

# MOTORIZED TREADMILL OWNER'S MANUAL

---

Bewahren Sie diese Bedienungsanleitung zum späteren Nachschlagen auf  
Lesen und befolgen Sie alle Anweisungen in dieser Bedienungsanleitung

## **DANKESCHÖN**

Vielen Dank, dass Sie sich für dieses Produkt entschieden haben. Das Produkt wird Ihnen auf ganz einfache Weise helfen, fitter, gesünder bleiben.

### Benutzerhandbuch

1. Wenn Sie das Netzkabel anschließen, stecken Sie das Netzkabel in einen geerdeten Stromkreis. Schließen Sie keine weiteren Elektrogeräte an diesen Stromkreis an.
2. Stellen Sie vor der Verwendung sicher, dass das Laufband stabil auf dem Boden steht.
3. Überprüfen Sie vor dem Start, ob die Funktion normal ist oder nicht.
4. Stellen Sie sich auf zwei Seitenschiene, wenn das Laufband startet.
5. Befestigen Sie den Sicherheitsschlüssel bei Bedarf an Ihrer Kleidung, um einen Notfall zu kontrollieren.
6. Drücken Sie die „Start“-Taste, um das Laufband zu starten.
7. Folgen Sie dem Laufband mit dem linken Bein, um sich vor dem Probelauf vorzubereiten. Erst wenn man es richtig spürt, dann läuft man mit zwei Beinen auf dem Laufband mit der richtigen Laufhaltung.
8. Das Laufband ist NUR FÜR EINE PERSON geeignet. Überlastung ist nicht zulässig.
9. Sie können die Geschwindigkeit bei Bedarf anpassen.
10. Nach dem Laufen können Sie das Laufband stoppen, indem Sie den Sicherheitsschlüssel herausziehen oder die „Stopp“-Taste drücken.
11. Denken Sie daran, das Gerät auszuschalten und den Stecker zu ziehen, wenn Sie mit dem Training fertig sind.

### **Sicherheitsvorkehrungen:**

- ◆ Stellen Sie das Laufband im Innenbereich auf.
- ◆ Tragen Sie bei der Nutzung des Fitnessgeräts bequeme Kleidung und vorzugsweise Sport- oder Aerobic-Schuhe.
- ◆ Halten Sie Kinder vom Laufband fern, um Unfälle zu vermeiden.
- ◆ Überprüfen Sie bei jeder Verwendung des Laufmaschine alle seine Teile und ziehen Sie diese richtig nach.
- ◆ Lassen Sie das Laufmaschine nicht länger als 2 Stunden ununterbrochen laufen.
- ◆ Sorgen Sie beim Laufen für eine gute Luftzirkulation.
- ◆ Beim Laufen sollte am Ende des Laufbandes ein sicherer Raum von 2000 x 1000 mm vorhanden sein.
- ◆ Unterbrechen Sie das Laufen, wenn Sie schmerzen verspüren, und suchen Sie einen Arzt auf.
- ◆ Bewahren Sie die Silikonflasche an einem Ort auf, den Kinder nicht erreichen können, um schwerwiegende Fehler zu vermeiden.

- ◆ Es ist verboten, direkt nach der Nutzung vom Laufband zu springen.
- ◆ Ziehen Sie den Netzstecker vorsichtig aus der Steckdose.
- ◆ Stoppen Sie die Maschine, wenn etwas nicht in Ordnung ist, und unterbrechen Sie sofort die Stromversorgung.
- ◆ Es ist nicht gestattet, die Teile selbst zu demontieren.

## **GEFAHR!**

Um oder Schäden zu vermeiden, beachten Sie bitte die folgenden Regeln.

- ◆ Stellen Sie sicher, dass der Reißverschluss Ihrer Kleidung vor dem Laufen geschlossen ist.
- ◆ Tragen Sie keine Kleidung, die sich leicht verhakt.
- ◆ Halten Sie Kinder vom Laufband fern.
- ◆ Benutzen Sie das Laufband nicht im Freien.
- ◆ Unterbrechen Sie die Stromversorgung, bevor Sie das Laufband bewegen.
- ◆ Öffnen Sie die Motor- und Rollenabdeckung nur durch Fachpersonal.
- ◆ Dieses Gerät kann mit einem 10-A-Stromkreis verwendet werden.
- ◆ Stellen Sie sicher, dass jeweils nur eine Person das Fitnessgerät nutzt.
- ◆ Die HRC-Tests sind möglicherweise nicht so genau wie bei medizinischen Geräten, daher dienen die Ergebnisse nur als Referenz.
- ◆ Beenden Sie das Training sofort, wenn Sie sich unwohl fühlen oder Schmerzen in Ihren Gelenken oder Muskeln verspüren. Behalten Sie insbesondere im Auge, wie Ihr Körper auf das Trainingsprogramm reagiert. Schwindel ist ein Zeichen dafür, dass Sie zu intensiv mit dem Gerät trainieren. Legen Sie sich bei den ersten Anzeichen von Schwindel auf den Boden, bis Sie sich besser fühlen.

## **Warnung!** **Verbieten!**

◆ Folgende Patienten, die sich in Behandlung befinden, müssen nach Zustimmung eines Facharztes das Laufband nutzen.

(1) Die Person hat Rückenschmerzen oder verletzt sich im Bein, in der Taille oder im Nacken. Personen mit Taubheitsgefühl in Beinen, Taille, Nacken und Händen (Personen mit chronischen Erkrankungen wie Bandscheibenvorfall, Wirbelsäulenverrutschung, Halswirbelvorwölbung usw.)

(2) Der Patient mit deformierter Arthritis, Rheuma.

(3) Der Patient mit Osteoporose.

(4) Der Patient mit einem schlechten Kreislaufsystem wie Herzerkrankungen, Gefäßerkrankungen und Gefäßhochdruck.

(5) Der Patient mit Atemstörungen.

- (6) Der Patient mit künstlichem Herzrhythmusproblem.
  - (7) Der Patient mit bösartigen Tumoren.
  - (8) Der Patient mit Thrombose.
  - (9) Der Patient mit einer durch Diabetes verursachten Wahrnehmungsstörung.
  - (10) Die Person mit Hautverletzung.
  - (11) Der Patient mit hohem Fieber über 38°C.
  - (12) Die Person mit gebogenem Rückgrat.
  - (13) Die Person, die schwanger ist oder sich in der (Menstruations-)Periode befindet.
  - (14) Die Person fühlt sich unwohl.
  - (15) Der Mensch geht es offensichtlich schlecht.
  - (16) Die Person zum Zweck der Rehabilitation.
  - (17) Die oben genannten Fälle können zu Unfällen oder gesundheitlichen Beeinträchtigungen führen
- ◆ Beenden Sie das Training sofort, wenn Sie Unwohlsein wie Schmerzen in Ihren Gelenken oder Muskeln, Schwindel, Taubheitsgefühl und Herzrhythmusstörungen verspüren, und konsultieren Sie so bald wie möglich einen Arzt.
  - ◆ Halten Sie Kinder von diesem Produkt fern.
    - Kinder könnten verletzt werden, wenn Sie dies ignorieren.
  - ◆ Sagen Sie den Kindern, dass dies kein Spielzeug ist.
    - Kinder könnten verletzt werden, wenn Sie dies ignorieren.
  - ◆ Wenn Sie dieses Produkt verwenden, herausnehmen, zurückstellen oder bewegen, stellen Sie bitte sicher, dass sich niemand oder Haustiere in der Nähe befinden.

## **Verbieten !**

- ◆ Verwenden Sie dieses Produkt nicht mehr, wenn die Abdeckung Risse aufweist (Innenteile herausfallen) oder verschweißte Teile abfallen.
  - kann Gefahren oder Verletzungen verursachen.
- ◆ Springen Sie beim Laufen nicht vom Laufband auf oder ab.
  - kann herunterfallen und sich verletzen.
- ◆ Benutzen oder stellen Sie das Laufband nicht im Freien oder in der Nähe eines Badezimmers auf, um Wasser zu vermeiden.
- ◆ Benutzen oder stellen Sie das Laufband nicht an Orten auf, an denen es direkter

Sonneneinstrahlung ausgesetzt ist, und vermeiden Sie Orte mit hohen Temperaturen wie Heizdecken und Wärmer.

- kann zu Stromlecks oder Bränden führen.

- ◆ Nicht verwenden, wenn das Stromkabel oder der Stecker beschädigt ist oder die Steckdose locker ist.

- kann zu Stromschlägen, Kurzschlüssen oder Bränden führen.

- ◆ Beschädigen oder verdrehen Sie das Netzkabel nicht und stellen Sie keine schweren Gegenstände darauf.

- kann einen Brand oder Stromschlag verursachen.

- ◆ Personen, die nicht bei Bewusstsein sind oder sich nicht selbstständig bewegen können, dürfen das Laufband nicht benutzen.

- kann zu Unfällen oder Verletzungen führen.

- ◆ Demontage, Reparatur, Veränderung durch den Kunden selbst sind grundsätzlich untersagt.

- kann zu mechanischen Schäden und Verletzungen führen.

Um Wasser zu vermeiden !

- ◆ Der Hauptkörper und die Betriebskomponenten dürfen nicht mit Wasser oder Getränken in Berührung kommen.

- kann zu Stromschlägen und Bränden führen. **Verbieten !**

- ◆ Trainieren Sie nicht zu viel, wenn Sie kein regelmäßiger Sportler sind.

- ◆ Benutzen Sie das Laufband nicht nach dem Essen oder bei Müdigkeit.

- kann zu gesundheitlichen Schäden führen.

- ◆ Dieses Produkt ist für den Heimgebrauch bestimmt. Es kann nicht in der Schule oder Turnhalle verwendet werden, wo es viele unspezifische Benutzer gibt.

- kann zu Verletzungen führen.

- ◆ Benutzen Sie das Produkt nicht, während Sie essen oder anderen Aktivitäten nachgehen.

- ◆ Verwenden Sie das Produkt nicht, wenn Sie das Gefühl haben, dass der Körper nach dem Trinken langsamer wird.

