

FOCUS
FITNESS

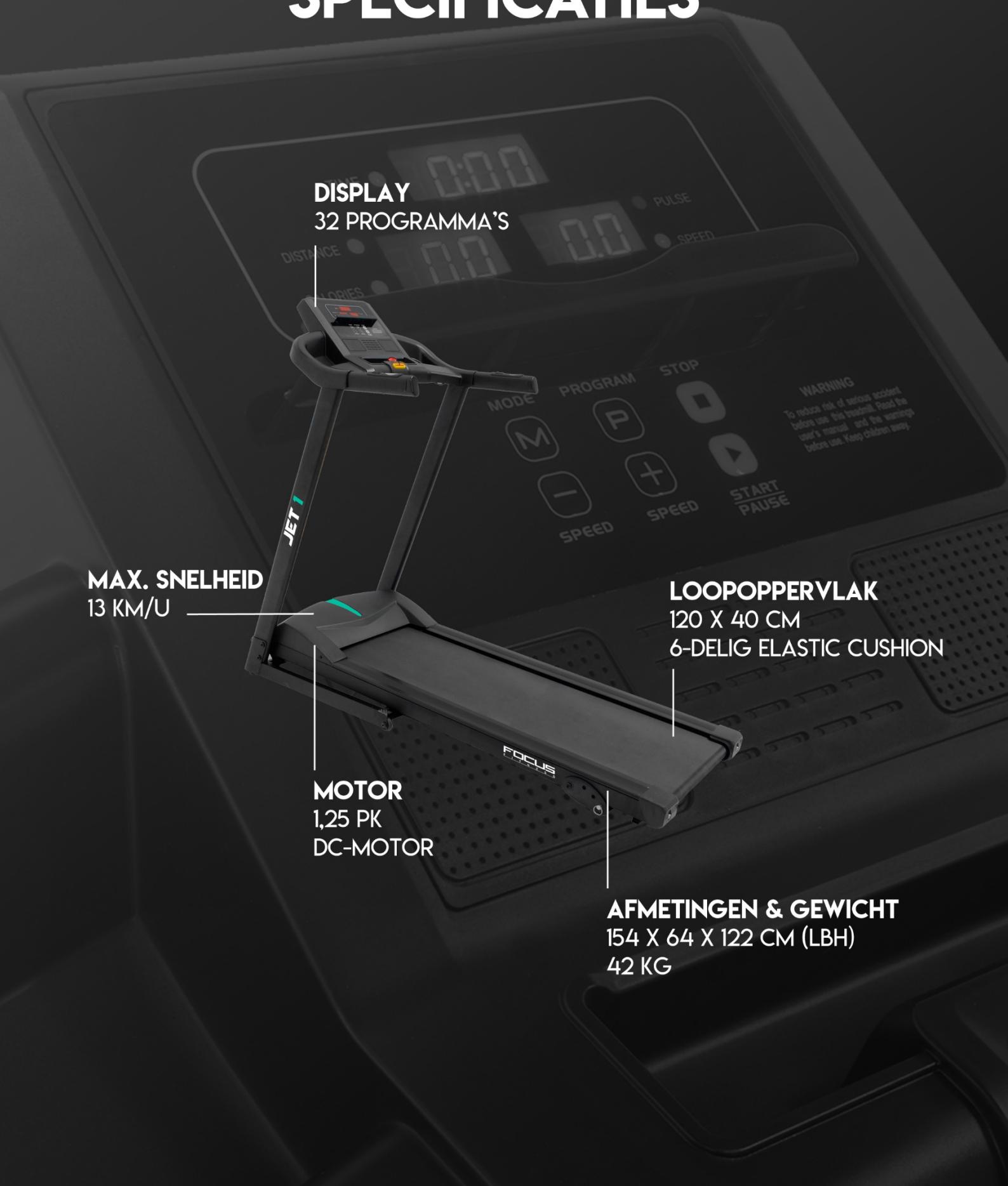
LOOPBAND - JET 1



Focus Fitness is een merk van

Betersport
Bonsports

SPECIFICATIES



ALLE SPECIFICATIES

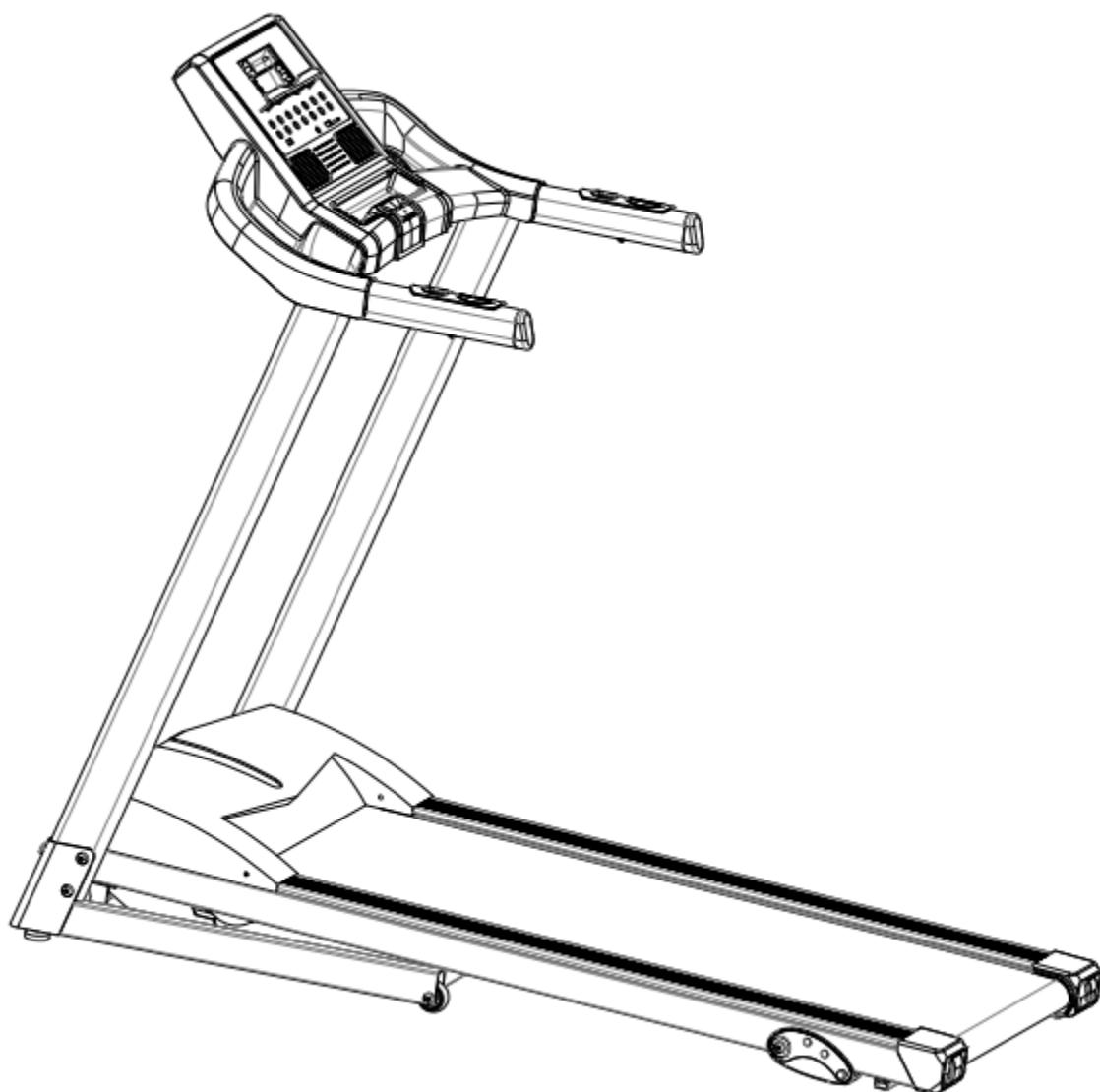
GARANTIE ONDERDELEN:	2 JAAR
GARANTIE FRAME & LASWERK:	10 JAAR
GARANTIE BEDRIJVEN:	GEEN
AFMETINGEN (L-B-H):	154-64-122CM
AFMETINGEN OPGEKLAPT:	-
GEWICHT PRODUCT:	42 KG
MAX. BELASTBAAR GEWICHT:	100 KG
MOTORVERMOGEN:	1,25 PK
TYPE MOTOR:	DC-MOTOR
MAXIMUM SNELHEID:	13 KM/U
HELLINGSHOEK INSTELBAAR:	MANUEEL
HELLINGSHOEK NIVEAU'S:	3 NIVEAU'S
DEMPING:	6-DELIG ELASTIC
TRANSPORTWIELTJES:	JA
INGEBOUWDE SPEAKERS:	NEE
AUX-AANSLUITING:	NEE
VENTILATOR:	NEE

BELANGRIJKE PUNTEN



De loopband zal zonder *safety key* niet functioneren. Zodra de *safety key* wordt geplaatst kan er gebruik worden gemaakt van de loopband.

De loopband geeft de mogelijkheid om te kiezen tussen kilometer per uur of miles per hour. Om dit te wisselen dient de *safety key* uitgetrokken te worden en hierna de toetsen “Program” en “Mode” tegelijkertijd ingedrukt te worden. De waardes zullen nu worden omgewisseld.



FOCUS
F I T N E S S

Index

Safety instructions / Maintenance	3
Assembly	5
English	8
User instructions	8
Nederlands	10
Gebruikersinstructies	10
Duits	12
Benutzeranweisungen	12
Français	14
Instructions utilisateur	14
Español	16
Instrucciones para el usuario	16
Italiano	18
Istruzioni per l'utente	18
Program speed table	20
Hardware and tools list	21
Overview drawing	22
Parts list	Fout! Bladwijzer niet gedefinieerd.

Safety instructions / Maintenance



English

Nederlands

Deutsch

ATTENTION: First read the entire manual before you install and use the device!

- To ensure optimum safety, you must check the device for damage and wear-sensitive parts on a regular basis. You must also follow the instructions below:
- As the owner of the device, you are responsible for providing each user with clear safety instructions as described below.
 - The device must be used by a maximum of 1 person at the same time.
 - Check the construction, screws, bolts, and connections before using the machine for the first time, and then you must check it on a regular basis. Check all parts are properly connected and properly secured before use.
 - Incorrect or excessive training can result in health damage. Before you start training, consult your doctor about whether your health permits training with this device. The doctor's advice serves as the basis for the development of your training program.
 - Before you begin your exercise, ensure that all sharp parts are removed around the machine.
 - In case of regular use, we recommend to check all parts and fastening parts every 2 to 3 months, especially the screws and bolts. In order to replace the actual safety level of the device, damaged parts must be replaced immediately.
 - The device is designed for use by adults. If you still allow children to use the device, remind them to use it correctly and monitor them at all times. If you allow children to use the device, always consider their mental and physical abilities.
 - The device is under no circumstances suitable as a toy. Remember that due to the natural need to play, the temperament of children in handling this device may respectively involve unforeseen situations and dangers that are not the responsibility of the manufacturer.
 - Ensure sufficient space around the device during the installation and during use.
 - Make sure that the machine is stable and horizontal at all times. Use a smooth subfloor for the placement of the machine.
 - Always wear appropriate clothing during training. The clothing should be designed so that it can not get stuck between the machine. Also ensure proper shoes with a good anti-slip footbed. This also minimizes wear and increases safety.
 - The device must be protected against humid conditions at all times.
 - To protect your floor from pressure points, always use a mat.
 - Never climb on the device during use.
 - If you have adjusted the adjustable parts, make sure they are properly attached before using the machine.
 - Never make your own adjustments to the device.
 - Never start an exercise directly after consuming a meal.
 - Always take a good position on the device before starting the training.
 - Stop the training session immediately if you suffer from any of the following symptoms: dizziness or nausea, chest pain or other physical symptoms and contact your doctor.
 - This product contains small parts that can be easily swallowed by children. Therefore, keep children away of the area during the assembly of the product.
 - ATTENTION: the heart beat measurement of the product can specify an inaccurate value. Excessive training can have serious consequences, stop immediately if you feel dizzy or weak and consult a doctor.
 - The manufacturer can not be held liable for damage through inefficient use of the product.
 - Adjust the device in such a way that it meets a comfortable training position.
 - Do not use the device with exceptional forces for which such a device is not designed for.
 - If the device has a power cable, the socket must always be earthed. If the power cable is damaged, it must be replaced in order to prevent danger.
 - In case of a defect, always contact the supplier.
 - Crosstrainer: getting on and off should be done with one foot following the other foot, and should not be done at the same time. Reduce speed at the same time to prevent injuries.
 - Treadmill: a diagonal stripe runs across the running mat. This is not a defect, but a wear seam with which the running mat is fixed. Without a safety key the treadmill does not work, make sure that it is always attached to the clothing in case of an emergency.
 - Spinning bike: many spinning bikes use a pedal system. Therefore, brake evenly or use the brake.

ATTENTION: Proper maintenance of your device is crucial to optimize the lifespan.

