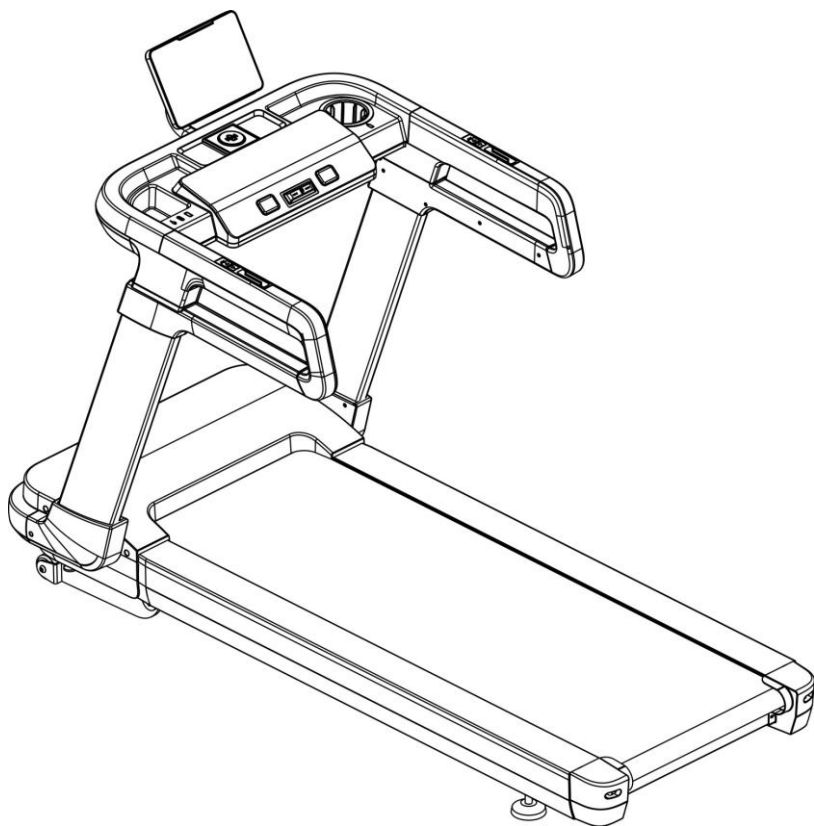




**UNIDAD ELECTRÓNICA
ELECTRONIC MONITOR
UNITÉ ÉLECTRONIQUE
ELEKTRONIKEINHEIT
UNIDADE ELECTRÓNICA
IMPIANTO ELETTRONICO
ELEKTRONISCHER MONITOR**

Fig.1

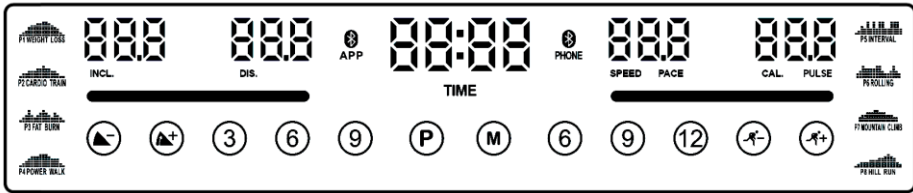
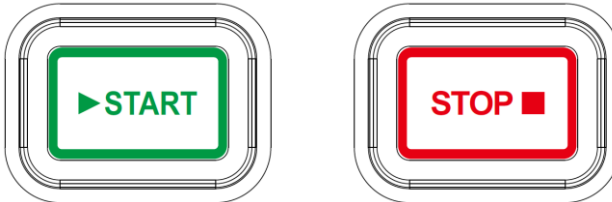


Fig.2



INSTRUCCIONES DE FUNCIONAMIENTO.-

INICIO RÁPIDO

A: Coloque la Llave de Seguridad en la Consola (la caminadora no funcionará sin la Llave de Seguridad). Sujete el otro extremo de la Llave de Seguridad a su ropa antes de ejercitarse para asegurarse de que la máquina se detenga si el usuario accidentalmente se sale de la caminadora.

B: Si el usuario cae de la caminadora, la Llave de Seguridad se desprenderá de la Consola y la máquina se detendrá de inmediato para evitar lesiones adicionales.

C: No se pare sobre la Banda de Correr al encender la caminadora. A horcájese sobre la banda apoyándose en los rieles laterales de plástico.

D: La caminadora iniciará a 1.0 KM/H después de encenderse. Si usted es un usuario nuevo, mantenga una velocidad baja y sujétese de las barras hasta sentirse cómodo.

FUNCIÓN DE LOS BOTONES.-

START (Inicio): Presione este botón para encender la máquina.

STOP (Parar): Una pulsación pausa la máquina; dos pulsaciones la detienen.

Presione este botón para seleccionar “P1–P2–...P8”, “U1–U2–U3”, “Hr1–Hr2–Hr3”, “FAT”.

Presione este botón para escoger entre objetivos de **tiempo, distancia o calorías**.

Presione este botón para escoger entre objetivos de **tiempo, distancia o calorías**.

Presione este botón para **aumentar la inclinación**.

Presione este botón para **disminuir la inclinación**.

Presione este botón para **aumentar la velocidad**.

Presione este botón para **disminuir la velocidad**.

Botones de selección directa de inclinación: Toque **3, 6, 9** para ajustar la inclinación rápidamente.

Botones de selección directa de velocidad: Toque **6, 9, 12** para ajustar una velocidad específica rápidamente.

FUNCIONES DE LA CONSOLA.-

1.PULSO: Muestra la frecuencia cardíaca del usuario. Sujete los sensores de pulso con ambas manos; el valor aparecerá después de 5 segundos (50–200 ppm). Solo para referencia.

2.CALORÍAS: Muestra consumo calórico entre 0 y 990 KCAL.

3.INCLINACIÓN: Muestra el nivel actual de inclinación (0–15).

4.VELOCIDAD: Muestra la velocidad actual de la banda.

5.DISTANCIA: Muestra la distancia total del entrenamiento (1.0 a 99.0 km).

6.TIEMPO: Muestra el tiempo total (0:00 a 99:00 min).

7.MODO (MODE): Presione M para elegir entre objetivos de TIEMPO, DISTANCIA o CALORÍAS. Use para definir el valor objetivo. Presione START para comenzar el entrenamiento. Use y para ajustar velocidad e inclinación.

8.PROGRAMAS: Presione P para elegir entre 8 programas preestablecidos, 3 programas de usuario, 3 de control cardíaco y prueba de grasa corporal.

8.1 PROGRAMAS

PREESTABLECIDOS:

Desde el modo de espera, presione el botón P para elegir cualquiera de los programas incorporados de P1 a P8.

Presione el botón M para seleccionar un nivel de intensidad de L1 a L8 para el programa elegido.

  Presione para establecer el tiempo de entrenamiento.

El programa se dividirá en 18 segmentos basados en el tiempo objetivo de entrenamiento. Presione START para comenzar el

entrenamiento del programa.

Presione   o   para ajustar la velocidad o la inclinación durante el ejercicio.

La máquina emitirá un pitido al final de cada segmento y pasará automáticamente al siguiente, con los valores de velocidad e inclinación preestablecidos.

La ventana de matriz de puntos mostrará el diagrama de velocidad del programa, con luces parpadeando para indicar la fase actual del entrenamiento.

8.2 Programas de Control de Frecuencia Cardíaca:

Presione P para elegir entre "Hr1", "Hr2" o "Hr3", y luego presione M para establecer la edad y la frecuencia cardíaca objetivo, luego presione M para establecer un tiempo de entrenamiento objetivo; después de completar estos pasos presione START para comenzar su entrenamiento. El rango de edad es de 15 a 80 y el rango de frecuencia cardíaca objetivo es de 80 a $(220 - \text{edad}) \times 0.9$.

Hr1: Velocidad inicial de 1 km/h e inclinación 0. Después de correr 1 minuto a 1 km/h, la caminadora ajustará la velocidad cada 30 segundos de la siguiente manera:

A: Si (Frecuencia cardíaca objetivo - Frecuencia cardíaca usuario) > 30 , la velocidad aumentará 2.0 km/h;

B: Si (Frecuencia cardíaca objetivo - Frecuencia cardíaca usuario) < 30 , la

velocidad disminuirá 1.0 km/h;

C: Si (Frecuencia cardíaca usuario - Frecuencia cardíaca objetivo) >30, la velocidad disminuirá 2.0 km/h;

D: Si (Frecuencia cardíaca usuario - Frecuencia cardíaca objetivo) <30, la velocidad disminuirá 1.0 km/h;

Hr2: Velocidad inicial de 4 km/h e inclinación 4. Después de correr 1 minuto a 4 km/h, la caminadora ajustará la inclinación cada 30 segundos de la siguiente manera:

A: Si (Frecuencia cardíaca objetivo - Frecuencia cardíaca usuario) >30, la inclinación aumentará 2 niveles;

B: Si (Frecuencia cardíaca objetivo - Frecuencia cardíaca usuario) <30, la inclinación disminuirá 1 nivel;

C: Si (Frecuencia cardíaca usuario - Frecuencia cardíaca objetivo) >30, la inclinación disminuirá 2 niveles;

D: Si (Frecuencia cardíaca usuario - Frecuencia cardíaca objetivo) <30, la inclinación disminuirá 2 niveles.