- kann zu Unfällen oder Verletzungen führen.

- ◆ Verwenden Sie das Produkt nicht, wenn Sie harte Gegenstände in Ihrer Tasche haben.

- kann zu Unfällen oder Verletzungen führen.

◆ Der Netzstecker soll nicht mit Wasser im Kontakt sein.

- kann zu Stromschlägen, Kurzschlüssen und Bränden führen.

◆ Ziehen Sie während des Betriebs nicht den Stecker und schalten Sie das Gerät nicht aus.

- kann zu Verletzungen führen.

Nicht mit nassen Händen bedienen !

◆ Ziehen Sie den Stecker nicht mit nassen Händen heraus oder stecken Sie ihn ein.

- kann zu Stromschlägen oder Verletzungen führen.

Denken Sie daran, den Stecker herauszuziehen!

◆ Denken Sie daran, bei Nichtgebrauch den Stecker herauszuziehen.

- Staub und Feuchtigkeit können die Isolierung beschädigen und dann zu Stromlecks und Bränden führen.

◆ Ziehen Sie bei Wartungsarbeiten den Stecker heraus.

- kann zu Stromschlägen und Verletzungen führen.

◆ Beenden Sie die Verwendung sofort, wenn das Produkt nicht startet oder etwas Ungewöhnliches auftritt, ziehen Sie den Stecker.

- kann zu Stromschlägen und Verletzungen führen.

◆ Ziehen Sie den Stecker heraus, wenn es plötzlich zu einem Stromausfall kommt.

- Bei Wiederaufnahme der Stromversorgung kann es zu Unfällen und Verletzungen kommen.

◆ Halten Sie beim Herausziehen des Steckers den Stecker und nicht das Kabel fest.

- kann zu Kurzschlüssen, Stromschlägen und Bränden führen.

Anleitung zum Erdungsanschluss !

◆ Das Produkt muss über einen geerdeten Anschluss verfügen. Die geerdete Verbindung kann bei einer Fehlfunktion des Produkts einen Kanal mit dem geringsten Widerstand für den Strom bereitstellen und so die Gefahr eines Stromschlags verringern.

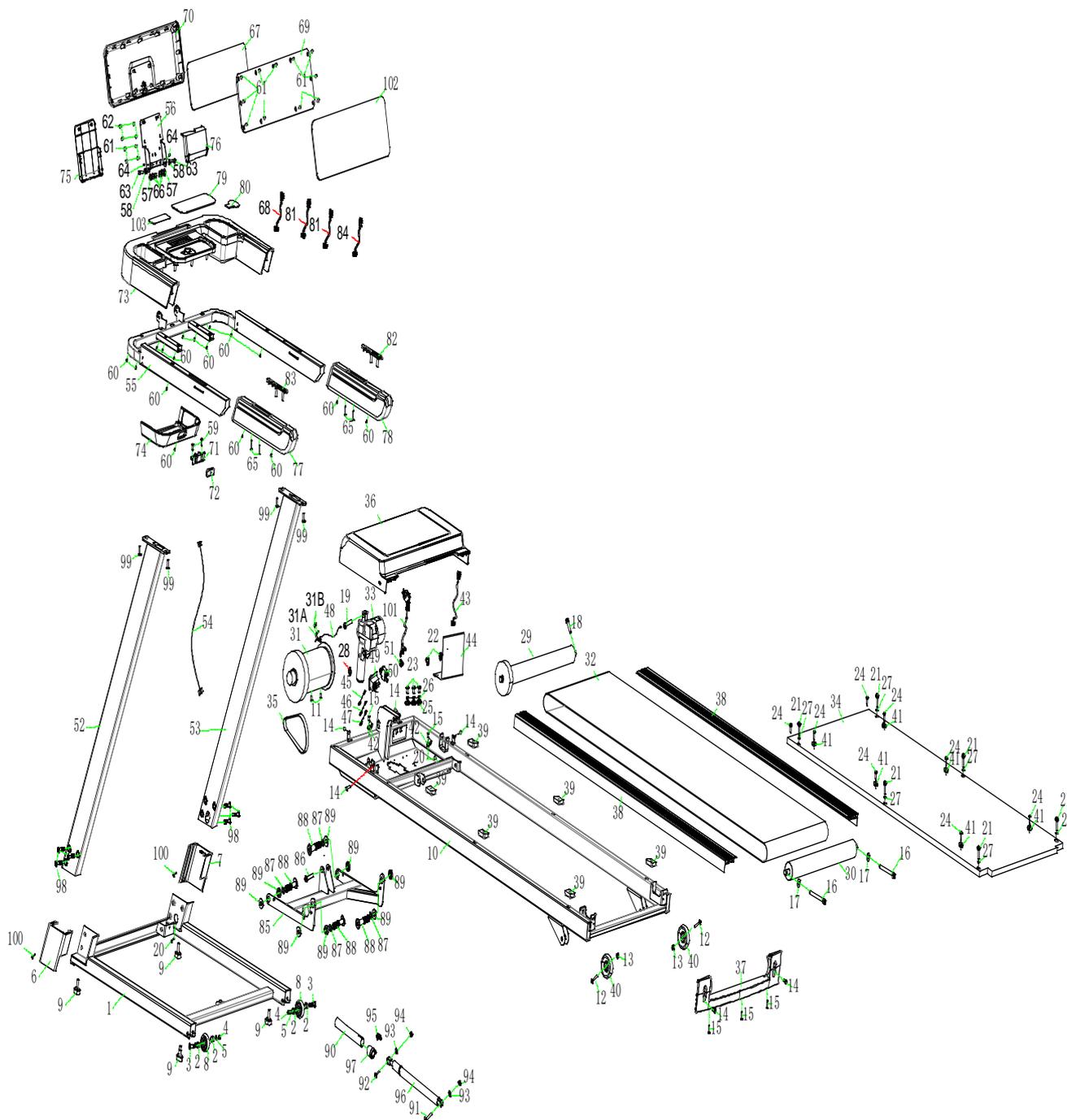
◆ Das Produkt ist mit einem Erdungskabel und einem Erdungsstecker ausgestattet. Der Stecker muss in die Steckdose gesteckt werden, die den örtlichen Vorschriften entspricht.

Gefahr!

◆ Ein falscher Anschluss des Erdungsleiters kann zu Stromschlägen führen. Wenn Sie sich über den Erdungsanschluss nicht sicher sind, wenden Sie sich bitte an einen professionellen Elektriker. Wenn der Stecker des Produkts nicht mit Ihrer Steckdose übereinstimmt, sollten Sie einen Elektriker mit der Installation beauftragen richtige Steckdose installieren.

◆Das Produkt verfügt über einen Erdungsstecker. Bitte bestätigen Sie zunächst, dass Sie über den passenden Sockel verfügen. Steckdosenadapter sind nicht zulässig.

## Explosionszeichnung:



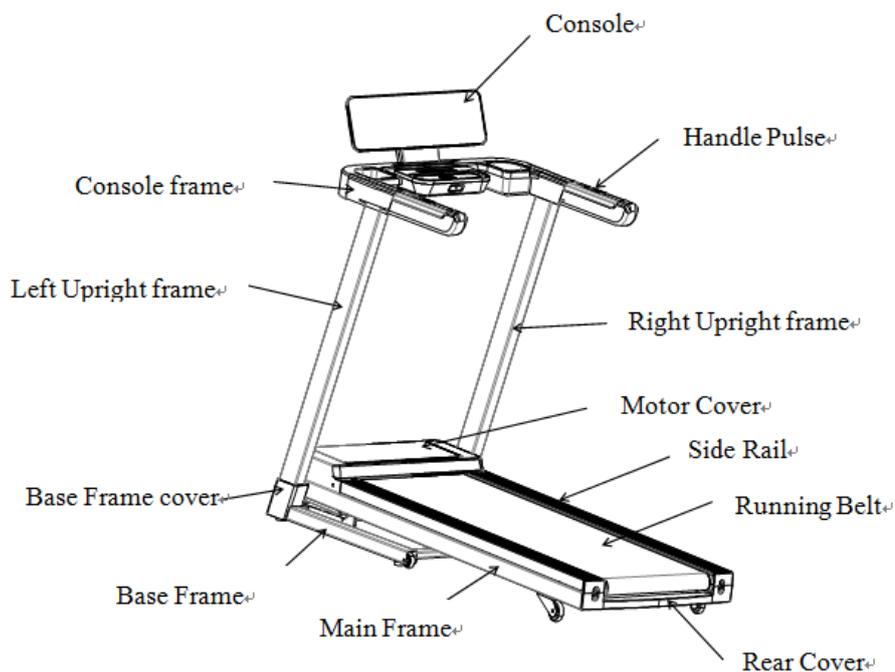
## Part list:

No.	Part Name	specification	Qty
1	Base Frame Weldment		1
2	Bushing		4
3	Allen Socket Button Head Cap Screw (half thread)		2
4	Hex Lock Nut		2
5	Flat Washer		2
6	Base Cover Left		1
7	Base Cover Right		1
8	Wheel		2
9	Adjustable Feet Pad		4
10	Main Frame Weldment		1
11	Allen Socket Button Head Cap Screw (full thread)	M8*20	2
12	Allen Socket Button Head Cap Screw (half thread)	M8*35*20	2
13	Hex Lock Nut	Φ8	2
14	Phillips Truss Head Screw (full thread)	M5*10	6
15	Phillips Truss Head Self-tapping Screw	ST4×16	5
16	Allen Socket Head Cap Bolt (full thread)	M8*75	2
17	Flat Washer	Φ8	2
18	Allen Socket Head Cap Bolt (full thread)	M6*45	1
19	Allen Socket Button Head Cap Screw (half thread)	M10*45*20	1
20	Phillips Truss Head Self-tapping Screw	ST4×10	2
21	Allen Socket Flat CSK Head Bolt (full thread)	M6×55×Φ16	6
22	Phillips Truss Head Bolt (full thread)	M4*16	2
23	Phillips Truss Head Bolt (full thread)	M4*10	2
24	Phillips CSK Head Self Tapping Screw	ST4*15	8
25	Lock Washer	Φ5	3
26	Spring Washer	Φ5	3
27	Plastic Flat Washer (PVC)	Φ12×Φ6×t1.0	6
28	Magnet Ring	Φ29×Φ19×t7.5	1
29	Front Roller		1
30	Rear Roller		1
31	Motor		1
31A	Metal Support for Speed Sensor		1
31B	Philips Pan Head Bolt (full thread)		2
32	Running Belt		1
33	Incline Motor		1
34	7410EA Running Deck		1
35	Motor Belt	174(442)PJ6	1
36	Motor Cover		1
37	Rear Cover		1
38	Side Rail		2
39	Square Cushion		6
40	Wheel		2
41	Side Rail Guider		6
No.	Part Name	specification	Qty
42	Cable Clamp	3/8(UC-2)	2

