSTRUCTIONS

DANGER -To reduce the risk of electric shock;Always unplug this appliance from the electrical outlet immediately after using and before cleaning.

WARNING-To reduce the risk of burns, fire,electric shock,or injury to persons:

- 1.An appliance should never be left unattended plugged in. unplug from outlet when not in use, and before putting on or taking off parts.
- 2.Don' t operate under blanket or pillow. Excessive heating can occur and cause fire, electric shock, or injury to persons.
- 3.Close supervision is necessary when this appliance is used by, on, or near children, invalids, or disabled persons.
- 4.Use this appliance only for its intended use as described in this manual, Do not use attachments not recommended by the manufacturer.
- 5.Never operate this appliance if it has a damaged cord or plug, if it is not working properly, if it has been dropped or damaged, or dropped into water. Return the appliance to a service center for examination and repair.
- 6.Do not carry this appliance by supply cord or use cord as a handle.
- 7.Keep the cord away from heated surfaces.
- 8.Never operate the appliance with the air openings blocked. Keep the air openings free of lint, hair, and the like.
- 9.Never drop or insert any object into any opening.
- 10.Do not use outdoors.
- 11.Do not operate where aerosol (spray) products are being used or where oxygen is being administered.
- 12.Caution - To reduce the risk of injury from moving parts - Unplug before servicing.
- 13.Warning - To reduce the risk of Electric shock Unplug before cleaning or servicing.
- 14.Warning - Risk of personal injury - Keep children under the age of 13 away from walking treadmill.
- 15.To disconnect, turn all controls to the position, then remove plug form outlet.
- 16.Connect this appliance to a properly outlet only. See grounding instructions.
- 17.This appliance is not intended for use by persons with reduces physical, sensory or mental capabilities, or lack of experience and knowledge, unless they have been given supervision or instruction concerning use of the appliance by a person

responsible for their safety. Keep children under the age of 13 away from this walking treadmill.

18.The maximum weight capacity for this product is 265 lbs/120 kg.

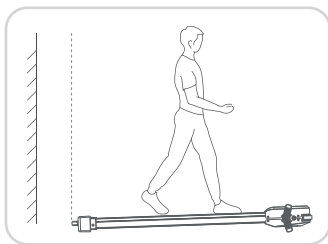
DO NOT EXCEED MIXIMUM WEIGHT CAPACITY.

SAVE THESE INSTRUCTIONS

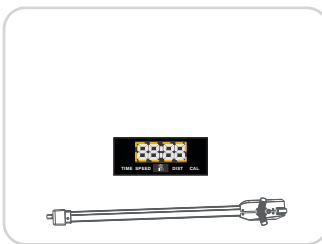
GROUNDING INSTRUCTIONS:This product must be grounded. If it should malfunction or breakdown, grounding provides a path of least resistance for electric current to reduce the risk of electric and a grounding plug. The plug must be plugged into an appropriate outlet that is properly installed and grounded in accordance with all local codes and ordinances.

DANGER - Improper connection of the equipment-grounding conductor can result in a risk of electric shock. Check with a qualified electrician or serviceman if you are in doubt as to whether the product is properly grounded. Do not modify the plug provided with the product - if it will not fit the outlet, have a proper outlet installed by a qualified electrician.

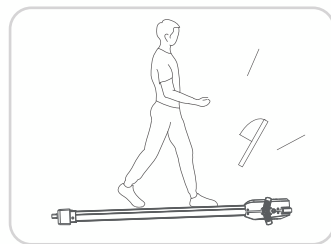
2.SAFETY NOTICE



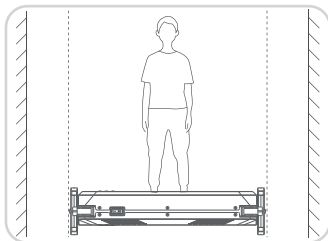
⚠ Please keep a rear distance of 100 cm or more.



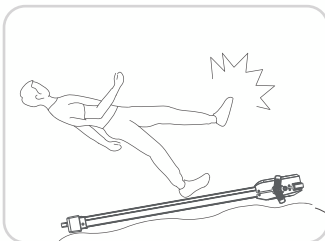
⊗ Please do not stand up on the walking treadmill when it is under auto calibration situation (during 4s after starting.)



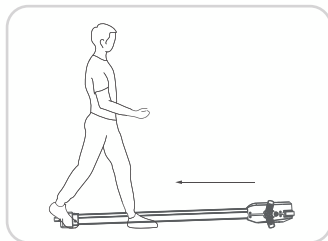
⚠ Please choose sneaker.



⚠ Please keep a distance of 0.6 meters or more for both sides.



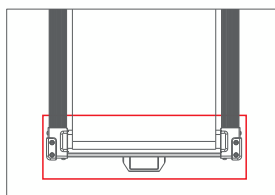
⊗ Using on uneven ground is prohibited.



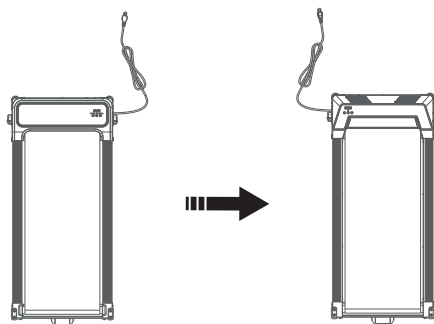
⊗ It is strictly forbidden to walk up and down the walking.

⚠ WARNING

NOTE: Do not touch this area with your hands while the treadmill is running to prevent hand injury!



NOTE: When flipping the treadmill from side A to side B, wait until the treadmill has completely stopped before flipping to prevent injury!



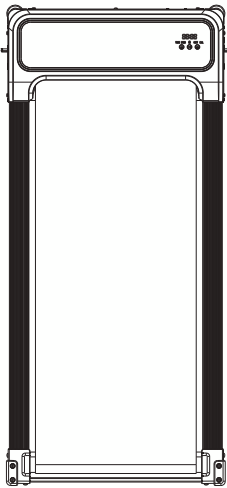
3.SPECIFICATION

performance indicators	Detailed parameters	performance indicators	Detailed parameters
product dimension	1105x545x130 mm	Minimum speed	1.0km/h
	43.5x21.5x5.1 inch		
walkingArea	900x410 mm	Meximum speed	6.0KM/H
	35.43x16.1 inch		
Net weight	18.7KG	Rate voltage	220-240V AC
	39.7LBS		
Gross Weight	21KG	Maximum load	120KG
	46.3LBS		265LBS

4.PRODUCT AND ACCESS ORES

Please carefully check whether the contents of the package are complete and intact.
there is any missing and damage, please contact the seller.

Accessories



Walking treadmill x1



Remote controller x1



Battery x1



LubricatingOil x1



Supporting bracket x 2



Hex Tool x1



User Manual x1



Self-tapping screw with washer M4x12 x 2



Handle bar x 1



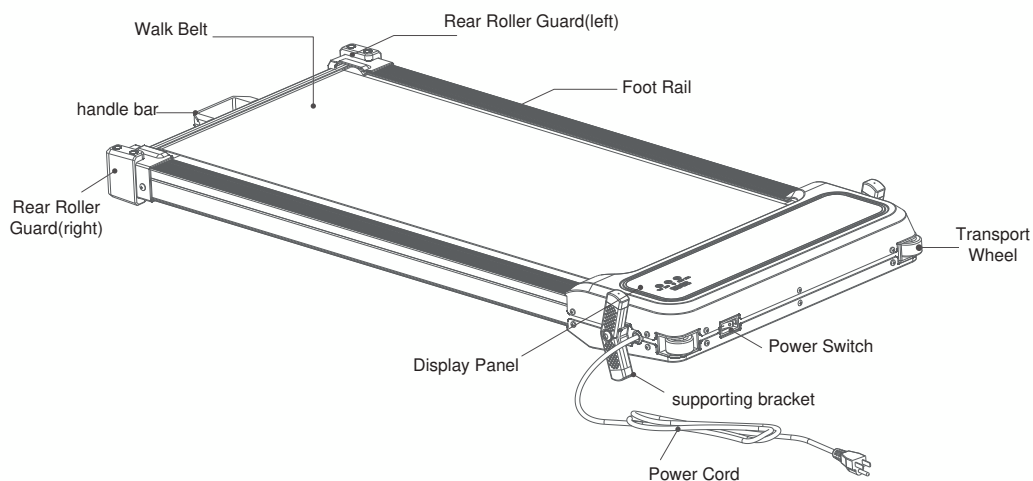
Socket Head Cap Screw M8x30x2



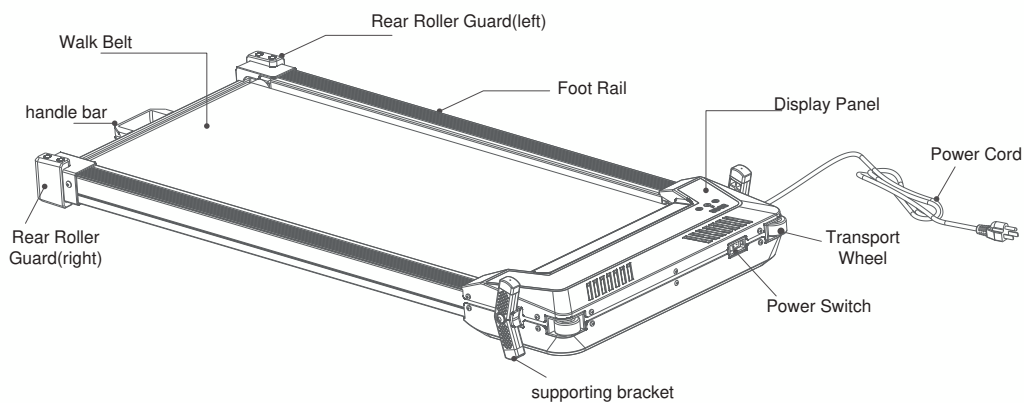
Plain gasket x 2

5. PRODUCT INTRODUCTION

Running side(Side A)

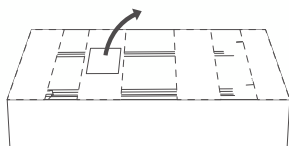


Massage side(Side B)

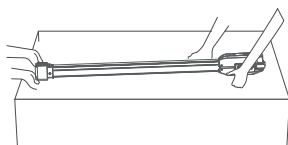


6.BEFORE START AND STORAGE

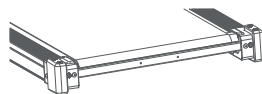
●Take out appliance from packages



1.Unbox and take out accessory box.



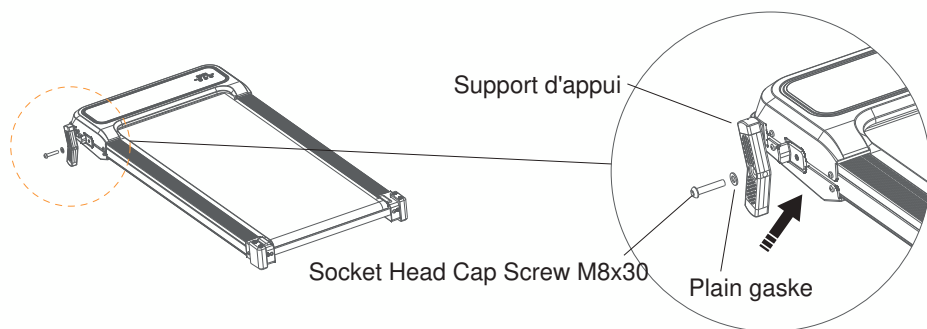
2.Lift out appliance and place at flat surface.
Attention:2-3persons assist is necessary.



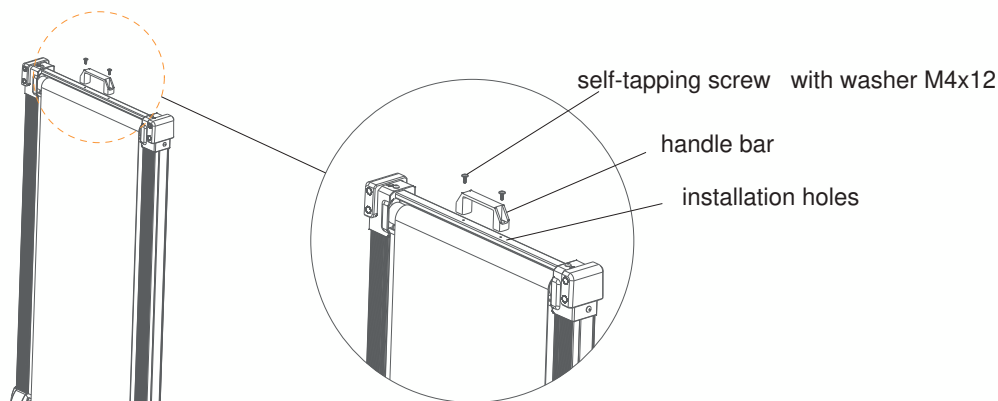
3.Its normal that visible welding marks residual on walk belt.

●Assembly components

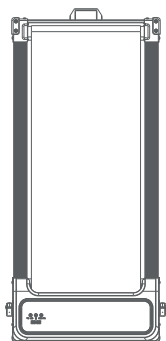
1.Remove these three parts from the tool kit, assemble the support brackets in the order shown in the diagram, and tighten the screws with an Allen wrench, the operation is the same on both sides.



2.Assemble the moving handle, take out the moving handle and self-tapping screws from the tool kit, align them with the installation holes on the tube as shown in the diagram, and tighten with an Allen wrench.



•Transportation



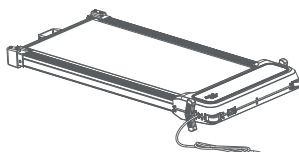
•Connecter l'alimentation



Plug in power cord and switch on power rock button, you can hear a Bi sound from buzzer, its means the circuit of appliance has connected with power electricity.

Warning: MUST use power cord with comes of package.

•Storage



Power off appliance and unplug power cord before storage process.

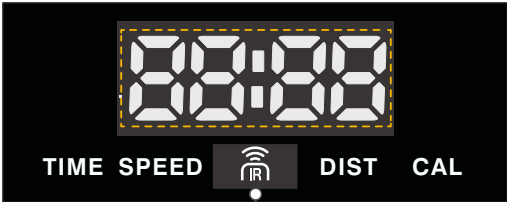
To move the treadmill, you can use the moving handle to lift the treadmill to a vertical position, as shown in the figure below, there are moving wheels at the bottom that can be moved like a suitcase.

Warning:

Before starting to workout with this product, Please assess your physical condition and perform exercise properly and regularly. Incorrect or excessive training can be harmful to your health, If you feel unwell, Stop exercising immediately and consult with your doctor.

7.DISPLAY SCREEN

Running side(Side A)

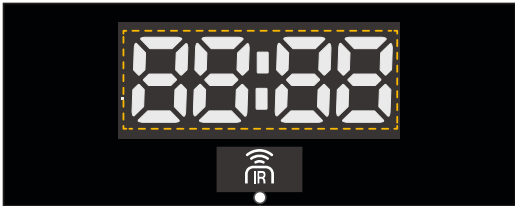


Infrared Receiver Port

As you walk on or run on the treadmill, the display can show the following workout information:

Name	Range	Display
speed	1.0-6.0km/h	Displays the speed of walking belt.
calories	0-999 Kcal	Displays the approximate number of calories you have burned.
Time	0:00-99:59 minutes	Displays the elapsed time;
Distance	00.0-99.9 miles	Displays the distance that you have walked or run.
Infrared Receiver port		Aiming the receiver when remote control is in use.

Côté massage (côté B)



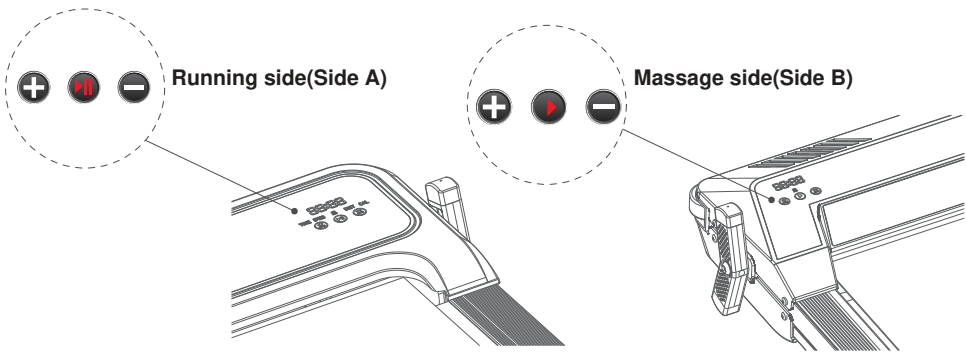
Infrared Receiver Port

As you walk on or run on the treadmill, the display can show the following workout information:

Name	Range	Display
speed	P1-P5	Display the speed of walking belt
Time	10:00-0:00 minutes	Displays the elapsed time
Infrared Receiver port		Aiming the receiver when remote the control is in use.

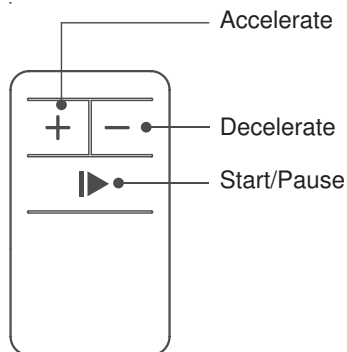
8.OPERATION

● **with console buttons**



Feature of console buttons are identical as remote control.
Attention: please get off treadmill when you intend to control with console buttons.

Remote Control



Running side(Side A)



- Press button to start walking belt, the default initial speed setting is 1.0km/h.

- Press button to have a pause in working mode, to resume workout, re-press it again. Press or hold this button to accelerate ,the increment is 0.5km/h.

- Press or hold this button to decelerate ,the decrement is 0.5km/h.



Massage side(Side B)

- Press button to start walking belt, the default initial speed setting is P1.

- Press button to have a stop in working mode Press or hold this button to accelerate ,the increment is 1P.

- Press or hold this button to decelerate ,the decrement is 1P.



9.HOWTOUSE

This treadmill is dual functional: Side A - the running side and Side B - the massage side.

Side A, the running side, can be used for normal walking or running, with speeds ranging from 1.0 to 6.0km/h.

walking on B-side massage side can promote blood circulation .

The distance between the soles of the feet and the heart is relatively far, especially for the elderly. Blood circulation may be poor, and the soles of the feet are prone to coldness. Through foot massage, blood circulation can be promoted to the soles of the feet. Long term adherence can improve the symptoms of foot coldness and also have certain benefits for cardiovascular health.

10.TROUBLESHOOTING

Problem	Fault Analysis	Resolutions
No workang	1.power rock switch dy function 2. power supply inter-rupted. 3. power cord damaged	1.Replace new power rock switch if it doesn't light on. 2.Make sure that power cord is plugged into properly groundedoutlet. 3. Replace new power cable.
Walking belt slips	walking belt loosen	Tighten walking belt tension with hex tool A (1/4 a turn both idler roller screw clockwise)
Remote control does not work	1.Incorrect use of default 2.Battery power shortage. 3.Remote control mau function	1.Remotor control should directly aiming to receiver port when in use. 2.Replace new battery cells. 3.Replace new remote control.
Friction noise	walking belt off center.	See details of walking belt tension chapter.

11.CAREAND MAINTENANCE

A symptom :walk belt off centered or slips.

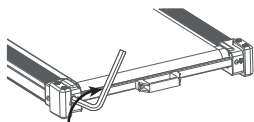


Figure 1

Centering walk belt process as follow :

1.Power off appliance and unplug the power cord.

2.Manual centering process as follow:

- If the walk belt has shifted to left, use the hex tool to turn the left idler roller screwclockwise 1/4 of a turn(refer to figure 1).

- If the walk belt has shifted to right, use the hex tool to turn the right idler roller screw clockwise 1/4 of turn(refer to figure 2).

3.Appliance MUST work 1-2 minutes. Repeat manual centering process until l the walk belt is centered,

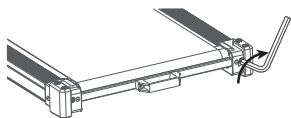


Figure 2

Belt slip correcting process as follow

1.Power off appliance before operation.

2.using the hex tool, turn both idler roller screws clockwise 1/2 of turn(refer to figure3).

3.After corrected, please attempts to walking 1-2minutes under1.0 mph speed setting. Repeat until the walk belt is properly tightened.

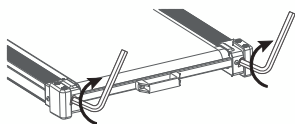


Figure 3

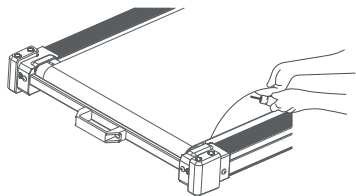
Attentions

1.To prevent any injury, don't place any debris around appliance before maintenance process.

2.MUST use associated hex tool.

3.Take care at maintenance process, Do not pinch fingers.

B: Belt lubrication process, follow instruction below to lubricate belt.



1. power off appliance and unplug cord.
2. using the hex tool, turn both idler roller screws counterclockwise till belt loosen and lifting easily.
Tips: please mark down hex tool rotating cycles when loosen belt, which use for adapting belt tension after lubrication process.
3. Lifting edges of belt and spraying lubrication oil at center of walk platform evenly. Not necessary

to apply spray lubrication oil on entire walk platform.

4. Lubrication oil volume Per time of maintenance: 5ml

Attention: it would cause belt slip if spray too much.

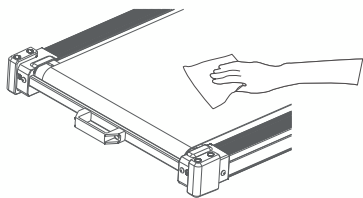
5. using the hex tool, turn the both idler rollers clockwise as previous mark down number of turns until the walk belt tightens properly.

6. power on appliance and workout for a few minutes, in order to spread lubrication oil to whole belt surface evenly.

Attention: NO-loading work at 1.0mph speed setting.

Lubrication frequency: High recommend 125 Miles per time.

C: Appliance cleaning.



1. Power off appliance unplug power cord before cleaning.
2. Wipe and clean with damp cloth, Do not clean with acidic or caustic detergents.
3. Do not clean opposite of walk belt.
4. Its normal few black powders residual under appliance after long working.

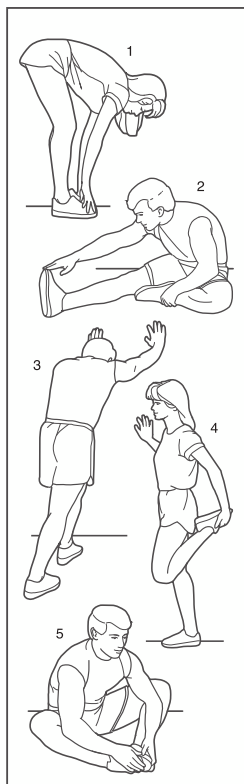
12.ERRORCODE

when error occurs, error warning indicator will light up and display its error code.