Hr3: Velocidad inicial de 3 km/h e inclinación 2. Después de correr 1 minuto a 3 km/h, la caminadora ajustará la inclinación y la velocidad cada 30 segundos de la siguiente manera:

A: Si (Frecuencia cardíaca objetivo - Frecuencia cardíaca usuario) >30, la velocidad aumentará 2.0 km/h y la inclinación aumentará 1 nivel;

B: Si (Frecuencia cardíaca objetivo - Frecuencia cardíaca usuario) <30, la

velocidad disminuirá 1.0 km/h y la inclinación disminuirá 1 nivel;

C: Si (Frecuencia cardíaca usuario - Frecuencia cardíaca objetivo) >30, la velocidad disminuirá 2.0 km/h y la inclinación disminuirá 1 nivel;

D: Si (Frecuencia cardíaca usuario - Frecuencia cardíaca objetivo) <30, la velocidad disminuirá 1.0 km/h y la inclinación disminuirá 1 nivel;

La velocidad se reducirá a 1.0 km/h una vez que la frecuencia cardíaca del usuario exceda (220-edad). La consola emitirá un pitido cada segundo y la caminadora se detendrá después de 15 segundos de frecuencia cardíaca alta sostenida.

La velocidad se reducirá a 1.0 km/h si la consola no detecta señal de frecuencia cardíaca en 1 minuto. La consola emitirá un pitido cada segundo y la caminadora se detendrá después de 15 segundos de pérdida continua de señal.

8.3 Programas de Usuario: Desde el modo de espera, presione P hasta que la consola muestre U1, U2 o U3. Seleccione entre los 3 programas de usuario.

Presione   para establecer un tiempo de entrenamiento objetivo.

Presione M para ingresar a la configuración del programa de usuario. Cada programa se divide en 18 segmentos basados en el tiempo objetivo de entrenamiento;

Presione   o   ajustar velocidad o inclinación durante el

ejercicio.

La máquina emitirá un pitido al final de cada segmento y avanzará automáticamente al siguiente con los valores de velocidad e inclinación establecidos.

La ventana de matriz de puntos mostrará el diagrama de velocidad del programa, con luces parpadeando para indicar la fase actual.

8.4 Prueba de Grasa Corporal: Desde el modo de espera, presione el botón P hasta que aparezca "FAT".

- Presione M para ingresar información personal.

Ingrese los datos de F-1 a F-4 (F-1 SEXO, F-2 EDAD, F-3 ALTURA, F-4 PESO) usando los botones correspondientes:  

Presione MODE después de cada ajuste para guardar los datos y pasar automáticamente al siguiente paso.

- Cuando llegue a F-5 (PRUEBA DE GRASA CORPORAL), coloque sus manos sobre los sensores de pulso. La consola mostrará su valor de grasa corporal después de 3 segundos.

- El valor de grasa corporal es solo una guía y no para uso médico.

F-1	Gender	01 male	02 female
F-2	Age	10-99	
F-3	Height	100-200CM	
F-4	Weight	20-150KG	
F-5	FAT	<19	Under weight
	FAT	=(20---25)	Normal weight
	FAT	=(26---29)	Overweight
	FAT	> 30	Obesity

CARGADOR INALÁMBRICO.-

La caminadora está equipada con un cargador inalámbrico de 15W, que permite a los usuarios cargar dispositivos externos.

ENTRADA DE AURICULARES.-

La caminadora incluye una toma para auriculares, permitiendo a los usuarios conectarlos para una experiencia de escucha más privada.

CONECTAR SMARTPHONE.-

Cuando la caminadora esté equipada con función Bluetooth, siga los pasos a continuación para conectar su smartphone.

PASO 1: Encienda el Bluetooth en su smartphone, busque el dispositivo BT-speaker y selecciónelo para conectar.

PASO 2: Una vez conectado, la música de su smartphone se reproducirá a través de los altavoces integrados de la caminadora.

MODO DE SUSPENSIÓN.-

El sistema entrará automáticamente en modo de suspensión después de 10 minutos de inactividad, y la pantalla se apagará. Presione cualquier botón para activar la consola.

CÓDIGOS DE ERROR

E01	Posible fallo de cable	Conecte el cable entre el controlador superior y la consola.
E02	Fallo del motor	Revise los cables del motor. Reemplace el motor si es necesario.
E03	Sin señal del sensor de velocidad	Revise la posición o reemplace el sensor de velocidad.
E05	Posible sobrecarga del moto	a.- Lubrique la banda. b.- Verifique que el motor no esté quemado. c.- Verifique que la placa de control no esté quemada.
E06	Error de calibración	Cambie la placa de control.
E07	Llave de seguridad	Coloque correctamente la llave de seguridad.
E08	Placa de control quemada	Cambie la placa de control.

No dude en ponerse en contacto con el Servicio de Asistencia Técnica si tiene alguna consulta, llamando a Atención al Cliente (ver última página del manual).

OPERATING INSTRUCTIONS.- QUICK START.

A: Attach the Safety Key to the Computer (the treadmill will not operate without the Safety Key). Clip the other end of the Safety Key to your clothing before exercising to ensure the treadmill will stop if the user accidentally walks off the Treadmill.

B. If the user falls off the Treadmill, the Safety Key will come off the Computer and the treadmill will stop at once to avoid further injury.

C. Do not stand on the Walking Belt while starting the Treadmill. Straddle the Belt and stand on the plastic Foot Rails.

D. The Treadmill will start at 1.0KM/H after start. If you are a new user, stay at a slow speed and hold onto the Hand Grips until you become comfortable.

BUTTON FUNCTION.-

START: Press this button to start the machine.

STOP: One time press to pause the machine, two times press to stop the machine

 Press this button to choose "P1-P2-...P8", "U1-U2-U3", "Hr1-Hr2-Hr3", "FAT".

 Press this button to choose between time, distance, calories workout targets.

 Press this button to increase the incline.

 Press this button to decrease the incline.

 Press this button to increase the speed.

 Press this button to decrease the speed.

Incline Direct Selection Buttons:
Touch 3,6,9 to quickly set the incline level.

Speed Direct Selection Buttons:
Touch 6,9,12 to quickly set a specific speed.

COMPUTER FUNCTION.-

1.PULSE: Display user's heart rate. Grasp the pulse sensors with both hands to detect your heart rate; the window will show user's pulse value after 5 seconds. Displayed in beats per minute (50-200). This data is for reference only.

2.CALORIES: Display calorie consumption from 0 to 990 KCAL.

3.INCLINE: Display current incline level from 0-15.

4.SPEED: Display current belt speed.

5.DISTANCE: Display total workout distance from 1.0 to 99.0 kilometer

6.TIME: Display total workout time from 0:00 to 99:00 minutes.

7.MODE: Press **M** button to choose between **TIME**, **DISTANCE**, or **CALORIES** target settings.

Press   to set your target workout value.

Press **START** button to begin the workout.

Press   and   to adjust the speed and incline.

8.PROGRAM: Press **P** button to choose from 8 build-in programs, 3 users programs, 3 Heart rate control programs, and body fat test.

8.1 Preset programs: From standby mode, press **P** button to choose any of the build-in programs from **P1** to **P8**.

Press **M** button to select a intensity level from **L1** to **L8** for the chosen program.

Press   to set the workout time.

The program will be divided into 18 segments based on the target workout time.

Press **START** to begin the program workout.

Press   or   to adjust the speed or incline during exercise.

The machine will beep at the end of each segment and automatically move to the next, with preset speed and incline values.

- The dot matrix window will display the program speed diagram, with lights blinking to indicate the current workout phase.

8.2 Heart Rate Control Programs:

Press **P** to choose between “Hr1”, “Hr2” or “Hr3”, and then press **M** to set age and target heart rate, then press **M** to set a target workout time, after completing these steps press **START** to begin your workout. Age setting range is 15 - 80 and the target heart rate range is from 80 to $(220 - \text{age}) \times 0.9$.

Hr1: Initial speed is 1km/h and incline is 0. After running 1minute with 1km/h, the treadmill will adjust the speed every 30 seconds as follows:

A:If $(\text{Target heart rate} - \text{User heart rate}) > 30$, the speed will increase by 2.0km/h;

B:If $(\text{Target heart rate} - \text{User heart rate}) < 30$, the speed will decrease by 1.0km/h;

C:If $(\text{User heart rate} - \text{Target heart rate}) > 30$, the speed will decrease by 2.0km/h;

OPERATION GUIDE.-

D:If $(\text{User heart rate} - \text{Target heart rate}) < 30$, the speed will decrease by 1.0km/h;

Hr2: Initial speed is 4km/h and incline is 4. After running 1minute with 4km/h, the treadmill will adjust the incline every 30 seconds as follows:

A:If $(\text{Target heart rate} - \text{User heart rate}) > 30$, the incline will increase by 2 level;

B: If $(\text{Target heart rate} - \text{User heart rate}) < 30$, the incline will decrease by 1 level;

C: If $(\text{User heart rate} - \text{Target heart rate}) > 30$, the incline will decrease by 2 level;

D: If (User heart rate - Target heart rate)<30, the incline will decrease by 2 level.