43	Communication Wire		1
44	7410EA Controller		1
45	Power Connecting Wire		1
46	Power Connecting Wire		1
47	Power Connecting Wire		1
48	Speed Sensor		1
49	Switch		1
50	Fuse		1
51	Power Cable Buckle		1
52	Standpost Left		1
53	Standpost Right		1
54	Communication Wire		1
55	Console Frame Weldment		1
56	Console Fixing Plate Weldment		1
57	Disc Spring	Φ12.5×Φ6.2×0.7	4
58	M6 Step Spacer	Φ16×Φ8×4.7	2
59	Phillips Truss Head Self-Tapping Screw	ST4*10	2
60	Phillips Truss Head Self-Tapping Screw	ST4*16	17
61	Phillips CSK Head Self-Tapping Screw	ST4*10	16
62	Phillips CSK Head Self-Tapping Screw	ST4*15	4
63	Hex Head Screw (full thread)	ST4*16	2
64	Phillips Truss Head Bolt (full thread)	M4*10	2
65	Phillips Truss Head Self-Tapping Screw	ST4*50	4
66	Hex Lock Nut	M6	4
67	7410EA Console Set		1
68	Communication Wire		1
69	Console Panel		1
70	Console Back Cover		1
71	Safety Key Socket		1
72	Safety Key		1
73	Holder Upper		1
74	Holder Lower		1
75	Console Front Decoration Cover		1
76	Console Rear Decoration Cover		1
77	PU Handrail Left		1
78	PU Handrail Right		1
79	Mobile Phone Anti-Slip Pad		1
80	Wireless Charging EVA Sticker		1
81	Connecting Wire for Handle Pulse		2
82	Speed Handle Pulse Set		1
83	Incline Handle Pulse Set		1
84	Connecting Wire for Touch Sense Key		1
85	Lifting Frame Weldment		1
86	Allen Socket Button Head Cap Screw (half thread)	M10×55×25	4
87	Flat Washer	Φ8	4
88	Non-return Tube		1
<b>No.</b>	<b>Part Name</b>	<b>specification</b>	<b>Qty</b>
89	Allen Socket Button Head Cap Screw (half thread)		1

90	Allen Socket Button Head Cap Screw (half thread)		1
91	Allen Socket Button Head Cap Screw (half thread)	M8×30×20	1
92	Allen Socket Button Head Cap Screw (half thread)	M8×50×20	1
93	Flat washer	Φ8	2
94	Hex Lock Nut	M8	2
95	Shrapnel-1		1
96	Hydraulic		1
97	Double Pipe Plug		1
98	Allen Socket Head Cap Bolt (full thread)	M8*35	6
99	Allen Socket Button Head Cap Screw (full thread)	M8*15	4
100	Phillips CSK Head Self-Tapping Screw	ST4*15	2
101	Plug Power Cord		1
102	Acrylic Console Overlay		1
103	Membrane Keypad		1

## Anleitung zum Laufband



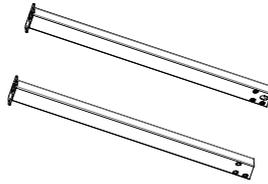
## Technical information

Abmessungen	Fold: 1035*730*1330 mm
	Ausgeklappt: 1583*755*1250 mm
Lauffläche	1300*450mm
Geschwindigkeit	1.0—18.0km/h

# Pack Liste



Hauptrahmen



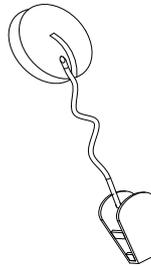
FüÙe



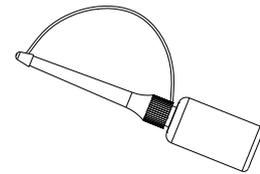
Konsole



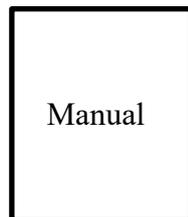
Basisrahmenabdeckung (L&R)



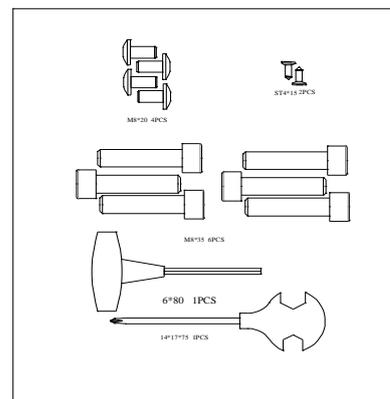
Sicherheitsschlüssel



Silikonflasche

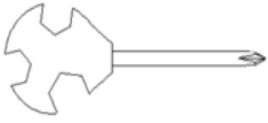


Anleitung

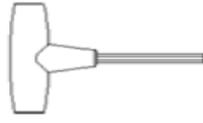


Hardware kit

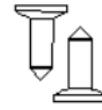
## Hardware liste



Schraubendreher  
14\*17\*75



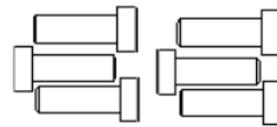
T-handle Inbusschlüssel  
6\*80



Phillips CSK Schraube  
ST4\*15 2pcs

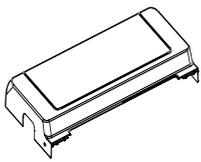


Sechskantschraube)  
M8\*15 4pcs



Sechskantschraube  
M8\*35 4pcs

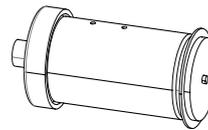
## Hauptteile



Motorabdeckung



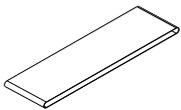
Konsole



Motor



Motorriemen



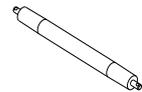
Laufband



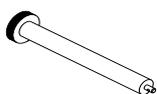
Trittbrett



Seiten Schine



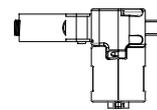
Fordere Walze



Hintere Walze

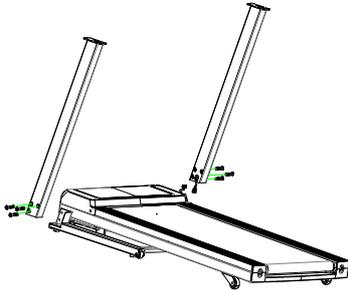


Hintere Abdeckung

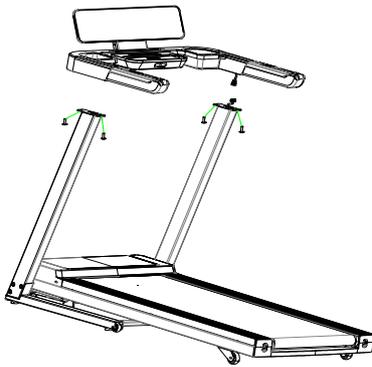


Incline Motor

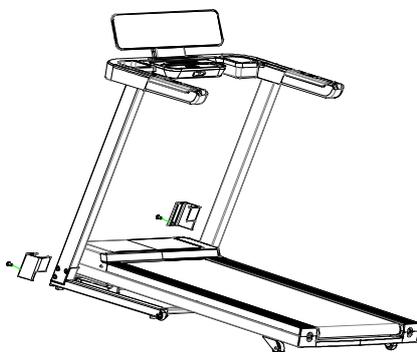
# Montageanleitung



**Schritt 1:** Nehmen Sie die Teile aus dem Karton und stellen Sie sie auf den ebenen Boden (siehe Abbildung unten), entfernen Sie alle PE-Beutel und montieren Sie den aufrechten Stützbeine wie unten gezeigt, mit 3 M8×35-Schrauben.



**Schritt 2:** Schließen Sie das Konsole an. Befestigen Sie den Konsolenrahmen mit 4 M8\*15-Schrauben wie auf dem Bild ist.



**Schritt 3:** Befestigen Sie alle Schrauben. Befestigen Sie die Basisabdeckung mit 2 ST4x15 Schrauben. Damit ist die Montage abgeschlossen.

# General fitness tips

## 1. Aufwärmen

Vor dem Training müssen Sie sich aufwärmen 5-10 Minuten lang.

## 2. Atme

Atmung und Bewegung sollten koordiniert sein.

## 3. Häufigkeit

Der gleiche Teil des Muskels sollte eine Pause von 48 Stunden haben, d. h. der gleiche Teil kann nur jeden zweiten Tag trainiert werden.

## 4. Laden

Je nach individueller körperlicher Verfassung bestimmen Sie den Umfang des Trainings. Nach dem Prinzip der asymptotischen Belastung beim Üben ist das anfängliche Training von Muskelkater ein normales Phänomen. Solange weiter geübt wird, können Schmerzen beseitigt werden.

## 5. Entspannen Sie sich

Machen Sie nach jeder Übung 5 Minuten lang Sport, insbesondere Dehnung und Entspannung der Fußmuskulatur, um eine langfristige Muskelkondensation zu vermeiden, und achten Sie auf eine muskelflexible Ernährung.

## 6. Diät

Um das Verdauungssystem zu schützen, sollte eine Stunde nach den Mahlzeiten vor dem Training mindestens eine halbe Stunde vor dem Essen trainiert werden.