- To avoid an electric shock, before every cleaning or service / repair, make sure that the device is switched off and the power cable is unplugged.
- Never clean the device with strong or corrosive detergents to avoid damage to the display. Use a damp cloth when cleaning. Do not place the device in clear sunlight.
- Wipe the display and all other surfaces of the device with a clean, slightly damp cloth to remove all sweat residues.
- Place a mat to protect the device against dirt and wear during the installation. Vacuum once a week under the training device.
- Clean your device after the training session to prevent sweat acids from assaulting the device. Make sure that the floor on which the device is located is not slippery.
- Check all parts of the device regularly and also tighten the screws regularly. Also pay attention to fatigue resistance and replace the defective parts immediately.
- Lubricate all rotating parts every 2 to 3 months with a maintenance spray and check regularly if the screws are tight.
- If the device has a 'rails', make sure that it remains well lubricated.
- Treadmill:
 - If the treadmill slips, it must be tightened. Install the treadmill on 6 km / h and turn clockwise at both ends of the treadmill.
 - If the running mat is crooked, turn the left or right end to straighten it again.
 - Lubricating the treadmill should be done by spraying the silicone oil under the running mat and then you must install the treadmill at 1 km / h for 3 minutes.
 - Disassemble the bonnet to periodically remove the dust.

LET OP: Lees eerst de gehele handleiding voor het apparaat te monteren en in gebruik te nemen!

- Om een optimale veiligheid te kunnen waarborgen dient u op regelmatige basis het apparaat te controleren op beschadigingen en slijtage gevoelige onderdelen. Tevens dient u onderstaande instructies duidelijk te volgen. Als eigenaar van het apparaat bent u verantwoordelijk om iedere gebruiker van dit apparaat dient uiteraard de instructies als voorziet als hieronder beschreven.
- Het apparaat dient door maximaal 1 persoon gelijktijdig gebruik te worden.
 - Controleer de constructie, schroeven, bouten, en verbindingen voordat u de machine voor het eerst gaat gebruiken en daarna op reguliere basis. Controleer of alle onderdelen goed verbonden en goed bevestigd zijn alvorens de machine te gebruiken.
 - Foutieve of overmatige training kan schade aan de gezondheid tot gevolg hebben. Raadpleeg daarom de instructies die u hieronder leest. Het advies van de huisarts dient als basis voor de ophouw van uw trainingsprogramma.
 - Voordat u met uw oefening begint, zorg dat alle scherpe onderdelen rond en rondom de machine zijn verwijderd.
 - Bij regelmatig gebruik adviseren wij om elke 1 à 2 maanden alle onderdelen en bevestigingselementen te controleren, vooral de schroeven en bouten. Om het constructie meegegeven veiligheidsniveau van het apparaat te behouden, dienen beschadigde onderdelen direct vervangen te worden.
 - Het apparaat is voor gebruik door volwassenen geconstrueerd. Als u kinderen toch het apparaat laat gebruiken, wijze ze op een correct gebruik en houd ten allen tijde toezicht. Indien u kinderen toelaat om het apparaat te gebruiken, neem dan altijd mentale en fysieke capaciteiten in overweging.
 - Het apparaat is in geen geval geschikt als speelgoed.
 - Zorg voor voldoende ruimte rondom het apparaat, tijdens de installatie en gebruik.
 - Zorg ten alle tijden ervoor dat de machine stabiel en waterpas staat. Gebruik een egale ondergrond voor plaatsing van de machine.
 - Draag tijdens de training altijd geschikte kleding. De kleding dient zo ontworpen te zijn dat deze niet vast kan komen te zitten tussen de machine. Zorg ook voor deugdelijke schoenen met een goede antislip voetbed. Waarmee tevens de slijtage wordt geminimaliseerd en het verhogen van de veiligheid.
 - Het apparaat dient alle tijden beschermt te zijn tegen vochtige omstandigheden.
 - Om uw vloer te beschermen van drukpunten, gebruik altijd een onderlegger.
 - Houdt lichaamsdelen verwijderd van beweegbare delen van het apparaat tijdens het gebruik ervan.
 - Indien u de verstellbare delen versteld, zorg dat deze goed zijn bevestigd alvorens u de machine gebruikt.
 - Maak nooit eigen aanpassingen aan het apparaat.
 - Begin nooit een oefening direct na het nuttigen van een maaltijd.
 - Neem altijd eerst een goede positie in op het apparaat, voordat er gestart wordt met de training.
 - Stop direct met de trainingssessie indien u last krijgt van een van de volgende symptomen: duizeligheid of misselijkheid, pijn op de borst of andere fysieke klachten en contacteer uw arts.
 - Dit product bevat kleine onderdelen die makkelijk ingeslikt kunnen worden door kinderen. Houd daarom kinderen uit de buurt tijdens de montage van het product.
 - LET OP: de hartslagmeting van het product kan een onnauwkeurige waarde opgeven. Overmatig trainen kan ernstige gevolgen hebben, stop direct wanneer u zich duizelig of zwak voelt en raadpleeg een arts.
 - De fabrikant kan niet aansprakelijk gesteld worden voor schade door middel van ondoelmatig gebruik van het product.
 - Stel het apparaat zo in dat deze voldoet aan een comfortabele trainingspositie en het lichaam niet onnodig belast.
 - Gebruik het apparaat niet met uitzonderlijke krachten waar een dergelijk apparaat niet voor gemaakt is.
 - Mocht het apparaat beschikken over een stroomkabel, dan dient het stopcontact altijd geaard te zijn. Als de stroomkabel beschadigd is, dient deze vervangen te worden om gevvaar te voorkomen.
 - Neem bij een defect altijd contact op met de leverancier.
 - Crosstrainer: op- en afsporen doen voor voet voor te gebeuren en niet gebruiken voor de looptafel. Gebruik de looptafel voor te voorkomen.
 - Loopband: over de looptafel loopt een schrale streep. Dit is geen defect, dit is de lasnaad waarmee de looptafel is vastgezet. Zonder 'safety key' werkt de loopband niet, zorg dat deze altijd bevestigd wordt aan de kleding voor gevial van nood.
 - Spinningfiets: veel spinningfiets maken gebruik van een doortrapsysteem. Ram daarom gelijkmatig af of maak gebruik van de rem.

LET OP: Het juist onderhouden van uw apparaat is van cruciaal belang om de levensduur te verlengen.

- Ons elektrische apparaat moet worden gereinigd of onderhoudsbeurt/ reparatie ervoor zorgen dat het apparaat uit staan en de stroomkabel uit het stopcontact is gehaald.
- Reinig het apparaat nooit met agressieve of bijtende poetsmiddelen om beschadiging van het display te vermijden. Gebruik bij reiniging een vochtige doek. Plaats het apparaat niet in direct zonlicht.
- Veeg het display en alle andere oppervlakken van het apparaat schoon met om alle zweestrepen te verwijderen.
- Leg een vloomband neer, om met de ophouw en bij de plaatsing het apparaat niet tegen vull en stofzuig 1 keer in de week onder de trainingsapparatuur.
- Reinig uw apparaat na afloop van de training om te voorkomen dat transpiratiedruppels in het apparaat trekken. Zorg dat de vloer waarop het apparaat staat, strof is.
- Controleer alle delen van het apparaat regelmatig en draai de schroeven ook regelmatig aan. Let ook op materiaal moeheid en vervanging de defecte onderdelen onmiddellijk.
- Smeer roterende onderdelen iedere 2 à 3 maanden in met een oliehoudspray en controler regelmatig of de schroeven goed vast zitten.
- Indien het apparaat beschikt over een 'rails', zorg dan dat deze goed gesmeerd blijft.
- Loopband:
 - Indien de looptafel slipp, dient deze gespannen te worden. Zet de looptafel op 6 km/h en draai aan beide uiteinden van de looptafel een halve slag met de klok mee.
 - Indien de looptafel scheef loopt, draait u aan het linker- of rechteruiteinde om deze wederom recht te spannen.
 - Het losmaken van de looptafel moet gebeuren door de siliconenolie onder de looptafel de spullen en vervolgens de looptafel op 1 km/h voor 3 minuten.
 - Demonteer de motorkap om periodiek het stof te verwijderen.

VORSICHT: Lesen Sie erst die gesamte Bedienungsanleitung, bevor Sie das Gerät zusammenbauen und benutzen!

- Um die optimale Sicherheit zu gewährleisten, sollten Sie in regelmäßigen Abständen die für Schäden und Verschleiß anfälligen Bestandteile des Gerätes kontrollieren. Gleichzeitig sollten Sie die folgenden Instruktionen genau befolgen.
- Als Eigentümer des Gerätes sind Sie dafür verantwortlich, dass jeder Benutzer deutlich in den Sicherheitsinstruktionen unterwiesen wird, wie sie nachfolgend beschrieben sind.
 - Das Gerät darf nur von maximal 1 Person gleichzeitig genutzt werden.
 - Kontrollieren Sie, bevor Sie das Gerät zum ersten Mal benutzen, und danach in regelmäßigen Abständen, die Konstruktion, die Schrauben, Muttern und Verbündungen. Kontrollieren Sie, ob alle Bestandteile gut miteinander verbunden und gut befestigt sind, bevor Sie das Gerät benutzen.
 - Falsches oder übermäßiges Training kann gesundheitliche Schäden verursachen. Fragen Sie, bevor Sie mit dem Training beginnen, einen Arzt, ob Ihre Gesundheit das Training mit diesem Gerät zulässt. Der Betreiber ist verantwortlich, dass alle Bauteile, mit der Sie Ihr Trainingsprogramm zusammenführen.
 - Achten Sie darauf, dass vor Trainingsbeginn alle scharfkantigen Teile am und um das Gerät herum entfernt sind.
 - Bei regelmäßiger Benutzung raten wir, alle 1-2 Monate alle Bestandteile und Befestigungsteile, besonders die Schrauben und Muttern, zu kontrollieren. Damit das werkseitig gebotene Sicherheitsniveau des Gerätes erhalten bleibt, müssen beschädigte Bestandteile sofort ausgewechselt werden.
 - Das Gerät ist für den Gebrauch durch Erwachsene konstruiert. Wenn Sie dennoch Ihre Kinder das Gerät benutzen lassen, dann weisen Sie sie auf eine korrekte Nutzung und körperliche Fähigkeiten berücksichtigen.
 - Das Gerät ist nicht als Spielzeug geeignet. Beachten Sie, dass im Umgang mit dem Gerät durch das natürliche Spielbedürfnis, entsprechend dem Temperament der Kinder, unvorhergesehene Situationen und Gefahren auftreten können, die außerhalb der Verantwortung des Herstellers fallen.
 - Sorgen Sie während der Installation und während der Benutzung für ausreichend Platz um das Gerät herum.
 - Achten Sie darauf, dass das Gerät immer stabil und vollkommen waagerecht steht. Benutzen Sie einen glatten Unterboden, bevor Sie das Gerät aufstellen.
 - Tragen Sie während des Trainings immer geeignete Kleidung. Die Kleidung sollte so geschnitten sein, dass sie sich während des Trainings nicht an Geräte oder Kleidung klemmen. Sorgen Sie auch auf geeignete Schuhe mit einem rutschfesten Fußbett. Damit wird die Abnutzung auf ein Minimum reduziert und die Sicherheit erhöht.
 - Das Gerät muss immer gegen Feuchtigkeit geschützt sein. Benutzen Sie eine Unterlage, um Ihren Boden vor Abdickzen zu schützen.
 - Bleiben Sie mit Körperteilen fern von beweglichen Teilen, während Sie das Gerät benutzen.
 - Falls Sie die verstellbaren Teile verstellt, dann achten Sie darauf, dass diese vor der Benutzung des Gerätes wieder gut befestigt sind.
 - Machen Sie niemals eigene Anpassungen am Gerät.
 - Beenden Sie eine Übung niemals direkt nach dem Essen.
 - Nehmen Sie immer eine gute Position auf dem Gerät ein, bevor Sie das Training starten.
 - Stoppen Sie direkt das Training, falls bei Ihnen eines der folgenden Symptome auftreten: Schwindel oder Übelkeit, Schmerzen im Brustbereich oder andere körperliche Beschwerden. Kontaktieren Sie in diesem Fall Ihren Arzt.
 - Dieses Produkt enthält kleine Bestandteile, die durch Kinder leicht verschluckt werden können. Halten Sie deshalb Kinder fern, während Sie das Produkt aufstellen.
 - VORSICHT: Die Pulsmessung des Produktes kann einen ungernsten Wert zeigen. Übermäßiges Training kann schwerwiegende Folgen haben. Stoppen Sie sofort, falls Sie sich schwindelig oder schwach fühlen und ziehen Sie einen Arzt zu Rate.
 - Der Hersteller kann nicht verantwortlich gemacht werden für Schäden, die durch unsachgemäße Benutzung des Produktes entstanden sind.
 - Stellen Sie das Gerät so ein, dass eine komfortable Trainingsposition gewährleistet ist und der Körper nicht unnötig belastet wird.
 - Nutzen Sie das Gerät nicht mit außergewöhnlichem Kraftaufwand, für den es nicht gemacht ist.
 - Sollte der Stecker über einen Stromschalter verfügen, dann muss die genutzte Steckdose immer geerdet sein. Wenn das Stromkabel beschädigt ist, muss dieses ausgetauscht werden, um Gefahren zu vermeiden.
 - Nehmen Sie bei einem Schaden immer Kontakt mit dem Lieferanten auf.
 - Crosstrainer: Sie sollten immer mit einem Fuß nach dem anderen auf- und absteigen und niemals mit beiden Füßen gleichzeitig. Verringern Sie zugleich die Geschwindigkeit, um Verletzungen zu vermeiden.
 - Laufband: Über die Laufmatte läuft eine schräge Linie. Dies ist kein Fehler, sondern ein Designmerkmal, das die Laufrichtung bestimmt. Ohne Sicherheitschlüssel (Safety Key) funktioniert das Laufband nicht. Achten Sie darauf, dass dieser immer an der Kleidung befestigt ist, falls ein Föhl entfällt.
 - Spinning Bike: Viele Spinning Bikes nutzen eine starre Übersetzung. Drosseln Sie deshalb gleichmäßig die Geschwindigkeit oder benutzen Sie die Bremse.
- VORSICHT: Die sachgemäße Instandhaltung Ihres Gerätes ist wichtig, um eine optimale Lebensdauer zu gewährleisten!**
- Um Stromschäden zu verhindern, muss das Gerät bei jeder Reinigung oder Wartung/Reparatur ausgeschaltet und der Stecker aus der Steckdose gezogen sein.
 - Reinigen Sie das Gerät nie mit aggressiven oder belästigenden Putzmitteln, damit das Display nicht beschädigt wird. Nutzen Sie zur Reinigung ein feuchtes Tuch. Setzen Sie das Gerät keiner direkten Sonnenlicht aus.
 - Wischen Sie das Display und alle anderen Oberflächen des Gerätes mit einem sauberen, leicht feuchten Tuch ab, um alle Schweißreste zu entfernen.
 - Legen Sie eine Bodennaphte hin, um das Gerät beim Aufbau und beim Aufstellen gegen Schmutz und Verschleiß zu schützen. Saugen Sie 1 mal pro Woche unter dem Trainingsgerät.
 - Reinigen Sie Ihr Gerät nach dem Training, damit die Boden, auf dem das Gerät steht, stofffrei ist.
 - Kontrollieren Sie regelmäßig alle Teile des Geräts und drehen Sie auch die Schrauben regelmäßig fest. Überprüfen Sie die Komponenten auf eventuelle Materialbeschädigung und ersetzen Sie sofort die defekten Bestandteile.
 - Schmieren Sie alle rotierenden Bestandteile alle 2-3 Monate mit einem Wartungspray ein und kontrollieren Sie regelmäßig, ob die Schrauben gut festgedreht sind.
 - Falls das Gerät Schiene hat, müssen diese gut geschmiert bleiben.
 - Laufband:
 - Indien die looptafel slipp, dient deze gespannen te worden. Zet de looptafel op 6 km/h en draai aan beide uiteinden van de looptafel een halve slag met de klok mee.
 - Indien de looptafel scheef loopt, draait u aan het linker- of rechteruiteinde om deze wederom recht te spannen.
 - Het losmaken van de looptafel moet gebeuren door de siliconenolie onder de looptafel de spullen en vervolgens de looptafel op 1 km/h voor 3 minuten.
 - Demonteer de motorkap om periodiek het stof te verwijderen.