Hr3: Initial speed is 3km/h and incline is 2. After running 1minute with 3km/h, the treadmill will adjust the incline and speed every 30 seconds as follows:

A: If (Target heart rate - User heart rate)>30, the speed will increase by 2.0km/h, and incline will increase by 1 level;

B: If (Target heart rate - User heart rate)<30, the speed will decrease by 1.0km/h, and incline will decrease by 1 level;

C: If (User heart rate - Target heart rate)>30, the speed will decrease by 2.0km/h, and incline will decrease by 1 level;

D: If (User heart rate - Target heart rate)<30, the speed will decrease by 1.0km/h, and incline will decrease by 1 level;

- The speed will reduce to 1.0km/h once the user's heart rate exceeds (220-age). The console will beep every second, and the treadmill will stop after 15 seconds of sustained high heart rate.

- The speed will reduce to 1.0 km/h if the console does not detect heart rate signal in 1 minute. The console will beep every second, and the treadmill will stop after 15 seconds of continued signal loss.

8.3 User programs: From standby mode, press P until the console shows U1,U2 or U3.

Select from the 3 user programs.

Press   to set a target workout time.

Press M to enter user program settings. Each user program is divided into 18

segments based on the target workout time;

Press   or   adjust the speed or incline during exercise.

The machine will beep at the end of each segment and automatically move to the next one with the speed and incline values you've set.

- The dot matrix window will display the program's speed diagram, with lights blinking to indicate the current workout phase.

8.4 Body fat test: From standby mode, press P button until "FAT" is displayed.

-Press M button to enter personal information.

Set data of F-1 to F-4 (F-1 GENDER, F-2 AGE, F-3 HEIGHT, F-4 WEIGHT) with buttons.

8.4 Body fat test: From standby mode, press P button until "FAT" is displayed.

-Press M button to enter personal information.

Set data of F-1 to F-4 (F-1 GENDER, F-2 AGE, F-3 HEIGHT, F-4 WEIGHT) with buttons:  

Press MODE after each setting to save the data and automatically move to next step.

- When you reach F-5 (BODY FAT TEST), hold your hands on the pulse sensors. The console will display your body fat value after 3 seconds.

-The body fat value is intended as a guide not for medical use.

F-1	Gender	01 male	02 female
F-2	Age	10-99	
F-3	Height	100-200CM	
F-4	Weight	20-150KG	
F-5	FAT	<19	Under weight
	FAT	=(20---25)	Normal weight
	FAT	=(26---29)	Overweight
	FAT	> 30	Obesity

WIRELESS CHARGER.-

The treadmill is equipped with a 15W wireless charger ,allow users for charging external device.

EARPHONE JACK.-

The treadmill includes a headphone jack, allowing users to plug in their headphones for a more private listening experience.

CONNECT SMART PHONE.-

When treadmill is equipped with Bluetooth function, follow below step to connect your smartphone.

STEP1: Turn on the Bluetooth on your smartphone, search for the device BT-speaker, and select it to connect.

STEP2: Once connected, the music from your smartphone will play through the treadmill's built-in speakers.

SLEEPING MODE.-

The system will automatically enter sleeping mode after 10 minutes of inactivity, and the display will turn off. Press any button to wake up the console.

ERROR CODES

E01	Possible cable fault	Connect the wire between top controller and console.
E02	Motor failure	Check the motor wires. Replace the motor if necessary.
E03	No speed sensor signal	Check the position or replace the speed sensor.
E05	Possible motor overload	a.- Lubricate the belt. b.- Check that the motor is not burned. c.- Check that the control board is not burned.
E06	Calibration error	Change the control board.
E07	Safety key	Attach the safety key correctly.
E08	Burned control board	Change the control board.

Do not hesitate to get touch with the Technical Assistance Service if you have any queries by phoning customer services (see last page in manual).

INSTRUCTIONS DE FONCTIONNEMENT.-

DÉMARRAGE RAPIDE

A: Placez la Clé de Sécurité sur la Console (le tapis de course ne fonctionnera pas sans la Clé de Sécurité). Fixez l'autre extrémité de la Clé de Sécurité à vos vêtements avant de vous entraîner pour vous assurer que la machine s'arrête si l'utilisateur tombe accidentellement du tapis de course.

B: Si l'utilisateur tombe du tapis de course, la Clé de Sécurité se détachera de la Console et la machine s'arrêtera immédiatement pour éviter toute blessure supplémentaire.

C: Ne vous tenez pas sur la Bande de Course lors de l'allumage du tapis. Enjambez la bande en vous appuyant sur les rails latéraux en plastique.

D: Le tapis de course démarrera à 1,0 KM/H après la mise sous tension. Si vous êtes un nouvel utilisateur, gardez une vitesse basse et tenez-vous aux barres jusqu'à vous sentir à l'aise.

FONCTION DES BOUTONS.-

START (Démarrer): Appuyez sur ce bouton pour allumer la machine.

STOP (Arrêter): Une pression met la machine en pause ; deux pressions l'arrêtent.

(P) Appuyez sur ce bouton pour sélectionner "**P1-P2-...P8**", "**U1-U2-U3**", "**Hr1-Hr2-Hr3**", "**FAT**".

(M) Appuyez sur ce bouton pour choisir entre objectifs de **temps**, **distance** ou **calories**.

(▲) Appuyez sur ce bouton pour **augmenter l'inclinaison**.

(▼) Appuyez sur ce bouton pour **diminuer l'inclinaison**.

(+) Appuyez sur ce bouton pour **augmenter la vitesse**.

(-) Appuyez sur ce bouton pour **diminuer la vitesse**.

Boutons de sélection directe de l'inclinaison : Touchez 3, 6, 9 pour régler rapidement l'inclinaison.

Boutons de sélection directe de la vitesse : Touchez 6, 9, 12 pour régler rapidement une vitesse spécifique.

FONCTIONS DE LA CONSOLE.-

1. POULS: Affiche la fréquence cardiaque de l'utilisateur. Tenez les capteurs de pouls avec les deux mains ; la valeur apparaîtra après 5 secondes (50–200 ppm). À titre indicatif seulement.

2. CALORIES: Affiche la consommation calorique entre 0 et 990 KCAL.

3. INCLINAISON: Affiche le niveau actuel d'inclinaison (0–15).

4. VITESSE: Affiche la vitesse actuelle de la bande.

5. DISTANCE: Affiche la distance totale de l'entraînement (1,0 à 99,0 km).

6. TEMPS: Affiche le temps total (0:00 à 99:00 min).

7. MODE (MODE): Appuyez sur M pour choisir entre objectifs de TEMPS, DISTANCE ou CALORIES. Utilisez pour définir la valeur cible. Appuyez sur START pour commencer l'entraînement. Utilisez et pour ajuster vitesse et inclinaison.

8. PROGRAMMES: Appuyez sur P pour choisir entre 8 programmes prédéfinis, 3 programmes utilisateur, 3 programmes de contrôle cardiaque et test de graisse corporelle.

8.1 PROGRAMMES

PRÉDÉFINIS: Depuis le mode veille, appuyez sur le bouton P pour choisir l'un des programmes intégrés de P1 à P8.

Appuyez sur le bouton M pour sélectionner un niveau d'intensité de L1 à L8 pour le programme choisi.



Appuyez pour définir le temps d'entraînement.

Le programme sera divisé en 18 segments basés sur le temps d'entraînement choisi. Appuyez sur START pour commencer le programme.

Appuyez sur   ou   pour ajuster la vitesse ou l'inclinaison pendant l'exercice.

La machine émettra un bip à la fin de chaque segment et passera automatiquement au suivant, avec les valeurs de vitesse et d'inclinaison prédéfinies.

La fenêtre matricielle affichera le diagramme de vitesse du programme, avec des lumières clignotantes pour indiquer la phase actuelle de l'entraînement.

8.2 Programmes de Contrôle de Fréquence Cardiaque:

Appuyez sur P pour choisir entre "Hr1", "Hr2" ou "Hr3", puis appuyez sur M pour définir l'âge et la fréquence cardiaque cible, puis appuyez sur M pour définir un temps d'entraînement cible ; après ces étapes, appuyez sur START pour commencer l'entraînement.

L'âge : 15 à 80 ans.
Fréquence cardiaque cible : 80 à (220-âge)x0,9.