### Stretching exercises

Egal wie schnell Sie gehen, am besten machen Sie zunächst Dehnübungen. Warme Muskeln lassen sich leichter dehnen, also wärmen Sie sich 5–10 Minuten lang auf. Halten Sie dann an und führen Sie die Dehnung wie folgt durch: 5 Mal, jeder Schritt mindestens 10 Sekunden lang; Machen Sie es nach dem Training noch einmal.

### Strecken Sie sich nach unten

Die Knie sind leicht gebeugt, der Körper beugt sich langsam nach vorne, lässt Rücken und Schultern entspannen und die Hände versuchen, die Zehen zu berühren. Halten Sie es 10 bis 15 Sekunden lang und entspannen Sie sich dann. 3 Mal wiederholen (wie in Bild 1 gezeigt).

### 2. Sehnendehnung

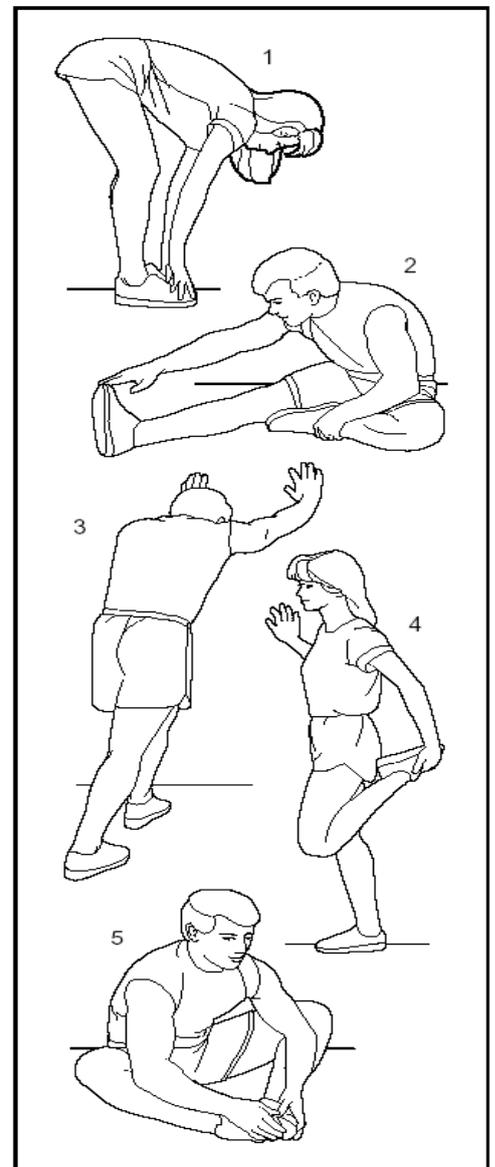
Setzen Sie sich auf ein sauberes Sitzkissen und strecken Sie ein Bein aus. Legen Sie das andere Bein nach innen, sodass es eng an der Innenseite des geraden Beins anliegt. Versuchen Sie, die Zehen mit den Händen zu berühren. Halten Sie es 10 bis 15 Sekunden lang und entspannen Sie sich dann. Wiederholen Sie dies dreimal für jedes Bein (wie in Abbildung 2 gezeigt).

### 3. Waden- und Fersendehnung

Halten Sie die Wand mit beiden Händen und einem Fuß dahinter fest. Halten Sie Ihre Hinterbeine aufrecht und Ihre Fersen auf dem Boden und lehnen Sie sich in Richtung der Wand oder des Baumes. Halten Sie es 10 bis 15 Sekunden lang und entspannen Sie sich dann. Wiederholen Sie dies dreimal für jedes Bein (wie in Abbildung 3 gezeigt).

### 4. Quadrizeps-Dehnung

Fassen Sie die Waage mit der linken Hand oder dem Tisch, strecken Sie dann die rechte Hand nach hinten aus, greifen Sie den rechten Knöchel und ziehen Sie ihn langsam in Richtung Hüfte, bis Sie spüren, dass die Muskeln vor Ihren Oberschenkeln angespannt sind. Halten Sie es 10 bis 15 Sekunden lang und entspannen Sie



sich dann. Wiederholen Sie dies dreimal für jedes Bein (wie in Abbildung 4 gezeigt).

5. Der Sartorius-Muskel (Muskel im Oberschenkel) wird gedehnt

Die Fußsohlen stehen gegenüber und die Knie sitzen nach unten. Fassen Sie Ihre Füße mit beiden Händen und ziehen Sie sie in Richtung Leistengegend. Halten Sie es 10 bis 15 Sekunden lang und entspannen Sie sich dann. 3 Mal wiederholen. (Wie Bild 5 gezeigt).

## Produkt mit Anweisungen

(Beschreibung der Konsolenfunktion, Gebrauchsanweisung für das Laufband)

Anweisungen

zum

Konsolenpanel:



Beschreibung der Konsolenfunktion:

1. P0 dient zum Einstellen des Trainingsprogramms für den Benutzer, P1-P36 ist das integrierte automatische Trainingsprogramm, drei USER-Programme und BMI.
2. LED-Anzeige, 4 Bedientasten;
3. Geschwindigkeits- und Distanzfenster, Kilometer- und Meilenumrechnungsfunktion
4. Betriebsgeschwindigkeitsbereich: 1,0–18,0 km/h; Betriebsneigungsbereich: 0-12 %
5. Überlast-, Überstromschutz-, Explosionsschutz-, Geschwindigkeits-, elektromagnetische Störungs- und andere Sicherheitsschutzfunktionen;
6. Systemselbsttest,
7. Drei benutzerdefinierte Funktionen;
8. ERP-Funktion;

## Sicherheitsanleitung:

- ✧ **Stecken Sie den Stecker des Netzkabels in die 10-A-Steckdose mit Schutzerdung, schalten Sie den Netzschalter ein, der Konsolenbildschirm wird vollständig angezeigt, und identifizieren Sie dann den Sicherheitsschlüssel.**
- ✧ **Platzieren Sie den Sicherheitsschlüssel in der Position auf der Konsole und befestigen Sie die den Klammer an der Kleidung auf.**
- ✧ **Die elektronische Steuerung befindet sich jederzeit in Sicherheitsüberwachung. Solange eine Anomalie festgestellt wird, stoppt das laufende Laufband dringend und auf dem Bildschirm wird eine Aufforderung zur Störungsinformation mit einem Aufforderungston angezeigt.**
- ✧ **Wenn auf dem Bildschirm ungewöhnliche Informationen angezeigt werden, ziehen Sie den Sicherheitsschlüssel oder Schalter ab, um die Fehlerinformationen zu löschen.**

### Beschreibung der Anzeige und Schaltfläche:

#### 1. Anweisungen im Anzeigefenster: LED-Anzeige.

- ✧ **„DISTANCE“-Fenster „TIME“: Zeigt den Wert der Distanz und der Zeit an;**
- ✧ **„KALORIEN“ „PULSE“-Fenster: zeigt den Kalorien- und Puls wert an;**
- ✧ **Fenster „SPEED“: Geschwindigkeitswert anzeigen;**
- ✧ **Fenster „INCLINE“: Neigungswert anzeigen;**

#### 2. Umrechnungsfunktion zwischen Kilometern und Meilen:

A. Ziehen Sie den Sicherheitsschlüssel ab und drücken Sie dann einige Sekunden lang gleichzeitig die Tasten „PROGRAM“ und „MODE“. Das Display zeigt 0,6 an, was bedeutet, dass die Kilometer in Meilen umgewandelt werden.

B. Ziehen Sie den Sicherheitsschlüssel ab und drücken Sie dann einige Sekunden lang gleichzeitig die Tasten „PROGRAM“ und „MODE“. Das Display zeigt 1,0 an, was bedeutet, dass die Meilen in Kilometer umgewandelt werden.

#### 3. Beschreibung der Funktionstaste:

- A. **Programmtaste: „P“ ist die Programmtaste: Drücken Sie diese Taste im Standby-Zustand, um 36 verschiedene Laufprogramme vom manuellen Modus „1.0“ bis „P1-P36“ auszuwählen. Der manuelle Modus ist der Standardlaufmodus des Systems. Die Standardgeschwindigkeit des manuellen Modus beträgt 1,0 km/h und die maximale Laufgeschwindigkeit beträgt 16 km/h.**
- B. **Modustaste: „M“ ist die Modustaste: Drücken Sie im Standby-Modus diese Taste, um drei verschiedene Countdown-Betriebsmodi auszuwählen. H Zeit-Countdown-Modus, Distanz-**

Countdown-Modus und Kalorien-Countdown-Modus. Mit der Speed-Add-Subtract-Taste kann bei der Auswahl verschiedener Modi der entsprechende Countdown-Wert eingestellt werden. Drücken Sie nach der Einstellung die START-Taste, um das Laufband zu starten. START is the start/pause key.

- C. Wenn das Laufband heruntergefahren ist, drücken Sie die Start-/Pause-Taste und das Laufband startet mit der niedrigsten Geschwindigkeit.
- D. Drücken Sie im laufenden Zustand des Laufbands die Start-/Pause-Taste und das Laufband stoppt vorübergehend den Betrieb. Durch erneutes Drücken der Start-/Pause-Taste im Pausenmodus wird nach und nach in den Laufmodus vor der Pause zurückgekehrt. Stopp-Taste: „STOP“ ist die Stopp-Taste. Das Laufband stoppt den Lauf, wenn es im Lauf- oder Pausenzustand die Stopptaste drückt.
- E. Speed button: “SPEED+” and “SPEED -” are speed add-subtract keys: adjust the set value when parameterizing the treadmill.
- F. Incline button: “Incline+” and “incline -” are incline add-subtract keys: adjust the set value when parameterizing the treadmill.  
After the treadmill is started, it can be used to adjust the speed, stepping 0.1/time. When holding down more than 2 seconds, it will increment or decrement automatically.