Français

ATTENTION : Avert d'installer et de mettre en service les appareils, lisez le manuel et suivez-le.

Afin d'assurer une sécurité optimale, vérifiez régulièrement que l'appareil ne présente pas de dommages et que les pièces sensibles à l'usure ne soient pas endommagées. Veuillez également suivre clairement les instructions ci-dessous.

- Tant que propriétaire de l'appareil, vous êtes responsable de fournir à chaque utilisateur des consignes de sécurité claires comme décrites ci-dessous.
- L'appareil doit être utilisé par une seule personne à la fois.
- Utilisez toujours des vêtements appropriés pendant l'entraînement. Les vêtements de construction, les vêtements de sport, les boucles et les connexions avant d'utiliser la machine pour la première fois et par la suite de manière régulière. Avant d'utiliser la machine, vérifiez que toutes les pièces soient solidement raccordées et solidement fixées.
- Un entraînement inadéquat ou excessif peut nuire à la santé. Avant de commencer un entraînement, consultez votre médecin pour déterminer si votre état de santé vous le permet. Les conseils du médecin généraliste servent de base à l'élaboration de votre programme d'entraînement.
- Avant de commencer votre exercice, assurez-vous que toutes les pièces sont correctement installées et de la manière recommandée.
- En cas d'utilisation régulière, nous recommandons de vérifier toutes les pièces et fixations tous les 1 à 2 mois, en particulier les vis et boulons. Afin de préserver le niveau de sécurité de conception de l'appareil, les pièces endommagées doivent être immédiatement remplacées.
- L'appareil est conçu pour être utilisé par des adultes. Si vous autorisez un enfant à l'utiliser, assurez-vous que celui-ci maîtrise correctement et gardez-le sous surveillance. Si vous autorisez un enfant à utiliser l'appareil, tenez toujours compte de ses capacités mentales et physiques.
- Il est recommandé de porter des chaussures avec semelles antidérapantes. Ne jetez pas sur le température des enfants lors de la manipulation de cet appareil peuvent entraîner des situations imprévues et des dangers qui tombent pas sous la responsabilité du fabricant.
- Assurez-vous qu'il y ait suffisamment d'espace autour de l'appareil pendant l'installation et l'utilisation.
- Veillez toujours à ce que la machine soit stable et parfaitement à l'horizontal. Utilisez un support plat pour l'installation de la machine.
- Portez toujours des vêtements appropriés pendant l'entraînement. Les vêtements de construction, les vêtements de sport, les boucles et les connexions doivent être utilisés pour la machine. Assurez-vous également d'avoir de bonnes chaussures avec des semelles antidérapantes. Cela minimise également l'usure et améliore la sécurité.
- L'appareil doit être en permanence protégé contre l'humidité.
- Il est recommandé d'utiliser un protège-sols afin de protéger votre sol des zones de pression.
- Gardez les parties du corps éloignées des parties mobiles de l'appareil pendant l'utilisation.
- Si vous ajustez les pièces réglables de la machine, assurez-vous qu'elles sont correctement serrées.
- N'effectuez jamais vos propres réglages sur l'appareil.
- Ne commencez jamais un exercice immédiatement après un repas.
- Bonne position sur l'appareil.
- Interrompez immédiatement la séance d'entraînement si vous ressentez l'un des symptômes suivants : étourdissements ou nausées, douleurs thoraciques ou autres troubles physiques et contactez votre médecin.
- Ce produit contient des petites pièces qui peuvent être facilement avalées par les enfants. Il est donc recommandé de tenir les enfants à distance pour éviter tout risque.
- ATTENTION : La mesure de la fréquence cardiaque du produit peut indiquer une valeur inexacte. Un entraînement excessif peut avoir de graves conséquences, arrêtez immédiatement si vous ressentez des étourdissements ou une faiblesse et consultez un médecin.
- Le fabricant ne peut être tenu responsable des dommages causés par une mauvaise utilisation du produit.
- Réglez l'appareil de manière à ce qu'il soit dans une position confortable pour l'entraînement afin que le corps ne soit pas soumis à des tensions excessives.
- N'utilisez pas l'appareil avec trop de force pour laquelle un tel appareil n'est pas conçu.
- Si l'appareil est équipé d'un cordon d'alimentation, il devra impérativement être branché sur une prise de terre. Si le cordon d'alimentation est endommagé, il devra être remplacé pour éviter tout danger.
- Veillez toujours contacter le fournisseur en cas de défaut.
- Crosstrainer : monter et descendre pour obtenir un pied après l'autre et non simultanément. Réduisez en même temps la vitesse afin d'éviter les blessures.
- Tapis de course : une barre oblique passe sur le tapis de course. Ce n'est pas défaut, c'est la soudure avec laquelle le tapis roule est fixe. Saisissez de la sécurité, le tapis roulant ne fonctionnera pas, assurez-vous qu'il soit toujours attaché à vos vêtements en cas d'urgence.
- Vélo spinning : de nombreux vélos spinning utilisent un système à pédales. Serrez le frein progressivement ou utilisez le levier de freinage.

ATTENTION : Il est essentiel d'entretenir correctement votre appareil pour optimiser sa durée de vie.

- Afin d'éviter tout risque de choc électrique, assurez-vous que l'appareil est étanche et que le cordon d'alimentation débranché de la prise murale avant chaque opération de nettoyage, d'entretien ou de réparation.
- Ne jamais utiliser de produits nettoyants agressifs ou corrosifs pour nettoyer l'appareil afin d'éviter d'endommager l'écran. Utilisez un chiffon humide pour le nettoyage. N'exposez pas l'appareil directement au rayon du soleil.
- Nettoyez l'écran et toutes les autres surfaces de l'appareil avec un chiffon propre et légèrement humide pour minimiser toute trace de sueur.
- Poser un tapis de sol pour protéger l'appareil de la saleté et de l'usure lorsque le tapis roule. Placez l'aspirateur une fois par semaine sous l'appareil d'entraînement.
- Nettoyez votre appareil après votre séance d'entraînement pour empêcher les acides présents dans la transpiration de pénétrer dans l'appareil. Veuillez à ce que le sol sur lequel repose l'appareil soit suffisamment propre.
- Vérifiez régulièrement toutes les pièces de l'appareil et resserrez régulièrement les vis. Faites également attention à l'usure du matériel et remontez toutes les pièces détachées.
- Lubrifiez toutes les pièces rotatives tous les 2 à 3 mois avec un spray d'entretien et vérifiez régulièrement que les vis soient bien serrées.
- Si l'appareil est équipé d'un rail, assurez-vous qu'il reste correctement lubrifié.
- Tapis de course :
 - Si le tapis de course patine, il est nécessaire de le tendre. Réglez le tapis de course à 6 km/h et faites pivoter les deux extrémités du tapis d'un demi-tour dans le sens des aiguilles d'une montre.
 - Si le tapis de course roule vers un côté, faites tourner l'extrémité opposée pour aligner les deux extrémités.
 - Pulvérisez de l'huile de silicone sous le tapis roulat pour le lubrifier, puis faites le fonctionner à 1 km/h pendant 3 minutes.
 - Retirez le capot régulièrement afin de pouvoir retirer la poussière.

Español

IMPORTANTE: ¡Los primero todas las instrucciones cuidadosamente antes de instalar y usar este equipo!

Para garantizar la máxima seguridad, debe comprobar el equipo regularmente en busca de daños y piezas sensibles al desgaste. También debe seguir cuidadosamente las instrucciones que se dan a continuación.

- Como propietario de este equipo, usted es responsable de proporcionar a cada usuario instrucciones de seguridad claras tal como se describe a continuación.
- Este equipo debe ser usado solo por una persona a la vez.
- Verifique la construcción, los tornillos, los pernos y las conexiones antes de usar el equipo y fijelos en su lugar de forma regular. Verifique que todas las piezas están concordadas correctamente y debidamente aseguradas antes de usar la máquina.
- El entrenamiento incorrecto o excesivo puede ocasionar daños a la salud. Antes de comenzar a entrenar, consulte a su médico de cabecera si su estado de salud le permite entrenar con este equipo. El consejo del médico sirve de base para el desarrollo del programa de entrenamiento.
- Antes de comenzar con sus ejercicios, asegúrese de que todas las partes principales se hayan retirado de la máquina y de sus prendas de vestir.
- Recomendamos revisar regularmente todas las piezas y elementos de fijación cada uno a dos meses, especialmente los tornillos y pernos. Para mantener el nivel de seguridad estructural del equipo, las piezas dañadas deben reemplazarse inmediatamente.
- El equipo está diseñado para ser utilizado por adultos. Si aún así, permite a sus niños usar el equipo, instrúyalos a utilizarlo correctamente y vigílelos cuando lo hagan en todo momento. Si permite que sus niños usen el equipo, siempre tenga en cuenta sus habilidades físicas y mentales.
- Este equipo en todo caso, no es adecuado para ser un juguete. Recuerde que los niños juegan por naturaleza y su comportamiento durante el uso de este equipo puede implicar situaciones imprevistas y peligros que van más allá de la responsabilidad del fabricante.
- Asegúrese de que haya suficiente espacio alrededor del equipo durante la instalación y su uso.
- Asegúrese de que la máquina esté estable y en posición horizontal en todo momento. Haga uso de una superficie plana para colocar la máquina.
- Use ropa adecuada durante el entrenamiento. Nunca use ropa suelta ya que puede quedar atascada en la máquina. Use siempre el calzado deportivo cerrado y con plantilla antideslizante. Esto minimiza el desgaste y aumenta la seguridad.
- Mantenga el equipo seco y protegido contra condiciones húmedas en todo momento.
- Para proteger su uso de los puntos de presión, siempre use un tapete o estera.
- Mantenga las partes del cuerpo alejadas de las partes móviles del equipo durante su uso.
- Si ha sujetado las piezas ajustables, asegúrese de que estén correctamente conectadas antes de usar la máquina.
- No intente hacer ningún ajuste distinto de los descritos en este manual.
- No comience un entrenamiento inmediatamente después de consumir alimentos.
- Primero adquiera una buena postura en el equipo antes de comenzar con el entrenamiento.
- Detenga la sesión de entrenamiento inmediatamente si experimenta cualquier de las siguientes emociones: mareos o náuseas, dolor en el pecho, dolores articulares y/o dolores de cabeza.
- Este producto contiene piezas pequeñas que los niños pueden tragar fácilmente. Por lo tanto, mantenga a los niños alejados del equipo durante el uso.
- ATENCIÓN: La medición de la frecuencia cardíaca dada por el equipo puede entregar un valor inexacto. El entrenamiento excesivo puede tener consecuencias graves. Suspenda la sesión inmediatamente si se siente mareado o débil y consulte a su médico.
- El fabricante no hace responsable de los daños causados por el mal uso del equipo.
- Ajuste el equipo de tal forma que éste provea una posición de entrenamiento cómoda para que así no recargue el cuerpo innecesariamente.
- No haga uso de fuerzas extraordinarias para las cuales este equipo no está diseñado.
- Si el equipo tiene un cable eléctrico, la toma de corriente siempre debe tener conexión a tierra. Si el cable eléctrico está dañado debe reemplazarlo de inmediato para evitar un peligro.
- En caso de que el cable esté dañado, no intente repararlo.
- Crosstrainer: subir y bajar debe hacerse paso a paso y no con ambos pies simultáneamente. Reduzca la velocidad gradualmente para evitar lesiones.
- Cinta para correr: se ve una marca oblicua a lo largo de la cinta para caminar. Esto no es un defecto, es la marca de soldadura con la que se fija la cinta. La cinta para caminar no funciona sin hacer uso de la "flecha de seguridad". Asegúrese de que ésta esté unida a la ropa en caso de emergencia.
- Bicicleta de spinning: muchas bicicletas de spinning utilizan un sistema de pedales. Por lo tanto, frené uniformemente o use su freno de mano.