Error code	FaultAnalysis	Resolutions
E01	com mun cation interrupted between controller and numeric display.	Unscrew motor hood and verify connection between controller and numeric display. Please contact with after sale service if E01 code has not been eliminated. Notice: Always power off and unplug power cord before processing.
E02	Flame Protection	1.Unscrew motor hood and verify connection between controller and motor. 2.Power supply interrupt due to connector loosen or out, please unscrew motor hood to check. 3.Please contact with after sale service if problem CAN NOT solved by above process.
E05	over current protection	1.Due to user over limited 120KG. 2.open to check any foreign objects blocked moving parts.(such as:drive motor, idler roller, driver roller, walking belt. 3.Walking belt is over tightened or lack of lubricant. (please see detail chapters relate to belt tension and lubricant process.
E06		
E07	Bogue logiciel	Replace new controller.
E10	com mun cation interrupted between signal cable and console.	unscrew motor hood and verify connection of single cable , please contact with after sale service if E10 error code has not been eliminated

13.SUGGESTED STRETCHES

The correct form for several basic stretches is shown at the right, Move slowly as you stretch -never bounce



1.Toe Touch Stretch

Stand with your knees bent slightly and slowly bend forward from your hips. Allow your back and shoulders to relax as you reach down toward your toes as far as possible. Hold for 15 counts, then relax. Repeat 3 times. Stretches: Hamstrings, back of knees and back.

2.Hamstring Stretch

Sit with one leg extended. Bring the sole of the opposite foot toward you and rest it against the inner thigh of your extended leg. Reach toward your toes as far as possible. Hold for 15 counts, then relax. Repeat 3 times for each leg. Stretches: Hamstrings, lower back and groin.

3.Calf/Achilles Stretch

With one leg in front of the other, reach forward and place your hands against a wall. Keep your back leg straight and your back foot flat on the floor. Bend your front leg. lean forward and move your hips toward the wall. Hold for 15 counts, then relax. Repeat 3 times for each leg. To cause further stretching of the achilles tendons, bend your back leg as well. Stretches: Calves, achilles tendons and ankles.

4.Quadriceps Stretch

With one hand against a wall for balance, reach back and grasp one foot with your other hand. Bring your heel as close to your buttocks as possible. Hold for 15 counts, then relax. Repeat 3 times for each leg. Stretches: Quadriceps and hip muscles.

5.Inner Thigh Stretch

Sit with the soles of your feet together and your knees outward. Pull your feet toward your groin area as far as possible. Hold for 15 counts, then relax. Repeat 3 times. Stretches: Quadriceps and hip muscles.

CONTENU

1.INSTRUCTIONS DE SÉCURITÉ IMPORTANTES	18
2.AVERTISSEMENT DE SÉCURITÉ.....	19
3.SPÉCIFICATIONS	21
4.PRODUIT ET ACCESSOIRES	21
5.INTRODUCTION DU PRODUIT	22
6.AVANT DE COMMENCER ET RANGEMENT.....	23
7.ÉCRAN D’AFFICHAGE	25
8.FONCTIONNEMENT	26
9.COMMENT UTILISER	27
10.DÉPANNAGE	28
11.ENTRETIEN ET MAINTENANCE	29
12.CODE D'ERREUR	31
13.ÉTIREMENTS SUGGÉRÉS	32

1.INSTRUCTIONS DE SÉCURITÉ IMPORTANTES

DANGER - Pour réduire le risque de choc électrique :

1.Débranchez toujours cet appareil de la prise électrique immédiatement après utilisation et avant de le nettoyer.

AVERTISSEMENT - Pour réduire le risque de brûlures, d' incendie, de choc électrique ou de blessures :

1.Un appareil ne doit jamais être laissé sans surveillance lorsqu'il est branché.

Débranchez-le de la prise lorsqu'il n'est pas utilisé et avant de mettre ou d'enlever des pièces.

2.Ne pas utiliser sous une couverture ou un oreiller. Une surchauffe excessive peut entraîner un incendie, un choc électrique ou des blessures.

3.Une surveillance étroite est nécessaire lorsque cet appareil est utilisé par, sur, ou près d'enfants, de personnes invalides ou handicapées.

4.Utilisez cet appareil uniquement pour l'usage prévu comme décrit dans ce manuel. N' utilisez pas d' accessoires non recommandés par le fabricant.

5.N' utilisez jamais cet appareil s'il a un cordon ou une fiche endommagés, s'il ne fonctionne pas correctement, s'il a été laissé tomber ou endommagé, ou s'il est tombé dans l'eau. Retournez l'appareil à un centre de service pour examen et réparation.

6.Ne portez pas cet appareil par le cordon d'alimentation et n'utilisez pas le cordon comme poignée.

7.Gardez le cordon éloigné des surfaces chauffées.

8.Ne faites jamais fonctionner l'appareil si les ouvertures d'air sont obstruées.

Gardez les ouvertures d'air exemptes de peluches, cheveux et autres débris.

9.Ne laissez jamais tomber ou n'insérez aucun objet dans une ouverture.

10.Ne pas utiliser à l'extérieur.

11.Ne faites pas fonctionner l'appareil dans des endroits où des produits en aérosol (vaporisateur) sont utilisés ou où de l'oxygène est administré.

12.Attention - Pour réduire le risque de blessure causée par des pièces mobiles, débranchez avant l'entretien.

13.Avertissement - Pour réduire le risque de choc électrique, débranchez avant de nettoyer ou d'entretenir.

14.Avertissement - Risque de blessure personnelle - Tenez les enfants de moins de 13 ans à l'écart du tapis de marche.

15.Pour débrancher, mettez tous les contrôles sur la position éteinte, puis retirez la prise de la prise murale.

16.Branchez cet appareil uniquement à une prise correctement mise à la terre. Voir les instructions de mise à la terre.

17. Cet appareil n'est pas destiné à être utilisé par des personnes ayant des capacités physiques, sensorielles ou mentales réduites, ou un manque d'expérience et de connaissances, sauf si elles ont reçu des instructions sur l'utilisation de l'appareil par une personne responsable de leur sécurité. Tenez les enfants de moins de 13 ans à l'écart de ce tapis de marche.

18. La capacité de poids maximale pour ce produit est de 120 kg (265 lbs). NE DÉPASSEZ PAS LA CAPACITÉ MAXIMALE DE POIDS.

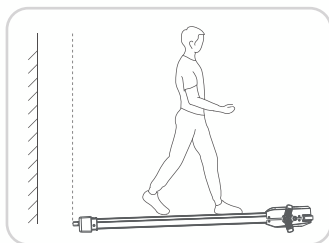
CONSERVEZ CES INSTRUCTIONS

INSTRUCTIONS DE MISE À LA TERRE :

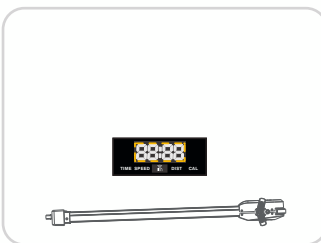
Ce produit doit être mis à la terre. En cas de dysfonctionnement ou de panne, la mise à la terre offre un chemin de moindre résistance pour le courant électrique, réduisant ainsi le risque de choc électrique. La fiche doit être branchée sur une prise appropriée correctement installée et mise à la terre conformément à tous les codes et réglementations locales.

DANGER - Une mauvaise connexion du conducteur de mise à la terre de l'équipement peut entraîner un risque de choc électrique. Consultez un électricien qualifié ou un technicien si vous n'êtes pas sûr que le produit est correctement mis à la terre. Ne modifiez pas la fiche fournie avec le produit - si elle ne rentre pas dans la prise, faites installer une prise appropriée par un électricien qualifié.

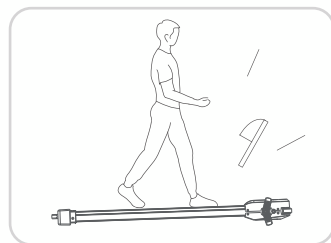
2. AVIS DE SÉCURITÉ



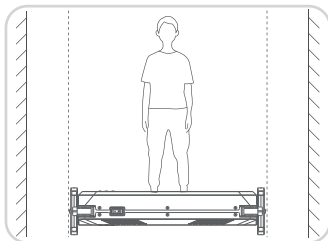
⚠ Veuillez garder une distance arrière de 100 cm ou plus.



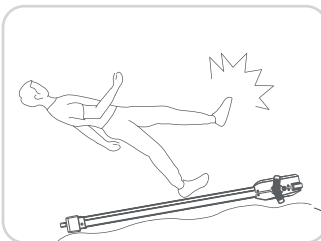
⊗ Veuillez ne pas monter sur la tapis de marche lorsqu'il est en phase d'auto-calibration (pendant les 4 premières secondes après le démarrage).



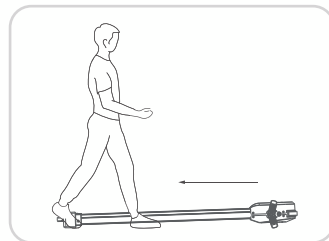
⚠ Veuillez choisir des baskets.



⚠ Veuillez garder une distance de 0,6 mètre ou plus des deux côtés.



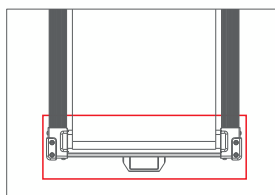
⊗ L'utilisation sur un sol inégal est interdite.



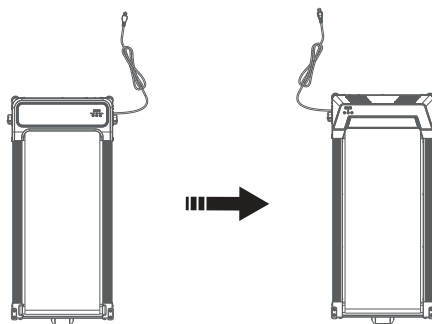
⊗ Il est strictement interdit de monter et descendre du tapis de marche.

⚠ AVERTISSEMENT

REMARQUE : Ne touchez pas cette zone avec vos mains pendant que le tapis de course est en marche afin d'éviter toute blessure aux mains !



REMARQUE : Lors du passage du tapis de course du côté A au côté B, attendez que le tapis soit complètement arrêté avant de le retourner pour éviter toute blessure !



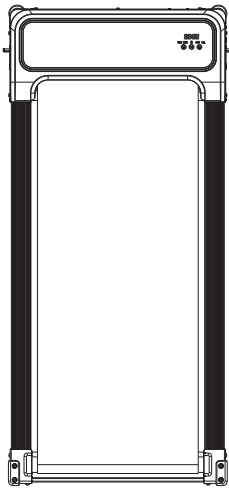
3.SPÉCIFICATION

Indicateurs de performance	Paramètresdétaillés	Indicateurs de performance	Paramètres détaillés
Dimensions du produit	1105x545x130 mm	Vitesse minimale	1.0km/h
	43.5x21.5x5.1 pouces		
Surface de marche	900x410 mm	Vitesse maximale	6.0KM/H
	35.43x16.1 pouces		
Poids net	18.7KG	Tension nominale	220-240V AC
	39.7LBS		
Poids brut	21KG	Charge maximale	120KG
	46.3LBS		265LBS

4.PRODUIT ET ACCESSOIRES

Veuillez vérifier soigneusement si le contenu de l'emballage est complet et intact.
En cas de manques ou de dommages, veuillez contacter le vendeur.

Accessoires



Tapis de marche/tapis x 1



Télécommande x 1



Batterie x 1



Huile de lubrification x1



Support de fixation x2



Outil hexagonal x 1



Manuel de l'utilisateur x 1



vis autotaraudeuse avec rondelle M4x12 x 2



barre de poignée x 1



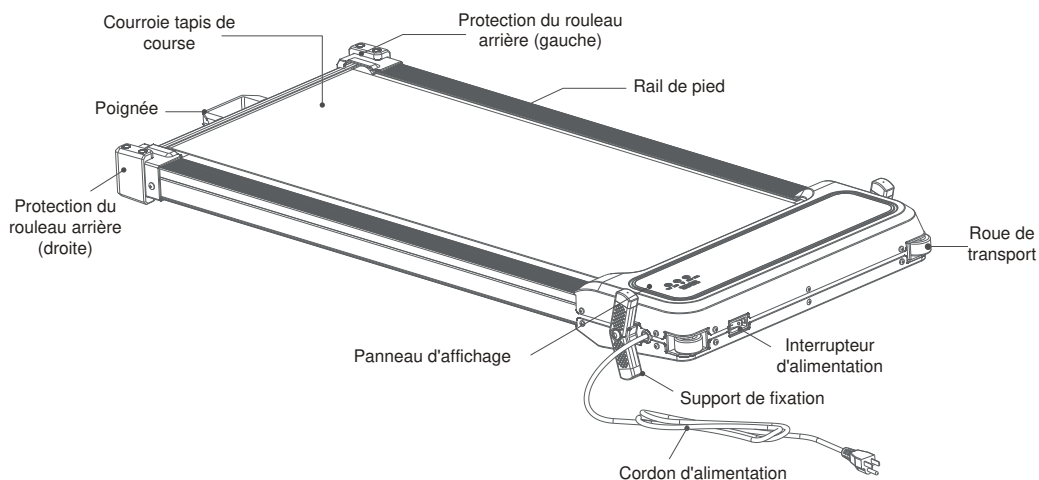
Vis à tête cylindrique M8x30x2



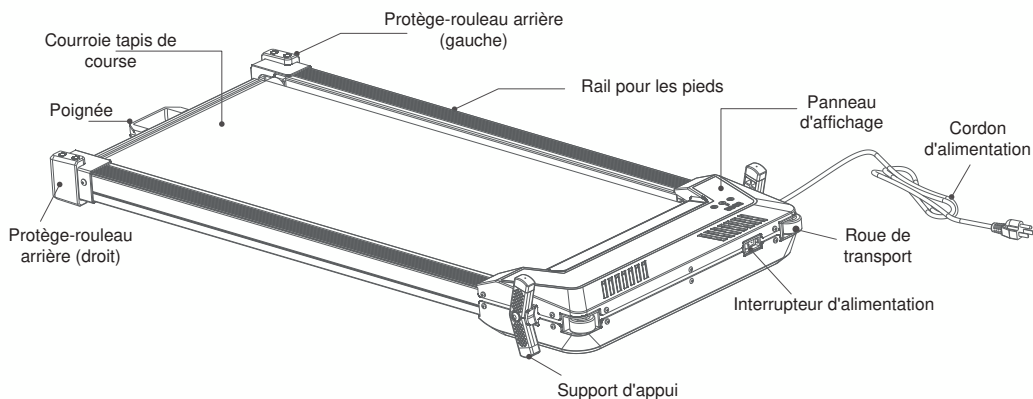
Joint plat x 2

5. PRÉSENTATION DU PRODUIT

Côté-tapis de course (côté-A)

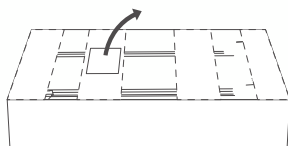


Côté massage (côté B)

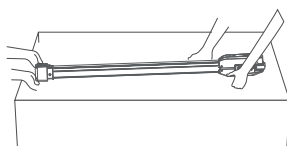


6. AVANT LA MISE EN SERVICE ET LE STOCKAGE

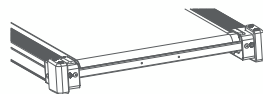
● Sortir l'appareil de son emballage.



1. Déballez et sortez les accessoires



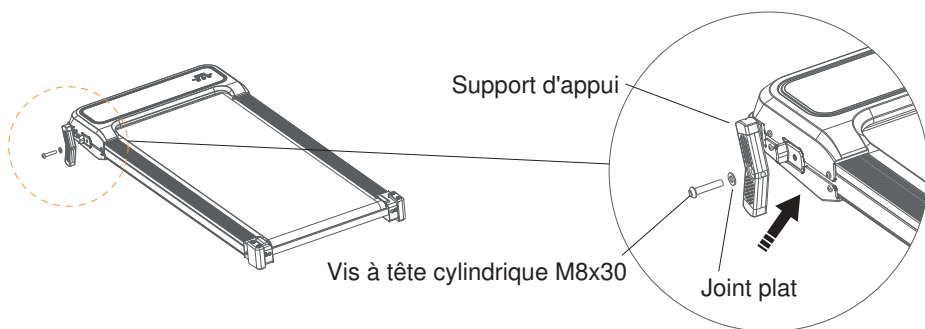
2. Soulever l'appareil et le placer sur une surface plane.
(Attention: l'aide de 2 ou 3 personnes est nécessaire.)



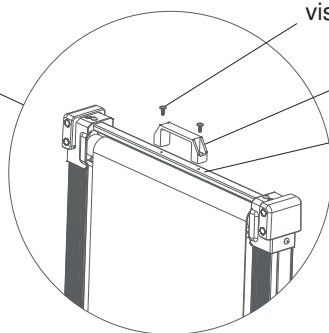
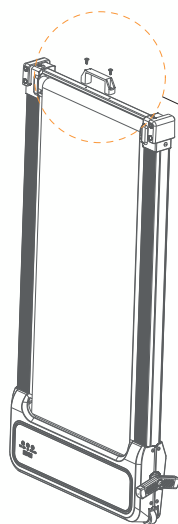
3. Il est normal que des marques de soudure visibles subsistent sur la courroie de marche.

● Composants d'assemblage

1. Retirez ces trois pièces de la trousse à outils, assemblez les supports de soutien dans l'ordre indiqué sur le schéma, et serrez les vis à l'aide d'une clé Allen, l'opération est la même des deux côtés.



2. Assemblez la poignée mobile, sortez la poignée mobile et les vis autotaraudeuses du kit d'outils, alignez-les avec les trous d'installation sur le tube comme indiqué sur le schéma, et serrez à l'aide d'une clé Allen.
avec les trous d'installation sur le tube comme indiqué dans le diagramme, et serrez avec une clé Allen.

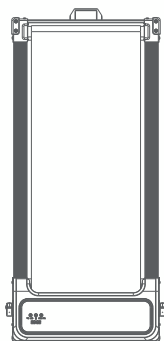


vis autotaraudeuse avec rondelle
M4x12

barre de poignée

trous d'installation

•Transport



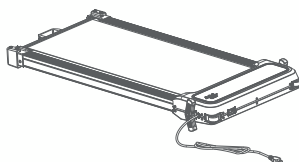
•Connecter l'alimentation



Branchez le cordon d'alimentation et allumez sur le bouton d'alimentation, vous pouvez entendre un bip sonore, cela signifie que le circuit de l'appareil a été activé. signifie que le circuit de l'appareil est connecté à l'électricité.

Avertissement : Utiliser impérativement le cordon d'alimentation fourni avec l'appareil.

•Rangement



Éteindre l'appareil et débranchez le cordon d'alimentation avant de procéder au stockage.

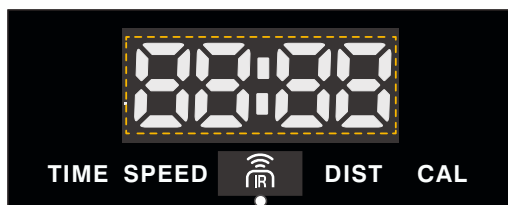
Pour déplacer le tapis de course, vous pouvez utiliser la poignée de déplacement pour soulever le le tapis roulant en position verticale, comme le montre la figure ci-dessous, il y a des roues mobiles en bas qui peuvent être déplacées comme dans le cas d'un tapis roulant. en bas qui peuvent être déplacées comme une valise.

Avertissement :

Avant de commencer à vous entraîner avec ce produit, veuillez évaluer votre condition physique et effectuer des exercices correctement et réguliers. Un entraînement incorrect ou excessif peut nuire à votre santé. Si vous vous sentez mal, arrêtez immédiatement l'exercice et consultez votre médecin.

7.ÉCRAN D'AFFICHAGE

Côté marche (côté A)

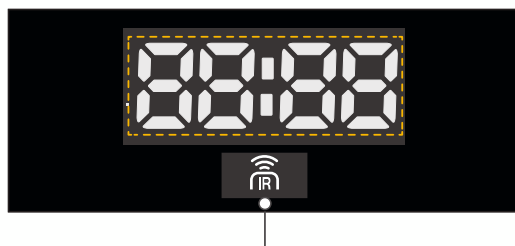


Port Récepteur Infrarouge

Lorsque vous marchez ou courez sur le tapis de course, l'écran peut afficher les informations d'entraînement suivantes :

Nom	Portée	Affichage
Vitesse	1,0-6,0km/h	Affiche la vitesse de la ceinture de marche.
Calories	0-999 Kcal	Affiche le nombre approximatif de calories que vous avez brûlées.
Temps	0:00-99:59 minutes	Affiche le temps écoulé ;
Distance	00,0-99,9 miles	00,0-99,9 miles Affiche la distance parcourue en marchant ou en courant.
Port récepteur infrarouge		Viser le récepteur lorsque la télécommande est en cours d'utilisation.

Côté massage (côté B)



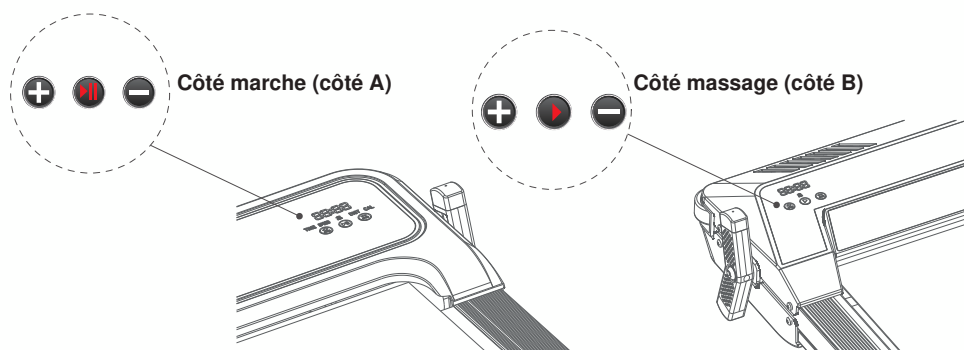
Port Récepteur Infrarouge

Lorsque vous marchez ou courez sur le tapis de course, l'écran peut afficher les informations d'entraînement suivantes :

Nom	Portée	Affichage
Vitesse	P1-P5	Affiche la vitesse de la bande de roulement.
Temps	10:00-0:00 minutes	Affiche le temps écoulé ;
Port récepteur infrarouge		Alarme du récepteur lorsque la télécommande est utilisée.

8.OPÉRATION

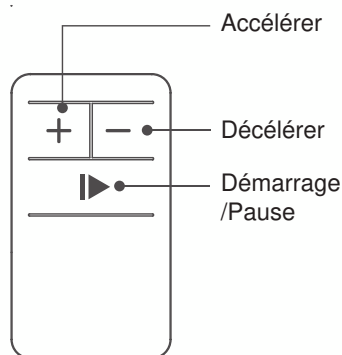
• avec boutons de console



Les caractéristiques des boutons de la console sont identiques à celles de la télécommande.

Attention : veuillez descendre du tapis roulant lorsque vous lorsque vous avez l'intention de contrôler l'appareil à l'aide des boutons de la console.

Télécommande



Côté course (côté A)

- ▶ Appuyez sur le bouton pour démarrer la ceinture de marche, la vitesse initiale par défaut est de 1,0km/h.
- Appuyez sur le bouton pour faire une pause en mode de travail, pour reprendre l'entraînement, appuyez à nouveau sur le bouton. Appuyez ou maintenez ce bouton enfoncé pour accélérer, l'incrément est de 0,5km/h. Appuyez sur ce bouton ou maintenez-le enfoncé pour décélérer, la décrémentation est de 0,5 km/h.

Côté massage (côté B)

- ▶ Appuyez sur le bouton pour démarrer la ceinture de marche, le réglage initial de la vitesse par défaut est P1.
- Appuyez sur le bouton pour arrêter le mode de travail. Appuyez ou maintenez ce bouton enfoncé pour accélérer, l'incrément est de 1P. Appuyez sur ce bouton ou maintenez-le enfoncé pour décélérer, la décrémentation est de 1P.

9.COMMENT UTILISER

Ce tapis de course est doublement fonctionnel : Côté A - le côté course et Côté B - le côté massage.