### **1. Funktionsbeschreibung des Sicherheitsschlüssels:**

**Der Sicherheitsschlüssel besteht aus einem Magnetinduktor, einer Klammer und einem Nylonseil. Es hat die Funktion einer Sicherheitsvorkehrung gegen Notabschaltung. In jedem Zustand stoppt das Laufband, solange die Sicherheitsverriegelung nicht in Position ist, der Betrieb der Tastatur der elektronischen Uhr und der Bildschirm zeigt „E-07“ mit einem akustischen Signal an. Jedes Mal, wenn das Sicherheitsschloss angebracht wird, wird der Bildschirm 2 Sekunden lang angezeigt und wechselt dann in den Standardbetriebszustand des Systems.**

### **Program/startup instructions:**

A: Programm Beschreibung:

- 1: Ein manuelles Programm P0: Normalmodus, Zeit-Countdown, Distanz-Countdown, Kalorien-Countdown-Modus.
- 2: 36 Einstellprogramme: P01, P02, P03, P04, P05, ..., P36;
- 3: Drei benutzerdefinierte Programme U01~U03;

B: Inbetriebnahmeanleitung:

- 1 : Stecken Sie den Sicherheitsschlüssel in die Position des Sicherheitsschlüsselschalters auf dem Bedienfeld. Die Konsole zeigt 2 Sekunden lang Folgendes an und ruft dann das manuelle

Programm auf.

2 : Drücken Sie die Starttaste. Im Zeitfenster wird Folgendes angezeigt: 5-4-3-2-1. Der Anfangswert des Laufbandes beträgt 1 km/h.

3: Während das Laufband läuft, drücken Sie die Stoptaste, um das Laufband anzuhalten und die Laufbanddaten zu löschen.

### **Manueller Modus:**

1 : So rufen Sie das manuelle Programm auf:

A: Schalten Sie den Netzschalter ein und gehen Sie im manuellen Programm direkt in den Normalmodus.

B: . Drücken Sie im Stoppzustand die Programmtaste, um im manuellen Programm in den Normalmodus zu gelangen.

2: Drei Einstellfunktionen im manuellen Programm: Zeiteinstellung, Distanzeinstellung, Kalorieneinstellung; Nachdem Sie im manuellen Programm in den Normalmodus gewechselt sind, drücken Sie im Standby-Modus des Modus taste „MODE“, um verschiedene Modi auszuwählen. Drücken Sie nach Abschluss der Einstellung die Taste „START“, um das Laufband zu starten. Die Geschwindigkeit des Trainings wird vom Benutzer festgelegt. Standard: Geschwindigkeit: 1 km/h. Es kann nur ein Modus zwischen Normalmodus, Countdown-Zeit, Countdown-Distanz und Countdown-Kalorien eingestellt werden. Arbeitet entsprechend dem letzten Modus und zählt vom Einstellwert herunter, während der andere einen positiven Zählerstand anzeigt.

A: Beim Starten des manuellen Programms beträgt die Anzeigezeit des Zeitfensters 0:00. Zeit, Distanz und Kalorien werden gezählt und die Einstellfunktion ist ausgeschaltet. Drücken Sie bei laufendem Motor die Taste „STOP“. Der Motor bremst langsam ab, bis er sanft stoppt, und alle Einstellungen kehren in den Standardzustand zurück.

B: Drücken Sie im Zeit-Countdown-Modus im Standby-Modus den Modus taste „MODE“, um in den Zeit-Countdown-Modus zu gelangen. Im Einstellzustand zeigt das Zeitfenster die Uhrzeit an und blinkt. Die Anfangszeit beträgt: 30:00 Minuten, drücken Sie die Geschwindigkeits-Add-Subtrahieren-Taste „+“ und „-“, um den Countdown einzustellen. Der Zeiteinstellbereich ist: 5:00-99:00. Der Unterschied beträgt 1:00 Minuten. Der Standardwert ist 30:00.

C: Drücken Sie im Distanz-Countdown-Modus den Modus taste „MODE“ im Standby-Modus, um in den Distanz-Countdown-Modus zu gelangen, und das Distanzfenster blinkt. Anfänglich 1,0 km, drücken Sie die Geschwindigkeits-Additions-/Subtraktionstaste „+“ und „-“, um die Distanz einzustellen, der Einstellbereich beträgt 1,0–99,0 km. Steigern Sie jedes Mal 1,0 km. Der Standardwert ist 1,0 km.

D: Im Distanz-Countdown-Modus: Drücken Sie im Standby-Modus die Modustaste „MODE“, um in den Kalorien-Countdown-Modus zu gelangen. Das Kalorienfenster blinkt. Die anfängliche Kalorienanzeige: 50 cal, drücken Sie die Add-Subtract-Taste der Geschwindigkeit „+“ und „-“, um den

Kalorieneinstellbereich einzustellen: 20–990 cal. Erhöhen Sie jedes Mal 10 Kalorien. Der Standardwert ist 50 Kalorien.

3: Manuelle Programmbedienung:

A: Drücken Sie Start, die Zeit zählt bis 5 Sekunden herunter, dann beginnt der Motor zu laufen, die Anfangsgeschwindigkeit beträgt 1 km/h.

B: Drücken Sie im laufenden Zustand die Taste „+“, „-“ oder „QUICK SPEED“, um die Laufbandgeschwindigkeit anzupassen;

C: D: Wenn die Kalorieneinstellung auf Null gesenkt wird, nimmt die Geschwindigkeit langsam ab, bis sie stoppt, und kehrt dann in den manuellen Modus zurück.

E: Wenn der eingestellte Abstand auf Null verringert wird, nimmt die Geschwindigkeit langsam ab, bis sie stoppt, und kehrt dann in den manuellen Modus zurück.

F: Wenn die eingestellte Zeit auf Null sinkt, verringert sich die Geschwindigkeit langsam, bis sie stoppt, und kehrt dann in den manuellen Modus zurück.

### **Programm Mode**

1 : P1-P36 “ ist das Systemeinstellungsprogramm. Es ist nur für den Countdown-Zeitmodus geeignet. Im Einstellzustand zeigt das Zeitfenster die Uhrzeit an und blinkt. Drücken Sie „+ “ oder „- “, um den eingestellten Wert zu ändern. Drücken Sie „MODE “, um den Standardwert wiederherzustellen. Anfangszeit Stellen Sie 30 Minuten ein, es kann nur die Zeit eingestellt werden. Der Zeiteinstellbereich ist: 5:00-99:00. Drücken Sie die Add-Subtract-Taste der Geschwindigkeit, um den eingestellten Wert anzupassen.

2 : Nachdem Sie den Trainingsmodus eingestellt haben, drücken Sie die „START “-Taste. Auf dem Bildschirm wird der 5-Sekunden-Countdown angezeigt, begleitet von 5 Pieptönen. Nach dem Countdown bis 1 startet das Laufband sanft, beschleunigt langsam auf die angezeigte Geschwindigkeit und erreicht dann gleichmäßig eine konstante Geschwindigkeit. Laufen Sie entsprechend der Geschwindigkeit und Steigung des Programms.

3 : Drücken Sie im laufenden Zustand die Taste „+ “, „- “ oder „QUICK SPEED “, um die Laufbandgeschwindigkeit anzupassen;

4 : Wenn der Motor läuft, drücken Sie die „STOP “-Taste. Der Motor verlangsamt sich langsam, bis er sanft stoppt, begleitet von einem langen Stopp-Aufforderungston, und alle Einstellungen werden auf den Standardzustand zurückgesetzt.

Körperfett-Testprogramm:

Der Body-Mass-Index (FAT) ist ein Maß für die Größe und das Gewicht einer Person. FAT ist für jeden Mann und jede Frau geeignet, zusammen mit anderen Gesundheitsindikatoren, um den Menschen eine Grundlage für die Gewichtsanpassung zu bieten. Der ideale FAT-Wert sollte zwischen 18 und 24 liegen, wenn weniger als 18 zu dünn ist, wenn er zwischen 25 und 28 liegt, spricht man von Übergewicht, und wenn er 29 übersteigt, spricht man von Fettleibigkeit. (Diese

Daten dienen nur als Referenz und können nicht als medizinische Daten verwendet werden.)

1: Wenn das Laufband stoppt, drücken Sie die Programmtaste „PROG“, um sich an das Body-Mass-Index-Programm „FAT“ anzupassen, wählen Sie das Körperfett-Testprogramm und geben Sie den Körperfett-Test ein. Drücken Sie die Taste „MODE“, um die Elementnummer auszuwählen, und drücken Sie die Tasten „+“ und „-“, um die Parameter einzustellen.

2: Nach dem Aufrufen der Körperfetttestfunktion wird im Fenster „Puls“ Folgendes angezeigt: F1, was darauf hinweist, dass zu diesem Zeitpunkt das Geschlecht eingegeben wurde, und im Fenster „Kalorien“ wird 01 angezeigt, was darauf hinweist, dass es sich um ein männliches Geschlecht handelt. Drücken Sie die Add-Subtract-Taste der Geschwindigkeit, um den Eingang auszuwählen: 01 (männlich), 02 (weiblich).

4: Drücken Sie den Modus taste „MODE“. Das Fenster „Pulse“ zeigt Folgendes an: F2 zeigt die Eingabe des eingestellten Alters an. Das Fenster „Kalorien“ zeigt 25 Jahre alt an (Standardwert). Drücken Sie die Additions-/Subtraktionstaste der Geschwindigkeit, um das Alter anzupassen (Einstellbereich ist: 1-99 Jahre alt)

5: Drücken Sie den Modus taste „MODE“. Das Fenster „Pulse“ wird angezeigt: F3 bedeutet, die eingestellte Höhe einzugeben. Das Fenster „Kalorien“ zeigt 170 cm (67 Zoll) an. Drücken Sie die Additions-/Subtraktionstaste für die Geschwindigkeit, um die Höhe anzupassen (der Einstellbereich beträgt: 100–220 cm (39–87 Zoll)).