IMPORTANTE: El mantenimiento adecuado de su equipo es crucial para optimizar su vida útil.

- Para evitar descargas eléctricas, antes de cada limpieza o mantenimiento/ reparación, debe asegurarse de que el equipo esté apagado y de que el cable eléctrico esté desenchufado.
- Nunca limpie el equipo con sustancias limpiadoras agresivas o corrosivas para evitar daños en la pintura. Use agua limpia y un paño húmedo. No use agua ni agua de mar para la limpieza del equipo.
- Limpie la pantalla y todas las demás superficies del equipo con un paño limpio ligeramente humedecido para eliminar todos los residuos de transpiración.
- Coloque una almofada o tapiz para proteger el equipo durante su instalación y ubicación contra la suciedad y el desgaste. Puede aspirar una vez por semana debajo del equipo de entrenamiento.
- Limpie su equipo después de la sesión de entrenamiento para evitar que los ácidos presentes en la transpiración dañen a su piel. Asegúrese de que el piso sobre el cual se encuentra el equipo no tenga polvo.
- Verifique regularmente todas las piezas del equipo y ajuste los tornillos con regularidad. También preste atención a la fatiga del material y reemplace las piezas defectuosas de inmediato.
- Lubrique todas las piezas giratorias cada dos a tres meses con un spray de lubricación y verifique regularmente que los tornillos estén bien ajustados.
- Si el equipo tiene un sistema de "pistas", asegúrese de que éste permanezca bien lubricado.
- Cinta para correr:
 - Si la cinta para correr resbalosa, debe tensarse. Coloque la cinta de correr a 6 km por hora y girela en el sentido de las agujas del reloj en ambos extremos.
 - Si la cinta para caminar está torcida, girela en el extremo izquierdo o derecho para así enderezarla nuevamente.
 - La lubricación de la cinta para correr se debe realizar rociando aceite de silicona debajo de ella. Luego hay que dejar que la cinta funcione a 1 km por hora durante tres minutos.
 - Desmontar el capó del motor periódicamente para eliminar el polvo.

Italiano

ATTENZIONE: Leggere l'intero manuale prima di assemblare e utilizzare il dispositivo!

Per garantire una sicurezza ottimale, è necessario controllare regolarmente il dispositivo per rilevare eventuali danni e parti soggette a usura. Inoltre si devono seguire chiaramente le istruzioni sottostanti.

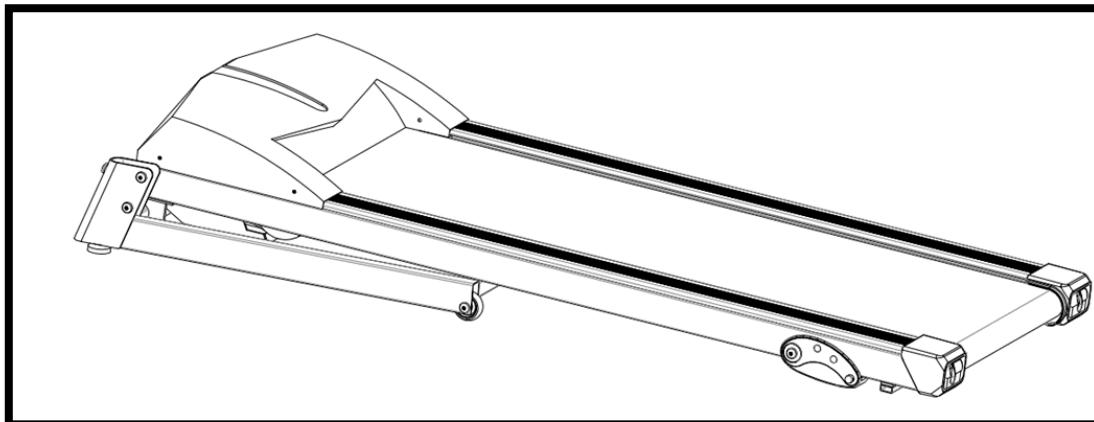
- In qualità di proprietario del dispositivo, sei responsabile , nei confronti di ogni utilizzatore, di fornire loro istruzioni di sicurezza chiare come descritte di seguito.
- Il dispositivo può essere utilizzato al massimo da una persona alla volta.
- Controllare e pulire le viti, i bulloni e i collegamenti prima di utilizzarli per la prima volta il macchinario e poi su base regolare. Controllare che tutte le componenti siano ben colllegate e montate prima di utilizzare il dispositivo.
- Un allenamento errato o eccessivo può causare danni alla salute. Prima di iniziare l'allenamento, consultare il medico se la propria salute consente l'allenamento con questo dispositivo. Il consiglio del GP serve come base per lo sviluppo del tuo programma di allenamento.
- Prima di iniziare con gli esercizi, si assicuri che tutti le componenti appartenenti al dispositivo siano in buone condizioni.
- Nel caso di uso regolare, consigliamo di controllare tutte le parti e le parti di fissaggio ogni 1 o 2 mesi, in particolare viti e bulloni. Al fine di mantenere il livello di sicurezza strutturale del dispositivo, le parti danneggiate devono essere sostituite immediatamente.
- L'utilizzo del macchinario è riservato agli adulti. Se invece decide di consentire l'utilizzo ai bambini, li informi su come utilizzarlo correttamente e le supervisioni per tutto il tempo. Nel caso in cui consentisca ai bambini l'utilizzo del dispositivo, prende sempre in considerazione le loro capacità fisiche e mentali.
- Il dispositivo non è assolutamente un giocattolo. Si noti che a causa del gioco naturale o del temperamento dei bambini, possono verificarsi situazioni impreviste e pericolose che sono al di fuori della responsabilità del produttore nella gestione di questo dispositivo.
- Assicurarsi che ci sia spazio sufficiente attorno al dispositivo, durante l'assemblaggio e l'utilizzo.
- Assicurare sempre che il dispositivo sia stabile e a livello. Utilizzare un rotopavimento diritto per il posizionamento del dispositivo.
- Durante l'uso, non è necessaria nessuna speciale vestimenta appositamente progettata per il dispositivo.
- Il dispositivo non è assolutamente un giocattolo. Si noti che a causa del gioco naturale o del temperamento dei bambini, possono verificarsi situazioni impreviste e pericolose che sono al di fuori della responsabilità del produttore nella gestione di questo dispositivo.
- Il dispositivo deve essere sempre salvaguardato da condizioni di umidità.
- Per proteggere il pavimento da segni di pressione, utilizzare sempre una stuoia sottostante.
- Tengere puli del parco lontano dalle componenti mobili del dispositivo durante l'utilizzo.
- Notare che in queste regole le componenti regolabili, assicurarsi che quest'ultime siano ben salite prima di utilizzare il dispositivo.
- Non apportare mai modifiche di personalizzate al dispositivo.
- Non iniziare mai un esercizio subito dopo aver consumato un pasto.
- Prendere sempre una buona posizione sul dispositivo, prima di iniziare con l'allenamento.
- Interrumpere subito la seduta di allenamento nel caso in rilevare uno dei seguenti sintomi: vertigini o nausea, dolore al petto o altri disturbi fisici e contatti il suo medico.
- Il dispositivo contiene piccole parti che possono essere facilmente ingerite dai bambini. Tenere i piccoli pericoli lontani durante l'assemblamento del dispositivo.
- ATTENZIONE: la misurazione della frequenza cardiaca del dispositivo può riportare un valore impreciso. L'allenamento eccessivo può comportare conseguenze gravi, interromperlo subito nel caso di vertigini o fiacchezza e consultare un medico.
- Il fabbricante non è da ritenersi responsabile dei danni causati da un uso inadeguato del dispositivo.
- Regolare il dispositivo in modo da permettere una posizione di allenamento confortevole senza appesantire inutilmente il corpo.
- Non utilizzare il dispositivo con forze eccessive per il quale un dispositivo del genere non ne è adatto.
- Dovesse il dispositivo essere provvisto di un cavo di corrente, la presa deve essere sempre collegata a terra. Se il cavo della corrente è danneggiato, non utilizzarlo per evitare pericoli.
- In caso di difetto contattare sempre il fornitore.
- Crosstrainer: per salire e scendere bisogna utilizzare un piede alla volta e non entrambi in contemporanea. Diminuire contemporaneamente la velocità per evitare infarto.
- Tapis roulant: la cinta per correr corre una striscia obliqua. Non si tratta di un difetto, ma di linea di soldadura grazie alla quale il nastro è saldato. Senza "chiave di sicurezza" il nastro non funziona, si assicurarsi che venga sempre ancorato ai vestiti in caso di emergenza.
- Ciclette: molte ciclette utilizzano un sistema di pedalata assistita. Perciò frenare uniformemente o utilizzare il freno.

ATTENZIONE: La corretta manutenzione del dispositivo è estremamente importante per ottimizzarne la durata.

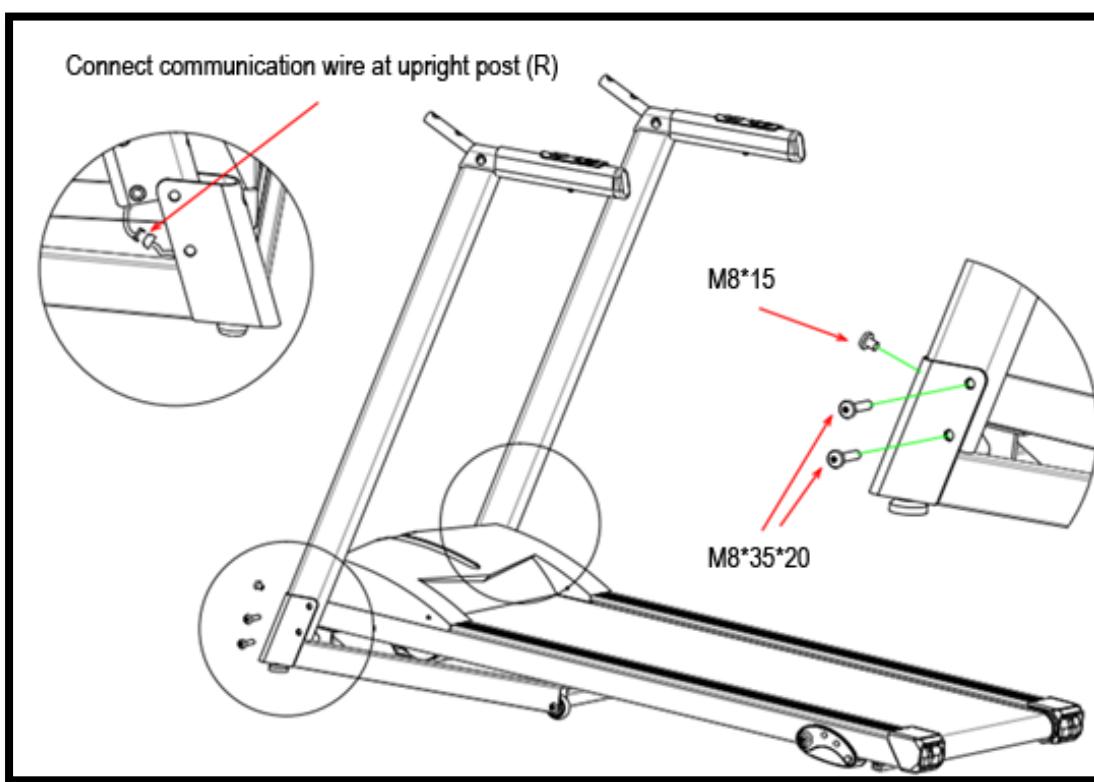
- Per evitare uno shock elettrico, assicurarsi che per ogni pulizia o manutenzione del dispositivo sia spento e che il cavo della corrente sia staccato dalla presa.
- Non pulire mai il dispositivo con prodotti per la pulizia aggressivi o corrosivi per evitare il danneggiamento del display. Utilizzare un panno umido per la pulizia. Non espongila il dispositivo alla luce diretta del sole.
- Pulire il display e tutte le altre superfici del dispositivo con un panno pulito, leggermente umido per eliminare i residui di sudore.
- Collocare a terra una stuoia per proteggere el dispositivo dalla sporcoza e dall'umidità durante l'assemblaggio e il posizionamento. Passare la aspiratrice sotto il dispositivo.
- Pulire il dispositivo una volta concluso l'allenamento per evitare che gli acidi della traspirazione penetriano nel dispositivo. Assicurarsi che il pavimento su cui poggi il dispositivo sia privo di polvere.
- Controllare regolarmente tutte le componenti del dispositivo e avvitare regolarmente i bulloni. Prestare inoltre attenzione all'usura dei materiali e sostituire immediatamente le componenti difettose.
- Lubrificare tutte le componenti rotanti ogni 2 / 3 mesi con una spray per la manutenzione e controllare regolarmente che le viti siano ben salite.
- Nel caso in cui il dispositivo sia provvisto di "rotelle", assicurarsi che queste ultime siano ben lubrificate.
- Nastro:
 - Nel caso in cui il nastro sia scivoloso, è necessario irrigidirlo. Impostare il nastro a 6 km/h e girare mezzo giro in senso orario a entrambe le estremità del nastro.
 - Nel caso in cui il nastro sia storto, girare all'estremità sinistra o destra per raddrizzarlo nuovamente.
 - La lubrificazione del nastro deve essere eseguita spruzzando olio di silicone sotto il nastro e facendo girare successivamente il nastro a 1 km/h per 3 minuti.
 - Smontare il capo del motor periodicamente per eliminare la polvere.