Le côté A, le côté course, peut être utilisé pour la marche normale ou la course, avec des vitesses allant de 1,0 à 6,0 km/h.

La marche sur le côté B, côté massage, peut favoriser la circulation sanguine. La distance entre la plante des pieds et le cœur est relativement longue, surtout pour les personnes âgées.

relativement grande, surtout pour les personnes âgées. La circulation sanguine peut être mauvaise et la
et la plante des pieds est sujette au froid. Grâce au massage des pieds, la circulation sanguine
la circulation sanguine peut être favorisée au niveau de la plante des pieds. L'adhésion à long terme
à long terme peut améliorer les symptômes de la froideur des pieds et
et avoir des effets bénéfiques sur la santé cardiovasculaire.

10.DÉPANNAGE

Problème	Analyse des défaillances	Résolutions
Pas de travail	1.Dysfonctionnement de l'interrupteur à bascule 2.Interruption de l'alimentation électrique. 3.Cordon d'alimentation endommagé	1.Remplacer le nouvel interrupteur à bascule s'il ne s'allume pas. 2.S'assurer que le cordon d'alimentation est branché dans une prise de terre à la terre. 3.Remplacer le câble d'alimentation.
Marche la courroie glisse	Courroie de marche desserrée	Serrer la courroie de marche à l'aide de l'outil hexagonal A (1/4 de tour dans le sens des aiguilles d'une montre pour les deux vis du galet tendeur)
Télécommande ne fonctionne pas	1.Utilisation incorrecte du défaut 2.Manque de puissance de la batterie. 3.Fonctionnement de la télécommande	1.La commande du remoteur doit être directement orientée vers le port du récepteur lorsqu'elle est utilisée. récepteur lorsqu'il est utilisé. 2.Remplacer les éléments de la batterie. 3.Remplacer la télécommande.
Bruit de frottement	Tapis de marche décentré.	Voir les détails du chapitre sur la tension de la courroie de marche.

11. ENTRETIEN ET MAINTENANCE

A. Symptôme : la courroie de marche n'est pas centrée ou glisse.

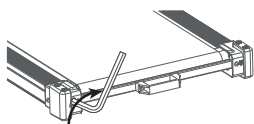


Figure 1

Le centrage de la courroie de marche s'effectue de la manière suivante :

1. Eteindre l'appareil et débrancher le cordon d'alimentation.

2. Processus de centrage manuel comme suit :

- Si la bande de marche s'est déplacée vers la gauche, utilisez l'outil hexagonal pour tourner la vis du rouleau de renvoi gauche.

dans le sens des aiguilles d'une montre de 1/4 de tour (voir figure 1).

- Si la courroie de marche s'est déplacée vers la droite, utilisez l'outil hexagonal pour tourner la vis du galet tendeur droit dans le sens des aiguilles d'une montre d'un quart de tour (voir figure 2).

3. L'appareil DOIT fonctionner pendant 1 à 2 minutes.

Répétez le processus de centrage manuel jusqu'à ce que la bande de marche soit centrée.

jusqu'à ce que la courroie de marche soit centrée.

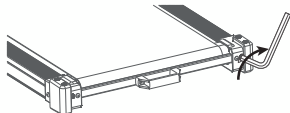


Figure 2

Le processus de correction du glissement de la courroie est le suivant

1. Eteindre l'appareil avant de l'utiliser.

2. A l'aide de l'outil hexagonal, tourner les deux vis du rouleau de renvoi dans le sens des aiguilles d'une montre d'un demi-tour (voir figure 3).

3. Après correction, essayez de marcher 1 à 2 minutes à une vitesse de 1,0 mph.

réglage. Répétez l'opération jusqu'à ce que la courroie de marche soit correctement tendue.

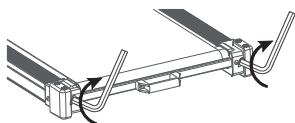


Figure 3

Attentions

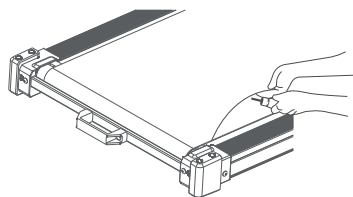
1. Pour éviter toute blessure, ne placez aucun débris autour de l'appareil avant l'entretien.

d'entretien.

2. Utiliser impérativement l'outil hexagonal associé.

3. Soyez prudent lors de l'entretien. Ne pas se pincer les doigts.

B. Processus de lubrification de la courroie, suivre les instructions ci-dessous pour lubrifier la courroie.



1. Eteindre l'appareil et débrancher le cordon.
2. A l'aide de l'outil hexagonal, tourner les deux vis du rouleau de renvoi dans le sens inverse des aiguilles d'une montre jusqu'à ce que la courroie se détache et se soulève facilement.

Conseils : veuillez noter les cycles de rotation de l'outil hexagonal lors du desserrage de la courroie.

pour adapter la tension de la courroie après le processus de lubrification.

3. Laisser les bords de la courroie et pulvériser l'huile de lubrification au centre de la plate-forme de marche de manière uniforme.

uniformément. Il n'est pas nécessaire de pulvériser de l'huile de lubrification sur l'ensemble de la plate-forme.

4. Volume d'huile de lubrification lors de l'entretien : 5-10 ml.

Attention : si l'huile est pulvérisée en trop grande quantité, elle risque de faire glisser la courroie.

5. A l'aide de l'outil hexagonal, tourner les deux vis du galet tendeur dans le sens des aiguilles d'une montre, comme indiqué précédemment.

nombre de tours jusqu'à ce que la courroie de marche soit correctement tendue.

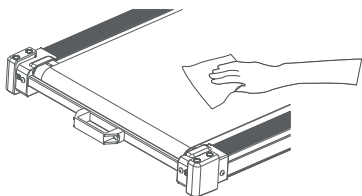
6. Mettez l'appareil sous tension et faites-le fonctionner pendant quelques minutes, afin que l'huile de lubrification se répande uniformément sur toute la surface de la courroie.

l'huile de lubrification sur toute la surface de la courroie.

Attention : Le travail sans charge se fait à une vitesse de 1,0 mph.

Fréquence de lubrification : La fréquence de lubrification recommandée est de 125 miles par fois.

C : Nettoyage de l'appareil.



1. Eteignez l'appareil et débranchez le cordon d'alimentation avant de le nettoyer.

2. Essuyez et nettoyez avec un chiffon humide. Ne nettoyez pas avec des détergents acides ou caustiques.

ne pas nettoyer avec des détergents acides ou caustiques.

3. Ne pas nettoyer le côté opposé à la courroie de marche.

4. Il est normal que quelques poudres noires subsistent sous l'appareil après une longue période de travail.

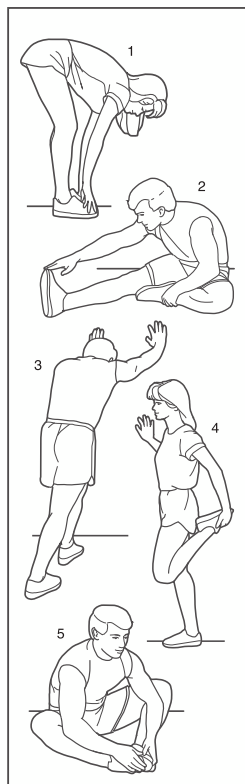
12.CODE D'ERREUR

En cas d'erreur, l'indicateur d'erreur s'allume et affiche le code d'erreur.

Code d'erreur	Analyse des défauts	Solutions
E01	Communication interrompue entre le contrôleur et l'afficheur l'affichage	Dévisser le capot du moteur et vérifier la connexion entre le contrôleur et l'affichage numérique. Veuillez contacter le service après-vente si le code E01 n'a pas été éliminé. Remarque : Toujours éteindre et débrancher le cordon d'alimentation avant tout traitement.
E02	Protection de la flamme	1.Dévisser le capot du moteur et vérifier la connexion entre le contrôleur et le moteur. 2.L'alimentation électrique est interrompue en raison d'un connecteur desserré ou débranché, veuillez dévisser le capot du moteur pour vérifier. dévisser le capot du moteur pour vérifier. 3.Veuillez contacter le service après-vente si le problème NE PEUT PAS être résolu par la procédure ci-dessus.
E05	Protection contre les surintensités	1.L'utilisateur a dépassé la limite de 120 kg. 2.Ouvrir pour vérifier si des objets étrangers bloquent les pièces mobiles. (telles que : moteur d'entraînement, rouleau rouleau, rouleau entraîneur, courroie de marche)
E06		3.La courroie de marche est trop serrée ou manque de lubrifiant. (voir les chapitres détaillés relatifs à la tension de la courroie et au processus de lubrification)
E07	Bogue logiciel	Remplacer le nouveau contrôleur.
E10	Communication interrompue entre le câble le câble de signal et la console.	Dévissez le capot du moteur et vérifiez la connexion du câble simple, veuillez contacter le service après-vente si le code d'erreur E10 n'est pas éliminé. Si le code d'erreur E10 n'a pas été éliminé, contactez le service après-vente.

13.ÉTIREMENTS SUGGÉRÉS

La forme correcte pour plusieurs étirements de base est montrée à droite. Étirez-vous lentement - ne faites jamais de mouvements saccadés.



1.Étirement des orteils

Debout, les genoux légèrement fléchis, penchez-vous lentement vers l'avant depuis vos hanches. Détendez votre dos et vos épaules en tendant les bras vers vos orteils autant que possible. Maintenez la position pendant 15 secondes, puis détendez-vous. Répétez 3 fois.

Étirements : Ischio-jambiers, arrière des genoux et dos.

2.Étirement des ischio-jambiers

Asseyez-vous avec une jambe tendue. Amenez la plante du pied opposé vers vous et posez-la contre la cuisse intérieure de votre jambe tendue. Tendez les bras vers vos orteils autant que possible. Maintenez la position pendant 15 secondes, puis détendez-vous. Répétez 3 fois pour chaque jambe.

Étirements : Ischio-jambiers, bas du dos et aine.

3.Étirement du mollet/Achille

Avec une jambe devant l'autre, tendez les bras et placez vos mains contre un mur. Gardez la jambe arrière droite et le pied arrière à plat sur le sol. Pliez la jambe avant, penchez-vous vers l'avant et déplacez vos hanches vers le mur. Maintenez la position pendant 15 secondes, puis détendez-vous. Répétez 3 fois pour chaque jambe. Pour un étirement supplémentaire des tendons d'Achille, pliez également la jambe arrière.

Étirements : Mollets, tendons d'Achille et chevilles.

4.Étirement des quadriceps

Avec une main contre un mur pour l'équilibre, attrapez un pied avec votre autre main. Ramenez votre talon aussi près que possible de vos fesses. Maintenez la position pendant 15 secondes, puis détendez-vous. Répétez 3 fois pour chaque jambe.

Étirements : Quadriceps et muscles de la hanche.

5.Étirement des adducteurs (intérieur de la cuisse)

Asseyez-vous avec la plante des pieds ensemble et les genoux vers l'extérieur. Tirez vos pieds vers votre aine autant que possible. Maintenez la position pendant 15 secondes, puis détendez-vous. Répétez 3 fois.

Étirements : Quadriceps et muscles de la hanche.

KATALOG

1. WICHTIGE SICHERHEITSHINWEISE	34
2. SICHERHEITSHINWEIS	35
3. SPEZIFIKATION	37
4. PRODUKT UND ZUBEHÖR	37
5. PRODUKTEINFÜHRUNG	38
6. VOR DER INBETRIEBNAHME UND LAGERUNG	39
7. ANZEIGEBILDSCHIRM	41
8. BEDIENUNG	42
9. BEDIENUNGSHINWEISE	43
10. FEHLERSUCHE	44
11. PFLEGE UND WARTUNG	45
12. FEHLERCODE	47
13. EMPFOHLENE DEHNUNGEN	48

1. WICHTIGE SICHERHEITSHINWEISE

GEFAHR - Um das Risiko eines Stromschlags zu verringern:

Ziehen Sie nach dem Gebrauch und vor der Reinigung des Geräts immer sofort den Netzstecker aus der Steckdose.

WARNUNG - Zur Verringerung der Gefahr von Verbrennungen, Feuer, elektrischem Schlag oder Verletzungen von Personen:

1. Ziehen Sie den Stecker aus der Steckdose, wenn Sie das Gerät nicht benutzen und bevor Sie Teile an- oder abmontieren.
2. das Gerät nicht unter einer Decke oder einem Kopfkissen betreiben. Eine übermäßige Erwärmung kann zu Bränden, Stromschlägen oder Verletzungen von Personen führen.
3. wenn dieses Gerät von, auf oder in der Nähe von Kindern, Behinderten oder Invaliden verwendet wird, ist eine strenge Überwachung erforderlich.
4. Verwenden Sie das Gerät nur für den in dieser Anleitung beschriebenen Zweck. Verwenden Sie keine nicht vom Hersteller empfohlenen Zusatzgeräte.
5. Nehmen Sie das Gerät nicht in Betrieb, wenn das Kabel oder der Stecker 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 in ein Kundendienstzentrum.
- Tragen Sie das Gerät nicht am Netzkabel und benutzen Sie das Kabel nicht als Griff.
7. Halten Sie das Kabel von erhitzten Oberflächen fern.
8. Betreiben Sie das Gerät niemals, wenn die Luftöffnungen blockiert sind. Halten Sie die Luftöffnungen frei von Fusseln, Haaren und dergleichen.
9. Lassen Sie keine Gegenstände in die Öffnungen fallen und stecken Sie sie nicht hinein.
10. Verwenden Sie das Gerät nicht im Freien.
11. Nicht an Orten betreiben, an denen Aerosolprodukte (Sprays) verwendet werden oder Sauerstoff verabreicht wird.
12. Vorsicht - Um die Verletzungsgefahr durch bewegliche Teile zu verringern, ziehen Sie vor der Wartung den Netzstecker.
13. Warnung - Um die Gefahr eines elektrischen Schlages zu verringern - Ziehen Sie vor der Reinigung oder Wartung den Netzstecker.
14. Warnung - Verletzungsgefahr - Halten Sie Kinder unter 13 Jahren vom Laufband fern.
15. Um das Gerät vom Stromnetz zu trennen, drehen Sie alle Bedienelemente in die Position und ziehen Sie dann den Stecker aus der Steckdose.
16. Schließen Sie das Gerät nur an eine ordnungsgemäße Steckdose an. Siehe Anweisungen zur Erdung.

Dieses Gerät darf nicht von Personen mit eingeschränkten körperlichen, sensorischen oder geistigen Fähigkeiten oder mangelnder Erfahrung und Kenntnis benutzt werden, es sei denn, sie werden von einer für ihre Sicherheit verantwortlichen Person beaufsichtigt oder in die Benutzung des Geräts eingewiesen. Halten Sie Kinder unter 13 Jahren von diesem Laufband fern.

Die maximale Gewichtskapazität für dieses Produkt beträgt 120 kg. **ÜBERSCHREITEN SIE NICHT DIE MAXIMALE GEWICHTSKAPAZITÄT.**

SPEICHERN SIE DIESE ANWEISUNGEN

ANWEISUNGEN ZUR ERDUNG:

Dieses Produkt muss geerdet werden. Im Falle einer Fehlfunktion oder eines Ausfalls stellt die Erdung den Weg des geringsten Widerstands für den elektrischen Strom dar, um das Risiko von Stromschlägen und eines Erdungssteckers zu verringern. Der Stecker muss an eine ordnungsgemäß installierte und geerdete Steckdose angeschlossen werden, die allen örtlichen Vorschriften und Verordnungen entspricht.

GEFAHR - Bei unsachgemäßem Anschluss des Geräte-Erdungsleiters besteht die Gefahr eines Stromschlags. Wenden Sie sich an einen qualifizierten Elektriker oder Servicetechniker, wenn Sie Zweifel haben, ob das Gerät richtig geerdet ist. Ändern Sie den mit dem Gerät gelieferten Stecker nicht - wenn er nicht in die Steckdose passt, lassen Sie eine geeignete Steckdose von einem qualifizierten Elektriker installieren.

Bitte halten Sie einen Abstand von mindestens 100 cm nach hinten ein.

Bitte stehen Sie nicht auf dem Laufband auf, wenn es sich in der automatischen Kalibrierungssituation befindet (während 4 Sekunden nach dem Start).

Bitte wählen Sie Sportschuhe.

Bitte halten Sie einen Abstand von 0,6 Metern oder mehr für beide Seiten.

Die Benutzung auf unebenem Boden ist verboten.

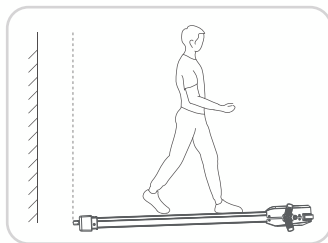
Es ist strengstens untersagt, auf dem Laufband auf und ab zu gehen.

WARNUNG

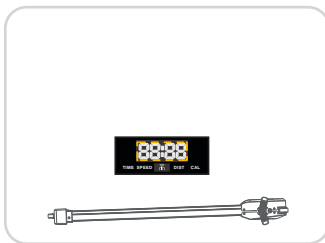
HINWEIS: Berühren Sie diesen Bereich nicht mit Ihren Händen, während das Laufband läuft, um Verletzungen an den Händen zu vermeiden!

HINWEIS: Wenn Sie das Laufband von Seite A auf Seite B umdrehen, warten Sie, bis das Laufband vollständig zum Stillstand gekommen ist, bevor Sie es umdrehen, um Verletzungen zu vermeiden!

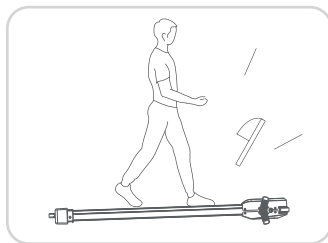
2.SICHERHEITSHINWEIS



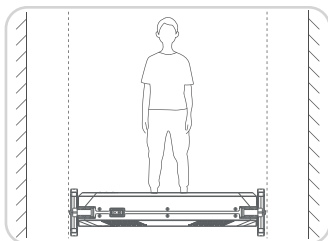
⚠ Bitte halten Sie einen Abstand von mindestens 100 cm nach hinten ein.



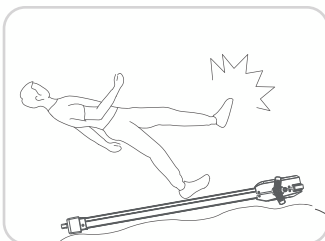
⊗ Bitte stehen Sie nicht auf dem Laufband auf, wenn es sich in der automatischen Kalibrierungssituation befindet (während 4 Sekunden nach dem Start).



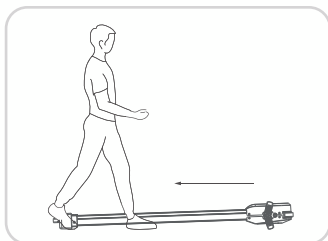
⚠ Bitte wählen Sie Sportschuhe.



⚠ Bitte halten Sie auf beiden Seiten einen Abstand von mindestens 0,6 m ein.



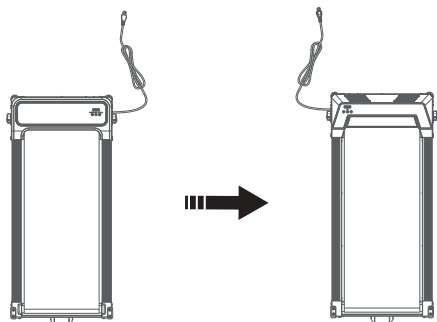
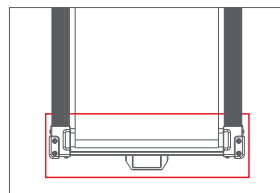
⊗ Die Benutzung auf unebenem Boden ist verboten.



⊗ Es ist strengstens untersagt, auf dem Laufband auf und ab zu gehen.

⚠ WARNUNG

HINWEIS: Berühren Sie diesen Bereich nicht mit Ihren Händen, während das Laufband läuft, um Verletzungen an den Händen zu vermeiden!



HINWEIS: Wenn Sie das Laufband von der Seite A auf die Seite B kippen, warten Sie, bis das Laufband vollständig zum Stillstand gekommen ist, bevor Sie es kippen, um Verletzungen zu vermeiden!

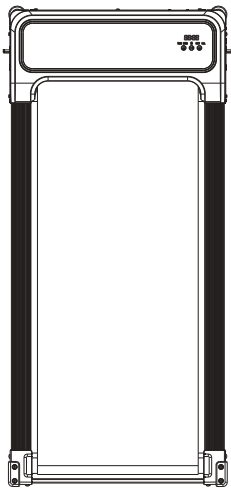
3.SPEZIFIKATION

Leistungsindikatoren	Detaillierte Parameter	Leistungsindikatoren	Detaillierte Parameter
Produktabmessungen Gehbereich	1105x545x130 mm	Minimale Geschwindigkeit Maximale Geschwindigkeit	1.0km/h
	43.5x21.5x5.1 inch		
Nettogewicht Bruttogewicht	900x410 mm	Rate Spannung Maximale Belastung	6.0KM/H
	35.43x16.1 inch		
Produktabmessungen Gehbereich	18.7KG	Minimale Geschwindigkeit Maximale Geschwindigkeit	220-240V AC
	39.7LBS		
Nettogewicht	21KG	Rate Spannung	120KG
	46.3LBS		265LBS

4.PRODUKT UND ZUBEHÖR

Bitte überprüfen Sie sorgfältig, ob der Inhalt des Pakets vollständig und unversehrt ist. Sollte etwas fehlen oder beschädigt sein, wenden Sie sich bitte an den Verkäufer.

Accessoires



Laufband x1



Fernbedienung x 1



Batterie x 1



Schmieröl x 1



Stützbügel x 2



Sechskant-Werkzeug x 1



Benutzerhandbuch x 1



Selbstschneidende Schraube mit Unterlegscheibe M4X12 x 2



Griffstange x 1



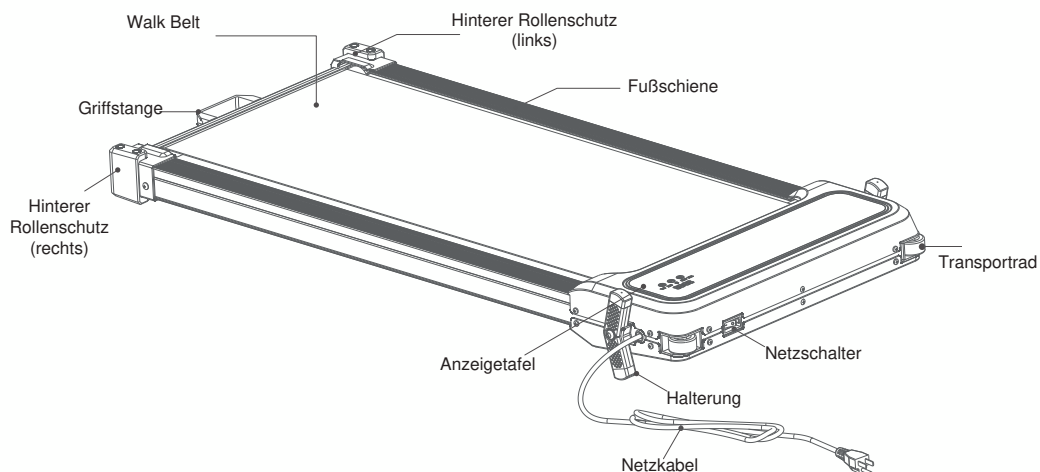
Zylinderschraube mit Innensechskant M8x30 x 2



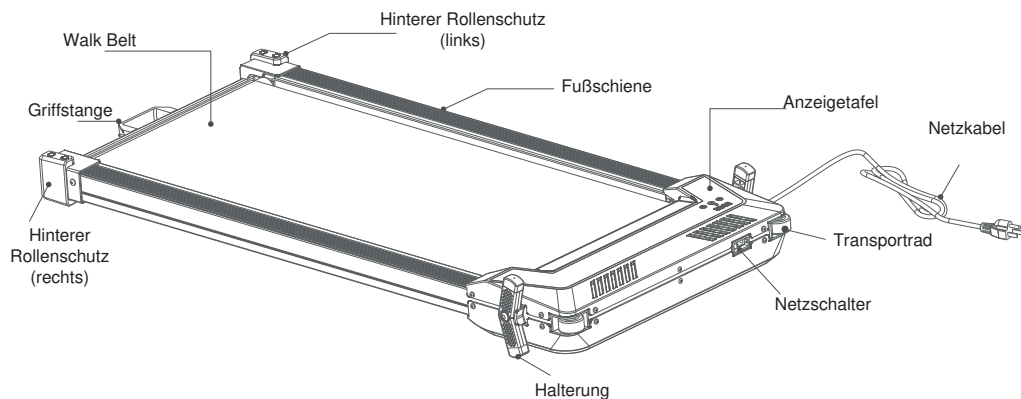
Glatte Dichtung x 2

5.PRODUKTEINFÜHRUNG

Laufende Seite (Seite A)

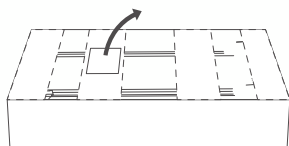


Massageseite (Seite B)

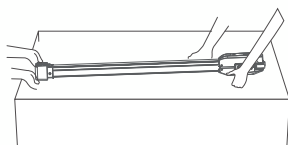


6. VOR DER INBETRIEBNAHME UND LAGERUNG

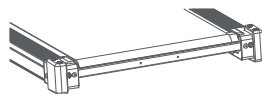
•Gerät aus der Verpackung nehmen.