6: Drücken Sie den Modus taste „MODE“ und im Fenster „Pulse“ wird Folgendes angezeigt: F4, das eingestellte Gewicht anzeigt. Im Fenster „Kalorien“ werden 70 kg (154 lbs) angezeigt. Drücken Sie die Geschwindigkeitstaste „Addieren/Subtrahieren“, um das Gewicht anzupassen. (Einstellbereich: 20–150 kg (44–330 lbs)).

7: Drücken Sie den Modus taste „MODE“ und das Fenster „Pulse“ zeigt Folgendes an: F5 (BMI), was anzeigt, dass Sie in die Funktion „Körperfett testen“ wechseln, und das Fenster „Kalorien“ wird angezeigt ---. Bitte legen Sie Ihre Hände auf den Sensor, um den Herzschlag zu testen. Das Fenster zeigt innerhalb von 8 Sekunden den Körperfettwert (BMI) des Probanden an.

Basierend auf asiatischen Standards, Fetttestergebnisse:

FAT  $\leq$ 18 - Untergewicht

18<FAT  $\leq$ 24 - Normalgewicht

25<FAT  $\leq$ 28 - Übergewicht

FAT  $\geq$ 29 - Fettleibigkeit

Diese Daten werden nur als Bewegungsreferenz verwendet

## **Sicherheitsschlüsselfunktion :**

Der Sicherheitsschlüssel besteht aus einem Tastschalter, einer Klammer und einer Nylonschnur und verfügt über eine Not-Aus-Sicherheitsfunktion.

1. In jedem Zustand ist der Sicherheitsschlüssel abgezogen und im Zeitfenster wird „E-07“ mit einem Summertoneingabe angezeigt. Wenn der Motor läuft, wird der Motor dringend gestoppt und die Bedienung der Konsolentastatur gesperrt.

2. Bei jedem Einstecken des Sicherheitsschlüssels wird der Bildschirm 2 Sekunden lang vollständig angezeigt. Geben Sie dann den Standardbetriebszustand des Systems ein. Alle Zähler werden gelöscht und der eingestellte Wert zurückgesetzt. Das Laufband befindet sich im positiven Timing-Modus des manuellen Programms P0.

Benutzerdefiniertes Programm:

Der USER-Modus verfügt über drei U01~U03. Im USER-Modus kann der Benutzer sein eigenes einzigartiges Bewegungsprogramm abrufen oder einstellen. Drücken Sie die Taste „PROG“, um auf „U01~U03“ einzustellen. Drücken Sie dann zum Einstellen die Taste „MODE“ und zum Anpassen der Bewegungszeit die Taste „+/-“ (Bereich liegt zwischen 5 und 99 Minuten). Drücken Sie die START-Taste, um die Bewegung zu starten.

Einstellung des BENUTZER-Modus: Drücken Sie „MODE“, um das exklusive 0-16 %-

Geschwindigkeits- und Hubprogramm des Benutzers einzustellen. Drücken Sie die Schaltfläche „Addieren/Subtrahieren“, um den erwarteten Geschwindigkeitswert des Benutzers zwischen 1 km und 20 km einzustellen. Für eine schnelle Auswahl können Sie auch die Geschwindigkeits-Instant-Taste verwenden. Drücken Sie beim Einstellen des Lifts die Auf- und Ab-Taste, um die erwartete Steigung des Benutzers einzustellen. Der Bereich liegt zwischen 0 % und 15 %. Für eine schnelle Auswahl können Sie auch die Lift-Instant-Taste verwenden. Nachdem Sie die aktuelle Nummer eingestellt haben, drücken Sie die MODE-Taste, um zum nächsten Schritt zu gelangen. Der eingestellte Wert wird automatisch gespeichert, wenn der letzte Parameter eingestellt wird. Drücken Sie weiterhin die MODE-Taste, um die Trainingszeit auszuwählen. Der Standardwert ist 30:00 Minuten. Drücken Sie die Add-Subtrahieren-Taste, um die Zeiteinstellung anzupassen. Nach der Einstellung kann der Benutzer die Bewegung durch Drücken von „START“ starten und das exklusive Programm des Benutzers wird gespeichert. Wenn der Kunde diesen Trainingsmodus das nächste Mal verwendet, kann er direkt in den entsprechenden Modus wechseln und die Starttaste drücken, um zu laufen.

## **Herzfrequenzfunktion**

Wenn das Laufband eingeschaltet ist, wird die Herzfrequenzanzeige innerhalb von 5 Sekunden nach dem Halten des Herzschlags angezeigt. Der Anfangswert ist die tatsächlich gemessene Herzfrequenz und der Anzeigebereich beträgt: 50–200 Schläge/Minute. Während des Test-Herzschlags blinkt eine herzförmige Grafik. Diese Daten dienen nur als Referenz und können nicht

als medizinische Daten verwendet werden.

**Werteanzeigebereich:**

	Anfangswert	Anfangswert festlegen	Vorgegebener Bereich	Anzeigebereich
Zeit (min:sec)	0:00	30:00	5:00-99:00	0:00~99:59
Geschwindigkeit(km/h)	0.0	N/A	N/A	1—16KM
Neigung(%)	00	N/A	N/A	0
Distanz (km)	0.0	1.00	1.0—99.0	0.0—99.9
Kalorie (kcal)	0	50	20—990	0—999

Beim Einstellen eines Parameters kann dieser durch Addition oder Subtraktion der Symbole „+“ und „-“ angepasst werden. Beispiel: Der Zeiteinstellungsbereich liegt zwischen 5:00 und 99:00 Uhr. Wenn die Einstellung auf 99:00 Uhr eingestellt ist, drücken Sie die Taste „+“ erneut. Zurück zu 5:00 Uhr kann der Zyklus fortgesetzt werden.

**ERP-Funktion:**

Die Standardeinstellung ist der ERP-Modus. Wenn das Laufband nach 4,5 Minuten nicht bedient wird, wechselt es in den Ruhezustand, um von selbst Strom zu sparen. Der Benutzer kann eine beliebige Taste drücken, um das System aufzuwecken. Im Standby-Status kann der Benutzer die „MODE“-Taste etwa 3 Sekunden lang drücken, um die ERP-Funktion abzubrechen, während die Konsole „2222“ anzeigt; Drücken Sie dann erneut etwa 3 Sekunden lang, um in den ERP-Modus zurückzukehren, während die Konsole „1111“ anzeigt.

**Summer-Stummschaltfunktion:**

Standardmäßig ist der Summer aktiviert. Drücken Sie im Standby-Status gleichzeitig die Tasten „PROGRAM“ und „STOP“. Wenn auf dem Display „bz off“ angezeigt wird, ist der Summer ausgeschaltet. Drücken Sie dann erneut die Tasten „PROGRAM“ und „STOP“. Wenn auf dem Display erneut „bz off“ angezeigt wird, ist der Summer wieder aktiv.

**Automatisches Programm P1-P36, metrische Geschwindigkeits-/Steigungstabelle:**

Ebene Programm		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
		P1	Geschwindigkeit	1.0	3.0	5.0	5.0	5.0	7.0	7.0	5.0
Neigung	2		2	8	6	6	4	4	6	2	2
P2	Geschwind.	2.0	3.0	5.0	8.0	5.0	5.0	6.0	8.0	4.0	3.0
	Neigung	3	3	2	2	8	8	4	4	4	4

P3	Geschwind.	2.0	3.0	7.0	8.0	5.0	5.0	5.0	8.0	4.0	3.0
	Neigung	1	2	5	7	7	4	4	6	2	2
P4	Geschwind.	2.0	2.0	5.0	8.0	8.0	8.0	8.0	5.0	3.0	2.0
	Neigung	3	3	9	9	9	9	9	6	2	2
P5	Geschwind.	3.0	4.0	8.0	9.0	10.0	10.0	10.0	7.0	4.0	3.0
	Neigung	2	2	8	6	6	6	6	6	1	1
P6	Geschwind.	3.0	4.0	6.0	7.0	7.0	7.0	9.0	10.0	5.0	3.0
	Neigung	1	8	8	7	7	7	7	5	3	1
P7	Geschwind.	3.0	4.0	4.0	10.0	4.0	9.0	4.0	11.0	3.0	2.0
	Neigung	1	1	6	6	6	8	8	10	6	2
P8	Geschwind.	3.0	5.0	7.0	9.0	3.0	5.0	7.0	5.0	11.0	5.0
	Neigung	3	3	3	7	7	3	3	3	5	5
P9	Geschwind.	3.0	7.0	10.0	4.0	7.0	11.0	5.0	4.0	12.0	6.0
	Neigung	3	6	7	3	8	8	3	8	4	4
P10	Geschwind.	3.0	5.0	9.0	10.0	6.0	6.0	9.0	6.0	11.0	3.0
	Neigung	2	7	5	5	8	8	8	8	4	4
P11	Geschwind.	4.0	5.0	11.0	9.0	6.0	8.0	9.0	11.0	6.0	5.0
	Neigung	1	6	3	3	7	7	4	4	6	6
P12	Geschwind.	4.0	6.0	10.0	10.0	10.0	7.0	7.0	10.0	6.0	5.0
	Neigung	3	8	9	5	5	8	8	4	4	4
P13	Geschwind.	2.0	4.0	6.0	6.0	6.0	8.0	8.0	6.0	4.0	3.0
	Neigung	3	3	9	7	7	5	5	7	3	3
P14	Geschwind.	3.0	4.0	6.0	9.0	6.0	6.0	7.0	9.0	5.0	4.0
	Neigung	4	4	3	3	9	9	5	5	5	5
P15	Geschwind.	3.0	4.0	8.0	9.0	6.0	6.0	6.0	9.0	5.0	4.0
	Neigung	2	3	6	8	8	5	5	7	3	3
P16	Geschwind.	3.0	3.0	6.0	9.0	9.0	9.0	9.0	6.0	4.0	3.0
	Neigung	4	4	10	10	10	10	10	7	3	3
P17	Geschwind.	4.0	5.0	9.0	10.0	11.0	11.0	11.0	8.0	5.0	4.0
	Neigung	3	3	9	7	7	7	7	7	2	2
P18	Geschwind.	4.0	5.0	7.0	8.0	8.0	8.0	10.0	11.0	6.0	4.0
	Neigung	2	9	9	8	8	8	8	6	4	2
Ebene Programm		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
P19	Geschwind.	4.0	5.0	5.0	11.0	5.0	10.0	5.0	12.0	4.0	3.0
	Neigung	2.0	2	7	7	7	9	9	11	7	3
P20	Geschwind.	4.0	6.0	8.0	10.0	4.0	6.0	8.0	6.0	12.0	6.0
	Neigung	4	4	4	8	8	4	4	4	6	6
P21	Geschwind.	4.0	8.0	11.0	5.0	8.0	12.0	6.0	5.0	12.0	7.0
	Neigung	4	7	8	4	9	9	4	9	5	5
P22	Geschwind.	4.0	6.0	10.0	11.0	7.0	7.0	10.0	7.0	12.0	4.0
	Neigung	3	8	6	6	9	9	9	9	5	5