Assembly

1)

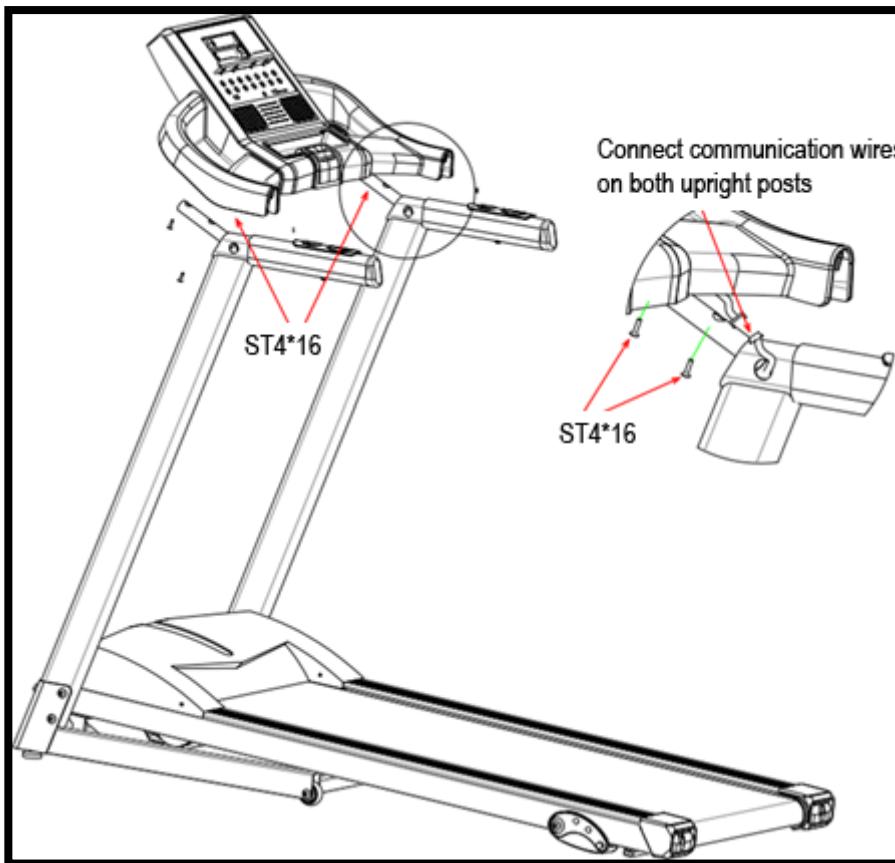


2)



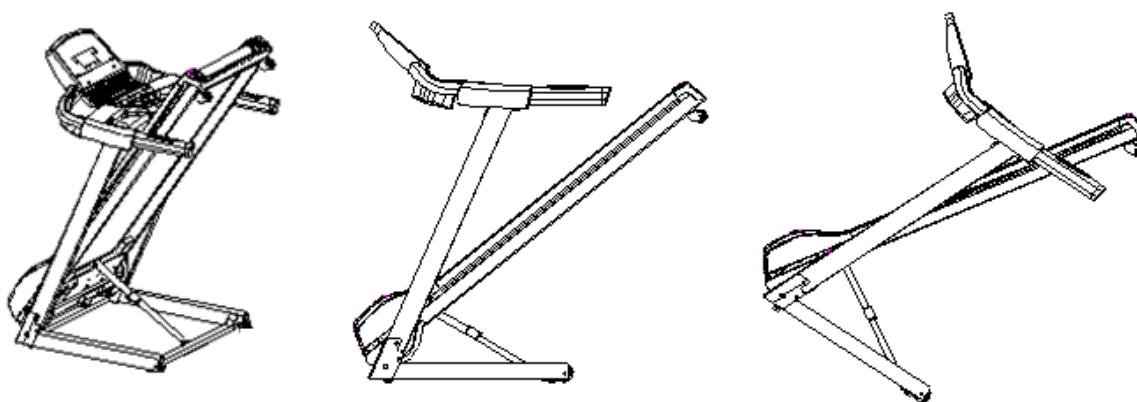
- First connect the communication wire in upright post (R) with the communication wire in the base frame.
- Use 4x M8*35*20 Hex Half Tooth Bolts and 2x M8*15 Hex Full tooth Bolts to lock both the upright posts on the base frame.

3)



- First connect the communication wires on both sides from upright posts to the displayconsole
- Use ST4*16 screws to fasten the console on the upright posts.

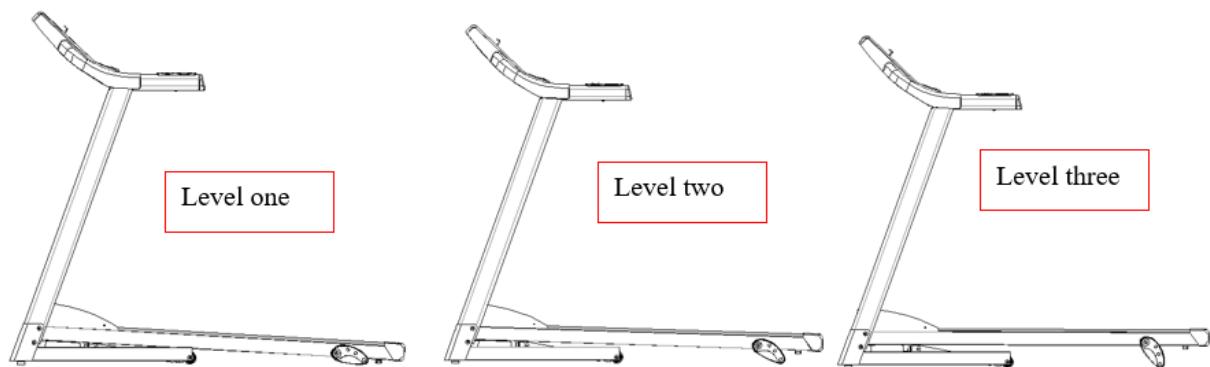
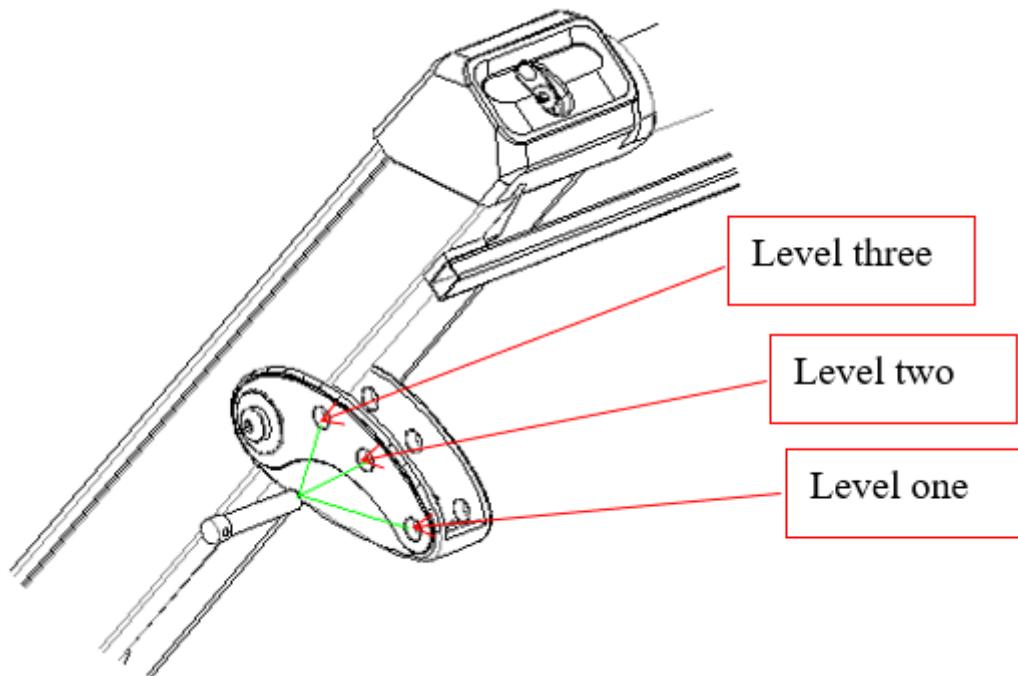
Transportation



Manual incline structure

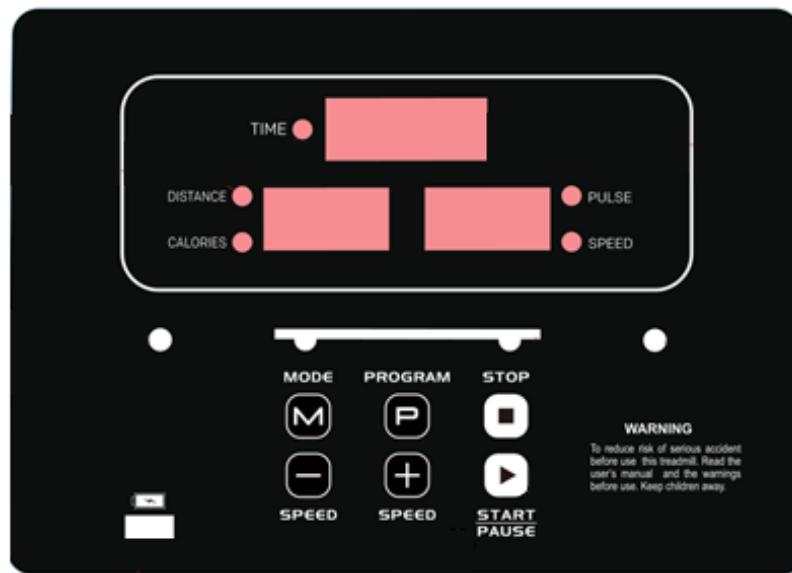
1 Insert the pull-tab bolt into the holes of the plastic parts on both side of base frame

2 Adjust as wanted (lever one, two or three)



English

User instructions



MODE	Confirm		
PROGRAM	For navigating between the programs.		
STOP	Stop the training or return to the previous screen.		
START / PAUSE	Start or pause the current training.		
SPEED + / -	Filling in data or changing the speed and inclination.		
DISPLAY	DISPLAY	SETTINGS	FUNCTION
TIME	00:00 – 99:59	00:00 – 99:00	Current training time
DISTANCE	00.00 – 99.99	00.00 – 99.00	Current distance
CALORIES	0 – 9999	0 – 9990	Current burned calories
HEARTBEAT	0 – 230	-	Current heartbeat/pulse
SPEED	0 – 13 km/h	0 – 13 km/h	Current speed

General usage:

1. Insert the plug into the socket (usually found at the motor of the device), the display will now be activated.
2. MANUAL will be the first program in the main menu. By means of the PROGRAMS key you can switch between the different programs, namely the various pre-programmed programs, USER-programs and BODY FAT program.
3. The safety key must be on the treadmill, otherwise the treadmill will cause a malfunction and will not work.

Programs:**1. Manual**

In the manual program you can enter your own training data by entering a maximum time, distance, calories or heart beat. With this, the training will be based on your own settings. You can also press START directly to start the workout without data. After this, the speed can be increased or decreased with the PLUS / MIN buttons.

2. Programs

By means of the PROGRAM key you can choose between the various pre-programmed programs, with MODE you can select the program and you can install a desired time or distance. You can also press START directly to start the workout without a set time or distance.

3. User program

By means of the PLUS / MIN keys you can install the speed, with the MODE key you confirm the data and you will proceed to the next column to program an entire training yourself. After installing, you can press START to start the workout.

4. Body fat

For the body fat training you will be asked for different data, these have to be filled in with + and -.

- F1 - Sex (1 is male, 2 is female).
- F2 - Age
- F3 – Height in cm
- F4 – Weight in kg
- F5 – Installation complete, put both hands on heartrate monitors.

Your BMI will then appear on screen after 4 seconds.

Below 18	=	Thin
18 to 24	=	Ideal
25 to 29	=	Overweight
30 and above	=	Obese

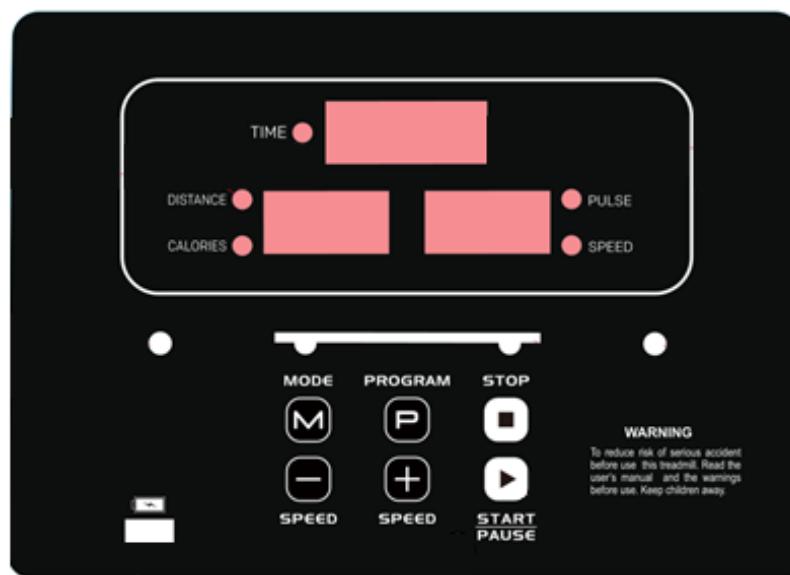
Other information:

- The treadmill requires an earthed socket.
- If the treadmill is not used for a while, the sleep mode will be activated. The data is retained and is shown again when the training is restarted.