Hr1: Vitesse initiale 1 km/h et inclinaison 0. Après 1 minute à 1 km/h, ajustements toutes les 30 s :

A : Si (FC cible - FC utilisateur) >30 → vitesse +2.0 km/h ;

B : Si (FC cible - FC utilisateur) <30 → vitesse -1.0 km/h ;

C : Si (FC utilisateur - FC cible) >30 → vitesse -2.0 km/h ;

D : Si (FC utilisateur - FC cible) <30 → vitesse -1.0 km/h.

Hr2: Vitesse initiale 4 km/h et inclinaison 4. Après 1 min:

A : Si (FC cible - FC utilisateur) >30 → inclinaison +2 niveaux ;

B : Si (FC cible - FC utilisateur) <30 → inclinaison -1 niveau ;

C : Si (FC utilisateur - FC cible) >30 → inclinaison -2 niveaux ;

D : Si (FC utilisateur - FC cible) <30 → inclinaison -2 niveaux.

Hr3: Vitesse initiale 3 km/h et inclinaison 2. Après 1 min:

A : Si (FC cible - FC utilisateur) >30 → vitesse +2.0 km/h et inclinaison +1 niveau ;

B : Si (FC cible - FC utilisateur) <30 → vitesse -1.0 km/h et inclinaison -1 niveau ;

C : Si (FC utilisateur - FC cible) >30 → vitesse -2.0 km/h et inclinaison -1 niveau ;

D : Si (FC utilisateur - FC cible) <30 → vitesse -1.0 km/h et inclinaison -1 niveau.;

La vitesse sera réduite à 1.0 km/h lorsque la FC dépasse (220-âge). Bip chaque seconde, arrêt après 15 s.

La vitesse sera également réduite à 1.0 km/h si aucun signal cardiaque n'est détecté pendant 1 min. Bip chaque seconde, arrêt après 15 s.

8.3 Programmes Utilisateurs: En mode veille, appuyez sur P jusqu'à afficher U1, U2 ou U3.

Appuyez sur   pour définir un

temps d'entraînement cible.

Appuyez sur M pour entrer dans la configuration utilisateur. Chaque programme comporte 18 segments basés sur le temps défini;

Appuyez   ou   pour ajuster vitesse ou inclinaison.

Bip à la fin de chaque segment. Passage automatique au suivant.

Affichage du diagramme de vitesse avec lumières indiquant la phase actuelle.

8.4 Test de Graisse Corporelle: En mode veille, appuyez sur P jusqu'à "FAT".

- Appuyez sur M pour entrer les informations personnelles.

Entrez F-1 à F-4 (F-1 SEXE, F-2 ÂGE, F-3 TAILLE, F-4 POIDS) avec les boutons appropriés:  

Appuyez sur MODE après chaque réglage pour enregistrer et passer au suivant.

- À F-5 (TEST GRAISSE), placez vos mains sur les capteurs. Résultat affiché après 3 secondes.

- Valeur fournie à titre indicatif seulement.

F-1	Gender	01 male	02 female
F-2	Age	10-99	
F-3	Height	100-200CM	
F-4	Weight	20-150KG	
F-5	FAT	<19	Under weight
	FAT	=(20---25)	Normal weight
	FAT	=(26---29)	Overweight
	FAT	> 30	Obesity

CHARGEUR SANS FIL.-

Le tapis est équipé d'un chargeur sans fil 15W pour charger des appareils externes.

ENTRÉE ÉCOUTEURS.-

Le tapis dispose d'une prise pour écouteurs.

CONNECTER SMARTPHONE.-

Avec fonction Bluetooth, procédez ainsi:

ÉTAPE 1: Activez le Bluetooth du smartphone, recherchez BT-speaker et connectez.

ÉTAPE 2: La musique jouera sur les haut-parleurs intégrés.

MODE VEILLE.-

Le système passe en veille après 10 minutes d'inactivité. Appuyez sur n'importe quel bouton pour réactiver.

CODES D'ERREUR

E01	Possible défaillance de câble	Connectez le câble entre le contrôleur supérieur et la console.
E02	Défaillance du moteur	Vérifiez les câbles du moteur. Remplacez si nécessaire.
E03	Aucune lecture du capteur de vitesse	Vérifiez ou remplacez le capteur.
E05	Possible surcharge du moteur	a.- Lubrifiez la bande. b.- Vérifiez que le moteur n'est pas brûlé. c.- Vérifiez que la carte de contrôle n'est pas endommagée.
E06	Erreur d'étalonnage	Remplacez la carte de contrôle.
E07	Clé de sécurité	Placez correctement la clé.
E08	Carte de contrôle brûlée	Remplacez la carte.

N'hésitez pas à contacter le Service d'Assistance Technique pour toute question, en appelant le Service Client (voir dernière page du manuel).

BETRIEBSANLEITUNG.-

SCHNELLSTART

A: Stecken Sie den Sicherheitsschlüssel in die Konsole (das Laufband funktioniert nicht ohne den Sicherheitsschlüssel). Befestigen Sie das andere Ende des Sicherheitsschlüssels an Ihrer Kleidung, bevor Sie trainieren, um sicherzustellen, dass das Gerät stoppt, falls der Benutzer versehentlich vom Laufband fällt.

B: Wenn der Benutzer vom Laufband fällt, löst sich der Sicherheitsschlüssel von der Konsole und das Gerät stoppt sofort, um weitere Verletzungen zu vermeiden.

C: Stellen Sie sich nicht auf das Laufband, wenn Sie das Gerät einschalten. Stehen Sie mit den Füßen links und rechts auf den Kunststoff-Seitenleisten.

D: Das Laufband startet nach dem Einschalten mit 1,0 KM/H. Wenn Sie ein neuer Benutzer sind, halten Sie die Geschwindigkeit niedrig und halten Sie sich an den Handläufen fest, bis Sie sich sicher fühlen.

FUNKTION DER TASTEN.-

START: Drücken Sie diese Taste, um das Gerät einzuschalten.

STOP: Einmal drücken pausiert das Gerät; zweimal drücken stoppt es.

 Drücken Sie diese Taste, um „P1–P2–...P8“, „U1–U2–U3“, „Hr1–

Hr2–Hr3“, „FAT“ auszuwählen.

 Drücken Sie diese Taste, um zwischen Zielen für Zeit, **Distanz oder Kalorien zu wählen**.

 Drücken Sie diese Taste, um die Neigung zu erhöhen.

 Drücken Sie diese Taste, um die Neigung zu verringern.

 Drücken Sie diese Taste, um die Geschwindigkeit zu erhöhen.

 Drücken Sie diese Taste, um die Geschwindigkeit zu verringern.

Direktwahltasten für Neigung: Tippen Sie auf 3, 6, 9 für eine schnelle Einstellung.

Direktwahltasten für Geschwindigkeit: Tippen Sie auf 6, 9, 12 für eine schnelle Geschwindigkeitswahl.

FUNKTIONEN DER KONSOLE.-

1. PULS: Zeigt die Herzfrequenz des Benutzers an. Halten Sie beide Pulssensoren fest; der Wert erscheint nach 5 Sekunden (50–200 bpm). Nur zur Referenz.

2. KALORIEN: Zeigt den Kalorienverbrauch zwischen 0 und 990 KCAL an.

3. NEIGUNG: Zeigt den aktuellen Neigungsgrad (0–15).

4. GESCHWINDIGKEIT: Zeigt die

aktuelle Bandgeschwindigkeit an.

5. DISTANZ: Zeigt die Gesamtdistanz des Trainings (1,0 bis 99,0 km).

6. ZEIT: Zeigt die Gesamtzeit (0:00 bis 99:00 min).

7. MODUS (MODE): Drücken Sie M, um zwischen ZEIT-, DISTANZ- oder KALORIENZIELEN zu wählen.

Verwenden Sie zur Einstellung des Zielwertes.

Drücken Sie START, um das Training zu beginnen.

Verwenden Sie und für Geschwindigkeit und Neigung.

8. PROGRAMME: Drücken Sie P, um zwischen 8 voreingestellten Programmen, 3 Benutzerprogrammen, 3 Herzfrequenzprogrammen und einem Körperfett-Test zu wählen.

8.1 Voreingestellte

Programme: Im Standby-Modus drücken Sie P, um eines der Programme von P1 bis P8 zu wählen.

Drücken Sie M, um einen Intensitätslevel von L1 bis L8 auszuwählen.



Drücken Sie , um die Trainingszeit einzustellen.

Das Programm wird in 18 Segmente unterteilt basierend auf der Zielzeit. Drücken Sie START, um das Training zu beginnen.

Drücken Sie   oder   zum Einstellen von Geschwindigkeit oder Neigung während des Trainings.

Das Gerät gibt am Ende jedes Segments einen Signalton ab und wechselt automatisch zum nächsten Segment.

Das Punktmatrix-Fenster zeigt das Geschwindigkeitsdiagramm des Programms. Blinkende Lichter zeigen die aktuelle Trainingsphase an.