P23	Geschwind.	5.0	6.0	12.0	10.0	7.0	9.0	10.0	12.0	7.0	6.0
	Neigung	2	7	4	4	8	8	5	5	7	7
P24	Geschwind.	5.0	7.0	11.0	11.0	11.0	8.0	8.0	11.0	7.0	6.0
	Neigung	4	9	10	6	6	9	9	5	5	5
P25	Geschwind.	3.0	5.0	7.0	7.0	7.0	9.0	9.0	7.0	5.0	4.0
	Neigung	4	4	10	8	8	6	6	8	4	4
P26	Geschwind.	4.0	5.0	7.0	10.0	7.0	7.0	8.0	10.0	6.0	5.0
	Neigung	5	5	4	4	10	10	6	6	6	6
P27	Geschwind.	4.0	5.0	9.0	10.0	7.0	7.0	7.0	10.0	6.0	5.0
	Neigung	3	4	7	9	9	6	6	8	4	4
P28	Geschwind.	4.0	4.0	7.0	10.0	10.0	10.0	10.0	7.0	5.0	4.0
	Neigung	5	5	10	10	10	10	10	8	4	4
P29	Geschwind.	5.0	6.0	10.0	11.0	12.0	12.0	12.0	9.0	6.0	5.0
	Neigung	4	4	10	8	8	8	8	8	3	3
P30	Geschwind.	5.0	6.0	8.0	9.0	9.0	9.0	11.0	12.0	7.0	5.0
	Neigung	3	10	10	9	9	9	9	7	5	3
P31	Geschwind.	5.0	6.0	6.0	12.0	6.0	11.0	6.0	12.0	5.0	4.0
	Neigung	3	3	8	8	8	10	10	10	8	4
P32	Geschwind.	5.0	7.0	9.0	11.0	5.0	7.0	9.0	7.0	12.0	7.0
	Neigung	5	5	5	9	9	5	5	5	7	7
P33	Geschwind.	5.0	9.0	12.0	6.0	9.0	12.0	7.0	6.0	12.0	8.0
	Neigung	5	8	9	5	10	10	5	10	6	6
P34	Geschwind.	5.0	7.0	11.0	12.0	8.0	8.0	11.0	8.0	12.0	5.0
	Neigung	4	9	7	6	10	10	10	10	6	6
P35	Geschwind.	6.0	7.0	12.0	11.0	8.0	10.0	11.0	12.0	8.0	7.0
	Neigung	3	8	5	5	9	9	6	6	8	8
P36	Geschwind.	6.0	8.0	12.0	12.0	12.0	9.0	9.0	12.0	8.0	7.0
	Neigung	5	10	10	7	7	10	10	6	6	

## Häufige Fehler und Wartung:

Probleme und Code	Grund	Wartung
Das System hat nicht funktioniert	A. Kein Strom.	Stecken Sie den Stecker in die Steckdose oder stellen Sie den Netzschalter auf „ON“.
	B. Der Sicherheitsschlüssel ist nicht in der richtigen Position	Ersetzen Sie den Sicherheitsschlüssel
	C. Der Transformator ist nicht eingesteckt oder der Transformator ist defekt	Überprüfen Sie den Transformator und schließen Sie ihn an bzw. tauschen Sie den Transformator aus
	D. Ausschalten	Überprüfen Sie die Ein- und Ausgänge des Systems sowie die Kommunikationsleitungen
Im		Ersetzen Sie den Sicherheitsschlüssel

Normalzustand Stoppt das gerät	A. Sicherheitsschlüssel fällt heraus	
	B. Defektes System	Bitten Sie den Servicetechniker, das Problem zu reparieren
Die Tasten funktionieren nicht richtig	Defekte Schlüssel.	1. Ändern Sie die Tastatur und das Kabel. 2. Mainboard wechseln; 3. Ändern Sie die Konsole.
E-01	A. Das Kommunikationskabel ist fehlerhaft	Stellen Sie sicher, dass jeder Kern vollständig eingeführt ist. Überprüfen Sie das Verbindungskabel. Wenn es defekt ist, ersetzen Sie es.
	B. Defekte Konsole.	Konsole wechseln
	C. Defekter Controller	Controller wechseln
E-02	A. Motorkabel und Motor defekt	Motor wechseln
	B. Schlechte Verbindung zwischen Motoranschlusskabel und Steuerung oder fehlerhafte Steuerung.	Überprüfen Sie das Kabel und schließen Sie es erneut an oder tauschen Sie den Controller aus.
E-03	A. Falsche Installation des fotoelektrischen Sensors	Überprüfen und erneut zusammenbauen
	B. Bad photoelectric sensor	Sensor austauschen.
	C. Schlechte Verbindung zwischen fotoelektrischem Sensor und Controller	Überprüfen und erneut anschließen.
	D. Schlechte Controller.	Controller austauschen
E-05	A. Der Controller wurde beschädigt	Controller austauschen
	B. Der Motor wurde beschädigt.	Motor austauschen
	C. Mechanischer Fehler	Überprüfen Sie das Schmieröl des Laufbandes bzw. füllen Sie es nach, oder die Rollen sind blockiert
E-07	Kein Sicherheitsschlüsselsignal	Sicherheitsschlüssel überprüfen, Sicherheitsschlüssel oder Konsole austauschen
LED-Anzeige zeigt keinen Pulswert an	A. Das Kommunikationskabel des Griffes war nicht richtig angeschlossen oder das Griffkabel ist defekt.	Überprüfen Sie das Kabel und schließen Sie es gut an oder tauschen Sie das Griffkabel aus.
	B. Kabelbruch im Konsolensystem	Ändern Sie die Konsole
Unvollständige Anzeige der Konsole oder fehlende Striche	A. Defective LED Digital Tube	Wechseln Sie das Mainboard.
	B. Systemfehler.	Tauschen Sie die Konsole aus.
Steigungsfehler	A. Defekter Neigungsmotor.	Tauschen Sie den Neigungsmotor aus
	B. Defekter Controller.	Wechseln Sie den Controller.
	C. Das Signalkabel des Controllers ist anormal.	Drücken Sie die Lerntaste des Controllers, um den Steigungswert zu lernen.

# Gebrauchsanweisung:

## Zusammenklappen/Aufklappen

### 1、 Zusammenklappen

Schalten Sie den Strom aus, wenn Sie das Laufband zusammenklappen möchten.

### 2、 Aufklappen

Wenn Sie das Laufband aufklappen, sollten Sie einen Ort wählen, der etwa 1 m von der Steckdose entfernt ist und der Boden eben und ohne Hindernisse ist.

### 3、 Gerät bewegen

Bevor Sie das Gerät bewegen, müssen Sie zunächst Folgendes beachten:

- Strom ist ausgeschaltet;
- Stecker wurde aus der Steckdose gezogen;
- Laufband wurde zusammengeklappt;

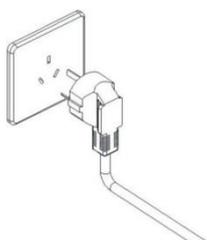
Dann können Sie das Ende des Laufbands mit einer Hand fassen und mit der anderen Hand den Lenker auf derselben Seite fassen. Neigen Sie das Laufband um 40–50° nach oben zur Brust, um das Laufband langsam zu bewegen.

### Erdungsanleitung:

Dieses Produkt muss geerdet sein. Wenn am Laufband ein Fehler oder eine Beschädigung auftritt, kann das Erdungskabel einen Stromkreis mit dem geringsten Widerstand bilden. Der Strom kann in den Boden geleitet werden, um die Gefahr eines Stromschlags zu verringern. Dieses Produkt ist mit einem Kabel ausgestattet, das über einen Erdungsleiter und einen Erdungsstecker verfügt. Das Laufband muss über eine geeignete Steckdose geerdet werden, die den örtlichen Vorschriften entspricht.

### Gefahr:

Wenn Sie nicht wissen, ob das Gerät ordnungsgemäß geerdet ist, wenden Sie sich bitte an einen qualifizierten Elektriker oder Wartungspersonal. Bitte ändern Sie den an diesem Produkt angebrachten Stecker nicht ohne Genehmigung. Wenn der Stecker nicht mit der Steckdose übereinstimmt, lassen Sie einen qualifizierten Elektriker eine geeignete Steckdose installieren. Die Spannung sollte unter 220–240 V liegen und wie abgebildet mit dieser Steckdosenart übereinstimmen.



## Using instruction of treadmill

1. Schalten Sie das Gerät ein, halten Sie das Laufband ausgebreitet in der niedrigsten Position und prüfen Sie, ob es normal funktioniert.

2. Befestigen Sie das Sicherheitsschlüsselband an Ihrer Kleidung.

3. Stellen Sie vor der Verwendung sicher und prüfen Sie die Funktion und Stabilität.

Das Stehen auf dem Laufband zum Starten ist nicht gestattet.

Der richtige Start ist, auf Seitengittern zu stehen und die Hände am Lenker zu halten. Nach normaler Arbeit können Sie auf dem Laufband trainieren.