Folding	Unfolding	Shifting
Lift the tread until it is locked in place.	Grasp the tread. Push the lock mechanism with your foot. The tread lowers slowly.	Pull the plug out of the socket. Fold up the treadmill. Grasp the handles Tilt your treadmill towards yourself and move the treadmill.

Nederlands

Gebruikersinstructies

**MODE**

Bevestigen

PROGRAM

Voor het navigeren tussen de programma's.

STOP

Stop de training of ga terug naar het vorige scherm.

START / PAUSE

Start of pauzeer de huidige training.

SPEED + / -

Het invullen van gegevens of wijzigen van de snelheid en de hellingshoek.

DISPLAY**WEERGAVE****INSTELLING****FUNCTIE****TIME**

00:00 – 99:59

00:00 – 99:00

Huidige trainingstijd

DISTANCE

00.00 – 99.99

00.00 – 99.00

Huidige afstand

CALORIES

0 – 9999

0 – 9990

Huidige verbrachte calorieën

HEARTBEAT

0 – 230

-

Huidige hartslag

SPEED

0 – 13 km/h

0 – 13 km/h

Huidige snelheid

Algemeen gebruik:

1. Steek de stekker in het stopcontact (veelal te vinden bij de motor van het apparaat), het display zal nu worden geactiveerd.
2. In het hoofdmenu zal MANUAL het eerste programma zijn. Door middel van de PROGRAMS toets kunt u wisselen tussen de verschillende programma's, namelijk de verschillende voorgeprogrammeerde programma's, USER-programma's en BODY FAT programma.
3. De noodstopsleutel (safety key) dient op de loopband te zitten, anders geeft de loopband een storing en zal deze niet werken.

Programma's**1. Manual**

In het manuele programma kunt u zelf trainingsgegevens invoeren door een maximale tijd, afstand, calorieën of hartslag invoeren. Hiermee zal de training worden gebaseerd op uw eigen instellingen. Tevens kunt u direct op START drukken om de training zonder gegevens te beginnen. Hierna kan de snelheid worden verhoogd of verlaagd met de PLUS / MIN toetsen.

2. Programs

Door middel van de PROGRAM toets kunt u kiezen tussen de verschillende voorgeprogrammeerde programma's, met MODE/ENTER kunt u het programma kiezen en een gewenste tijd of afstand instellen. Tevens kunt u direct op START drukken om de training zonder ingestelde tijd of afstand te starten.

3. User program

Door middel van de PLUS/MIN toetsen kan de snelheid ingesteld worden, met de MODE/ENTER toets bevestigd u de gegevens en zal u doorgaan naar de volgende kolom om zo een gehele training zelf te programmeren. Na het instellen kunt u op START drukken om de training te beginnen.

4. Body fat

Voor de body fat training zal er gevraagd worden naar verschillende gegevens, deze dienen te worden ingevuld met + en -.

- F1 – Geslacht (1 is man, 2 is vrouw).
- F2 – Leeftijd
- F3 – Lichaamslengte in cm
- F4 – Gewicht in kg
- F5 – Data compleet, plaats beide handen op handsensoren.

Je BMI zal op het display verschijnen na 4 seconden:

Beneden 18	=	Ondergewicht
18 tot 24	=	Normaal gewicht
25 tot 29	=	Overgewicht
30 en hoger	=	Obesitas

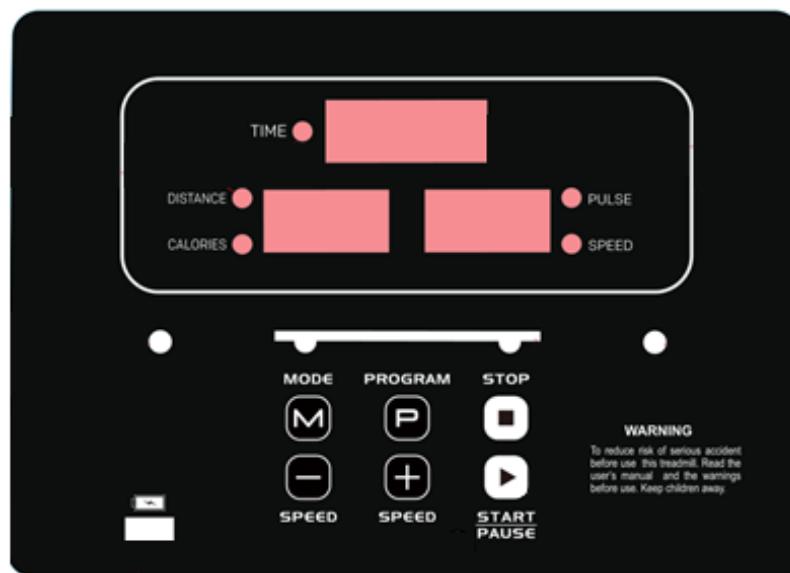
Overige informatie:

- De loopband behoeft een geaard stopcontact.
- Indien de loopband een tijd niet gebruikt wordt, zal de slaapmodus geactiveerd worden. De data blijft bewaard en wordt weer getoond bij het hervatten van de training.

Opklappen	Uitklappen	Verrijden
Til het loopvlak op tot dat deze vastklikt.	Pak het loopvlak vast. Duw met uw voet tegen het lock-mechanisme. Het loopvlak zakt langzaam.	Trek de stekker uit het stopcontact. Klap de loopband op. Pak de handvaten vast Kantel je loopband naar je toe en verplaats te loopband.

Duits

Benutzeranweisungen



MODE	Bestätigen.		
PROGRAMS	Zur Navigation zwischen den Programmen.		
STOP	Training beenden oder zum vorhergehenden Fenster wechseln.		
START	Aktuelles Training anfangen oder unterbrechen.		
SPEED + / -	Dateneingabe oder Änderung von Geschwindigkeit und Steigungswinkel.		
DISPLAY	WIEDERGABE	EINSTELLUNG	FUNKTION
TIME	00:00 – 99:59	00:00 – 99:00	Aktuelle Trainingszeit
DISTANCE	00.00 – 99.99	00.00 – 99.00	Aktueller Abstand
CALORIES	0 – 9999	0 – 9990	Aktuell verbrannte Kalorien
HEARTBEAT	0 – 230	-	Aktueller Puls
SPEED	0 – 13 km/h	0 – 13 km/h	Aktuelle Geschwindigkeit

Allgemeine Verwendung:

1. Stecken Sie den Stecker in die Steckdose (häufig beim Motor des Gerätes angebracht); das Display wird daraufhin aktiviert.
2. Im Hauptmenü ist MANUAL das erste Programm. Mit der Taste PROGRAMS können Sie zwischen den Programmen wechseln, nämlich den verschiedenen vorbereiteten Programmen, USER-Programmen und BODY FAT Program.
3. Der Notstopschlüssel (Safety Key) muss am Laufband stecken, andernfalls meldet das Laufband eine Störung und arbeitet nicht.

Programme:**1. Manual**

Im manuellen Modus können Sie individuelle Trainingsparameter eingeben, nämlich Zeit, Abstand, Kalorien oder Puls. So folgt Ihr Training Ihren eigenen Einstellungen. Mit START können Sie das Training ohne Parametereingabe anfangen. Danach können Sie Geschwindigkeit mit den Tasten PLUS/MIN erhöhen oder verringern.

2. Programs

Mit der Taste PROGRAM können Sie zwischen den vorbereiteten Programmen auswählen, mit MODE/ENTER können Sie das gewählte Programm auswählen und individuell Zeit oder Abstand einstellen. Mit START können Sie das Training direkt anfangen, ohne Zeit oder Abstand einzugeben.

3. User program

Mit den Tasten PLUS/MIN können Sie Geschwindigkeit einstellen, mit MODE/ENTER bestätigen Sie die Eingaben und wechseln zur folgenden Spalte, um das gesamte Training selbst zu programmieren. Nach der Eingabe können Sie das Training mit START anfangen.

4. Body fat

Für das Körperfetttraining werden Sie nach unterschiedlichen Daten gefragt, die Sie mit + und - eingeben.

- F1 – Geschlecht (1 für männlich, 2 für weiblich)
- F2 – Alter
- F3 – Größe in cm
- F4 – Gewicht in kg
- F5 - Daten vollständig, beide Hände auf Handsensoren legen

Ihr BMI erscheint nach 4 Sekunden auf dem Display:

Unter 18	=	Untergewicht
18 bis 24	=	Normalgewicht
25 bis 29	=	Übergewicht
30 und höher	=	Adipositas

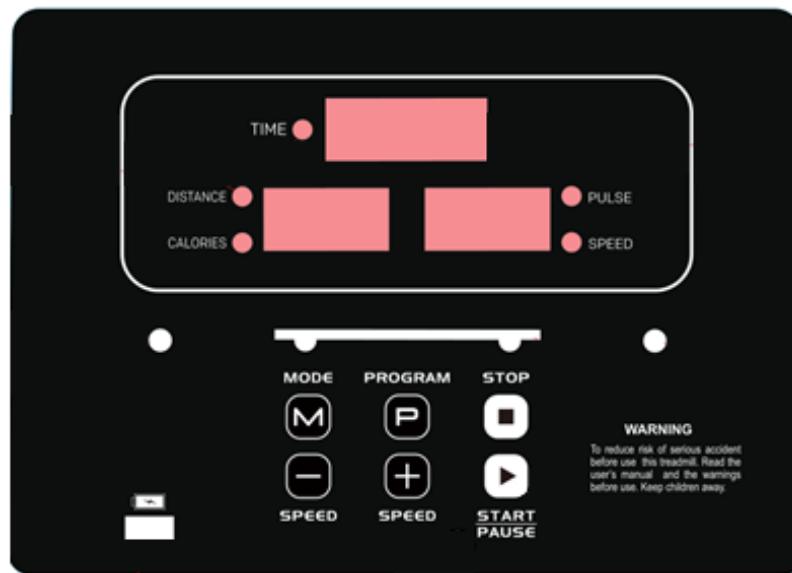
Sonstige Informationen:

- Das Laufband benötigt eine geerdete Steckdose.
- Wenn das Laufband einige Zeit nicht verwendet wird, schaltet es in den Ruhemodus. Die Daten bleiben erhalten und werden bei der Wiederaufnahme des Trainings wieder angezeigt.

Aufklappen	Ausklopfen	Versetzen
Ziehen Sie die Lauffläche hoch, bis sie einrastet.	Halten Sie die Lauffläche fest. Drücken Sie mit dem Fuß gegen den Schließmechanismus. Die Lauffläche senkt sich langsam.	Ziehen Sie den Stecker aus der Steckdose. Klappen Sie das Laufband hoch. Halten Sie die Griffe fest. Kippen Sie das Laufband auf sich zu und versetzen Sie es.

Français

Instructions utilisateur

**MODE**

Confirmer.

PROGRAMS

Pour naviguer entre les programmes.

STOP

Interrompre l'entraînement ou revenir à l'écran précédent.

START

Démarrer ou mettre en pause l'entraînement en cours.

SPEED + / -

Saisie de données ou modification de la vitesse et de l'inclinaison.

DISPLAY**AFFICHAGE****RÉGLAGE****FONCTION****TIME**

00:00 – 99:59

00:00 – 99:00

Durée d'entraînement en cours

DISTANCE

00.00 – 99.99

00.00 – 99.00

Distance parcourue

CALORIES

0 – 9999

0 – 9990

Calories brûlées

HEARTBEAT

0 – 230

-

Fréquence cardiaque actuelle

SPEED

0 – 13 km/h

0 – 13 km/h

Vitesse actuelle

Utilisation générale :

1. Insérez la prise dans la fiche (souvent située près du moteur de l'appareil), vous verrez alors l'écran s'allumer.
2. Le programme MANUAL (manuel) est le premier programme du menu principal. La touche PROGRAMS (programmes) permet de commuter entre les différents programmes, à savoir les différents programmes prédéfinis, les USER-programmes et le BODY FAT programme.
3. La clé de sécurité (safety key) doit toujours se trouver sur le tapis roulant, sans quoi il ne pourra pas fonctionner.

Programmes:**1. Manual**

Dans ce programme, vous pouvez saisir vous-même les données d'entraînement en indiquant la durée maximale, la distance ou les calories. L'entraînement sera basé selon vos propres paramètres. Vous pouvez aussi appuyer directement sur START pour commencer l'entraînement sans saisir de données. La vitesse et peuvent être augmentées ou diminuées avec les touches PLUS/MIN.

2. Program

La touche PROGRAM vous permet de choisir entre différents programmes prédéfinis, avec MODE/ENTRER vous pouvez sélectionner un programme et régler la durée ou la distance souhaitée. Vous pouvez aussi appuyer directement sur START pour commencer l'entraînement sans définir de durée ou de distance.

3. User program

Les touches PLUS/MIN vous permettent de régler la vitesse, confirmez les données avec les touches MODE/ENTER et passez à la colonne suivante pour programmer vous-même l'entraînement complet. Après le réglage, appuyez sur START pour commencer votre entraînement.

4. Body fat

Pour cet entraînement, différentes informations vous seront demandées, elles devront être renseignées avec + et -.

- F1 - Sexe (1 = homme, 2 = femme).
- F2 - Âge
- F3 – Taille (cm)
- F4 – Poids (kg)
- F5 - Données complètes, placez les deux mains sur les capteurs de main.