8.2 Herzfrequenzprogramme:

Drücken Sie P, um „Hr1“, „Hr2“ oder „Hr3“ auszuwählen. Drücken Sie dann M, um Alter und Zielherzfrequenz einzugeben. Drücken Sie erneut M, um eine Trainingszeit einzugeben. Drücken Sie START zum Beginnen.
Alter: 15–80
Zielherzfrequenz: 80 bis $(220 - \text{Alter}) \times 0,9$.

Hr1: tartgeschwindigkeit 1 km/h, Neigung 0. Nach 1 Minute passen sich die Werte alle 30 Sekunden wie folgt an:

A : Wenn $(\text{Ziel-HF} - \text{Benutzer-HF}) > 30$
→ +2.0 km/h;

B : Wenn $(\text{Ziel-HF} - \text{Benutzer-HF}) < 30$
→ –1.0 km/h;

C : Wenn $(\text{Benutzer-HF} - \text{Ziel-HF}) > 30$
→ –2.0 km/h;

D : Wenn $(\text{Benutzer-HF} - \text{Ziel-HF}) < 30$
→ –1.0 km/h.

Hr2: Startgeschwindigkeit 4 km/h, Neigung 4:

A : $(\text{Ziel-HF} - \text{Benutzer-HF}) > 30$ → Neigung +2 Stufen;

B : $(\text{Ziel-HF} - \text{Benutzer-HF}) < 30$ → –1

Stufe;

C : (Benutzer-HF – Ziel-HF) >30 → –2 Stufen ;

D : (Benutzer-HF – Ziel-HF) <30 → –2 Stufen.

Hr3: Startgeschwindigkeit 3 km/h, Neigung 2:

A : >30 → Geschwindigkeit +2.0 km/h, Neigung +1 Stufe;

B : <30 → –1.0 km/h, –1 Stufe;

C : >30 → –2.0 km/h, –1 Stufe;

D : <30 → –1.0 km/h, –1 Stufe;

Die Geschwindigkeit wird auf 1.0 km/h reduziert, wenn die Herzfrequenz (220–Alter) überschreitet. Piepton jede Sekunde. Stopp nach 15 Sekunden.

Auch bei 1 Minute ohne Pulssignal → auf 1.0 km/h. Piepton jede Sekunde. Stopp nach 15 Sekunden.

8.3 Benutzerprogramme: Im Standby-Modus P drücken, bis U1, U2 oder U3 erscheint.

Drücken Sie   um die Trainingszeit einzustellen.

Drücken Sie M, um das Benutzerprogramm zu konfigurieren (18 Segmente);

Appuyez   ou   pour ajuster vitesse ou inclinaison.

signalton am Ende jedes Segments. Automatischer Übergang.

Punktmatrix zeigt das Geschwindigkeitsdiagramm.

8.4 Körperfett-Test: m Standby-Modus P drücken, bis „FAT“ erscheint.

– Drücken Sie M, um persönliche Daten einzugeben.

Geben Sie F-1 bis F-4 ein (Geschlecht, Alter, Größe, Gewicht):  

Nach jeder Eingabe MODE drücken.

– Bei F-5: Hände auf die Pulssensoren. Wert erscheint nach 3 Sekunden.

– Wert dient nur als Richtlinie, nicht medizinisch.

F-1	Gender	01 male	02 female
F-2	Age	10-99	
F-3	Height	100-200CM	
F-4	Weight	20-150KG	
F-5	FAT	<19	Under weight
	FAT	=(20---25)	Normal weight
	FAT	=(26---29)	Overweight
	FAT	> 30	Obesity

DRAHTLOSES LADEN.-

Das Laufband verfügt über ein 15-W-Wireless-Ladegerät.

KOPFHÖRERBUCHSE.-

Eine Kopfhörerbuchse ist vorhanden.

SMARTPHONE VERBINDEN.-

Avec fonction Bluetooth, procédez ainsi:

SCHRITT 1: Bluetooth am Smartphone aktivieren, BT-speaker suchen und verbinden.

SCHRITT 2: Musik wird über die

integrierten
wiedergegeben.

Lautsprecher

RUHEMODUS.-

Nach 10 Minuten Inaktivität schaltet das System in den Ruhemodus.
Mit einer beliebigen Taste aufwecken.

FEHLERCODES

E01	Möglicher Kabeldefekt	Kabel zwischen oberem Controller und Konsole verbinden.
E02	Motordefekt	Motorkabel prüfen. Motor ggf. austauschen.
E03	Keine Geschwindigkeitssensor-Signale	Sensor prüfen oder ersetzen.
E05	Mögliche Motorüberlastung	a.- Band schmieren. b.- Motor auf Überhitzung prüfen. c.- Steuerplatine prüfen.
E06	Kalibrierungsfehler	Steuerplatine austauschen.
E07	Sicherheitsschlüssel	Sicherheitsschlüssel korrekt einsetzen.
E08	Steuerplatine verbrannt	Platine austauschen.

Zögern Sie nicht, den Technischen Kundendienst zu kontaktieren, falls Sie Fragen haben (Kontakt auf der letzten Seite des Handbuchs).

INSTRUÇÕES DE FUNCIONAMENTO.-

INÍCIO RÁPIDO

A: Coloque a Chave de Segurança na Consola (a esteira não funcionará sem a Chave de Segurança). Prenda a outra extremidade da Chave de Segurança à sua roupa antes de se exercitar para garantir que a máquina pare caso o usuário saia acidentalmente da esteira.

B: Se o usuário cair da esteira, a Chave de Segurança se desprenderá da Consola e a máquina parará imediatamente para evitar lesões adicionais.

C: Não fique sobre a Lona de Corrida ao ligar a esteira. Fique com as pernas afastadas, apoiando-se nos trilhos laterais de plástico.

D: A esteira iniciará a 1.0 KM/H após ser ligada. Se você for um usuário novo, mantenha uma velocidade baixa e segure-se nas barras até sentir-se confortável.

FUNÇÃO DOS BOTÕES.-

START (Início): Pressione este botão para ligar a máquina.

STOP (Parar): Uma pressão pausa a máquina; duas pressões a interrompem.

(P) Pressione este botão para selecionar “P1-P2-...P8”, “U1-U2-U3”, “Hr1-Hr2-Hr3”, “FAT”.

Pressione este botão para escolher

entre objetivos de tempo, distância ou calorías.

(M) Pressione este botão para escolher entre objetivos de tempo, distância ou calorías.

(▲) Pressione este botão para aumentar a inclinação.

(▼) Pressione este botón para disminuir la inclinación.

(+) Pressione este botão para aumentar a velocidade.

(-) Pressione este botão para diminuir a velocidade.

Botões de seleção direta de inclinação: Toque em 3, 6, 9 para ajustar rapidamente a inclinação.

Botões de seleção direta de velocidade: Toque em 6, 9, 12 para ajustar rapidamente uma velocidade específica.

FUNÇÕES DA CONSOLA.-

1.PULSO: Mostra a frequência cardíaca do usuário. Segure os sensores de pulso com ambas as mãos; o valor aparecerá após 5 segundos (50–200 ppm). Apenas para referência.

2.CALORÍAS: Mostra o consumo calórico entre 0 e 990 KCAL.

3. INCLINAÇÃO: Mostra o nível atual de inclinação (0–15).

4. VELOCIDADE: Mostra a velocidade atual da lona.

5. DISTÂNCIA: Mostra a distância total do treino (1.0 a 99.0 km).

6. TEMPO: Mostra o tempo total (0:00 a 99:00 min).

7.MODO (MODE): Pressione M para escolher entre objetivos de TEMPO, DISTÂNCIA ou CALORIAS. Use para definir o valor objetivo. Pressione START para iniciar o treino. Use e para ajustar velocidade e inclinação.

8.PROGRAMAS: pressione P para escolher entre 8 programas predefinidos, 3 programas de usuário, 3 de controle cardíaco e teste de gordura corporal.

8.1 PROGRAMAS

PREDEFINIDOS: A partir do modo de espera, pressione o botão P para escolher qualquer um dos programas integrados de P1 a P8.

Pressione o botão M para selecionar um nível de intensidade de L1 a L8 para o programa escolhido.



Pressione para definir o tempo de treino.

O programa será dividido em 18 segmentos com base no tempo objetivo de treino. Pressione START para iniciar o treino do programa.

Pressione   ou   para ajustar a velocidade ou a inclinação

durante o exercício.

A máquina emitirá um bip ao final de cada segmento e avançará automaticamente para o próximo, com os valores de velocidade e inclinação predefinidos.

A janela de matriz de pontos mostrará o diagrama de velocidade do programa, com luzes piscando para indicar a fase atual do treino.

8.2 Programas de Controle de Frequência Cardíaca:

Pressione P para escolher entre “Hr1”, “Hr2” ou “Hr3”, e depois pressione M para definir a idade e a frequência cardíaca objetivo; depois pressione M para definir um tempo de treino objetivo. Após completar estes passos, pressione START para iniciar o treino. O intervalo de idade vai de 15 a 80 e o intervalo de frequência cardíaca objetivo vai de 80 a $(220 - \text{idade}) \times 0,9$.