1.Entpacken Sie die Zubehörbox und nehmen Sie sie heraus.



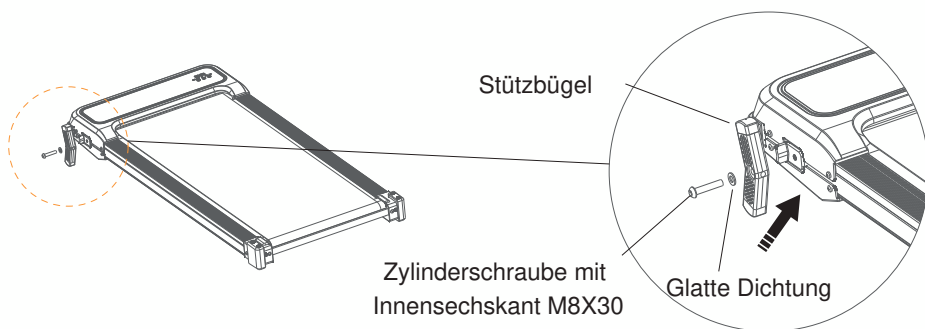
2.Heben Sie das Gerät heraus und stellen Sie es auf eine ebene Fläche.
Achtung: Hilfe von 2-3 Personen ist erforderlich.



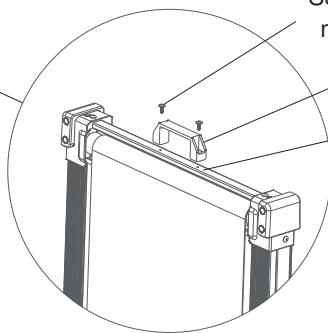
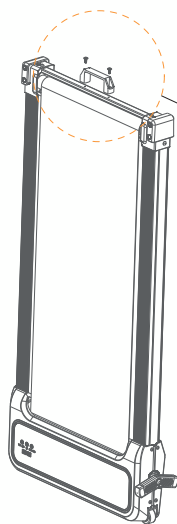
3.Unter normalen Umständen bleiben sichtbare Lötstellen auf dem Klebeband zurück.

•Montage der Komponenten

1.Nehmen Sie diese drei Teile aus dem Werkzeugsatz, montieren Sie die Halterungen in der in der Abbildung gezeigten Reihenfolge und ziehen Sie die Schrauben mit einem Innensechskantschlüssel fest, der Vorgang ist auf beiden Seiten derselbe.



2.Montieren Sie den beweglichen Griff, nehmen Sie den beweglichen Griff und die selbstschneidenden Schrauben aus dem Werkzeugsatz, richten Sie sie mit den Installationslöchern am Rohr aus, wie in der Abbildung gezeigt, und ziehen Sie sie mit einem Inbusschlüssel fest.

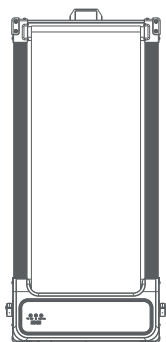


Selbstschneidende Schraube
mit Unterlegscheibe M4X12

Griffstange

Montagelöcher

•Transportieren

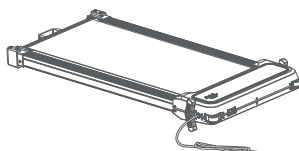


•Anschließen des Geräts



Stecken Sie das Netzkabel in die Steckdose und schalten Sie das Gerät mit der Taste „Power Rock“ ein. Achtung! Sie MÜSSEN das mitgelieferte Netzkabel verwenden.

•Lagerung



Schalten Sie das Gerät aus und ziehen Sie den Netzstecker vor der Lagerung.

Um das Laufband zu transportieren, können Sie den beweglichen Griff verwenden, um das Laufband in eine vertikale Position zu heben, wie in der Abbildung unten gezeigt.

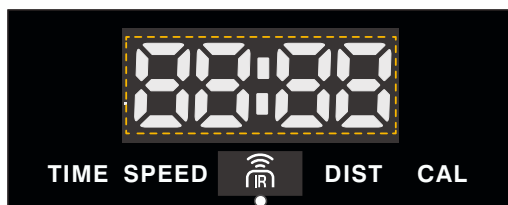
An der Unterseite befinden sich bewegliche Räder, die wie ein Koffer bewegt werden können.

Warnung:

Bevor Sie mit diesem Produkt trainieren, beurteilen Sie bitte Ihre körperliche Verfassung und führen Sie das Training richtig und regelmäßig durch. und regelmäßig. Falsches oder übermäßiges Training kann Ihrer Gesundheit schaden. Wenn Sie sich unwohl fühlen, beenden Sie das Training sofort ab und konsultieren Sie Ihren Arzt.

7.ANZEIGEBILDSCHIRM

Laufende Seite (Seite A)

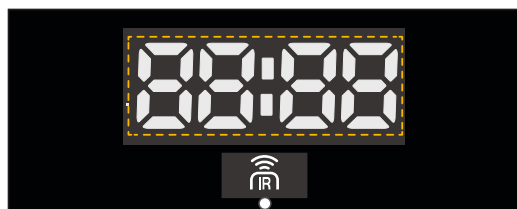


Infrarot-Empfängeranschluss

Während Sie auf dem Laufband gehen oder laufen, kann das Display die folgenden Trainingsinformationen anzeigen:

Name	Bereich	Anzeige
Geschwindigkeit	1,0-6,0km/h	Zeigt die Geschwindigkeit des Laufbandes an.
Kalorien	0-999 Kcal	Zeigt die ungefähre Kalorienzahl an, die Sie verbrannt haben.
Zeit	0:00-99:59 Minuten	Zeigt die verstrichene Zeit an.
Entfernung	00.0-99.9 Meilen	Zeigt die Entfernung an, die Sie gelaufen oder gegangen sind.
Infrarot-Empfänger-anschluss		Richtet den Empfänger aus, wenn die Fernbedienung verwendet wird.

Massageseite (Seite B)



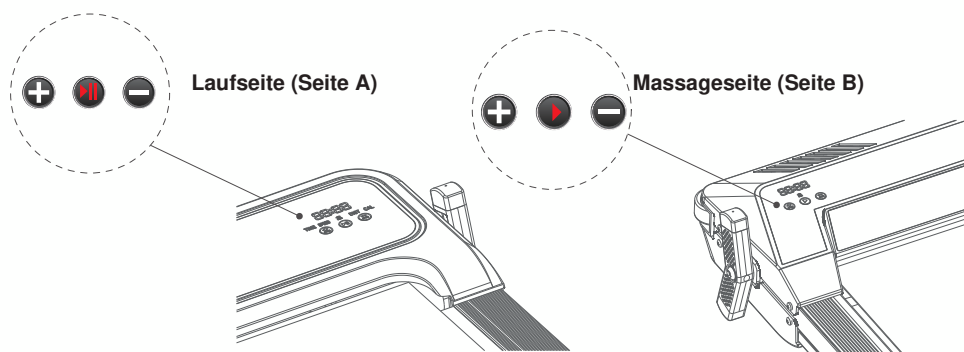
Infrarot-Empfänger-Anschluss

Während Sie auf dem Laufband gehen oder laufen, können Sie auf dem Display die folgenden Trainingsinformationen ablesen:

Name	Bereich	Anzeige
Geschwindigkeit	P1-P5	Zeigt die Geschwindigkeit des Laufbandes an.
Zeit	10:00-0:00 Minuten	Zeigt die verstrichene Zeit an.
Anschluss für Infrarot-Empfänger		Richtet den Empfänger aus, wenn die Fernbedienung benutzt wird.

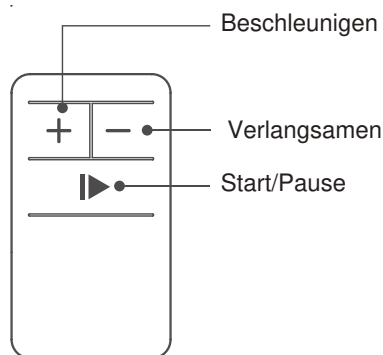
8.BEDIENUNG

•mit Konsolentasten



Die Funktionen der Konsolentasten sind identisch mit denen der Fernbedienung.
Achtung: Steigen Sie bitte vom Laufband ab, wenn Sie es mit den Tasten der Konsole bedienen wollen.

Fernsteuerung



Laufseite (Seite A)

- Drücken Sie die Taste, um den Laufgürtel zu starten. Die Standardeinstellung für die Anfangsgeschwindigkeit ist 1,0km/h.
- Drücken Sie die Taste, um eine Pause im Arbeitsmodus zu machen.



Um das Training fortzusetzen, drücken Sie die Taste erneut.
Drücken oder halten Sie diese Taste, um zu beschleunigen, die Schrittweite beträgt 0,5 km/h.



Halten Sie diese Taste zum Verlangsamen gedrückt, die Schrittweite beträgt 0,5km/h.

Massageseite (Seite B)



- Drücken Sie die Taste, um das Laufband zu starten; die Standardeinstellung ist P1.
- Drücken Sie die Taste, um im Arbeitsmodus anzuhalten.



Drücken oder halten Sie diese Taste, um zu beschleunigen, die Schrittweite beträgt 1P.
Drücken oder halten Sie diese Taste, um die Geschwindigkeit zu verringern, die Schrittweite beträgt 1P.



9.BEDIENUNGSHINWEISE

Dieses Laufband hat zwei Funktionen: Seite A - die Laufseite und Seite B - die Massageseite.

Seite A, die Laufseite, kann zum normalen Gehen oder Laufen verwendet werden, mit Geschwindigkeiten von 1,0 bis 6,0km/h.

Das Gehen auf der B-Seite, der Massageseite, kann die Blutzirkulation fördern. Die Entfernung zwischen den Fußsohlen und dem Herzen ist relativ groß, insbesondere bei älteren Menschen. Die Blutzirkulation kann schlecht sein, und die Fußsohlen sind anfällig für Kälte. Durch Fußmassage kann die Blutzirkulation in

den Fußsohlen gefördert werden. Langfristige Anwendung kann die Symptome von Fußkälte verbessern und hat auch gewisse Vorteile für die kardiovaskuläre Gesundheit.

10.FEHLERSUCHE

Probleme	Fehleranalysen	Lösungen
Funktioniert nicht	1.Ausfall des Netzschalters 2.Die Stromversorgung ist gestört. 3.Das Netzkabel ist beschädigt	1.Ersetzen Sie den Power-Rock-Schalter, wenn er nicht aufleuchtet. 2.Vergewissern Sie sich, dass das Netzkabel in eine ordnungsgemäß geerdete Steckdose eingesteckt ist. 3.Neues Stromkabel auswechseln.
Laufband rutscht	Laufband ist locker	Spannen Sie den Laufriemen mit dem Sechskantschlüssel A (1/4 Umdrehung der beiden Umlenkrollenschrauben im Uhrzeigersinn)
Fernsteuerung funktioniert nicht	Fernsteuerung funktioniert nicht 1.Falsche Verwendung der Voreinstellung 2.Zu wenig Batteriestrom. 3. Fehlfunktion der Fernbedienung	1.Die Fernbedienung sollte direkt auf den Empfängeranschluss gerichtet sein, wenn sie benutzt wird. 2.Ersetzen Sie neue Batteriezellen. 3.Neue Fernbedienung austauschen
Reibungsgeräusche	Laufband nicht zentriert.	Siehe Kapitel über die Spannung des Laufbandes.

11. PFLEGE UND WARTUNG

A. Symptom: Laufband ist nicht zentriert oder rutscht.

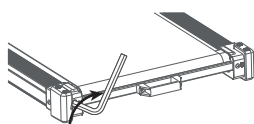


Figure 1

Zentrieren Sie das Laufband wie folgt:

1. Schalten Sie das Gerät aus und ziehen Sie den Netzstecker.

2. Manuelles Zentrieren wie folgt:

Wenn das Laufband nach links verrutscht ist, drehen Sie die linke Schraube der Umlenkrolle mit dem Sechskantschlüssel um eine 1/4-Umdrehung im Uhrzeigersinn (siehe Abbildung 1).

Wenn sich das Laufband nach rechts verschoben hat, drehen Sie die Schraube der rechten Umlenkrolle mit dem Sechskantschlüssel um eine Vierteldrehung im Uhrzeigersinn (siehe Abbildung 2).

3. Das Gerät MUSS 1-2 Minuten lang laufen. Wiederholen Sie den manuellen Zentriervorgang, bis das Laufband zentriert ist.

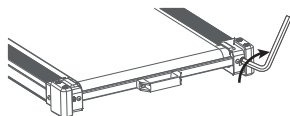


Figure 2

Der Riemenschlupf kann wie folgt korrigiert werden:

1. Schalten Sie das Gerät vor dem Betrieb aus.

2. Drehen Sie mit dem Sechskant-Werkzeug beide Schrauben der Umlenkrollen im Uhrzeigersinn um 1/2 Umdrehung (siehe Abbildung 3).

3. Nach der Korrektur versuchen Sie bitte, 1-2 Minuten mit der Geschwindigkeitseinstellung 1,0 mph zu laufen.

Wiederholen Sie diesen Vorgang, bis der Laufriemen richtig gespannt ist.

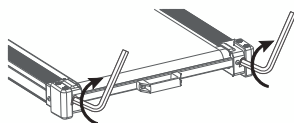


Figure 3

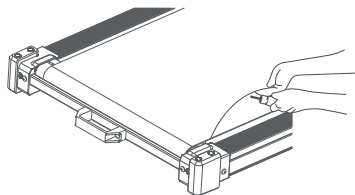
Aufmerksamkeiten

1. Um Verletzungen zu vermeiden, sollten Sie vor der Wartung keine Abfälle in der Nähe des Geräts ablegen.

2. MUSS das zugehörige Sechskantwerkzeug verwendet werden.

3. Seien Sie bei der Wartung vorsichtig. Quetschen Sie sich nicht die Finger ein.

B. Befolgen Sie die nachstehenden Anweisungen für die Schmierung des Riemens.



1. Schalten Sie das Gerät aus und ziehen Sie den Netzstecker.
2. Drehen Sie die beiden Schrauben der Umlenkrollen mit dem Sechskantschlüssel gegen den Uhrzeigersinn, bis sich der Riemen lockert und leicht anhebt.

Tipps: Bitte notieren Sie sich die Drehzyklen des Sechskantwerkzeugs, wenn sich der Riemen löst.

zum Anpassen der Riemenspannung nach dem Schmieren verwenden.

3. Heben Sie die Kanten des Gürtels an und sprühen Sie das Schmieröl gleichmäßig auf die Mitte der Lauflfläche. Es ist nicht notwendig, das Schmieröl auf die gesamte Plattform zu sprühen.

4. Schmierölmenge pro Wartungsintervall: 5ml

Achtung: Wenn zu viel gesprüht wird, kann das Band rutschen.

5. Drehen Sie die beiden Spannrollenschrauben mit dem Sechskantschlüssel im Uhrzeigersinn um die oben angegebene Anzahl von Umdrehungen, bis der Laufriemen richtig gespannt ist.

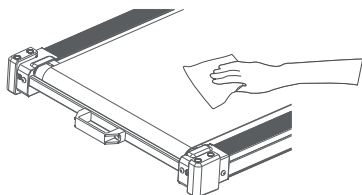
6. Schalten Sie das Gerät ein und lassen Sie es ein paar Minuten laufen, damit sich das

um das Schmieröl gleichmäßig auf der gesamten Riemenoberfläche zu verteilen.

Achtung! Bei der Geschwindigkeitseinstellung 1,0 mph darf das Gerät nicht belastet werden.

Häufigkeit der Schmierung: Hoch empfohlen 125 Meilen pro Zeit.

C : Reinigung des Geräts.



1. Schalten Sie das Gerät vor der Reinigung aus und ziehen Sie den Netzstecker.

2. Wischen Sie das Gerät mit einem feuchten Tuch ab und reinigen Sie es nicht mit säurehaltigen oder ätzenden Reinigungsmitteln.

3. Nicht auf der anderen Seite des Laufbandes reinigen.

4. Es ist normal, dass nach längerem Betrieb einige schwarze Pulverreste unter dem Gerät zurückbleiben.

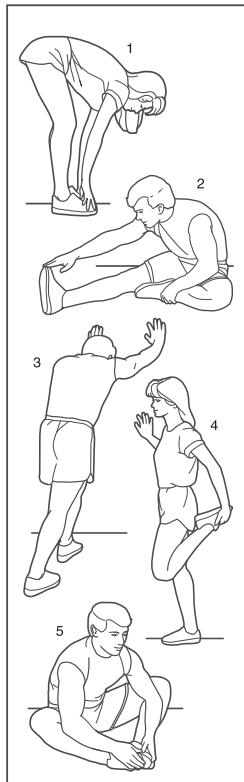
12.FEHLERCODE

Wenn ein Fehler auftritt, leuchtet die Fehlerwarnanzeige auf und zeigt den Fehlercode an.

Fehlercode	Fehleranalysen	Lösungen
E01	Kommunikation zwischen Controller und numerischer Anzeige unterbrochen.	Schrauben Sie die Motorhaube ab und überprüfen Sie die Verbindung zwischen Controller und numerischer Anzeige. Bitte wenden Sie sich an den Kundendienst, wenn der E01-Code nicht behoben werden konnte. Hinweis: Schalten Sie das Gerät vor der Verarbeitung immer aus und ziehen Sie den Netzstecker.
E02	Flammenschutz	1.Schrauben Sie die Motorhaube ab und überprüfen Sie die Verbindung zwischen Controller und Motor. 2.Stromversorgungsunterbrechung aufgrund eines lockeren oder defekten Steckers, bitte schrauben Sie die Motorhaube zur Überprüfung ab. 3.Bitte wenden Sie sich an den Kundendienst, wenn das Problem nicht durch die oben genannten Verfahren gelöst werden kann.
E05	Überstromschutz	1.Aufgrund von Benutzer über begrenzt 120 Kg. 2.Öffnen Sie, um zu überprüfen, ob Fremdkörper die beweglichen Teile blockieren. (z.B.: Antriebsmotor, Umlenkrolle, Antriebsrolle, Laufband) 3.Der Laufriemen ist zu stark gespannt oder es fehlt an Schmiermittel. (siehe Kapitel zur Riemenspannung und Schmierung)
E06		
E07	Software-Fehler	Neuer Controller austauschen.
E10	Kommunikation zwischen Signalkabel und Konsole unterbrochen.	Schrauben Sie die Motorhaube ab und überprüfen Sie den Anschluss des Signalkabels. Wenn der Fehlercode E10 nicht behoben wurde, wenden Sie sich bitte an den Kundendienst.

13. EMPFOHLENE DEHNUNGEN

Die korrekte Form für einige grundlegende Dehnungen ist rechts dargestellt. Bewegen Sie sich beim Dehnen langsam und wippen Sie nicht.



1. Zehenspitzen-Dehnung

Stellen Sie sich mit leicht gebeugten Knien hin und beugen Sie sich langsam aus der Hüfte nach vorne. Entspannen Sie Ihren Rücken und Ihre Schultern, während Sie Ihre Zehen so weit wie möglich nach unten strecken. Halten Sie die Position 15 Sekunden lang und entspannen Sie sich dann. Wiederholen Sie dies 3 Mal. Dehnungen: Kniesehnen, Kniekehlen und Rücken.

2. Dehnung der Kniesehne

Setzen Sie sich mit einem gestreckten Bein hin. Bringen Sie die Sohle des gegenüberliegenden Fußes zu sich und stützen Sie sie am inneren Oberschenkel des gestreckten Beins ab. Strecken Sie sich so weit wie möglich zu den Zehen. Halten Sie die Position 15 Sekunden lang und entspannen Sie dann. Wiederholen Sie die Übung 3 Mal für jedes Bein. Dehnen: Kniesehnen, unterer Rücken und Leiste.

3. Waden-/Achillendehnung

Stellen Sie ein Bein vor das andere und stützen Sie sich mit den Händen an einer Wand ab. Halten Sie das hintere Bein gerade und den hinteren Fuß flach auf dem Boden. Beugen Sie das vordere Bein, lehnen Sie sich nach vorn und bewegen Sie die Hüfte in Richtung Wand. Halten Sie die Position 15 Sekunden lang und entspannen Sie sich dann. Wiederholen

Sie die Übung 3 Mal für jedes Bein. Um die Dehnung der Achillessehnen zu verstärken, beugen Sie auch das hintere Bein. Dehnt: Waden, Achillessehnen

4. Quadrizeps-Dehnung

Stützen Sie sich mit einer Hand an einer Wand ab, um das Gleichgewicht zu halten, und greifen Sie mit der anderen Hand einen Fuß.

Fuß mit der anderen Hand. Bringen Sie die Ferse so nah wie möglich an Ihr Gesäß. 15 Sekunden lang halten, dann entspannen. Wiederholen Sie dies 3 Mal für jedes Bein. Dehnen: Quadrizeps und Hüftmuskeln.

5. Innere Oberschenkeldehnung

Setzen Sie sich mit den Fußsohlen zusammen und den Knien nach außen. Ziehen Sie Ihre Füße so weit wie möglich in Richtung Leiste. Halten Sie die Übung 15 Sekunden lang und entspannen Sie dann. Wiederholen Sie die Übung 3 Mal. Dehnen: Quadrizeps und Hüftmuskeln.

El contenido

1.Medidas de seguridad importantes	50
2.Advertencia de seguridad	51
3.Las normas	53
4.Productos y accesorios	53
5.Presentación del producto	54
6.Antes y antes de empezar	55
7.Su pantalla	57
8.ejecute	58
9.Cómo se usa	59
10.Solución de problemas	60
11.Mantenimiento y mantenimiento	61
12.Código de falla	63
13.Recomendaciones para ETIREMENTS	64

1. Estructuras de seguridad importantes

Peligro- Para reducir el riesgo de descargas eléctricas :

1. Asegúrese de desconectar este dispositivo de la toma de corriente inmediatamente después de usarlo y antes de limpiarlo.