Votre IMC apparaîtra sur l'écran après 4 secondes:

Moins de 18 ans	=	insuffisance pondérale
18 à 24	=	poids normal
25 à 29 ans	=	Surcharge pondérale
30 ans et plus	=	obésité

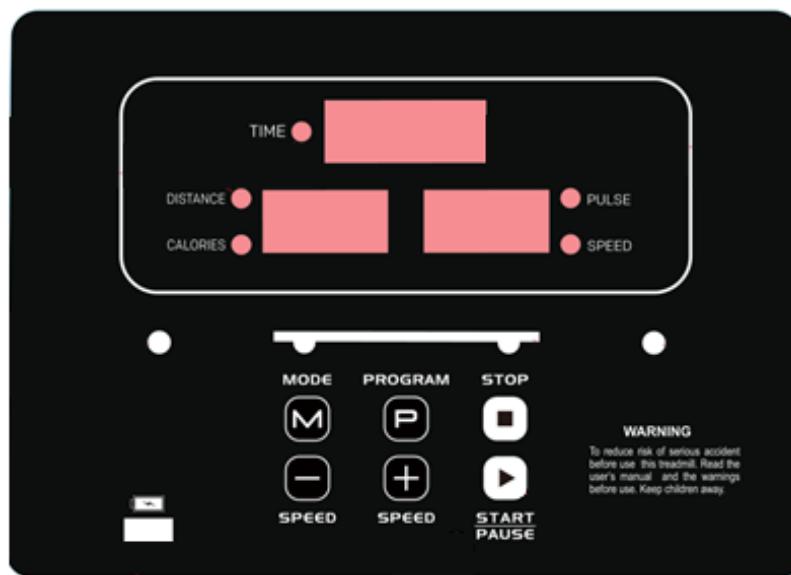
Autres informations:

- Le tapis de course doit être raccordé à une prise de terre
- Le mode veille s'active si le tapis de course n'est pas utilisé pendant un certain temps. Les données sont sauvegardées et s'affichent à nouveau lorsque l'entraînement reprend.

Replier	Déplier	Déplacer
Soulevez la bande de roulement jusqu'à ce qu'un clic d'enclenchement se produise.	Saisissez la bande de roulement. Poussez le mécanisme de verrouillage avec votre pied. La bande de roulement descend lentement.	Débranchez le cordon d'alimentation de la prise murale. Repliez le tapis de course. Saisissez les poignées Inclinez votre tapis de course vers vous et déplacez-le.

Español

Instrucciones para el usuario

**MODE**

Confirmar.

PROGRAMS

Para navegar entre los programas.

STOP

Detenga el entrenamiento o regrese a la pantalla anterior.

START

Inicia o pausa el entrenamiento actual.

SPEED + / -

Completar datos o cambiar la velocidad y la inclinación.

PANTALLA**PANTALLA****CONFIGURACIÓN****FUNCIÓN****TIME**

00:00 – 99:59

00:00 – 99:00

Tiempo de entrenamiento actual

DISTANCE

00.00 – 99.99

00.00 – 99.00

Distancia actual

CALORIES

0 – 9999

0 – 9990

Calorías actuales quemadas

HEARTBEAT

0 – 230

-

Frecuencia cardiaca actual

SPEED

0 – 13 km/h

0 – 13 km/h

Velocidad actual

Uso general:

1. Inserte el enchufe en el contacto de energía (a menudo se encuentra en el motor del aparato), la pantalla ahora se activará.
2. En el menú principal MANUAL será el primer programa. Por medio de la tecla PROGRAMAS puede alternar entre los diferentes programas, es decir, los diversos programas preprogramados, los programas de USER y BODY FAT.
3. La llave de seguridad debe estar en la cinta de correr, de lo contrario, la cinta de correr causará un mal funcionamiento y no funcionará.

Programas:**1. Manual**

En el programa manual puede ingresar datos de entrenamiento ingresando un tiempo, distancia, calorías o ritmo cardíaco máximo. Con esto, la capacitación se basará en su propia configuración. También puede presionar INICIO directamente para comenzar el entrenamiento sin datos. Después de esto, la velocidad se pueden aumentar o disminuir con los botones MAS/MENOS.

2. Programs

Mediante la tecla PROGRAMA puede elegir entre los diversos programas preprogramados, con MODO/ENTER puede seleccionar el programa y establecer el tiempo o la distancia deseados. También puede presionar INICIO de inmediato para comenzar el entrenamiento sin un tiempo o distancia establecidos.

3. User program

Mediante las teclas MAS/MENOS puede establecer la velocidad, con la tecla MODO/ENTER usted confirma los datos y pasará a la siguiente columna para programar un entrenamiento completo usted mismo. Después de configurarlo, puede presionar INICIO para comenzar el entrenamiento.

4. Body fat

Para el entrenamiento de la grasa corporal se solicitarán datos diferentes, estos deben completarse con + y -.

- F1 - Sexo (1 es masculino, 2 es femenino).
- F2 - Edad
- F3 – Altura (cm)
- F4 – Peso (kg)
- F5 - Datos completos, coloque ambas manos en los sensores de mano.

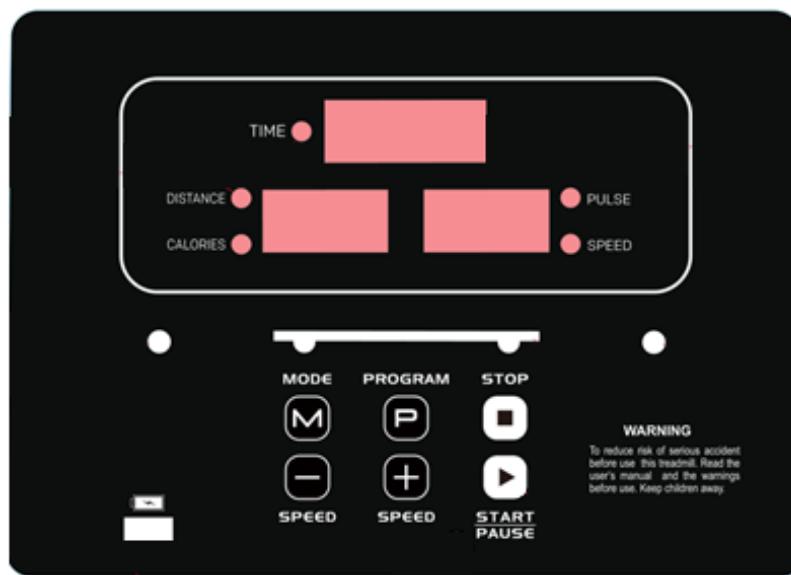
Su IMC aparecerá en la pantalla después de 4 segundos:

Por debajo de 18	=	Bajo peso
18 a 24	=	Peso normal
25 a 29	=	Sobrepeso
30 y más	=	Obesidad

Información adicional:

- La cinta de correr requiere una toma de tierra.
- Si la cinta de correr no se usa por un tiempo, el modo de descanso se activará. Los datos se conservan y se muestran nuevamente cuando se reanuda el entrenamiento.

Plegar	Desplegar	Desplazar
Levante la cinta de correr hasta que encaje en su lugar.	Agarre la cinta de correr. Empuje el mecanismo de bloqueo con su pie. La cinta de correr caerá lentamente.	Saca el enchufe del contacto de energía. Doble la cinta de correr. Agarrar las manijas. Incline su caminadora hacia si mismo y mueva la máquina para correr.

ItalianoIstruzioni per l'utente**MODE**

Confermare

PROGRAMS

Per la navigazione tra i programmi.

STOP

Termina l'allenamento o torna alla schermata precedente.

START

Inizia o metti in pausa l'allenamento attuale.

SPEED + / -

L'inserimento dei dati o la modifica della velocità e della pendenza.

PANTALLA**VISUALIZZAZIONE****IMPOSTAZIONE****FUNZIONE****TIME**

00:00 – 99:59

00:00 – 99:00

Tempo di allenamento attuale

DISTANCE

00.00 – 99.99

00.00 – 99.00

Distanza attuale

CALORIES

0 – 9999

0 – 9990

Calorie attuali bruciate

HEARTBEAT

0 – 230

30 – 230

Battito cardiaco attuale

SPEED

0 – 20 km/h

0 – 20 km/h

Velocità attuale

Utilizzo generale:

1. Attaccare la presa alla spina (di solito si trova nei pressi del motore del macchinario), il display si attiverà ora.
2. Nella schermata principale, MANUAL sarà il primo programma. Grazie al pulsante PROGRAMS può cambiare i diversi programmi, cioè i diversi programmi preimpostati e i programmi USER e i BODY FAT programmi.
3. La chiave di sicurezza (safety key) deve trovarsi sul nastro, altrimenti il nastro darà un errore e non funzionerà.

Programmi:**1. Manual**

Nel programma manuale può immettere autonomamente i dati dell'allenamento per la durata massima, la distanza, le calorie o il battito cardiaco. In questo modo l'allenamento si baserà sulle sue impostazioni personalizzate. Può anche premere direttamente START per iniziare l'allenamento senza dati. Dopodiché sarà possibile aumentare o diminuire la velocità con i pulsanti e PLUS/MIN.

2. Programs

Premendo il pulsante PROGRAM può scegliere tra i diversi programmi preimpostati, con MODE/ENTER può scegliere il programma e impostare la durata o la distanza desiderata. Può anche premere direttamente START per iniziare l'allenamento senza durata o distanza impostate.

3. User program

Premendo i pulsanti PLUS/MIN può impostare la velocità, con i pulsanti MODE/ENTER conferma i dati e sarà condotto alla colonna successiva per poter programmare autonomamente l'allenamento intero. Dopo l'impostazione può premere START per iniziare l'allenamento.

4. Body fat

Per l'allenamento body fat le saranno chiesti diversi dati, i quali devono essere inseriti con + e -.

- F1 - Sesso (1 è uomo, 2 è donna).
- F2 - Età
- F3 - Altezza
- F4 – Peso
- F5 - Dati completi, posizionare entrambe le mani sui sensori manuali.

Il vostro IMC apparirà sul display dopo 4 secondi:

Sotto 18	=	Sottopeso
18 a 24	=	Peso normale
25 a 29	=	Sovrappeso
30 e oltre	=	Obesità

Informazioni supplementari:

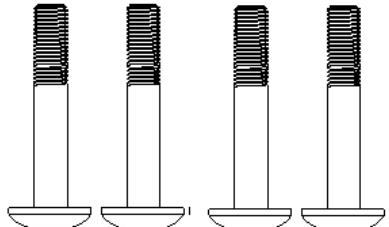
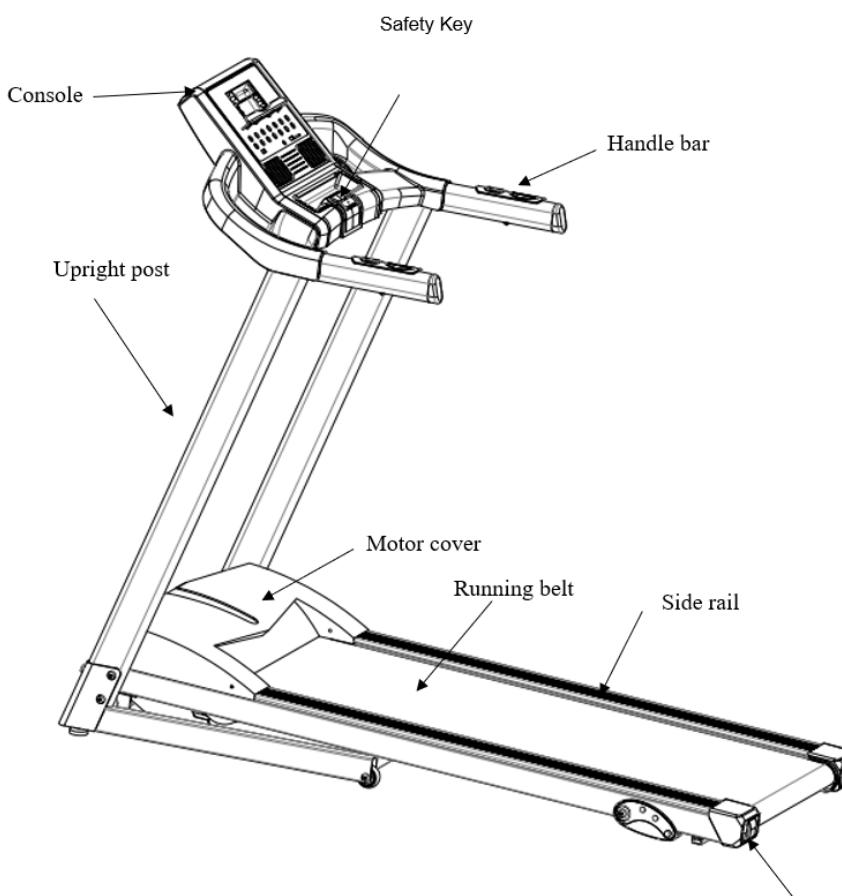
- Il nastro necessita di una presa a terra.
- Nel caso in cui il nastro non venga utilizzato per un po' di tempo, si attiverà la modalità stand-by. I dati resteranno salvati e saranno mostrati nuovamente quando verrà ripreso l'allenamento.

Piegare	Distendere	Ruotare
Sollevare il piano fino al momento di aggancio.	Tenga saldo il piano. Spinga con il piede sul meccanismo di blocco. Il piano si abbassa lentamente.	Staccare la spina dalla presa. Ripiegare il nastro. Tenere salde le maniglie. Ribaltare il nastro verso di lei e lo sposti.