Hr1: Velocidade inicial de 1 km/h e inclinação 0. Após correr 1 minuto a 1 km/h, a esteira ajustará a velocidade a cada 30 segundos da seguinte forma:

A: Se $(FC \text{ objetivo} - FC \text{ usuário}) > 30$, a velocidade aumentará 2.0 km/h;

B: Se $(FC \text{ objetivo} - FC \text{ usuário}) < 30$, a velocidade diminuirá 1.0 km/h;

C: Se $(FC \text{ usuário} - FC \text{ objetivo}) > 30$, a velocidade diminuirá 2.0 km/h;

D: Se $(FC \text{ usuário} - FC \text{ objetivo}) < 30$, a velocidade diminuirá 1.0 km/h;

Hr2: Velocidade inicial de 4 km/h e inclinação 4. Após correr 1 minuto a 4

km/h, a esteira ajustará a inclinação a cada 30 segundos da seguinte forma:

A: Se $(FC \text{ objetivo} - FC \text{ usuário}) > 30$, a inclinação aumentará 2 níveis;

B: Se $(FC \text{ objetivo} - FC \text{ usuário}) < 30$, a inclinação diminuirá 1 nível;

C: Se $(FC \text{ usuário} - FC \text{ objetivo}) > 30$, a inclinação diminuirá 2 níveis;

D: Se $(FC \text{ usuário} - FC \text{ objetivo}) < 30$, a inclinação diminuirá 2 níveis.

Hr3: Velocidade inicial de 3 km/h e inclinação 2. Após correr 1 minuto a 3 km/h, a esteira ajustará inclinação e velocidade a cada 30 segundos da seguinte forma:

A: Se $(FC \text{ objetivo} - FC \text{ usuário}) > 30$, a velocidade aumentará 2.0 km/h e a inclinação aumentará 1 nível;

B: Se $(FC \text{ objetivo} - FC \text{ usuário}) < 30$, a velocidade diminuirá 1.0 km/h e a inclinação diminuirá 1 nível;

C: Se $(FC \text{ usuário} - FC \text{ objetivo}) > 30$, a velocidade diminuirá 2.0 km/h e a inclinação diminuirá 1 nível;

D: Se $(FC \text{ usuário} - FC \text{ objetivo}) < 30$, a velocidade diminuirá 1.0 km/h e a inclinação diminuirá 1 nível;

A velocidade será reduzida para 1.0 km/h caso a frequência cardíaca do usuário ultrapasse (220-idade). A consola emitirá um bip a cada segundo e a esteira parará após 15 segundos de frequência cardíaca elevada contínua.

A velocidade será reduzida para 1.0

km/h se a consola não detectar sinal de frequência cardíaca em 1 minuto. A consola emitirá um bip a cada segundo e a esteira parará após 15 segundos sem sinal.

8.3 Programas de Usuário: A partir do modo de espera, pressione P até que a consola mostre U1, U2 ou U3. Selecione entre os 3 programas de usuário.

Pressione   para definir um tempo de treino objetivo.

Pressione M para entrar na configuração do programa de usuário. Cada programa é dividido em 18 segmentos com base no tempo objetivo de treino;

Pressione   ou   para ajustar velocidade ou inclinação durante o exercício.

A máquina emitirá um bip ao final de cada segmento e avançará automaticamente para o próximo com os valores definidos.

A janela de matriz de pontos mostrará o diagrama de velocidade do programa, com luzes piscando para indicar a fase atual.

8.4 Teste de Gordura Corporal: A partir do modo de espera, pressione o botão P até aparecer "FAT".

- Pressione M para inserir informações pessoais.

Insira os dados de F-1 a F-4 (F-1 SEXO, F-2 IDADE, F-3 ALTURA, F-4 PESO) usando os botões

correspondentes:  

Pressione MODE após cada ajuste para salvar os dados e avançar automaticamente.

- Quando chegar a F-5 (TESTE DE GORDURA CORPORAL), coloque as mãos sobre os sensores de pulso. A consola mostrará seu valor de gordura corporal após 3 segundos.

- O valor de gordura corporal é apenas uma referência e não deve ser usado para fins médicos.

F-1	Gender	01 male	02 female
F-2	Age	10-99	
F-3	Height	100-200CM	
F-4	Weight	20-150KG	
F-5	FAT	<19	Under weight
	FAT	=(20---25)	Normal weight
	FAT	=(26---29)	Overweight
	FAT	> 30	Obesity

CARREGADOR SEM FIO.-

A esteira está equipada com um carregador sem fio de 15W, permitindo aos usuários carregar dispositivos externos.

ENTRADA PARA FONES DE OUVIDO.-

A esteira inclui uma entrada para fones de ouvido, permitindo aos usuários conectá-los para uma experiência de áudio mais privada.

CONECTAR SMARTPHONE.-

Quando a esteira estiver equipada com função Bluetooth, siga estes passos para conectar seu smartphone.

PASSO 1: Ative o Bluetooth no smartphone, procure o dispositivo BT-speaker e selecione para conectar.

PASSO 2: Uma vez conectado, a música do smartphone será reproduzida pelos alto-falantes integrados da esteira.

MODO DE SUSPENSÃO.-

O sistema entrará automaticamente em modo de suspensão após 10 minutos de inatividade, e a tela será desligada. Pressione qualquer botão para ativar a consola.

CÓDIGOS DE ERRO

E01	Possível falha de cabo	Conecte o cabo entre o controlador superior e a consola.
E02	Falha do motor	Verifique os cabos do motor. Substitua o motor se necessário.
E03	Sem sinal do sensor de velocidade	Verifique a posição ou substitua o sensor de velocidade.
E05	Possível sobrecarga do motor	a.- Lubrifique a lona. b.- Verifique se o motor não está queimado. c.- Verifique se a placa de controle não está queimada.
E06	Erro de calibração	Substitua a placa de controle.
E07	Chave de segurança	Coloque corretamente a chave de segurança.
E08	Placa de controle queimada	Substitua a placa de controle.

Não hesite em contactar o Serviço de Assistência Técnica se tiver alguma dúvida, ligando para o Atendimento ao Cliente (ver última página do manual).

INSTRUÇÕES DE FUNCIONAMENTO.-

AVVIO RAPIDO

A: Inserire la Chiave di Sicurezza nella Console (il tapis roulant non funzionerà senza la Chiave di Sicurezza). Fissare l'altra estremità della Chiave di Sicurezza ai propri vestiti prima dell'allenamento per garantire che la macchina si fermi se l'utente scende accidentalmente dal tapis roulant.

B: Se l'utente cade dal tapis roulant, la Chiave di Sicurezza si staccherà dalla Console e la macchina si fermerà immediatamente per evitare ulteriori lesioni.

C: Non stare sulla Cinghia di Corsa quando si accende il tapis roulant. Posizionarsi a cavalcioni della cinghia appoggiandosi sui corrimano laterali in plastica.

D: Il tapis roulant inizierà a 1.0 KM/H dopo l'accensione. Se sei un nuovo utente, mantieni una bassa velocità e tieniti alle barre finché non ti senti a tuo agio.

FUNZIONE DEI PULSANTI.-

START (Avvio): Premere questo pulsante per accendere la macchina.

STOP (Parar): Una pressione mette in pausa la macchina; due pressioni la fermano.

 Premere questo pulsante per selezionare "**P1–P2–...P8**", "**U1–U2–**

U3", "**Hr1–Hr2–Hr3**", "**FAT**".

Premere questo pulsante per scegliere tra obiettivi di **tempo**, **distanza o calorie**.

 Premere questo pulsante per scegliere tra obiettivi di **tempo**, **distanza o calorie**.

 Premere questo pulsante per **aumentare l'inclinazione**.

 Premere questo pulsante per **diminuire l'inclinazione**.

 Premere questo pulsante per **aumentare la velocità**.

 Premere questo pulsante per **diminuire la velocità**.

Pulsanti di selezione diretta dell'inclinazione: Toccare 3, 6, 9 per regolare rapidamente l'inclinazione.

Pulsanti di selezione diretta della velocità: Toccare 6, 9, 12 per impostare rapidamente una velocità specifica.

FUNZIONI DELLA CONSOLE.-

1.PULSO: Mostra la frequenza cardiaca dell'utente. Tenere entrambi i sensori di pulsazione; il valore apparirà dopo 5 secondi (50–200 ppm). Solo come riferimento.

2. CALORIE: Mostra il consumo calorico tra 0 e 990 KCAL.

3. INCLINAZIONE: Mostra il livello

corrente di inclinazione (0–15).

4. VELOCITÀ: Mostra la velocità attuale della cinghia.

5. DISTANZA: Mostra la distanza totale dell'allenamento (1.0 a 99.0 km).

6. TEMPO: Mostra il tempo totale (0:00 a 99:00 min).

7. MODALITÀ (MODE): Premere M per scegliere tra obiettivi di TEMPO, DISTANZA o CALORIE. Usare per definire il valore obiettivo. Premere START per iniziare l'allenamento. Usare e per regolare velocità e inclinazione.