Aviso - Reducir el riesgo de quemaduras, incendios, descargas eléctricas o lesiones :

1. Al conectar el equipo, no debe estar desatendido. Cuando no esté en uso, retire la pieza del enchufe antes de colocarla o retirarla.
2. No use debajo de una manta o almohada. El sobrecalentamiento puede provocar incendios, descargas eléctricas o lesiones.
3. Es necesario vigilar de cerca cuando los niños, las personas con discapacidad o las personas con discapacidad utilizan este dispositivo.
4. Este dispositivo solo se utilizará para el uso previsto descrito en este manual. No use accesorios no recomendados por el fabricante.
5. No use este dispositivo si el cable o enchufe de alimentación está dañado, no funciona correctamente, cae o se daña o cae al agua. Devolver el equipo al Centro de servicio para su inspección y mantenimiento.
6. No use este dispositivo a través del cable de alimentación ni use el cable de alimentación como Mango.
7. Mantenga los cables alejados de la superficie calentada.
8. Si la apertura del aire está bloqueada, no opere el equipo. Mantener la apertura del aire libre de pelusa, cabello y otros escombros.
9. Nunca caiga ningún objeto o inserte en la apertura.
10. No usar al aire libre.
11. No opere el equipo donde se utilizan productos de aerosoles (evaporadores) o donde se aplica oxígeno.
12. Aviso - Para reducir el riesgo de lesiones causadas por componentes móviles, desconecte el enchufe antes del mantenimiento.
13. Aviso - Para reducir el riesgo de descarga eléctrica, desconecte el enchufe antes de limpiar o mantener.
14. Aviso - Riesgo de lesiones personales - mantenga a los niños menores de 13 años alejados de las almohadillas para caminar.
15. Para desconectar, coloque todos los controles en una posición cerrada y luego retire el enchufe del enchufe de la pared.
16. Solo inserte este dispositivo en el enchufe correctamente conectado a tierra. Consulte las instrucciones de puesta a tierra.
17. Este dispositivo no se aplica a personas con capacidad física, sensorial o intelectual reducida o con poca experiencia y conocimiento, a menos que hayan

recibido instrucciones de la persona responsable de su seguridad sobre el uso de este dispositivo. Mantenga a los niños menores de 13 años alejados de las almohadillas para caminar.

18.La capacidad máxima de peso de este producto es de 120 kilogramos (265 libras). No exceder la capacidad máxima de peso.

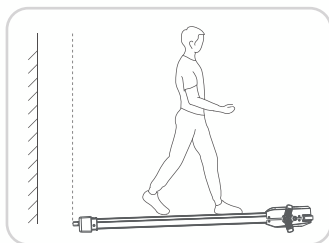
Cumplir con estas instrucciones

Instrucciones de puesta a tierra :

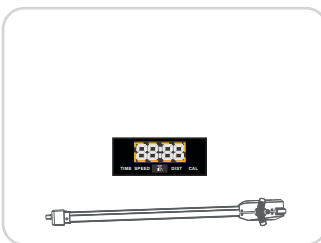
Este producto debe estar conectado a tierra. En caso de avería o avería, la puesta a Tierra proporciona un camino de menor resistencia a la corriente eléctrica, lo que reduce el riesgo de descarga eléctrica. El enchufe debe insertarse en un enchufe adecuado correctamente instalado y conectado a tierra de acuerdo con todas las especificaciones y regulaciones locales.

Peligro - La mala conexión del conductor de tierra del equipo puede conducir al riesgo de descarga eléctrica. Si no está seguro de que el producto está correctamente conectado a tierra, consulte a un electricista o técnico calificado. No modifique el enchufe proporcionado con el producto - Si el enchufe no es adecuado para el enchufe, instale el enchufe adecuado por un electricista calificado.

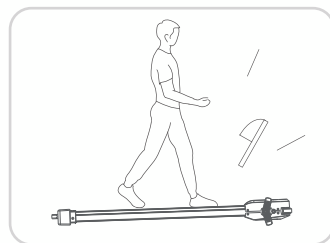
2. Aviso de Seguridad



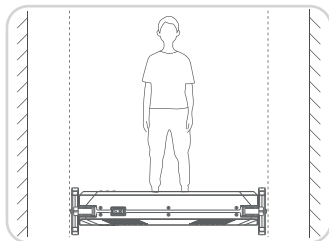
⚠ Por favor, mantenga una distancia de 100 centímetros o más.



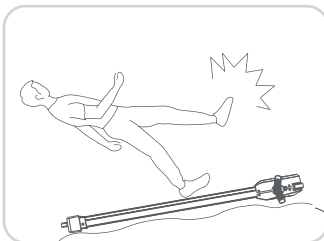
⊗ En la fase de calibración automática (dentro de los primeros 4 segundos después del arranque), no suba a la almohadilla.



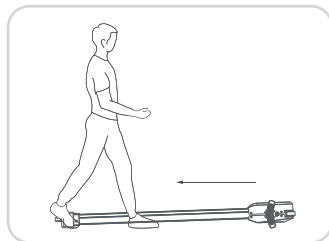
⚠ Por favor, elija zapatillas deportivas.



⚠ Por favor, mantenga una distancia de 0,6 metros o más a ambos lados.



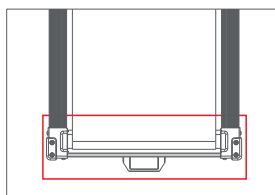
⊗ Está prohibido usarlo en suelo desigual.



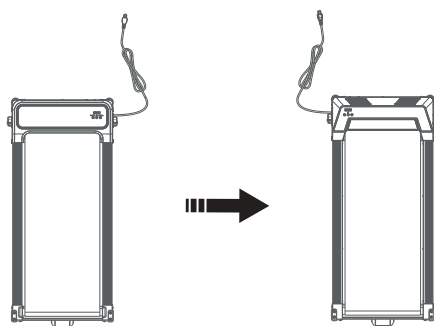
⊗ Está estrictamente prohibido caminar hacia arriba y hacia abajo.

⚠ Aviso

Nota : ¡ cuando la cinta de correr está funcionando, no toque esta zona con las manos para evitar lesiones en las manos!



Nota : ¡ Cuando la cinta de correr se mueve del lado a al lado b, espere a que la cinta de correr se detenga por completo y luego se vuelque para evitar lesiones!



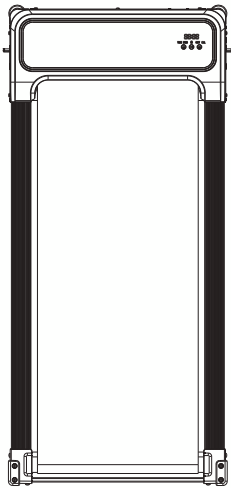
3.Especificaciones

Indicadores de desempeño	Parámetros detallados	Indicadores de desempeño	Parámetros detallados
Tamaño del producto	1105x545x130 mm	Velocidad mínima	1.0km/h
	43.5x21.5x5.1 pouces		
Superficie de caminar	900x410 mm	Velocidad máxima	6.0KM/H
	35.43x16.1 pouces		
Peso neto	18.7KG	Tensión nominal	220-240V AC
	39.7LBS		
Peso bruto	21KG	Carga máxima	120KG
	46.3LBS		265LBS

4.Productos y accesorios

Por favor, compruebe cuidadosamente si el contenido del embalaje está completo e inmaculado.
En caso de pérdida o daño, Póngase en contacto con el vendedor.

Anexo



Almohadillas para caminar / alfombras x 1



Control remoto x 1



Batería x 1



Aceite lubricante X1



Soporte de montaje X2



Herramienta hexagonal x 1



Manual del usuario x 1



Tornillo autopropulsado con arandela m4x12 x 2



Mango x 1



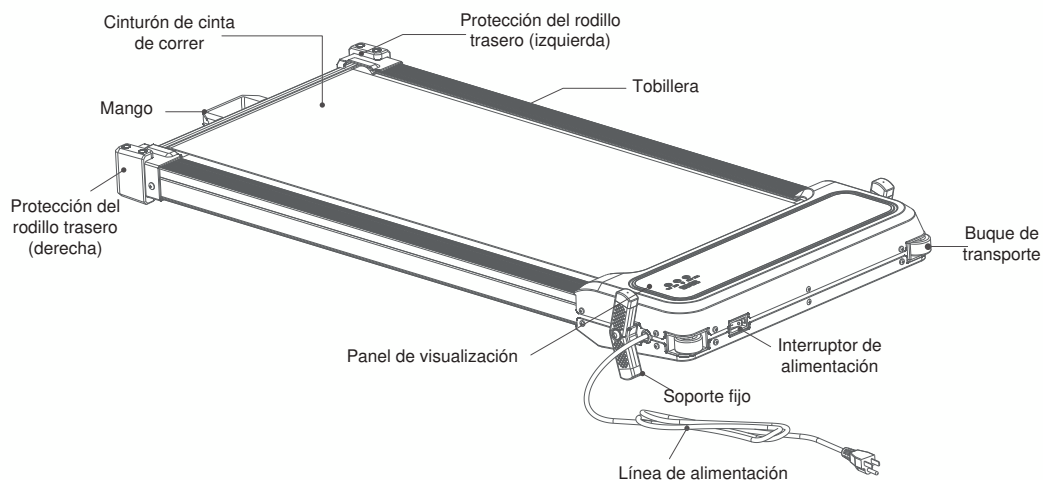
Tornillo de cabeza de cilindro m8x30x2



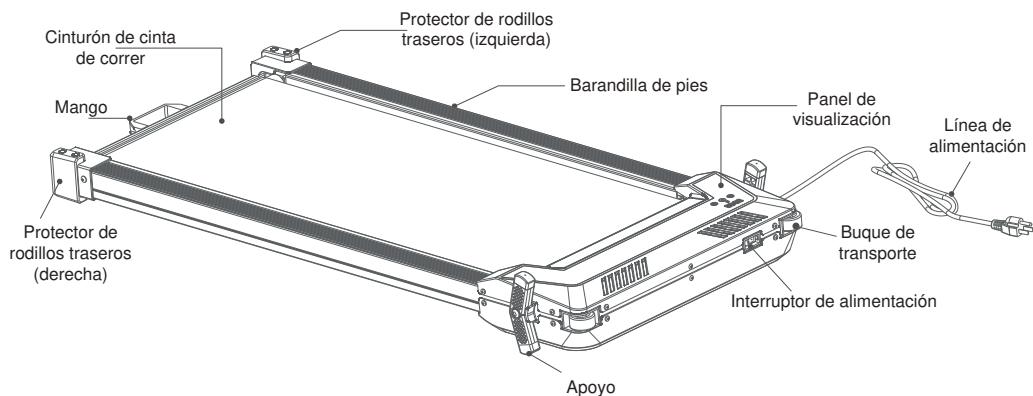
Conector plano X 2

5.Introducción del producto

Lado - cinta de correr (lado a)

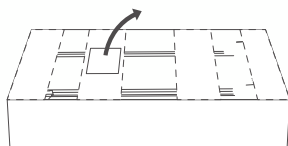


Lado del masaje (lado b)

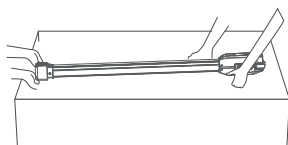


6. Antes de la puesta en marcha y el almacenamiento

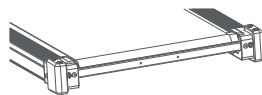
● Sacar el equipo del embalaje.



1. Abrir el embalaje y sacar los accesorios.



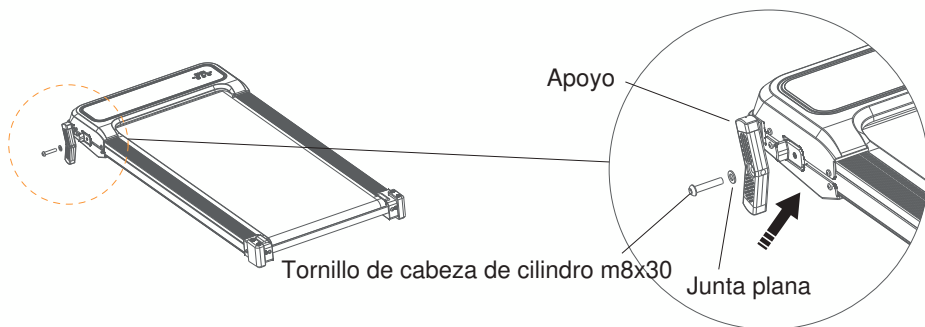
2. Levante el dispositivo y póngalo en el plano.
(nota: ayuda de 2 o 3 personas
Esto es necesario.)



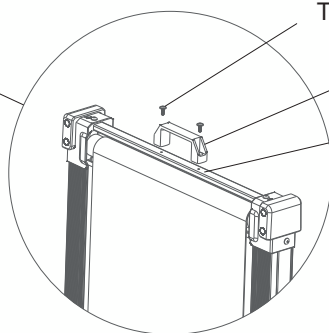
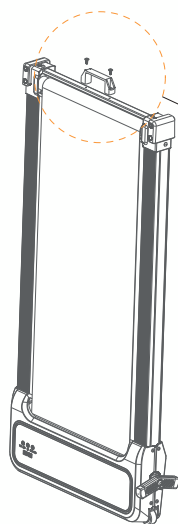
3. Es normal mantener marcas de soldadura visibles en el cinturón de caminar.

● Componentes ensamblados

1. Retire los tres componentes de la Caja de herramientas, ensamble el soporte en el orden mostrado en la imagen y apriete los tornillos con una llave hexagonal interna, operando de la misma manera en ambos lados.



2. Ensamble el mango móvil, retire el mango móvil y el tornillo de autodestrucción de la Caja de herramientas, alinéelo con el agujero de montaje en la tubería, como se muestra en la imagen, y apriete con una llave hexagonal Interior. Instale el agujero en el tubo y apriete con una llave hexagonal interna, como se muestra en la imagen.

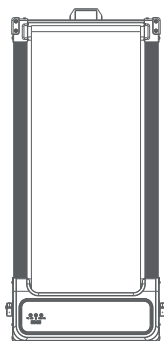


Tornillo autopropulsado m4x12
con arandela

Mango

Agujero de instalación

●Transporte



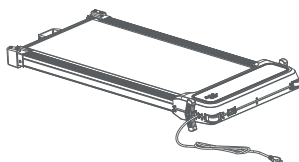
●Conectar la fuente de alimentación



Inserte el cable de alimentación y encienda. En el botón de encendido, puede escuchar el pitido significa que el circuito del dispositivo está activado. El circuito que indica el dispositivo es El circuito del dispositivo está conectado a la electricidad.

Advertencia: debe usar el cable de alimentación El cable de alimentación que viene con el equipo.

●Almacenamiento



Apagar el dispositivo Y desconecta el cable de alimentación Antes del almacenamiento.

Para mover la cinta de correr, puede Elevar con mango móvil La cinta transportadora está en posición vertical, Como se muestra en la siguiente imagen, Hay ruedas móviles en la parte inferior que se pueden mover como una cinta de correr. La parte inferior se puede mover como Como una maleta.

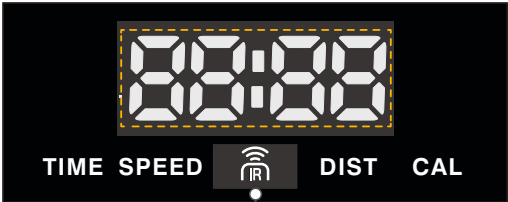
Aviso :

Antes de comenzar a hacer ejercicio con este producto, evalúe su condición física y haga ejercicio correctamente.

Y es convencional. El entrenamiento incorrecto o excesivo puede dañar tu salud. Si se siente mal, deje de hacer ejercicio de inmediato y consulte a su médico.

7.Pantalla de visualización

Lado a pie (lado a)

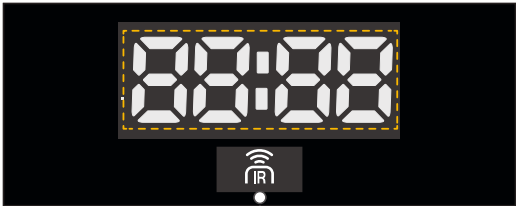


Puerto receptor infrarrojo

Al caminar o correr en una cinta de correr, la pantalla puede mostrar la siguiente información de entrenamiento :

Nombre	Alcance	Mostrar
Velocidad	1,0-6,0km/h	Muestra la velocidad del cinturón de paseo.
Calorías	0-999 Kcal	Muestra el número aproximado de calorías que quema.
Tiempo	0:00-99:59 minutes	Muestra el tiempo transcurrido ;
Distancia	00,0-99,9 miles	Muestra la distancia recorrida al caminar o correr.
Puerto receptor infrarrojo		Apuntar al receptor al usar el control remoto.

Lado del masaje (lado b)



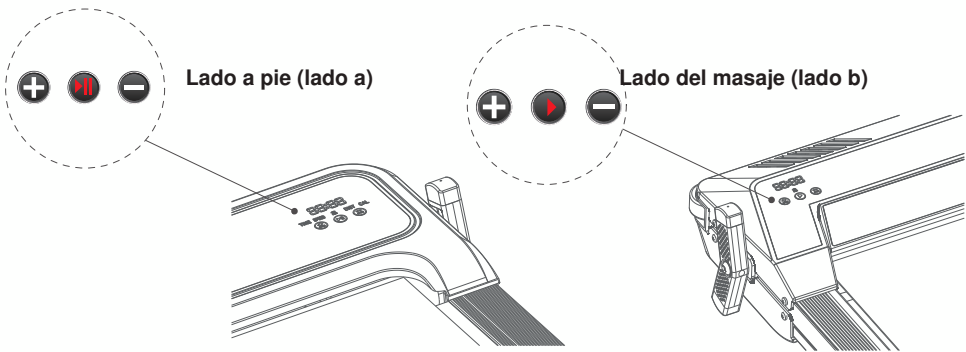
Puerto receptor infrarrojo

Al caminar o correr en una cinta de correr, la pantalla puede mostrar la siguiente información de entrenamiento :

Nombre	Alcance	Mostrar
Velocidad	P1-P5	Muestra la velocidad de la banda de rodadura.
Tiempo	10:00-0:00 minutes	Muestra el tiempo transcurrido;
Puerto receptor infrarrojo		Alarma del receptor al usar el control remoto.

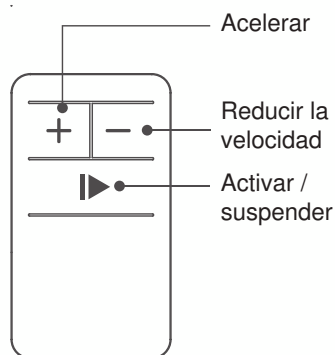
8.Operación

- Con botón de consola



Los botones de la consola tienen las mismas características que el control remoto.
Nota: por favor, baje de la cinta de correr en las siguientes circunstancias:
Cuando planea usar el botón de la consola para controlar el dispositivo.

Control remoto



Lado del partido (lado a)

- ▶ ●Presione el botón para activar la banda de caminar, la velocidad inicial predeterminada es de 1,0 km / h.
- + ●Presione el botón para suspender en modo de trabajo, para reanudar el entrenamiento, Presione el botón de nuevo.
- Presione este botón para acelerar, el incremento es de 0,5 km / H.
- Presione o presione este botón para reducir la velocidad a 0,5 km / h.

Lado del masaje (lado b)

- ▶ ●Presione el botón para activar la banda de caminar, la velocidad inicial predeterminada se establece en P1.
- + ●Presione el botón para detener el modo de trabajo.
- Presione este botón para acelerar, el incremento es de 1P.
- Presione o presione este botón para reducir la velocidad y disminuir a 1P.

9.Cómo usar

La cinta de correr tiene una doble función: lado a - lado de correr y Lado B - lado de masaje.

Lado a, lado de correr, se puede utilizar para caminar o correr normalmente, El rango de velocidad es de 1,0 a 6,0 km / H.

Caminar en el lado b, masajear el lado, puede promover la circulación sanguínea. La distancia entre las plantas de los pies y el corazón es relativamente larga, especialmente en los ancianos.

Relativamente grande, especialmente para los ancianos. La circulación sanguínea puede ser mala y

Y las plantas de los pies son vulnerables al frío. A través del masaje de pies, la circulación sanguínea

Puede promover la circulación sanguínea en las plantas de los pies. Membresía a largo plazo

A largo plazo, puede mejorar los síntomas del frío en los pies, y

Y tiene efectos beneficiosos en la salud cardiovascular.

10.Dépannage

Problemas	Análisis de fallas	Resolución
Sin trabajo	1.falla del interruptor de encendido 2.se interrumpe la fuente de alimentación. 3.el cable de alimentación está dañado	1.si el nuevo interruptor de encendido no está encendido, reemplace. 2.asegúrese de que el cable de alimentación se conecte a la toma de tierra En la tierra. 3.reemplazar el cable de alimentación.
Caminar Deslizamiento del cinturón	Cinturón de caminar suelto	Apriete el cinturón de caminar con la herramienta hexagonal A (dos tornillos de rodillo de tensión giran 1 / 4 vueltas en el sentido de las agujas del reloj)
El control remoto no funciona	1.uso inadecuado de defectos 2.la batería es insuficiente. 3.funcionamiento del control remoto	1.cuando se utiliza, el control remoto debe apuntar directamente al puerto del receptor. El receptor está en uso. 2.reemplazar los componentes de la batería. 3.reemplazar el control remoto.
Ruido de fricción	Almohadilla para caminar excéntrica.	Consulte los detalles del capítulo sobre la tensión del cinturón de caminar.

11.Mantenimiento y mantenimiento

A. Síntomas: el cinturón de caminar no está en el centro o resbaladizo.

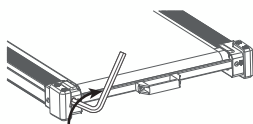


Figura 1

La concentración del cinturón de caminar es la siguiente :

1.apague el dispositivo y desconecte el cable de alimentación

2.el proceso de centrado manual es el siguiente:

- si el cinturón de caminar se ha movido a la izquierda, use una herramienta hexagonal para girar el tornillo del rodillo de giro a la izquierda

Gire 1 / 4 vueltas en el sentido de las agujas del reloj (ver figura 1).

- si el cinturón de caminar se mueve a la derecha, use una herramienta hexagonal para girar el tornillo del rodillo de tensión derecho

Gire un cuarto de vuelta en el sentido de las agujas del reloj (ver figura 2).

3.el equipo debe funcionar durante 1 - 2 minutos. Repita el proceso de concentración manual hasta que la barra de caminar esté en el centro.

Hasta que el cinturón de caminar esté en el Centro.

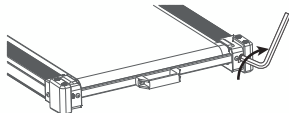


Figura 2

El proceso de corrección del deslizamiento del cinturón es el siguiente:

1.apague el equipo antes de usarlo.

2.utilizando una herramienta hexagonal, gire los dos tornillos de rodillo de retorno en el sentido de las agujas del reloj por medio giro (véase la figura 3).

3.después de la corrección, intente caminar 1 - 2 minutos a una velocidad de 1,0 mph.

Ajuste. Repita esta operación hasta que el cinturón de caminar se apriete correctamente.