Program speed table

Segment		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Program											
P1	Speed	1	2	2	3	3	3	3	2	2	1
P2	Speed	1	2	2	3	4	4	3	2	2	1
P3	Speed	1	2	2	3	4	4	3	2	2	1
P4	Speed	1	2	2	3	3	3	3	2	2	1
P5	Speed	1	2	2	3	4	4	3	2	2	1
P6	Speed	1	2	2	4	4	6	4	2	2	1
P7	Speed	2	3	4	6	6	9	6	4	4	2
P8	Speed	1	2	2	4	4	9	9	9	8	4
P9	Speed	2	3	3	6	6	9	6	3	3	2
P10	Speed	1	2	2	4	4	4	4	6	4	3
P11	Speed	2	4	4	6	6	6	6	9	4	1
P12	Speed	1	3	3	6	9	6	9	9	6	4
P13	Speed	4	9	4	9	4	9	4	9	4	9
P14	Speed	2	3	3	6	9	6	9	9	6	3
P15	Speed	4	6	9	9	9	9	9	6	4	2
P16	Speed	2	4	4	9	4	9	4	9	4	9
P17	Speed	2	2	2	4	6	9	6	2	2	2
P18	Speed	3	6	3	6	6	6	6	2	2	2
P19	Speed	4	9	4	9	4	9	4	9	4	9
P20	Speed	4	9	4	9	4	9	4	9	4	9
P21	Speed	2	6	2	6	9	6	9	2	6	2
P22	Speed	4	6	9	6	2	6	2	2	4	2
P23	Speed	4	6	9	6	6	6	6	2	2	2
P24	Speed	4	6	9	6	4	6	4	2	4	2
P25	Speed	2	4	3	4	3	3	7	3	9	3
P26	Speed	2	5	4	6	4	7	5	3	5	2
P27	Speed	2	5	4	5	4	6	5	3	4	2
P28	Speed	2	6	7	4	4	8	5	3	5	2
P29	Speed	2	4	6	8	7	9	7	3	4	2
P30	Speed	2	4	5	5	6	6	7	4	4	2
P31	Speed	3	6	7	5	8	6	9	7	4	3
P32	Speed	3	6	7	5	8	7	8	7	5	3
P33	Speed	2	8	6	4	5	9	8	6	5	3
P34	Speed	2	3	5	3	3	6	4	7	4	3
P35	Speed	2	5	8	9	6	9	6	4	3	2
P36	Speed	2	5	5	4	4	7	5	3	4	4

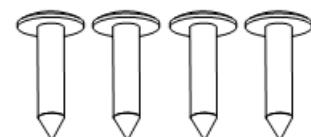
Hardware and tools list



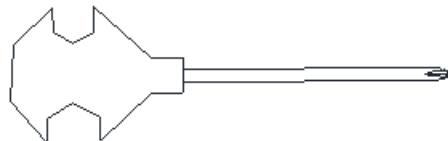
4x – Bolt - M8*35*20



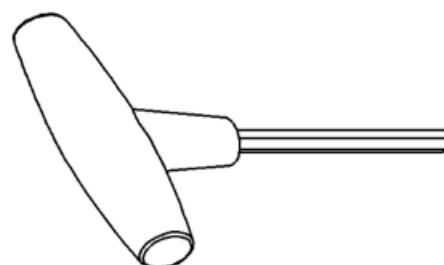
2x – Bolt - M8*15



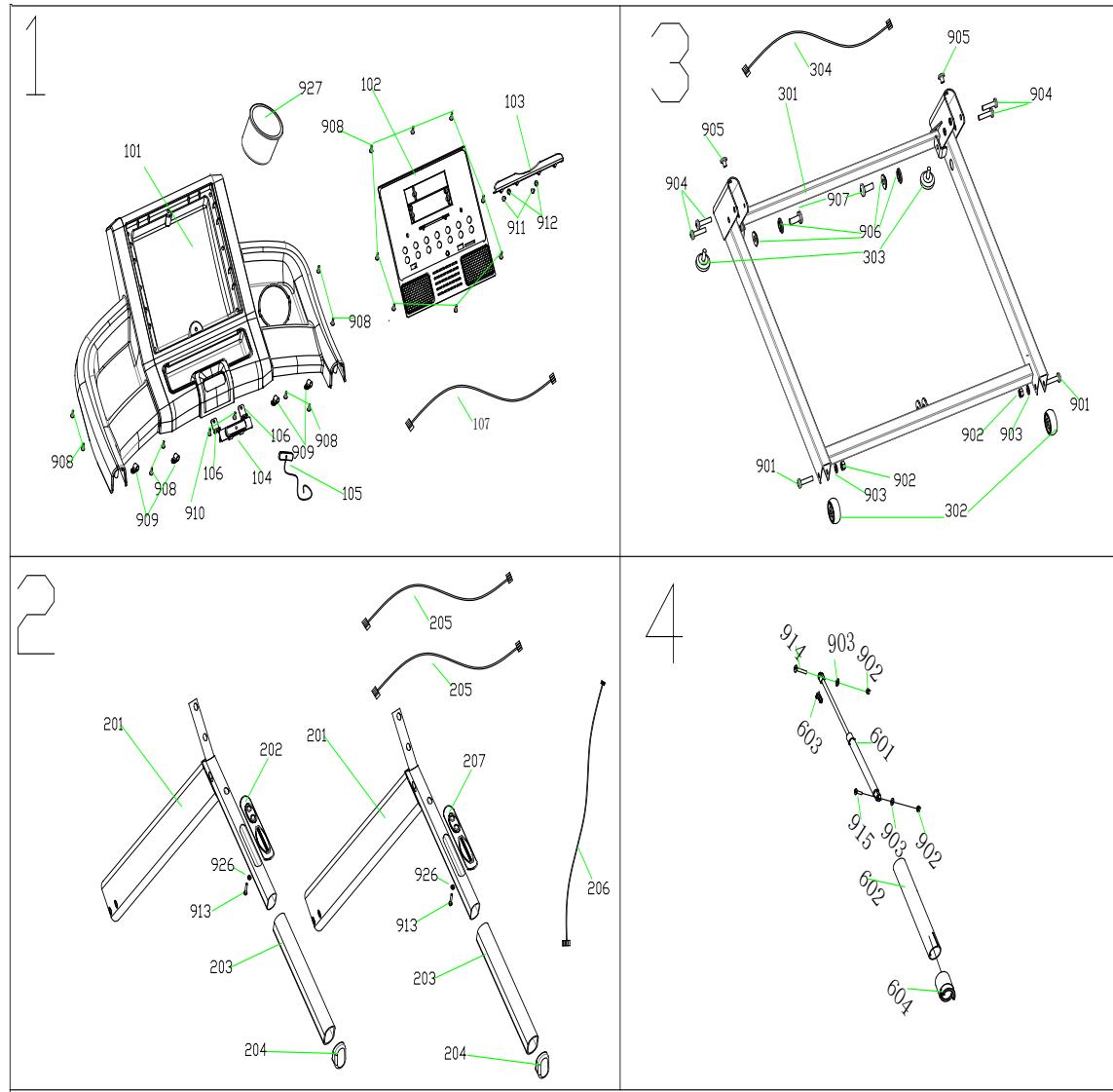
4x – Screw - ST4*16

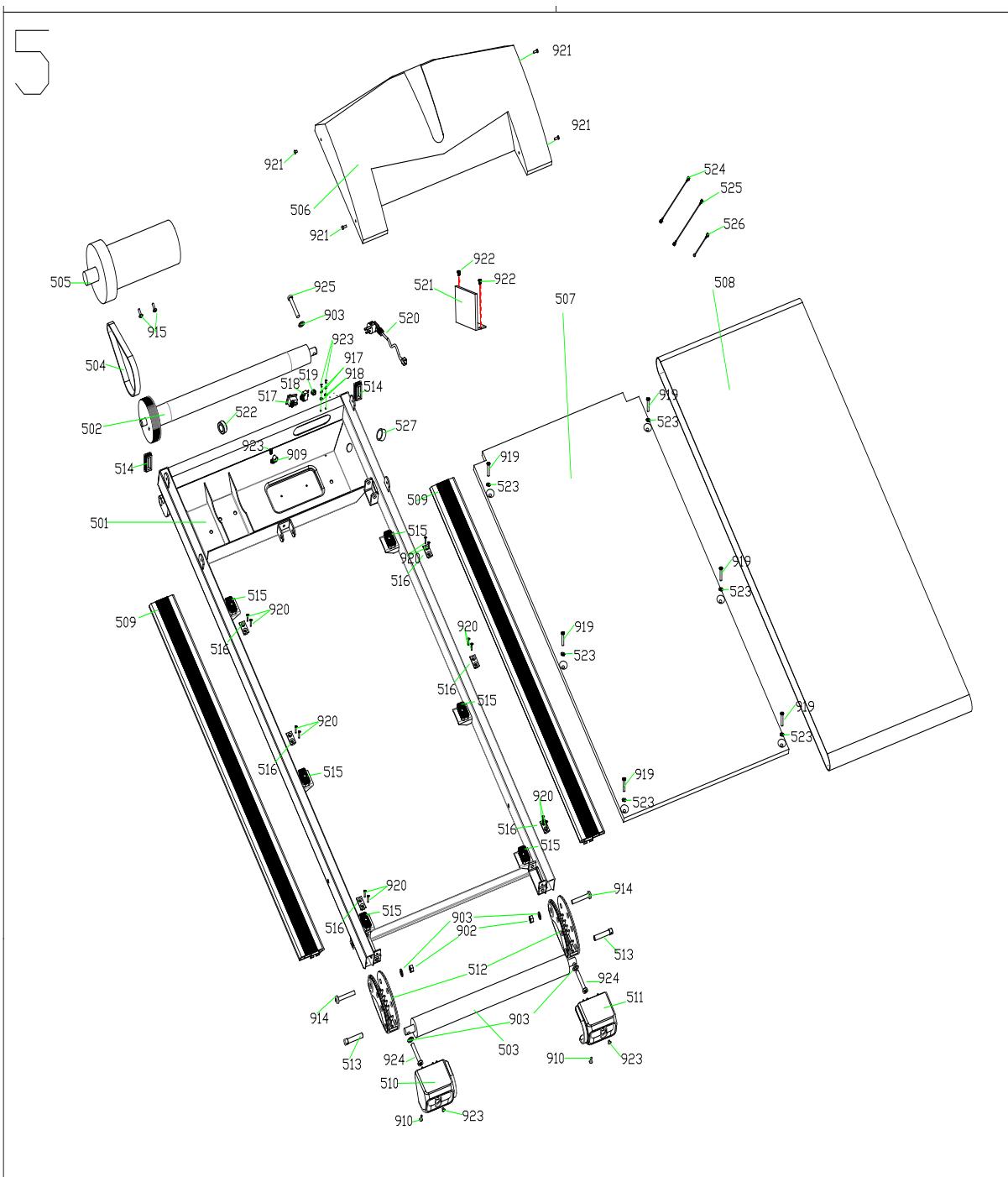


1x – Screwdriver tool



1x – T-shape wrench

Overview drawing



Parts list

No.	Description	Qty	No.	Description	Qty
101	Console cover	1	520	Line end	1
102	Panel	1	521	controller	1
103	Ipad holder	1	522	Magnetic ring	1
104	Safety key frame	1	523	Plastic pad	6
105	Safety key	1	524	Power cord (Red)	1
106	Safety key stator	2	525	Power cord (Black)	6
107	Communication wire	1	526	Power cord (L=100)	8
201	Upright post (0061EB-03)	1	527	Protect ring	1
202	Start/pause pulse set	1			
203	Foam	2	901	Hex socket full tooth boltM8×35	2
204	Tube plug	2	902	Hex lock nut M8	6
205	Handle pluse wire	2	903	Flat washerΦ8	9
206	Communication wire	1	904	Hex socket half tooth boltM8×35×20	4
207	Speed handle pulse set	1	905	Allen socket full thread screw M8×15	2
301	Base frame	1	906	Incline axle sleeve(OMA-05-06-026	4
302	wheel	2	907	Hex socket half tooth boltM10×35×20	2
303	foot pad	2	908	Cross groove tapping screwST4×16	16
304	Communication wire	1	909	Clip	5
401	Cylinder	1	910	Cross groove tapping screwST4×12	4
402	Anti-reverse tube (3610CA-09)	1	911	Cross groove tapping screwST3×10	2
403	Shrapnel	1	912	Flat washerΦ5	2
404	Double layer pipe plug	1	913	Cross groove tapping screwST4×40	2
501	Platform frame	1	914	Hex socket half tooth boltM8×50×20	3
502	Front roller	1	915	Hex socket half tooth boltM8×30×20	3
503	Rear roller	1			
504	Motor belt	1	917	Spring washer	2
505	Motor		918	Serrated lock washers	2
506	006EB motor cover	1	919	Hex socket full tooth bolt M6×30×φ16	6
507	Running deck	1	920	Cross groove screwST4×15	12
508	Running belt	1	921	Cross groove screwM5×10	4
509	Side rail	2	922	Cross groove screwM4×16	2
510	Rear cover(L)	1	923	Cross groove screwM4×10	5
511	Rear cover(R)	1	924	Hex socket full tooth boltM8×75	2
512	Three-level adjustable plastic parts	2	925	Hex socket full tooth boltM8×55	1
513	Pull-tab bolt	2	926	Flat washer Φ12*Φ4.5xt1.0	2
514	Square tube plug	2	927	cup	1
515	Square cushion	6			
516	T-shape guide block	6			