8. PROGRAMMI: Premere P per scegliere tra 8 programmi preimpostati, 3 programmi utente, 3 programmi di controllo cardiaco e test della massa grassa.

8.1 PROGRAMMI

PREIMPOSTATI: Dalla modalità standby, premere il pulsante P per scegliere uno dei programmi integrati da P1 a P8.

Premere il pulsante M per selezionare un livello di intensità da L1 a L8 per il programma scelto.



Premere per impostare il tempo di allenamento.

Il programma sarà suddiviso in 18 segmenti in base al tempo di allenamento impostato. Premere START per avviare

l'allenamento del programma.

Premere o per regolare la velocità o l'inclinazione durante l'allenamento.

La macchina emetterà un segnale acustico alla fine di ogni segmento e passerà automaticamente al successivo, con valori preimpostati di velocità e inclinazione.

La finestra a matrice di punti mostrerà il diagramma di velocità del programma, con luci lampeggianti per indicare la fase attuale dell'allenamento.

8.2 Programmi di Controllo della Frequenza Cardiaca:

Premere P per scegliere tra "Hr1", "Hr2" o "Hr3", quindi premere M per impostare età e frequenza cardiaca obiettivo, poi premere M per impostare un tempo di allenamento; dopo aver completato questi passaggi, premere START per iniziare l'allenamento. L'età va da 15 a 80 anni e la frequenza obiettivo va da 80 a $(220 - \text{età}) \times 0.9$.

Hr1: Velocità iniziale di 1 km/h e inclinazione 0. Dopo 1 minuto a 1 km/h, il tapis roulant regolerà la velocità ogni 30 secondi nel seguente modo:

A: Se $(FC \text{ obiettivo} - FC \text{ utente}) > 30$, la velocità aumenterà di 2.0 km/h;

B: Se $(FC \text{ obiettivo} - FC \text{ utente}) < 30$, la velocità diminuirà di 1.0 km/h;

C: Se $(FC \text{ utente} - FC \text{ obiettivo}) > 30$, la velocità diminuirà di 2.0 km/h;

D: Se $(FC \text{ utente} - FC \text{ obiettivo}) < 30$, la velocità diminuirà di 1.0 km/h;

Hr2: Velocità iniziale di 4 km/h e inclinazione 4. Dopo 1 minuto a 4 km/h, il tapis roulant regolerà l'inclinazione ogni 30 secondi nel seguente modo:

A: Se $(FC \text{ obiettivo} - FC \text{ utente}) > 30$, l'inclinazione aumenterà di 2 livelli;

B: Se $(FC \text{ obiettivo} - FC \text{ utente}) < 30$, l'inclinazione diminuirà di 1 livello;

C: Se $(FC \text{ utente} - FC \text{ obiettivo}) > 30$, l'inclinazione diminuirà di 2 livelli;

D: Se $(FC \text{ utente} - FC \text{ obiettivo}) < 30$, l'inclinazione diminuirà di 2 livelli.

Hr3: Velocità iniziale di 3 km/h e inclinazione 2. Dopo 1 minuto a 3 km/h, il tapis roulant regolerà inclinazione e velocità ogni 30 secondi nel seguente modo:

A: Se $(FC \text{ obiettivo} - FC \text{ utente}) > 30$, la velocità aumenterà di 2.0 km/h e l'inclinazione aumenterà di 1 livello;

B: Se $(FC \text{ obiettivo} - FC \text{ utente}) < 30$, la velocità diminuirà di 1.0 km/h e l'inclinazione diminuirà di 1 livello;

C: Se $(FC \text{ utente} - FC \text{ obiettivo}) > 30$, la velocità diminuirà di 2.0 km/h e l'inclinazione diminuirà di 1 livello;

D: Se $(FC \text{ utente} - FC \text{ obiettivo}) < 30$, la velocità diminuirà di 1.0 km/h e l'inclinazione diminuirà di 1 livello;

La velocità verrà ridotta a 1.0 km/h quando la frequenza cardiaca dell'utente supera (220-età). La console

emetterà un segnale acustico ogni secondo e il tapis roulant si fermerà dopo 15 secondi di frequenza elevata continua.

La velocità verrà ridotta a 1.0 km/h se la console non rileva alcun segnale cardiaco per 1 minuto. La console emetterà un segnale ogni secondo e il tapis roulant si fermerà dopo 15 secondi senza segnale.

8.3 Programmi Utente: Dalla modalità standby, premere P finché la console non mostra U1, U2 o U3. Selezionare uno dei 3 programmi utente.

Premere   per impostare un tempo di allenamento obiettivo.

Premere M per entrare nella configurazione del programma utente. Ogni programma è diviso in 18 segmenti basati sul tempo obiettivo di allenamento.

Premere   o   per regolare velocità o inclinazione durante l'allenamento.

La macchina emetterà un segnale acustico alla fine di ogni segmento e passerà automaticamente al successivo con i valori impostati.

La finestra a matrice mostrerà il diagramma della velocità del programma, con luci lampeggianti per indicare la fase attuale.

8.4 Test della Massa Grassa: Dalla modalità standby, premere il pulsante P finché non appare "FAT".

- Premere M per inserire le informazioni personali.

Inserire i dati da F-1 a F-4 (F-1 SESSO, F-2 ETÀ, F-3 ALTEZZA, F-4 PESO) usando i pulsanti corrispondenti:  

Premere MODE dopo ogni regolazione per salvare i dati e passare automaticamente al passo successivo.

- Alla voce F-5 (TEST MASSA GRASSA), posizionare le mani sui sensori di pulsazione.

- La console mostrerà il valore della massa grassa dopo 3 secondi. Il valore della massa grassa è solo indicativo e non per uso medico.

F-1	Gender	01 male	02 female
F-2	Age	10-99	
F-3	Height	100-200CM	
F-4	Weight	20-150KG	
F-5	FAT	<19	Under weight
	FAT	=(20---25)	Normal weight
	FAT	=(26---29)	Overweight
	FAT	> 30	Obesity

CARICATORE WIRELESS.-

Il tapis roulant è dotato di un caricatore

wireless da 15W, che consente agli utenti di caricare dispositivi esterni.

INGRESSO CUFFIE.-

Il tapis roulant include un ingresso per cuffie, permettendo agli utenti di collegarle per un ascolto più privato.

CONNETTERE SMARTPHONE.-

Quando il tapis roulant è dotato di funzione Bluetooth, seguire questi passi per collegare lo smartphone.

PASSO 1: Attivare il Bluetooth sullo smartphone, cercare il dispositivo “BT-speaker” e selezionarlo per connettersi.

PASSO 2: Una volta connesso, la musica dello smartphone verrà riprodotta attraverso gli altoparlanti integrati del tapis roulant.

MODALITÀ STANDBY.-

Il sistema entrerà automaticamente in modalità standby dopo 10 minuti di inattività e lo schermo si spegnerà.

Premere qualsiasi pulsante per riattivare la console.

CODICI DI ERRORE

E01	Possibile guasto del cavo	Collegare il cavo tra il controller superiore e la console.
E02	Guasto del motore	Controllare i cavi del motore. Sostituire il motore se necessario.
E03	Nessun segnale dal sensore di velocità	Controllare la posizione o sostituire il sensore di velocità.
E05	Possibile sovraccarico del motore	a.- Lubrificare la cinghia. b.- Verificare che il motore non sia bruciato. c.- Verificare che la scheda di controllo non sia bruciata.
E06	Errore di calibrazione	Sostituire la scheda di controllo.
E07	Chiave di sicurezza	Posizionare correttamente la chiave di sicurezza.
E08	Scheda di controllo bruciata	Sostituire la scheda di controllo.

Non esitare a contattare il Servizio di Assistenza Tecnica se hai domande, chiamando l'Assistenza Clienti (vedi ultima pagina del manuale).

BEDIENINGSINSTRUCTIES.-

SNELSTART

A: Plaats de Veiligheidssleutel in de Console (de loopband werkt niet zonder de Veiligheidssleutel). Bevestig het andere uiteinde van de Veiligheidssleutel aan uw kleding voordat u gaat trainen om ervoor te zorgen dat de machine stopt als de gebruiker per ongeluk van de loopband afloopt.

B: Als de gebruiker van de loopband valt, zal de Veiligheidssleutel van de Console loskomen en zal de machine onmiddellijk stoppen om verdere verwondingen te voorkomen.

C: Ga niet op de Loopband staan bij het inschakelen van de loopband. Ga met beide benen aan weerszijden van de band staan en steun op de plastic zijrails.

D: De loopband start op 1,0 KM/U na inschakeling. Als u een nieuwe gebruiker bent, houd dan een lage snelheid aan en houd de handgrepen vast totdat u zich comfortabel voelt.

KNOPFUNCTIES.-

START (Start): Druk op deze knop om de machine in te schakelen.