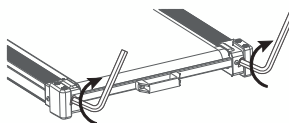


Figura 3

Precauciones

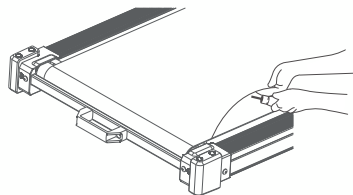
1.para evitar lesiones, no coloque ningún fragmento alrededor del equipo antes del mantenimiento.

Mantenimiento.

2.se deben utilizar las herramientas hexagonales pertinentes.

3.tenga cuidado durante la entrevista. No pellizques los dedos.

B. proceso de lubricación del cinturón, siga las siguientes instrucciones para lubricar el cinturón.



1. apague el equipo y desconecte el cable de alimentación.
2. utilice una herramienta hexagonal para girar los dos tornillos del rodillo de retorno en sentido contrario a las agujas del reloj hasta que el cinturón se suelte y se levante fácilmente. Hasta que el cinturón se suelte y se levante fácilmente.

Consejo: al soltar el cinturón, preste atención al ciclo de rotación de la herramienta hexagonal.

Para adaptarse a la tensión del cinturón después del proceso de lubricación.

3. mantenga el borde del cinturón uniforme y rocíe aceite lubricante en el Centro de la Plataforma de caminar.

De manera uniforme. No es necesario rociar aceite lubricante en toda la plataforma.

4. volumen de aceite lubricante durante el mantenimiento: 5 - 10 ML.

Advertencia: si la cantidad de inyección de combustible es demasiado grande, puede causar que el cinturón se deslice.

5. como se mencionó anteriormente, use una herramienta hexagonal para girar los dos tornillos del rodillo de tensión en el sentido de las agujas del reloj.

Gira hasta que el cinturón de caminar se apriete correctamente.

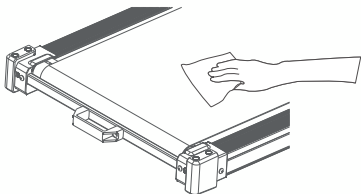
6. abra el dispositivo y corra durante unos minutos para que el aceite lubricante se distribuya uniformemente por toda la superficie del cinturón.

Aceite lubricante en toda la superficie del cinturón.

Nota: el trabajo sin carga se realiza a una velocidad de 1,0 mph.

Frecuencia de lubricación: la frecuencia de lubricación recomendada es de 125 millas por vez.

C: equipo de limpieza.



1. apague el equipo y desconecte el cable de alimentación antes de limpiar.
2. limpiar y limpiar con un paño húmedo. No limpie con detergente ácido o corrosivo. No limpie con detergente ácido o corrosivo.
3. no limpie el lado opuesto de la correa de caminar.
4. después de largas horas de trabajo, es normal que algunos polvos negros permanezcan debajo del equipo.

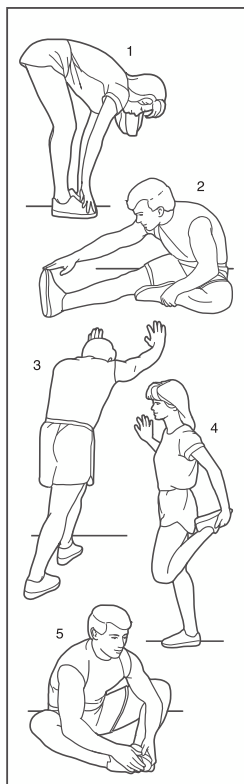
12.Código de error

Si se produce un error, el indicador de error se encenderá y mostrará el Código de error.

Código de error	Análisis de defectos	Solución
E01	Comunicación Interrumpido en Controladores y pantallas Mostrar	Desenrosque la capucha y compruebe la conexión entre el controlador y la pantalla digital. Si el Código E01 no ha sido eliminado, Póngase en contacto con el servicio post - venta. Nota: siempre apague y desconecte el cable de alimentación antes del tratamiento.
E02	Protección contra llamas	1. desenrosque la cubierta del motor y compruebe la conexión entre el controlador y el motor. 2. debido a que el conector está suelto o desconectado y la fuente de alimentación está interrumpida, desenrosque la cubierta del motor para su inspección. Desenrosque la cubierta del motor para su inspección. 3. si el procedimiento anterior no puede resolver el problema, Póngase en contacto con el servicio post - venta.
E05	Protección contra sobrecorriente	1. el usuario ha superado el límite de 120kg. 2. abrir para comprobar si el cuerpo extraño bloquea los componentes móviles. (por ejemplo: motor de accionamiento, tambor Rodillos, rodillos de conducción, cinturones de caminar) 3. el cinturón de caminar es demasiado apretado o carece de lubricante. (véase el capítulo detallado Relacionado con la tensión del cinturón y el proceso de lubricación)
E06		
E07	Error de software	Reemplazar el nuevo controlador.
E10	Comunicación Interrupción entre cables Cables de señalización y consolas.	Desenrosque el capó y compruebe las conexiones simples por cable. si el Código de error e10 no se elimina, Póngase en contacto con el servicio post - venta. Si el Código de error e10 no ha sido eliminado, Póngase en contacto con el servicio post - venta.

13. Se recomienda estirar

El lado derecho muestra la forma correcta de varias estiraciones básicas. Estira lentamente - Nunca hagas movimientos rápidos.



1.estiramiento de los dedos de los pies

De pie, la rodilla se dobla ligeramente y se inclina lentamente hacia adelante desde la cadera. Extienda los brazos hacia los dedos de los pies tanto como sea posible y relaje la espalda y los hombros. Mantenga esta postura durante 15 segundos y luego relaje. Repite 3 veces.

Estiramiento: tendones, parte posterior de la rodilla y espalda.

2.estiramiento del músculo de la cuerda poplítea

Sentado con las piernas rectas. Orientar la planta opuesta hacia ti y apoyarla en el interior del muslo que estira la pierna. Extienda el brazo hasta los dedos de los pies tanto como sea posible. Mantenga esta postura durante 15 segundos y luego relaje. Repita cada pierna 3 veces.

Estiramiento: tendones, espalda baja e ingle.

3.estiramiento de la pantorrilla / tendón de Aquiles

Una pierna se coloca delante de la otra, extendiendo los brazos y las manos contra la pared. Mantenga las piernas traseras rectas y los pies traseros planos en el suelo. Doblar las patas delanteras, inclinarse hacia adelante y las caderas hacia la pared. Mantenga esta postura durante 15 segundos y luego relaje. Repita cada pierna 3 veces. Para estirar aún más el tendón de aquiles, también se pueden doblar las patas traseras. Estiramiento: pantorrilla, tendón de Aquiles y tobillo.

4.Estiramiento del cuádriceps femoral

Mantenga el equilibrio contra la pared con una mano y agarre un pie con la otra. Mantenga los talones lo más cerca posible de las caderas. Mantenga esta postura durante 15 segundos y luego relaje. Repita cada pierna 3 veces.

Estiramiento: cuádriceps femoral y músculos de cadera.

5.Estiramiento del aductor (interior del muslo)

Siéntese con los pies juntos y las rodillas hacia afuera. Tire del pie hacia la ingle tanto como sea posible. Mantenga esta postura durante 15 segundos y luego relaje. Repite 3 veces.

Estiramiento: cuádriceps femoral y músculos de cadera.

INDICE DEI CONTENUTI

1.IMPORTANTI ISTRUZIONI DI SICUREZZA	66
2.AVVISO DI SICUREZZA	67
3.SPECIFICHE	69
4.PRODOTTO E ACCESSORI	69
5.INTRODUZIONE AL PRODOTTO	70
6.PRIMA DELLA MESSA IN FUNZIONE E DELLO STOCCAGGIO ..	71
7.SCHERMO DEL DISPLAY	73
8.FUNZIONAMENTO	74
9.COME USARE	75
10.RISOLUZIONE DEI PROBLEMI	76
11.CURA E MANUTENZIONE	77
12.CODICE DI ERRORE	79
13.TRATTI CONSIGLIATI	80

1.IMPORTANTI ISTRUZIONI DI SICUREZZA

PERICOLO - Per ridurre il rischio di scosse elettriche:

1. Scollegare sempre l'apparecchio dalla presa di corrente subito dopo l'uso e prima della pulizia.

AVVERTENZA - Per ridurre il rischio di ustioni, incendi, scosse elettriche o lesioni alle persone:

1.Un apparecchio non deve mai essere lasciato incustodito collegato alla presa di corrente. Scollegare la spina dalla presa di corrente quando non viene utilizzata e prima di indossare o togliere parti dell'apparecchio.

2.Non utilizzare l'apparecchio sotto coperte o cuscini. Un riscaldamento eccessivo può causare incendi, scosse elettriche o lesioni alle persone.

3.È necessaria una stretta sorveglianza quando questo apparecchio viene utilizzato da, su o vicino a bambini, invalidi o disabili.

4.Utilizzare l'apparecchio solo per l'uso previsto, come descritto nel presente manuale. Non utilizzare accessori non raccomandati dal produttore.

5.Non mettere mai in funzione questo apparecchio se ha il cavo o la spina danneggiati, se non funziona correttamente, se è caduto o è stato danneggiato o se è caduto in acqua. Restituire l'apparecchio a un centro di assistenza per l'esame e la riparazione.

6.Non trasportare l'apparecchio con il cavo di alimentazione e non usare il cavo come impugnatura.

7.Tenere il cavo lontano da superfici riscaldate,

8. Non utilizzare mai l'apparecchio con le aperture dell'aria bloccate. Mantenere le aperture dell'aria libere da lanugine, capelli e simili.

9.Non far mai cadere o inserire oggetti nelle aperture.

10.Non utilizzare all'aperto.

11.Non utilizzare in luoghi in cui vengono utilizzati prodotti aerosol o in cui viene somministrato ossigeno.

12.Attenzione - Per ridurre il rischio di lesioni dovute a parti in movimento, scollegare la spina prima di eseguire la manutenzione.

13.Attenzione - Per ridurre il rischio di scosse elettriche - Scollegare la spina prima di effettuare la pulizia o la manutenzione.

14.Attenzione - Rischio di lesioni personali - Tenere i bambini di età inferiore ai 13 anni lontani dal tapis roulant.

15.Per scollegare, ruotare tutti i comandi in posizione, quindi rimuovere la spina dalla presa di corrente.

16.Collegare l'apparecchio solo a una presa di corrente adeguata. Vedere le istruzioni per la messa a terra.

17. Questo apparecchio non è destinato all'uso da parte di persone con ridotte capacità fisiche, sensoriali o mentali, o con mancanza di esperienza e conoscenza, a meno che non siano state supervisionate o istruite sull'uso dell'apparecchio da una persona responsabile della loro sicurezza. Tenere lontani da questo tapis roulant i bambini di età inferiore ai 13 anni.

18. La capacità massima di peso per questo prodotto è di 265 libbre/120 kg. **NON SUPERARE LA CAPACITÀ MASSIMA DI PESO.**

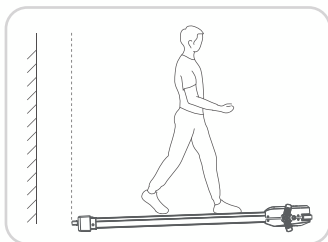
SALVARE QUESTE ISTRUZIONI

ISTRUZIONI PER LA MESSA A TERRA:

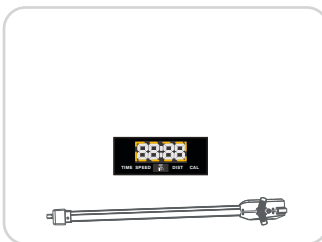
In caso di malfunzionamento o di guasto, la messa a terra fornisce un percorso di minor resistenza per la corrente elettrica, riducendo il rischio di danni elettrici e una spina di messa a terra. La spina deve essere inserita in una presa di corrente appropriata, correttamente installata e dotata di messa a terra, in conformità con tutti i codici e le ordinanze locali.

PERICOLO - Un collegamento non corretto del conduttore di messa a terra dell'apparecchiatura può comportare il rischio di scosse elettriche. In caso di dubbi sulla corretta messa a terra del prodotto, rivolgersi a un elettricista o a un tecnico qualificato. Non modificare la spina fornita con il prodotto: se non si adatta alla presa, far installare una presa adeguata da un elettricista qualificato.

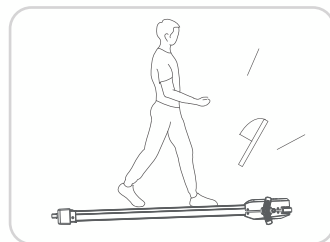
2. AVVISO DI SICUREZZA



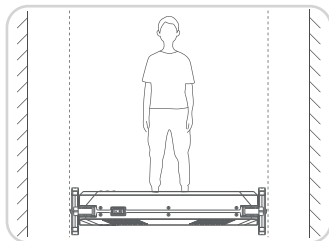
⚠ 1. Mantenere una distanza posteriore di almeno 100 cm.



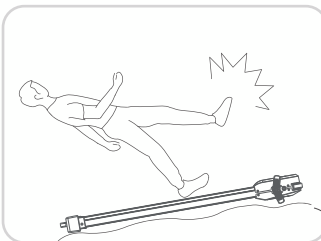
⊗ 2. Non alzarsi sul tapis roulant quando è in fase di calibrazione automatica (durante i 4 secondi successivi all'avvio).



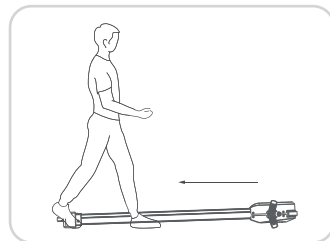
⚠ 3. Scegliere una scarpa da ginnastica.



⚠ 4. Mantenere una distanza di 0,6 metri o più da entrambi i lati.



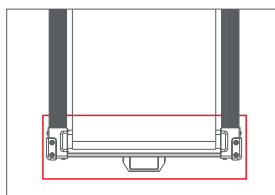
⊗ 5. È vietato l'uso su terreni irregolari.



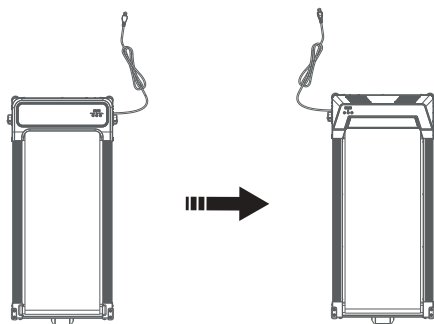
⊗ 6. È severamente vietato camminare su e giù per il percorso pedonale.

⚠ AVVERTENZA

NOTA: Non toccare quest'area con le mani mentre il tapis roulant è in funzione per evitare lesioni alle mani!



NOTA: Quando si capovolge il tapis roulant dal lato A al lato B, attendere che il tapis roulant si sia completamente fermato prima di capovolgerlo per evitare lesioni!



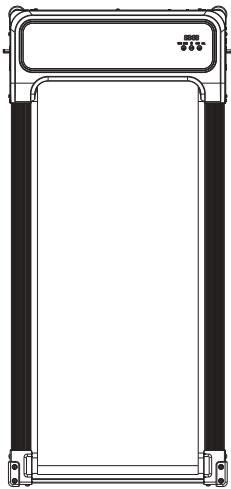
3.SPECIFICHE

Indicatori di prestazione	Parametri dettagliati	Indicatori di prestazione	Parametri dettagliati
Dimensione del prodotto	1105x545x130 mm	Velocità minima	1.0km/h
	43.5x21.5x5.1 inch		
Area di calpestio	900x410 mm	Velocità massima	6.0KM/H
	35.43x16.1 inch		
Peso netto	18.7KG	Tensione di tasso	220-240V AC
	39.7LBS		
Peso lordo	21KG	Carico massimo	120KG
	46.3LBS		265LBS

4.PRODOTTO E ACCESSORI

Si prega di controllare attentamente se il contenuto della confezione è completo e intatto.
In caso di mancanze o danni, si prega di contattare il venditore.

Accessori



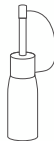
Tapis roulant x 1



Telecomando x 1



Batteria x 1



Olio lubrificante x 1



staffa di supporto x2



Attrezzo esagonale x 1



Manuale d'uso x 1



vite autofilettante con rondella M4x12 x2



maniglia x 1



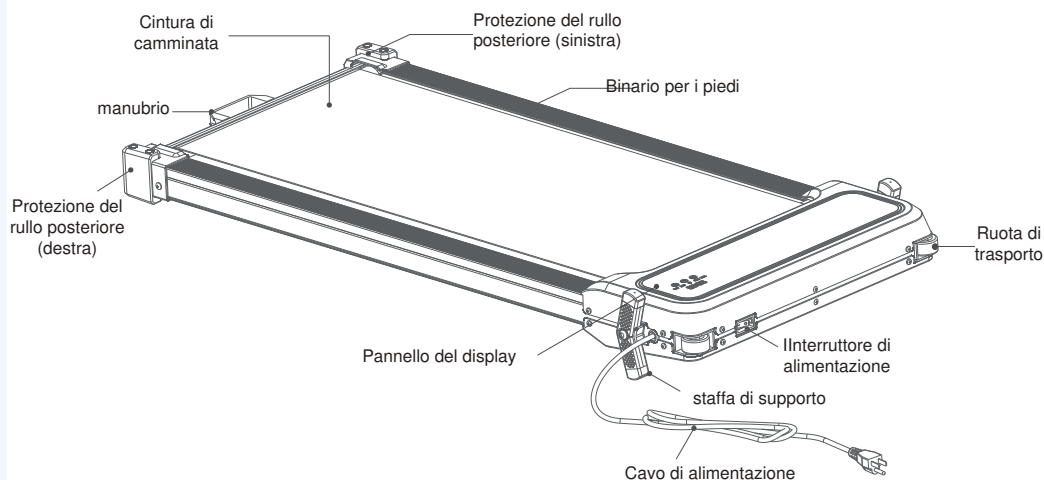
Vite a testa cilindrica M8x30 x2



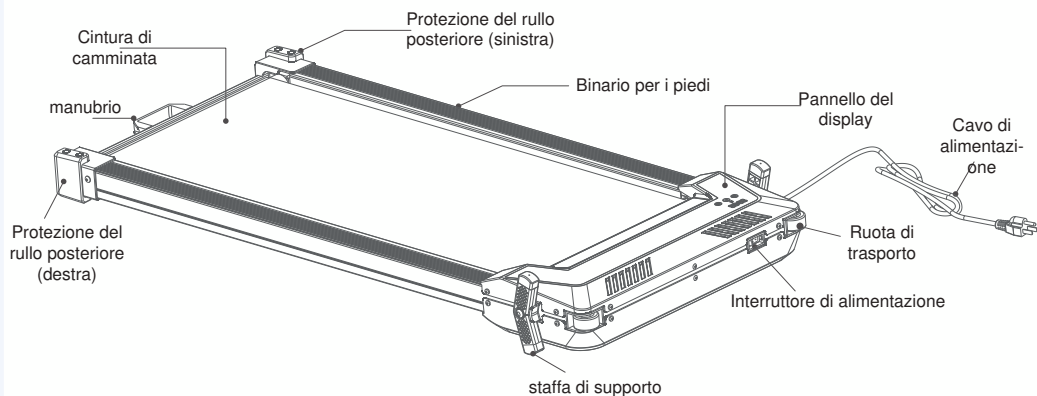
Guarnizione liscia x 2

5.INTRODUZIONE AL PRODOTTO

Lato corsa (lato A)

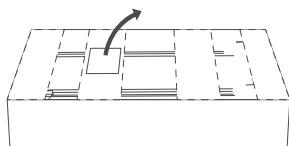


Lato corsa (lato B)

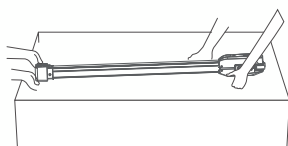


6.PRIMA DELLA MESSA IN FUNZIONE E DELLO STOC-CAGGIO

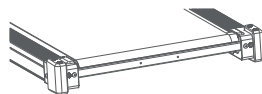
●Estrarre gli apparecchi dalle confezioni.



1.Disimballare e togliere la scatola degli accessori.



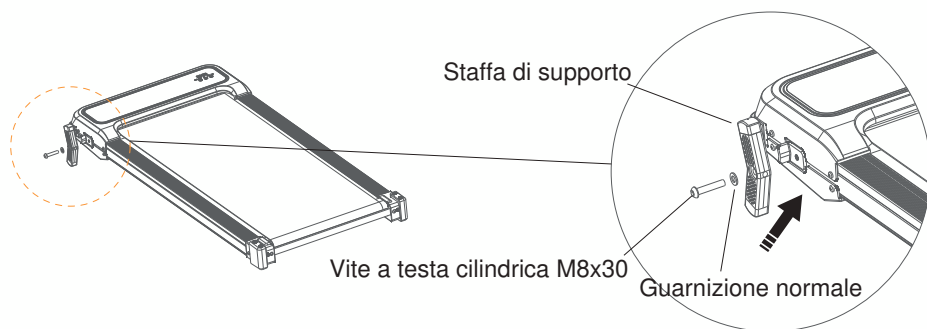
2.Sollevare l'apparecchio e posizionarlo su una superficie piana.
Attenzione: è necessaria l'assistenza di 2-3 persone.



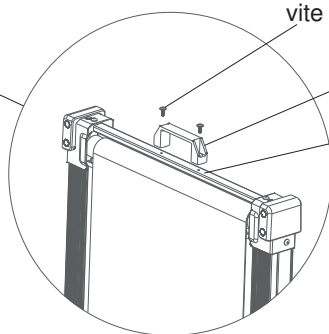
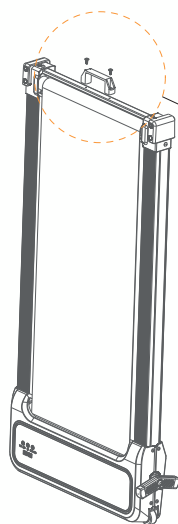
3.È normale che sul nastro di camminamento rimangano segni di saldatura visibili.

●Componenti di montaggio

1.Rimuovere queste tre parti dal kit di attrezzi, assemblare le staffe di supporto nell'ordine indicato nella figura e serrare le viti con una chiave Allen; l'operazione è la stessa su entrambi i lati.



2.Assemblare la maniglia mobile, estrarre la maniglia mobile e le viti autofilettanti dal kit di attrezzi, allinearle ai fori di installazione sul tubo come mostrato nel diagramma e serrare con una chiave a brugola.



vite autofilettante con rondella M4x12

manubrio

fori di installazione

●Collegare l'alimentazione

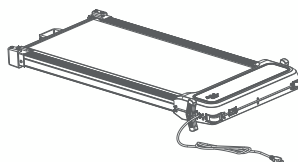
●Immagazzinamento

●Trasporto

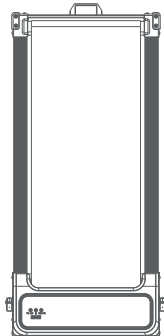


Se si collega il cavo di alimentazione e si accende il pulsante di accensione, si sente un suono di bi dal cicalino, il che significa che il circuito dell'apparecchio è collegato all'elettricità.

Attenzione: DEVE essere utilizzato il cavo di alimentazione fornito in dotazione.



Spegnere l'apparecchio e scollegare il cavo di alimentazione prima di riporlo.



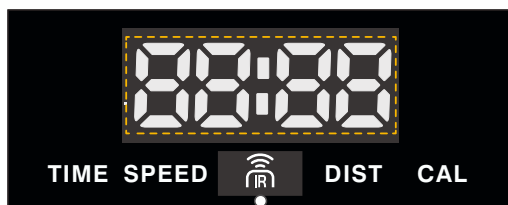
Per spostare il tapis roulant, è possibile utilizzare la maniglia di spostamento per sollevare il tapis roulant in posizione verticale, come illustrato nella figura sottostante; nella parte inferiore sono presenti delle ruote mobili che possono essere spostate come una valigia.

Avvertenze:

Prima di iniziare ad allenarsi con questo prodotto, valutare le proprie condizioni fisiche ed eseguire l'esercizio in modo corretto e regolare. Un allenamento scorretto o eccessivo può essere dannoso per la salute. Se non ci si sente bene, interrompere immediatamente l'esercizio e consultare il medico.

7.SCHERMO DEL DISPLAY

Lato corsa (lato A)

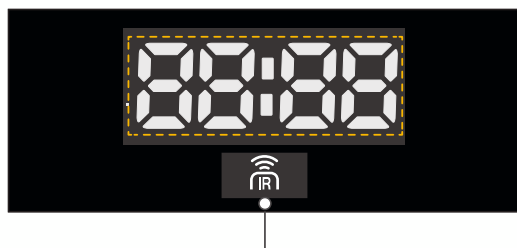


Porta del ricevitore a infrarossi

Mentre si cammina o si corre sul tapis roulant, il display può visualizzare le seguenti informazioni sull'allenamento:

NOME	GAMMA	DISPLAY
Velocità	1,0-6,0km/h	Visualizza la velocità del nastro di marcia.
Calorie	0-999 Kcal	Visualizza il numero approssimativo di calorie bruciate.
Tempo	0:00-99:59 minuti	Visualizza il tempo trascorso;
Distanza	00,0-99,9 miglia	Visualizza la distanza percorsa a piedi o di corsa.
Porta del ricevitore a infrarossi		Puntare il ricevitore quando si utilizza il telecomando.

Lato corsa (lato B)



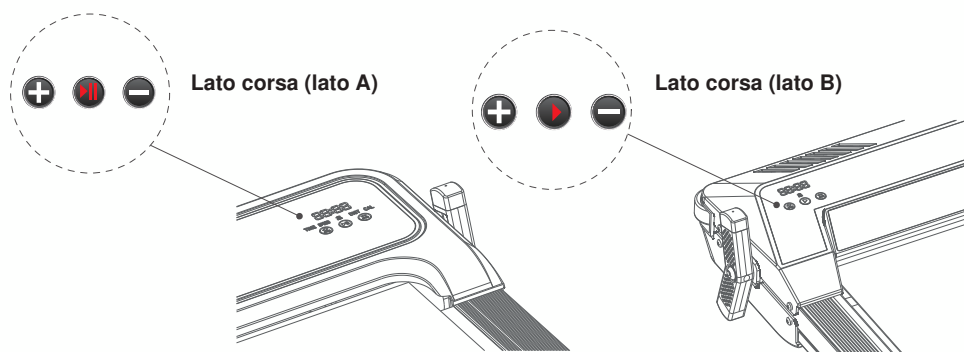
Porta del ricevitore a infrarossi

Al camminar o correr in una cinta de correr, la pantalla puede mostrar la siguiente información de entrenamiento :

NOME	GAMMA	DISPLAY
Velocità	P1-P5	Visualizza la velocità del nastro di marcia.
Tempo	10:00-0:00 minuti	Visualizza il tempo trascorso;
Porta del ricevitore a infrarossi		Puntare il ricevitore quando si utilizza il telecomando.

8.FUNZIONAMENTO

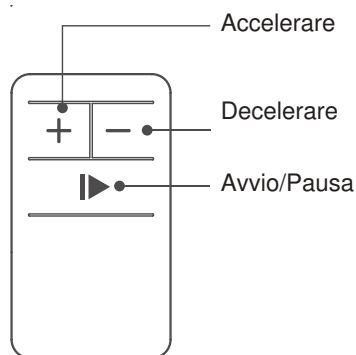
• con pulsanti della console



I pulsanti della console sono identici a quelli del telecomando

Attenzione: scendere dal tapis roulant quando si intende controllare con i pulsanti della console.

Telecomando



Lato corsa (lato A)

- ▶ ●Premere il pulsante per avviare la cintura di deambulazione; l'impostazione iniziale della velocità è di 1,0 km/h.
- Premere il pulsante per fare una pausa nella modalità di lavoro; per riprendere l'allenamento, premere nuovamente il pulsante.
- +
- Tenere premuto questo pulsante per accelerare, l'incremento è di 0,5 km/h.
- Premere o tenere premuto questo pulsante per decelerare, il decremento è di 0,5 km/h.

Lato corsa (lato B)

- ▶ ●Premere il pulsante per avviare la cintura di deambulazione; l'impostazione iniziale della velocità è di P1.
- Premere il pulsante per avere un arresto in modalità di lavoro
- +
- Tenere premuto questo pulsante per accelerare, l'incremento è di 1P.
- Tenere premuto questo pulsante per decelerare, il decremento è di 1P.

9.COME USARE

Questo tapis roulant è a doppia funzione: Lato A - il lato corsa e lato B - il lato massaggio.

Il lato A, quello della corsa, può essere utilizzato per camminare o correre normalmente, con velocità comprese tra 1,0 e 6,0 km/h. Il lato B, quello del massaggio, può favorire la circolazione sanguigna.

La distanza tra la pianta del piede e il cuore è relativamente elevata, soprattutto per gli anziani. La circolazione sanguigna può essere scarsa e le piante dei piedi sono soggette a raffreddarsi. Attraverso il massaggio plantare è possibile favorire la

circolazione del sangue nelle piante dei piedi. L'applicazione a lungo termine può migliorare i sintomi del raffreddore ai piedi e apportare alcuni benefici alla salute cardiovascolare.

10.RISOLUZIONE DEI PROBLEMI

Problema	Analisi dei guasti	Risoluzioni
Non funziona	1.Interruttore di accensione disfunzionante 2.Alimentazione interrotta. 3.Cavo di alimentazione danneggiato	1. Sostituire il nuovo interruttore a bilanciere se non si accende. 2. Assicurarsi che il cavo di alimentazione sia collegato alla presa di corrente con messa a terra. 3.Sostituire il nuovo cavo di alimentazione.
Il nastro trasportatore scivola	Cinghia di trasmissione allentata	Serrare la tensione della cinghia di trasmissione con l'utensile esagonale A (1/4 di giro di entrambe le viti del rullo tendicinghia in senso orario).
Il telecomando non funziona	1.uso non corretto di default 2.Mancanza di alimentazione della batteria. 3.Funzione di controllo remoto	1.Il comando del motore deve puntare direttamente alla porta del ricevitore quando è in uso. 2.Sostituire le nuove celle della batteria 3.Sostituire il nuovo telecomando.
Rumore di attrito	Cintura di deambulazione decentrata.	Vedere i dettagli del capitolo sulla tensione della cinghia di trasmissione.

11.CURA E MANUTENZIONE

A. Sintomo: la cinghia di trasmissione non è centrata o scivola.

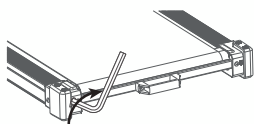


Figura 1

A. Sintomo: la cinghia di trasmissione non è centrata o scivola.

Il processo di centratura del nastro trasportatore è il seguente:

1. Spegnere l'apparecchio e scollegare il cavo di alimentazione.
2. Se il nastro si è spostato a sinistra, utilizzare l'utensile esagonale per ruotare la vite del rullo tendicinghia sinistro di 1/4 di giro (vedere figura 1). Se il nastro si è spostato a destra, utilizzare l'utensile esagonale per ruotare la vite del rullo tendicinghia destro di 1/4 di giro (vedere figura 2).
3. L'apparecchio DEVE funzionare per 1-2 minuti. Ripetere il processo di centratura manuale fino a quando il nastro trasportatore non è centrato.

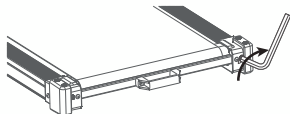


Figura 2

Il processo di correzione dello slittamento del nastro è il seguente:

1. Spegnere l'apparecchio prima dell'operazione.
2. Utilizzando l'utensile esagonale, ruotare entrambe le viti del rullo tendicinghia in senso orario di 1/2 giro (vedere figura 3).
3. Dopo la correzione, provare a camminare per 1-2 minuti a una velocità di 1,0 mph. Ripetere l'operazione finché il nastro di deambulazione non è ben teso.

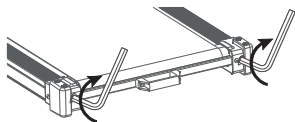
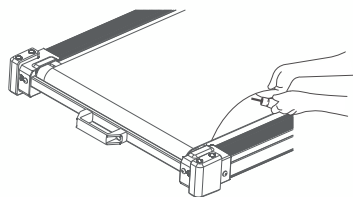


Figura 3

Attenzioni

1. Per evitare lesioni, non collocare detriti intorno all'apparecchio prima del processo di manutenzione.
2. Utilizzare obbligatoriamente l'utensile esagonale associato.
3. Fare attenzione durante il processo di manutenzione. Non schiacciare le dita.

B. Processo di lubrificazione della cinghia, seguire le istruzioni riportate di seguito per lubrificare la cinghia.



1. Spegnerne l'apparecchio e scollegare il cavo.
2. Utilizzando l'utensile esagonale, ruotare entrambe le viti del rullo tendicinghia in senso antiorario fino a quando la cinghia si allenta e si solleva facilmente.

Suggerimenti: quando si allenta la cinghia, si consiglia di ridurre i cicli di rotazione dell'utensile esagonale e di utilizzarlo per adattare la tensione

della cinghia dopo il processo di lubrificazione.

3. Sollevare i bordi della cinghia e spruzzare uniformemente l'olio di lubrificazione al centro della piattaforma. Non è necessario applicare l'olio di lubrificazione a spruzzo sull'intera pedana.

4. Volume dell'olio di lubrificazione per ogni manutenzione: 5 ml.

Attenzione: se si spruzza troppo, la cinghia potrebbe scivolare.

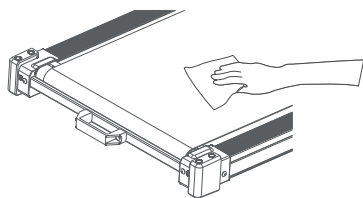
5. Utilizzando l'utensile esagonale, ruotare le due viti di rinvio in senso orario come il precedente numero di giri fino a quando la cinghia di trasmissione non si stringe correttamente.

6. Accendere l'apparecchio e farlo funzionare per alcuni minuti, in modo da distribuire uniformemente l'olio di lubrificazione su tutta la superficie della cinghia.

Attenzione: Non caricare il lavoro a una velocità di 1,0 mph.

Frequenza di lubrificazione: Alta raccomandare 125 miglia per volta.

C : Pulizia degli apparecchi.



1. Spegnerne l'apparecchio e scollegare il cavo di alimentazione prima di pulirlo.
2. Pulire con un panno umido; non pulire con detergenti acidi o caustici.
3. Non pulire il lato opposto al nastro di camminamento.
4. È normale che rimangano alcuni residui di polvere nera sotto l'apparecchio dopo un lungo lavoro.

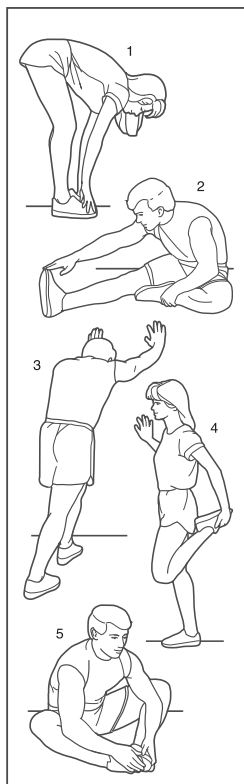
12.CODICE DI ERRORE

Quando si verifica un errore, la spia di errore si accende e visualizza il codice di errore.

Codice di errore	Analisi del guasto	Risoluzioni
E01	Comunicazione interrotta tra il contatore e il display numerico.	Svitare la calotta del motore e verificare il collegamento tra il controller e il display numerico. Se il codice E01 non è stato eliminato, contattare il servizio di assistenza. Avviso: Spegner e scollegare sempre il cavo di alimentazione prima della lavorazione.
E02	Protezione dalle fiamme	1. Svitare la calotta del motore e verificare il collegamento tra il regolatore e il motore. 2. L'interruzione dell'alimentazione è dovuta all'allentamento o all'uscita del connettore; svitare la calotta del motore per controllare. 3. Si prega di contattare il servizio post-vendita se il problema non può essere risolto con il processo di cui sopra.
E05	Protezione da sovraccorrente	1. A causa di un utente di peso superiore a 120 kg. 2. Aprire per controllare eventuali oggetti estranei che bloccano le parti in movimento. (come ad esempio: motore di azionamento, rullo folle, rullo conducente, cinghia di trasmissione). 3. La cinghia di trasmissione è troppo tesa o manca di lubrificante. (vedere i capitoli dettagliati relativi alla tensione della cinghia e al processo di lubrificazione).
E06		
E07	Bug del software	Sostituire il nuovo controllore.
E10	Comunicazione interrotta tra il cavo di segnale e la console.	Svitare la calotta del motore e verificare il collegamento del cavo singolo, se il codice di errore E10 non è stato eliminato contattare il servizio di assistenza.

13. TRATTI CONSIGLIATI

La forma corretta per diversi allungamenti di base è mostrata a destra. Muovetevi lentamente durante l'allungamento, senza mai rimbalzare.



1. Allungamento delle dita dei piedi

In piedi, con le ginocchia leggermente piegate, piegarsi lentamente in avanti dalle spalle. Lasciate che la schiena e le spalle si rilassino mentre vi allungate verso le dita dei piedi il più possibile, mantenete per 15 secondi, poi rilassatevi. Ripetere 3 volte. Stretching: Hamstrings, parte posteriore delle ginocchia e schiena.

2. Allungamento degli arti inferiori

Sedetevi con una gamba estesa. Portare la pianta del piede opposto verso di sé e appoggiarla all'interno della coscia della gamba estesa. Allungare le dita dei piedi il più possibile, tenere premuto per 15 secondi, quindi rilassare. Ripetere 3 volte per ogni gamba: Hamstrings, lombari e ginocchia.

3. Allungamento del polpaccio e dell'Achille

Con una gamba davanti all'altra, allungatevi in avanti e appoggiate le mani contro una parete. Tenere la gamba posteriore dritta e il piede posteriore piatto sul pavimento, piegare la gamba anteriore, piegarsi in avanti e muovere i fianchi verso la parete. Tenere premuto per 15 secondi, poi rilassarsi. Ripetere 3 volte per ogni gamba. Per allungare ulteriormente i tendini d'Achille, piegare anche la gamba posteriore: Polpacci, tendini d'Achille e caviglie.

4. Allungamento dei quadricipiti

Con una mano appoggiata a una parete per l'equilibrio, allungatevi all'indietro e afferrate un piede con l'altra mano, avvicinando il tallone il più possibile ai glutei. Tenere premuto per 15 secondi, quindi rilassare. Ripetere 3 volte per ogni gamba: Quadricipiti e muscoli dell'anca.

5. allungamento dell'interno coscia

Sedetevi con le piante dei piedi unite e le ginocchia rivolte verso l'esterno. Tirare i piedi verso la zona inguinale il più possibile, tenere premuto per 15 secondi, quindi rilassarsi. Ripetere 3 volte: Quadricipiti e muscoli dell'anca.

INHOUD

1.BELANGRIJKE VEILIGHEIDSINSTRUCTIES	82
2.VEILIGHEIDSWAARSCHUWING	83
3.SPECIFICATIE	85
4.PRODUCT EN ACCESSOIRES	85
5.PRODUCTINTRODUCTIE	86
6.VOORDAT U BEGINT EN OPSLAG	87
7.WEERGAVESCHERM	89
8.BEDIENING	90
9.GEBRUIKSAANWIJZING	91
10.PROBLEMEN OPLOSSEN	92
11.VERZORGING EN ONDERHOUD	93
12.FOUTCODE	95
13.AANBEVOLEN REKKINGEN	96

1.BELANGRIJKE VEILIGHEIDSinSTRUCTIES

GEVAAR - Om het risico op elektrische schokken te verminderen:

1.Trek altijd de stekker van dit apparaat uit het stopcontact onmiddellijk na gebruik en voordat u het schoonmaakt.

WAARSCHUWING - Om het risico op brandwonden, brand, elektrische schokken of letsel te verminderen:

1.Laat een apparaat nooit onbeheerd achter wanneer het is aangesloten. Trek de stekker uit het stopcontact wanneer het niet in gebruik is, en voordat u onderdelen aanbrengt of verwijderd.

2.Gebruik het niet onder een deken of kussen. Overmatige verhitting kan brand, elektrische schokken of letsel veroorzaken.

3.Strikte toezicht is noodzakelijk wanneer dit apparaat wordt gebruikt door, op of nabij kinderen, invaliden of gehandicapten.

4.Gebruik dit apparaat alleen voor het beoogde doel zoals beschreven in deze handleiding. Gebruik geen accessoires die niet door de fabrikant worden aanbevolen.

5.Gebruik dit apparaat nooit als het een beschadigd snoer of stekker heeft, niet goed werkt, is gevallen of beschadigd, of in water is gevallen. Breng het apparaat naar een servicecentrum voor controle en reparatie.

6.Draag dit apparaat niet aan het netsnoer en gebruik het snoer niet als handvat.

7.Houd het snoer uit de buurt van verwarmde oppervlakken.

8.Gebruik het apparaat nooit als de luchtopeningen geblokkeerd zijn. Houd de luchtopeningen vrij van pluisjes, haar en andere deeltjes.

9.Laat nooit iets vallen of steek geen voorwerpen in een opening.

10.Gebruik niet buitenshuis.

11.Gebruik het apparaat niet waar spuitbussen (sprayproducten) worden gebruikt of waar zuurstof wordt toegediend.

12.Let op - Om het risico van letsel door bewegende onderdelen te verminderen, stekker uittrekken voordat u onderhoud uitvoert.

13.Waarschuwing - Om het risico op elektrische schokken te verminderen, stekker uittrekken voordat u schoonmaakt of onderhoudt.

14. Waarschuwing - Risico op persoonlijk letsel - Houd kinderen onder de 13 jaar uit de buurt van de loopband.

15.Om de stekker los te koppelen, zet u alle bedieningselementen in de uit-stand en verwijderd u de stekker uit het stopcontact.

16.Sluit dit apparaat alleen aan op een geaard stopcontact. Zie de aarding instructies.

17.Dit apparaat is niet bedoeld voor gebruik door personen met beperkte fysieke,

sensorische of mentale vermogens, of door personen met een gebrek aan ervaring en kennis, tenzij ze instructies hebben gekregen van iemand die verantwoordelijk is voor hun veiligheid. Houd kinderen onder de 13 jaar uit de buurt van deze loopband.

18. De maximale gewichtsbelasting voor dit product is 120 kg (265 lbs). **OVERSCHRIJD HET MAXIMALE GEWICHT NIET.**

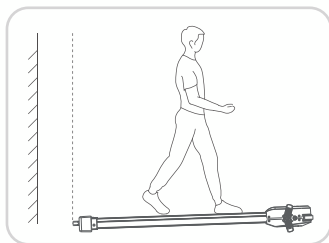
BEWAAR DEZE INSTRUCTIES

AARDINGSINSTRUCTIES:

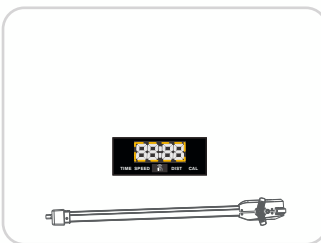
Dit product moet geaard worden. Als het defect raakt, zorgt de aarding ervoor dat er een pad is van de minste weerstand voor de elektrische stroom om het risico op een elektrische schok te verminderen. De stekker moet worden aangesloten op een geschikt stopcontact dat correct is geïnstalleerd en geaard volgens alle plaatselijke voorschriften.

GEVAAR - Onjuiste aansluiting van de aardedraad kan leiden tot het risico van elektrische schokken. Neem contact op met een gekwalificeerde elektricien of servicemonteur als u twijfelt of het product correct is geaard. Verander de stekker niet die bij het product wordt geleverd - als deze niet in het stopcontact past, laat dan een geschikt stopcontact installeren door een gekwalificeerde elektricien.

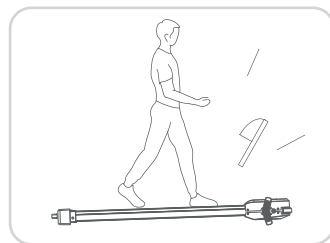
2. VEILIGHEIDSWAARSCHUWING



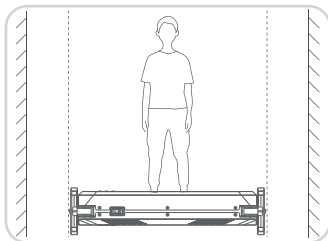
⚠ Houd een afstand van 100 cm of meer aan de achterkant.



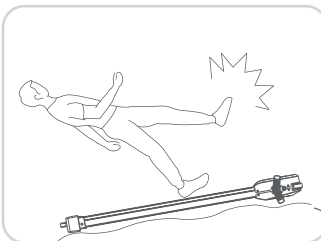
⊗ Ga niet op de loopband staan wanneer deze in automatische kalibratie is (tijdens de eerste 4 seconden na het opstarten).



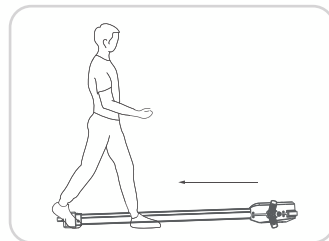
⚠ Draag sportschoenen.



⚠ Houd een afstand van 0,6 meter of meer aan beide zijden.



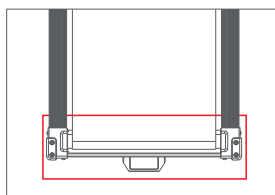
⊗ Gebruik op oneffen terrein is verboden.



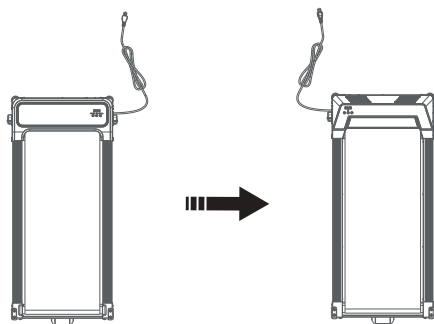
⊗ Het is ten strengste verboden om op en af de loopband te lopen.

⚠ WAARSCHUWING

OPMERKING: Raak dit gebied niet aan met uw handen terwijl de loopband draait om handletsel te voorkomen!



OPMERKING: Wacht bij het draaien van de loopband van zijde A naar zijde B totdat de loopband volledig is gestopt voordat u draait om letsel te voorkomen!



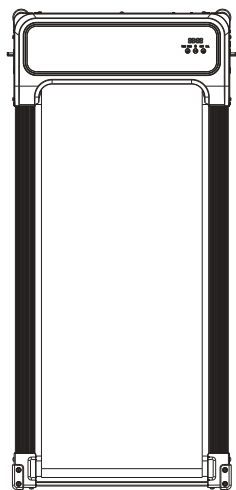
3.SPECIFICATIE

Prestatie-indicatoren	Gedetailleerde parameters	Prestatie-indicatoren	Gedetailleerde parameters
Productafmetingen	1105x545x130 mm	Minimumsnelheid	1.0km/h
	43,5x21,5x5,1 inch		
Loopoppervlak	900x410 mm	Maximale snelheid	6.0KM/H
	35,43x16,1 inch		
Nettogewicht	18.7KG	Snelheid spanning	220-240V AC
	39,7LBS		
Bruto gewicht	21KG	Maximale belasting	120KG
	46,3LBS		265LBS

4.PRODUCT EN ACCESSOIRES

Controleer zorgvuldig of de inhoud van het pakket compleet en intact is.
Als er iets ontbreekt of beschadigd is, neem dan contact op met de verkoper.