STOP (Stop): Eén keer indrukken pauzeert de machine; twee keer indrukken stopt de machine.

(P) Druk op deze knop om “**P1-P2-...P8**”, “**U1-U2-U3**”, “**Hr1-Hr2-Hr3**”, “**FAT**”.

Druk op deze knop om te kiezen tussen tijd-, **afstand- of calorie-doelen**.

(M) Druk op deze knop om te kiezen **tussen tijd-, afstand- of calorie-doelen**.

(▲) Druk op deze knop om de helling te verhogen.

(▼) Druk op deze knop om de helling te verlagen.

(+) Druk op deze knop om de snelheid te verhogen.

(-) Druk op deze knop om de snelheid te verlagen.

Directe hellingselectieknoppen: Tik op 3, 6, 9 om snel het hellingsniveau in te stellen.

Directe snelheidselectieknoppen: Tik op 6, 9, 12 om snel een specifieke snelheid in te stellen.

CONSOLEFUNCTIES.-

1. PULS: Toont de hartslag van de gebruiker. Houd de polssensoren met beide handen vast; de waarde verschijnt na 5 seconden (50–200 bpm). Alleen ter referentie.

2. CALORIEËN: Toont het calorieverbruik van 0 tot 990 KCAL.

3. HELLING: Toont het huidige hellingsniveau (0–15).

4. SNELHEID: Toont de huidige band

snelheid.

5. AFSTAND: Toont de totale trainingsafstand (1,0 tot 99,0 km).

6. TIJD: Toont de totale trainingstijd (0:00 tot 99:00 min).

7. MODUS (MODE): Druk op M om te kiezen tussen TIJD-, AFSTAND- of CALORIE-doelen.

8. PROGRAMMA'S: Druk op P om te kiezen uit 8 vooraf ingestelde programma's, 3 gebruikersprogramma's, 3 hartslagcontroleprogramma's en lichaamsvetmeting.

8.1 VOORAF INGESTELDE PROGRAMMA'S: Vanaf de stand-by modus, druk op de P-knop om een van de ingebouwde programma's van P1 tot P8 te selecteren.

Druk op de M-knop om een intensiteitsniveau van L1 tot L8 voor het gekozen programma te selecteren.

  Druk op om de trainingstijd in te stellen.

Het programma wordt verdeeld in 18 segmenten op basis van de doeltrainingstijd.

Druk op START om het programma te starten.

Druk   o   per regolare la velocità o l'inclinazione durante l'allenamento.

De machine piept aan het einde van elk segment en gaat automatisch

door naar het volgende, met de vooraf ingestelde snelheid en helling.

Het dotmatrix-display toont het snelheidsdiagram van het programma, met knipperende lampjes die de huidige trainingsfase aangeven.

8.2 Hartslagcontroleprogramma's:

Druk op P om te kiezen tussen "Hr1", "Hr2" of "Hr3", en druk vervolgens op M om leeftijd en doelhartslag in te stellen, druk vervolgens op M om een doeltrainingstijd in te stellen; druk na het voltooien van deze stappen op START om de training te starten. Leeftijdsbereik: 15–80 jaar. Doelhartslagbereik: 80 tot (220-leeftijd)x0,9.

Hr1: Beginsnelheid 1 km/u, helling 0. Na 1 minuut lopen op 1 km/u past de loopband de snelheid elke 30 seconden aan als volgt:

A: Als (Doelhartslag – Gebruikershartslag) >30, verhoog snelheid met 2,0 km/u;

B: Als (Doelhartslag – Gebruikershartslag) <30, verlaag snelheid met 1,0 km/u;

C: Als (Gebruikershartslag – Doelhartslag) >30, verlaag snelheid met 2,0 km/u;

D: Als (Gebruikershartslag – Doelhartslag) <30, verlaag snelheid met 1,0 km/u;

Hr2: Beginsnelheid 4 km/u, helling 4.

Na 1 minuut lopen op 4 km/u past de loopband de helling elke 30 seconden aan als volgt:

A: Als (Doelhartslag – Gebruikershartslag) >30, verhoog helling met 2 niveaus;

B: Als (Doelhartslag – Gebruikershartslag) <30, verlaag helling met 1 niveau;

C: Als (Gebruikershartslag – Doelhartslag) >30, verlaag helling met 2 niveaus;

D: Als (Gebruikershartslag – Doelhartslag) <30, verlaag helling met 2 niveaus.

Hr3: Beginsnelheid 3 km/u, helling 2. Na 1 minuut lopen op 3 km/u past de loopband helling en snelheid elke 30 seconden aan als volgt:

A: Als (Doelhartslag – Gebruikershartslag) >30, verhoog snelheid met 2,0 km/u en helling met 1 niveau;

B: Als (Doelhartslag – Gebruikershartslag) <30, verlaag snelheid met 1,0 km/u en helling met 1 niveau;

C: Als (Gebruikershartslag – Doelhartslag) >30, verlaag snelheid met 2,0 km/u en helling met 1 niveau;

D: Als (Gebruikershartslag – Doelhartslag) <30, verlaag snelheid met 1,0 km/u en helling met 1 niveau;

De snelheid wordt verlaagd naar 1,0 km/u wanneer de hartslag van de

gebruiker (220-leeftijd) overschrijdt. Het display piept elke seconde en de loopband stopt na 15 seconden aanhoudend hoge hartslag.

De snelheid wordt verlaagd naar 1,0 km/u als de console geen hartslagsignaal detecteert binnen 1 minuut. Het display piept elke seconde en de loopband stopt na 15 seconden zonder signaal.

8.3 Gebruikersprogramma's: Vanaf stand-by, druk op P totdat de console U1, U2 of U3 toont. Selecteer een van de 3 gebruikersprogramma's.

Druk   op om een doeltrainingstijd in te stellen.

Druk op M om de gebruikersprogrammainstellingen in te voeren.

Elk programma is verdeeld in 18 segmenten op basis van de doeltrainingstijd.

Druk   op   of om snelheid of helling tijdens de training aan te passen.

De machine piept aan het einde van elk segment en gaat automatisch door naar het volgende met de ingestelde snelheid en helling.

Het dotmatrix-display toont het snelheidsdiagram van het programma, met knipperende lampjes die de huidige fase aangeven.

8.4 Lichaamsvetmeting: Vanaf stand-by, druk op P totdat "FAT" verschijnt.

- Druk op M om persoonlijke gegevens in te voeren.

Voer de gegevens in van F-1 tot F-4 (F-1 SESSO, F-2 ETÀ, F-3 ALTEZZA, F-4 PESO) met de juiste knoppen:  

Druk op MODE na elke instelling om de gegevens op te slaan en automatisch naar de volgende stap te gaan.

- Bij F-5 (LICHAAMSVERGEMETING), plaats uw handen op de polssensoren. Het display toont uw lichaamsvetwaarde na 3 seconden.

- De waarde van lichaamsvet is slechts een richtlijn en niet voor medisch gebruik.

F-1	Gender	01 male	02 female
F-2	Age	10-99	
F-3	Height	100-200CM	
F-4	Weight	20-150KG	
F-5	FAT	<19	Under weight
	FAT	=(20---25)	Normal weight
	FAT	=(26---29)	Overweight
	FAT	> 30	Obesity

DRAADLOZE LADER.-

De loopband is uitgerust met een 15W draadloze lader, waarmee gebruikers externe apparaten kunnen opladen.

HOOFDTELEFOONAANSLUITING.-

De loopband heeft een hoofdtelefoonaansluiting, zodat gebruikers hun hoofdtelefoon kunnen aansluiten voor een meer privé luisterervaring.

SLUIT SMARTPHONE AAN.-

Wanneer de loopband is uitgerust met Bluetooth-functie, volg de onderstaande stappen om uw smartphone te verbinden.

STAP 1: Zet Bluetooth aan op uw smartphone, zoek het apparaat “BT-speaker” en selecteer het om te verbinden.

STAP 2: Zodra verbonden, wordt de muziek van uw smartphone afgespeeld via de ingebouwde luidsprekers van de loopband.

SLAAPSTAND.-

Het systeem gaat automatisch in slaapstand na 10 minuten inactiviteit en het scherm gaat uit.

Druk op een willekeurige knop om de console te activeren.

FOUTCODES

E01	Mogelijk kabelprobleem	Verbind de kabel tussen de bovenste controller en de console.
E02	Motorstoring	Controleer de motorkabels. Vervang de motor indien nodig.
E03	Geen snelheidsensor-sigitaal	Controleer de positie of vervang de snelheidsensor.
E05	Mogelijke motoroverbelasting	a.- Smeer de band. b.- Controleer of de motor niet verbrand is. c.- Controleer of het control board niet verbrand is.
E06	Kalibratiefout	Vervang het control board.
E07	Veiligheidssleutel	Plaats de veiligheidssleutel correct.
E08	Verbrand control board	Vervang het control board.

Neem contact op met de Technische Dienst als u vragen heeft, door de Klantenservice te bellen (zie de laatste pagina van de handleiding).