Accessoires



Loopband x 1



Afstandsbediening x 1



Batterij x 1



Smeerolie x1



steunbeugel x2



Inbussleutel x 1



Manual del usuario x 1



zelftappende schroef met
sluitring M4x12 x 2



handgreep x 1



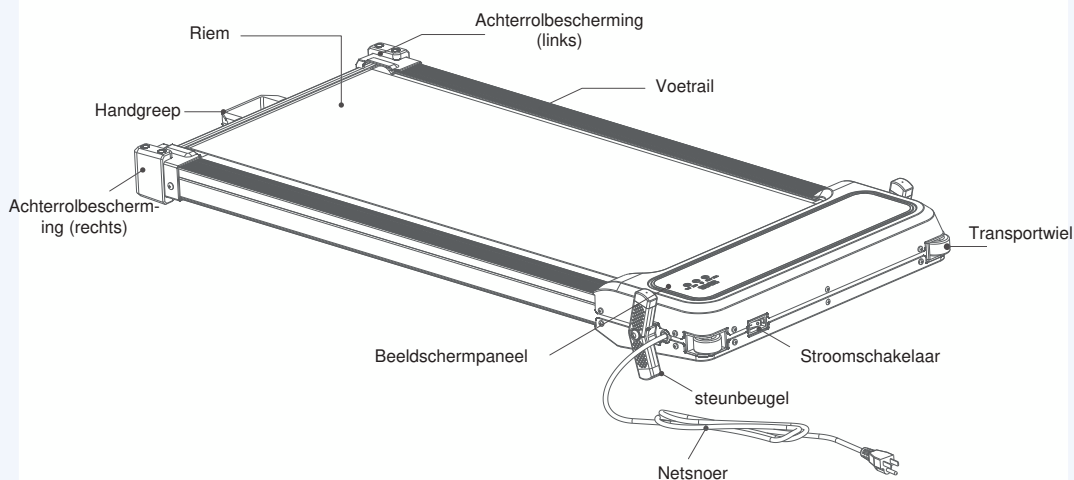
Dopschroef M8x30x2



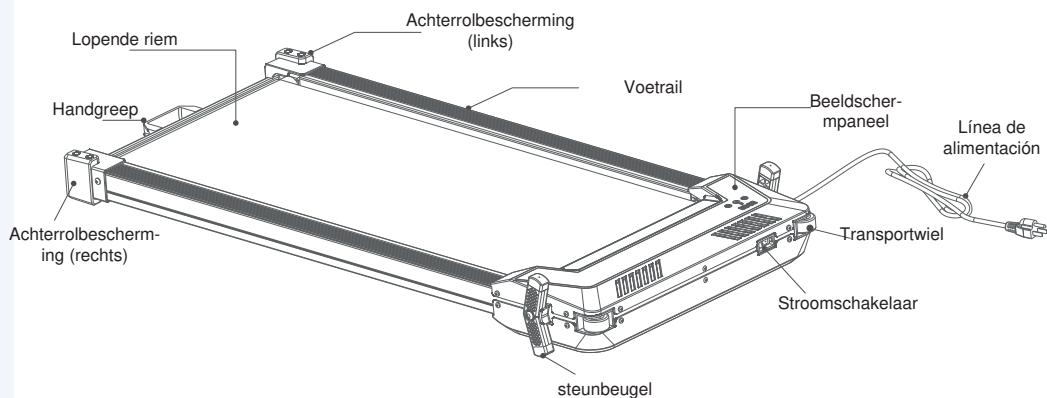
Vlakke pakking x 2

5.PRODUCTINTRODUCTIE

Lopende kant (Zijde-A)

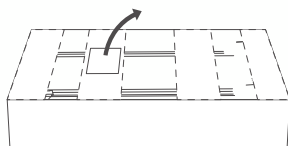


Massagekant (Zijde B)

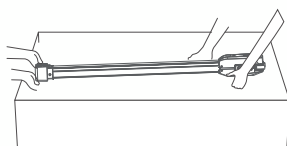


6.VOORDAT U BEGINT EN OPSLAG

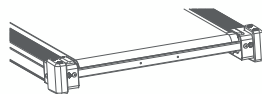
•Haal het apparaat uit de verpakking.



1.Haal het toebehoren uit de verpakking en neem het eruit.



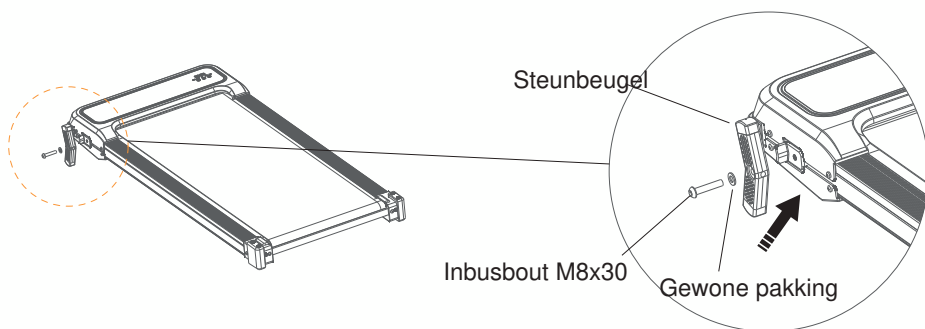
2.Til het apparaat uit de verpakking en plaats het op een vlakke ondergrond. (Let op: hulp van 2-3 personen is noodzakelijk).



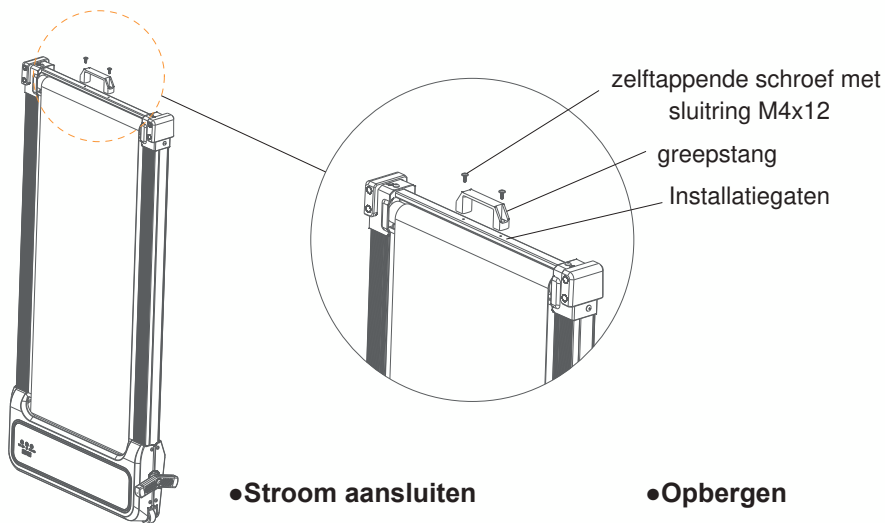
3.Het is normaal dat er zichtbare lassporen achterblijven op de loopband.

•Montage onderdelenoon

1.Haal deze drie onderdelen uit de gereedschapsset, monteer de steunbeugels in de volgorde zoals aangegeven in het schema en draai de schroeven vast met een inbussleutel, de handeling is aan beide zijden hetzelfde.



2.Monteer de bewegende hendel, neem de bewegende hendel en de zelftappende schroeven uit de gereedschapsset, lijn ze uit met de montagegaten op de buis zoals aangegeven op de afbeelding en draai ze vast met een inbussleutel. de montagegaten op de buis zoals aangegeven in de afbeelding en draai ze vast met een inbussleutel.



●Stroom aansluiten

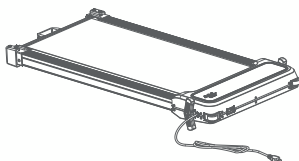
●Vervoer



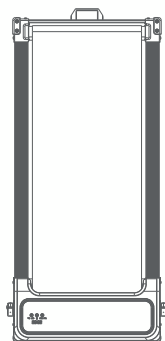
Steek de stekker in het stopcontact en zet de op de knop van de machtsrots, kunt u een Bi geluid van buzzer horen, het betekent dat het circuit van het apparaat verbonden is met het elektriciteitsnet.

Waarschuwing: MOET gebruiken macht snoer gebruiken.

●Opbergen



Schakel het apparaat uit en haal de stekker uit het stopcontact voordat u het apparaat opbergt.



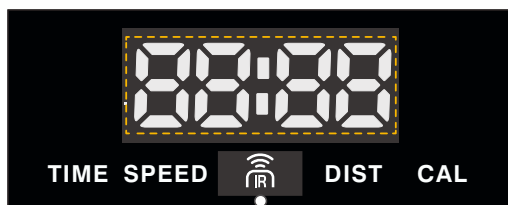
Om de loopband te verplaatsen, kunt u de bewegende handgreep gebruiken om de loopband in verticale positie te brengen, zoals op de onderstaande afbeelding, er zijn bewegende wielen aan de onderkant die kunnen worden verplaatst als als een koffer.

Waarschuwing:

Voordat u begint te trainen met dit product, moet u eerst uw lichamelijke conditie beoordelen en de oefeningen goed en regelmatig. Verkeerde of overmatige training kan schadelijk zijn voor uw gezondheid. en raadpleeg uw arts.

7. VERTRAGINGSSCHERM

Lopende kant (kant A)

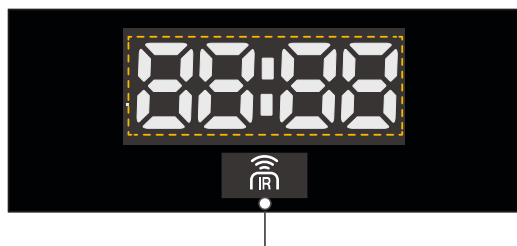


Puerto receptor infrarrojo

Terwijl je op de loopband loopt of rent, kan het display de volgende trainingsinformatie weergeven:

Naam	Bereik	Mostrar
Snelheid	1,0-6,0 km/u	Toont de snelheid van de loopband.
Calorieën	0-999 Kcal	Toont bij benadering het aantal calorieën dat je hebt verbrand.
Tijd	0:00-99:59 minuten	Toont de verstreken tijd;
Distancia	00.0-99.9 mijl	Toont de afstand die je hebt gewandeld of hardgelopen.
Infrarood ontvangerpoort		De ontvanger richten wanneer de afstandsbediening in gebruik is.

Massagekant (kant B)



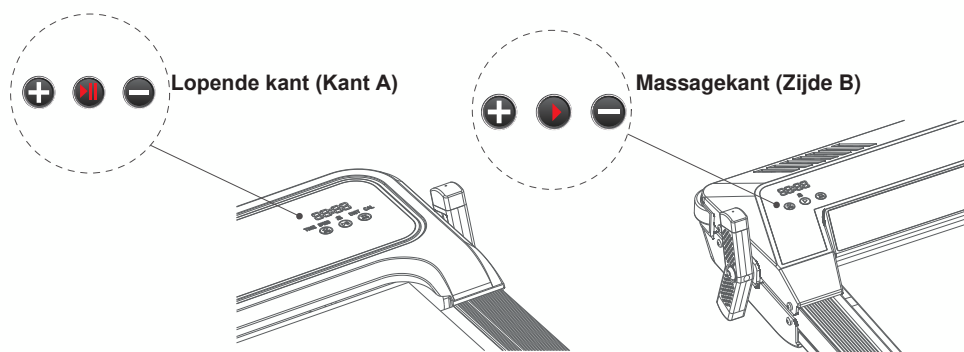
Infraroodontvangerpoort

Terwijl je op de loopband loopt of rent, kan het display de volgende trainingsinformatie weergeven:

Naam	Bereik	Mostrar
Snelheid	P1-P5	Toont loopvlaksnelheid.
Tijd	10:00-0:00 minuten	Geeft de verstreken tijd weer;
Infraroodontvangerpoort		Ontvangeralarm wanneer afstandsbediening in gebruik is.

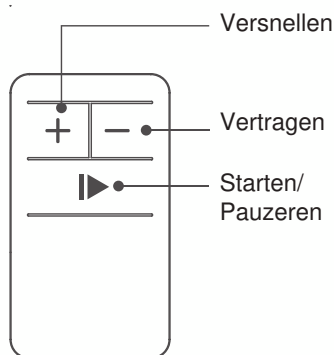
8.BEDIENING

• Met consoleknoppen



De knoppen op de console zijn identiek aan de afstandsbediening.
Let op: stap uit de loopband wanneer u de
wilt bedienen met de knoppen op de console.

Afstandsbediening



Loopzijde (zijde A)

- ▶ ●Druk op de knop om de loopband te starten, de standaard beginsnelheid is 1,0 km/u.
- Druk op de knop om een pauze in te lassen in de werkmodus, om de training te hervatten druk je opnieuw op de knop.



Houd deze knop ingedrukt om te versnellen, de toename is 0,5 km/u.

— Houd deze knop ingedrukt om te vertragen, de vertraging is 0,5 km/u.

Lado del masaje (lado b)

- ▶ ●Druk op de knop om de loopband te starten, de standaardinstelling voor de beginsnelheid is P1.

- Druk op de knop om te stoppen in de werkmodus



Houd deze knop ingedrukt om te versnellen, de toename is 1P.

— Houd deze knop ingedrukt om te vertragen, de vertraging is 1P.

9.Cómo usar

Deze loopband heeft twee functies: Kant A - de loopkant en Kant B - de massagekant.

Kant A, de loopkant, kan gebruikt worden voor normaal wandelen of hardlopen, met snelheden van 1,0 tot 6,0 km/u.

Lopen op massagekant B kan de bloedsomloop bevorderen.

De afstand tussen de voetzolen en het hart is relatief ver, vooral voor ouderen. De bloedcirculatie kan slecht zijn en de voetzolen zijn gevoelig voor kou. Door voet-

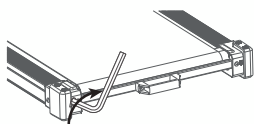
massage kan de circulatie naar de voetzolen worden bevorderd. Langdurige toepassing kan de symptomen van koude voeten verbeteren en ook bepaalde voordelen hebben voor de cardiovasculaire gezondheid.

10.PROBLEMEN OPLOSSEN

Probleem	Foutenanalyse	Resoluties
Werkt niet	1.Stroomtuimelschakelaar disfunctioneert 2.Onderbroken voeding. 3.Netsnoer beschadigd	1.Vervang de nieuwe aan/uit-schakelaar als deze niet aangaat. 2.Controleer of het netsnoer is aangesloten op een geaard stopcontact. 3.Vervang het nieuwe netsnoer.
Lopende riem slijpt	Loopband los	Haal de spanning van de loopriem aan met inbussleutel A (1/4 slag van beide rollen omloopspindel met de klok mee)
Afstandsbediening werkt niet	1.Verkeerd gebruik van standaard 2. Batterij stroomtekort. 3.Functiestoring afstandsbediening	1.De bediening van de remmotor moet direct gericht zijn op de ontvangerpoort wanneer deze in gebruik. 2.Vervang nieuwe batterijcellen. 3.Vervang de nieuwe afstandsbediening.
Wrijvingsgeluid	Loopband uit het midden.	Zie de details van het hoofdstuk over de spanning van de loopriem.

11.Mantenimiento y mantenimiento

A. Symptoom : Loopband uit het midden of slipt.



Afbeelding 1

Centreren van de loopband gaat als volgt:

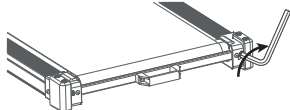
1. Schakel het apparaat uit en trek de stekker uit het stopcontact.

2. Handmatig centreren gaat als volgt:

Als de loopband naar links is verschoven, gebruik dan het inbusgereedschap om de schroef van de linkerlooprol met de klok mee 1/4 slag te draaien (zie afbeelding 1).

Als de loopband naar rechts is verschoven, gebruikt u het zeskantsleutel om de schroef van de rechter 1/4 slag rechtsonder te draaien (zie afbeelding 2).

3. Het apparaat MOET 1-2 minuten werken. Herhaal het handmatig centreren tot de loopband gecentreerd is. riem gecentreerd is.



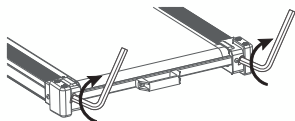
Afbeelding 2

Corrigeer het slippen van de band als volgt:

1. Schakel het apparaat uit voordat u het gebruikt.

2. Gebruik het zeskantsleutelgereedschap en draai beide schroeven van de geleiderol 1/2 slag met de klok mee (zie afbeelding 3).

3. Probeer na de correctie 1-2 minuten te wandelen met een snelheid van 1,0 mph. instelling. Herhaal dit totdat de loopriem goed is aangespannen.



Afbeelding 3

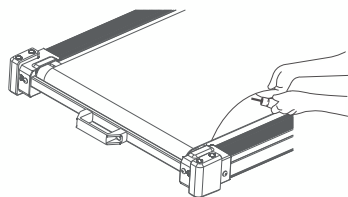
Aandacht

1. Plaats om letsel te voorkomen geen afval rond het apparaat voordat u het onderhoud uitvoert. proces.

2. MOET bijbehorend inbusgereedschap gebruiken.

3. Wees voorzichtig tijdens het onderhoud. Knijp niet in de vingers.

B. Volg de onderstaande instructies om de riem te smeren.



1. Schakel het apparaat uit en trek de stekker uit het stopcontact.

2. Gebruik het inbusgereedschap en draai beide schroeven van de geleiderol linksom tot de riem loskomt en gemakkelijk optilt.

Tips: let op de rotatiecycli van het inbussleutel wanneer u de riem losmaakt.

gebruik deze om de riemspanning aan te passen na het smeerproces.

3. Laat de randen van de riem los en spuit gelijkmatig smeerolie in het midden van het loopvlak.

gelijkmatig. Het is niet nodig om smeerolie op het hele stapplatform te spuiten.

4. Hoeveelheid smeerolie per keer van onderhoud: 5-10ml.

Let op: bij te veel sproeien kan de riem gaan slippen.

5. Gebruik het zeskantsleutelgereedschap en draai beide spanrolschroeven met de klok mee volgens het vorige aantal slagen tot de loopband goed strak staat.

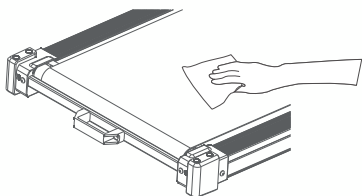
6. Schakel het apparaat in en laat het een paar minuten draaien om de smeerolie gelijkmatig over het hele oppervlak van de riem te verspreiden.

smeerolie gelijkmatig over het hele oppervlak van de riem te verspreiden.

Let op: Niet belasten bij een snelheidsinstelling van 1,0 mph.

Smeerfrequentie: Hoog aanbevolen 125 mijl per keer.

C : Toestel schoonmaken.



1. Schakel het apparaat uit en trek de stekker uit het stopcontact voordat u het apparaat schoonmaakt.

2. Veeg en reinig met een vochtige doek, niet reinigen met zure of bijtende schoonmaakmiddelen.

3. Niet schoonmaken aan de andere kant van de loopband.

4. Het is normaal dat er een paar zwarte poederresten onder het apparaat achterblijven na lang werken.

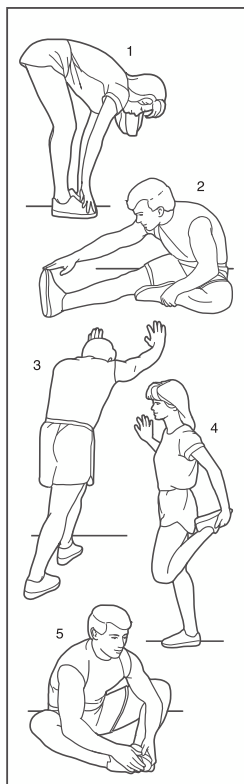
12.ERROR CODE

Als er een fout optreedt, gaat het waarschuwingsslampje branden en wordt de foutcode weergegeven.

Foutcode	Storingsanalyse	Oplossingen
E01	Communicatie onderbroken tussen regelaar en numeriek display.	Schroef de motorkap los en controleer de verbinding tussen de controller en het numerieke display. Neem contact op met de serviceafdeling als de code E01 niet is opgeheven. Let op: Schakel de stroom altijd uit en trek de stekker uit het stopcontact voordat u begint met bewerken.
E02	Vlambeveiliging	1. Schroef de motorkap los en controleer de verbinding tussen controller en motor. 2. Als de voeding niet goed is aangesloten omdat de connector loszit of eruit ligt, draai dan de motorkap los om te controleren. kap los om te controleren. 3. Neem contact op met de serviceafdeling als het probleem NIET kan worden opgelost met bovenstaande procedure.
E05	Overstroom bescherming	1. Als gevolg van gebruiker meer dan beperkte 120 kg. 2. Open om eventuele vreemde voorwerpen geblokkeerd bewegende delen te controleren. (zoals: aandrijvingsmotor, nutteloze roller, bestuurder roller, lopen riem) 3. De loopriem is te strak gespannen of er is te weinig smeermiddel. (zie de gedetailleerde hoofdstukken met betrekking tot riemspanning en smeerproces)
E06		
E07	Software fout	Vervang nieuwe controller.
E10	Communicatie onderbroken tussen signaalkabel en console.	Schroef de motorkap los en controleer de aansluiting van de eenvoudige kabel. de dienst na verkoop als de foutcode E10 niet is verwijderd.

13.AANBEVOLEN TRAJECTEN

De correcte vorm voor enkele basisrekken wordt rechts getoond. Rek langzaam - maak nooit stuitende bewegingen.



1.Teenaanraak Stretch

Sta met je knieën licht gebogen en buig langzaam voorover vanuit je heupen. Laat je rug en schouders ontspannen terwijl je naar je tenen reikt zo ver als mogelijk. Houd dit 15 tellen vast en ontspan. Herhaal 3 keer.

Rekt: Hamstrings, achterkant van de knieën en rug.

2.Hamstring Stretch

Ga zitten met één been gestrekt. Breng de zool van de tegenoverliggende voet naar je toe en plaats deze tegen de binnenkant van je gestrekte dij. Reik naar je tenen zo ver als mogelijk. Houd dit 15 tellen vast en ontspan. Herhaal 3 keer voor elk been.

Rekt: Hamstrings, onderrug en lies.

3.Kuit/Achillespees Stretch

Met één been voor het andere, reik naar voren en plaats je handen tegen een muur. Houd je achterste been recht en je achterste voet plat op de grond. Buig je voorste been, leun naar voren en beweeg je heupen naar de muur. Houd dit 15 tellen vast en ontspan. Herhaal 3 keer voor elk been. Voor extra rek op de achillespezen, buig ook je achterste been.

Rekt: Kuiten, achillespezen en enkels.

4.Quadriceps Stretch

Met één hand tegen een muur voor balans, reik achter je en pak één voet vast met je andere hand. Breng je hiel zo dicht mogelijk bij je billen. Houd dit 15 tellen vast en ontspan. Herhaal 3 keer voor elk been.

Rekt: Quadriceps en heupspiieren.

5.Binnen Dij Stretch

Ga zitten met de zolen van je voeten tegen elkaar en je knieën naar buiten. Trek je voeten zo dicht mogelijk naar je lies toe. Houd dit 15 tellen vast en ontspan. Herhaal 3 keer.

Rekt: Quadriceps en heupspiieren.