Halten Sie den Lenker fest und drücken Sie die „START“-Taste. Nach 5 Sekunden läuft das Laufband mit einer Geschwindigkeit von 1,0 km/h. Drücken Sie dann die „+“-Taste, um 2,5–3,5 km/h zu erreichen, was der Komfortgeschwindigkeit zum Laufen entspricht. Um mit dem Laufen zu beginnen, müssen beide Hände gleichzeitig die Griffstange umfassen und die Füße nacheinander zum Laufband treten.

4. Nach einigen Minuten können Sie die Geschwindigkeit erhöhen, indem Sie die Taste „+“ drücken, oder die Geschwindigkeit verringern, indem Sie die Taste „-“ drücken, während Sie gleichzeitig die Handstange gedrückt halten.

5. Drücken Sie beim Laufen den Geschwindigkeitswert, um die gewünschte feste Geschwindigkeit einzugeben.

6. Drücken Sie die „Stopp“-Taste, um den Motor anzuhalten.

## Voreinstellung Verwendung

Schließen Sie die Stromversorgung an. Schalten Sie die Stromversorgung ein.

Drücken Sie die Taste „Auswählen“, um den gewünschten Modus auszuwählen.

Drücken Sie die „Starts“-Taste, um mit dem von Ihnen ausgewählten Modus zu beginnen.

Sie können „+“ oder „-“ drücken, um die Geschwindigkeit zu ändern, oder die „Stopp“-Taste, um den Vorgang anzuhalten.

**HRC-Test:** Nachdem das Laufband eingeschaltet ist, halten Sie Ihre Hände auf die Metallpulssensoren, dann können Sie den HRC-Wert im Anzeigefenster sehen.

Hinweis: Wenn der Sicherheitsschlüssel herausgezogen wird, stoppt das Laufband sofort. Und der Computer funktioniert nicht, das Fenster zeigt „\_\_“

## WARTUNG DES LAUFBANDES

Die ordnungsgemäße Wartung ist sehr wichtig, um einen einwandfreien und betriebsbereiten Zustand des Laufbandes sicherzustellen. Eine unsachgemäße Wartung kann zu Schäden am Laufband führen oder die Lebensdauer des Produkts verkürzen.

Alle Teile des Laufbandes müssen regelmäßig überprüft und nachgezogen werden. Verschlossene Teile müssen umgehend ersetzt werden.

### SCHMIERUNG

Das Laufband ist werkseitig geschmiert. Es wird jedoch empfohlen, die Schmierung des Laufbandes regelmäßig zu überprüfen, um einen optimalen Betrieb des Laufbandes zu gewährleisten.

Vorschläge:

Verwendungszeit weniger als 3 Stunden pro Woche, Schmierung alle 5 Monate

Verwendungszeit: 4–7 Stunden pro Woche, Schmierung alle 2 Monate

Verwendungszeit mehr als 7 Stunden pro Woche, Schmierung einmal im Monat

No excessive lubrication. Note: the important factor of increase the lifetime for treadmill is proper lubrication. The way of checking whether the running belt need lubrication is, lift the side soft the treadmill and feel the central back of the belt, as far as possible. If traces of silicon spray are found, lubrication is not necessary. If the surface is dry, the belt needs lubrication.



### **Auftragen von Schmiermittel auf den Riemen: (wie abgebildet)**

- Stoppen Sie das Laufband und klappen Sie das Laufband zusammen. Legen Sie den Riemen des hinteren Hauptrahmens hoch, damit das Öl die mittlere Position erreichen kann.
- Sprühen Sie Silikonöl auf die Innenseite des Laufbandes und tragen Sie Silikonöl auf beide Seiten des Laufbandes auf.
- Lassen Sie das Laufband mit einer Geschwindigkeit von 1 km/h laufen, um das Silikon gleichmäßig aufzutragen. Und treten Sie leicht von links nach rechts auf das Laufband.
- Warten Sie einige Minuten, bis sich das Silikonspray verteilt hat, bevor Sie die Maschine starten.

## REINIGUNG:

Regelmäßige Reinigung des Laufbandes sorgt für eine lange Produktlebensdauer.

- **Warnung:** Das Laufband muss ausgeschaltet sein, um Stromschläge zu vermeiden. Das Netzkabel muss aus der Steckdose gezogen werden, bevor mit der Reinigung oder Wartung begonnen wird.
- **Nach dem Training:** Wischen Sie die Konsole und andere Oberflächen mit einem sauberen, weichen und feuchten Tuch ab, um Schweißrückstände zu entfernen.
- **Achtung:** Keine Scheuermittel oder Lösungsmittel verwenden. Um Schäden am Computer zu vermeiden, halten Sie Flüssigkeiten fern. Setzen Sie den Computer keinem direkten Sonnenlicht aus.

Wöchentlich: Um die Reinigung zu erleichtern, wird empfohlen, eine Matte für das Laufband zu verwenden. Schuhe können Schmutz auf dem Laufband hinterlassen, der unter das Laufband fallen kann. Reinigen Sie die Matte einmal pro Woche unter dem Laufband.

## LAGERUNG:

Bewahren Sie Ihr Laufband in einer sauberen und trockenen Umgebung auf. Stellen Sie sicher, dass die Hauptstromversorgung ausgeschaltet und der Netzstecker aus der Steckdose gezogen ist.

## RIEMENVERSTELLUNG

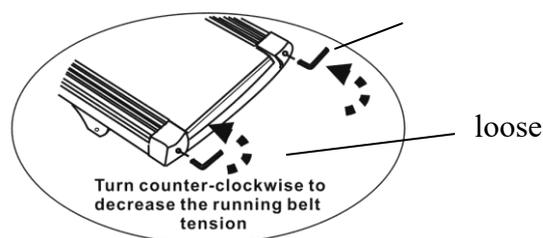
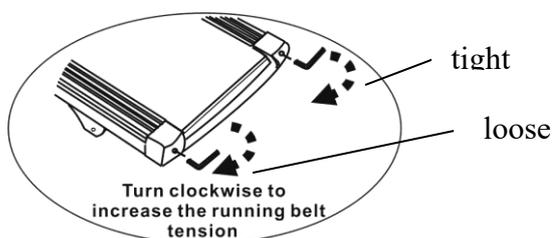
Alle Laufgurte sind im Werk und nach der Montage richtig eingestellt. Allerdings kann es nach längerem Gebrauch zu Durchhängen kommen. Zum Beispiel: Beim Laufen kann es zu Pausen und Schlupf kommen. Wenn dieses Phänomen auftritt, stellen Sie das Laufband ein und drehen Sie es eine halbe Umdrehung nach links und rechts. Wenn das Laufband locker ist, rutschen das Laufband und die Rolle abwechselnd durch. Aber zu eng ist auch nicht gut, da die Belastung des Motors leicht erhöht wird und der Motor, das Laufband und die Rolle usw. beschädigt werden.

## EINSTELLEN DER RIEMENABWEICHUNG:

Alle Laufgurte sind im Werk und nach der Montage richtig eingestellt. Nach einiger Zeit besteht jedoch die Möglichkeit einer Abweichung des Riemens. Die Gründe können wie folgt aufgeführt werden.

1. Das Laufband ist instabil.
2. Die Füße befanden sich beim Laufen nicht in der Mitte des Laufbandes.
3. Die Füße üben eine ungleichmäßige Kraft aus.

Wenn die Abweichung manuell verursacht wird, kann die Leerlaufdrehung für einige Minuten wieder normal werden. Schrittweise Einstellung in einer halben Umdrehung mit einem 6-mm-Inbusschlüssel, der nicht automatisch wiederhergestellt werden kann.



29 Wie zum Beispiel die rechte Abweichung des  
Laufbandes.

31 Stellen Sie die rechte Schraube im Uhrzeigersinn oder  
die linke Schraube gegen den Uhrzeigersinn ein.

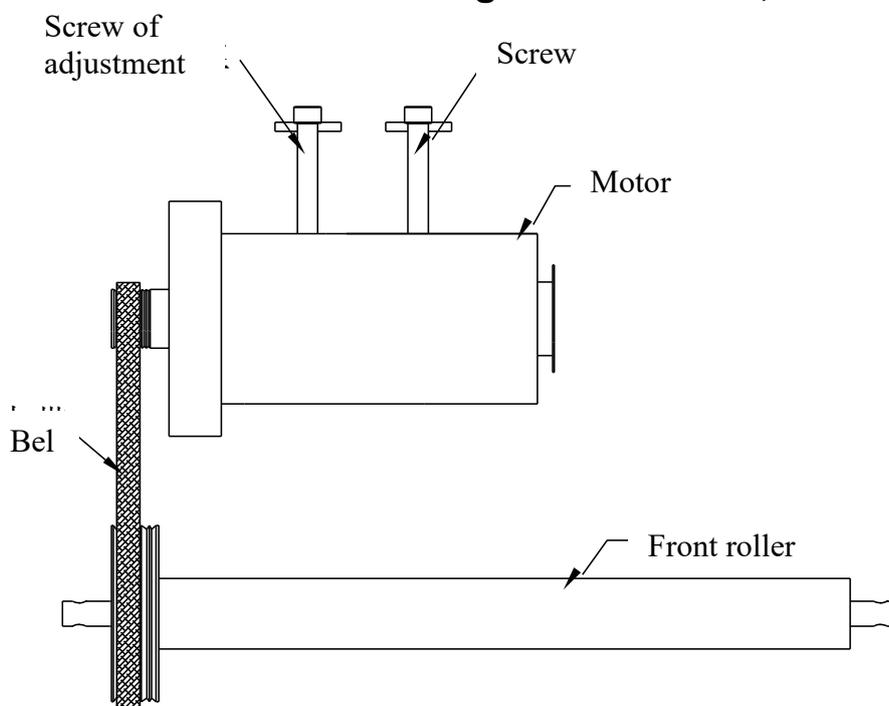
Wie zum Beispiel eine Abweichung des Laufbandes nach links.  
Stellen Sie die linke Schraube im Uhrzeigersinn oder die rechte Schraube gegen den Uhrzeigersinn ein.

Abweichungen des Laufgurts fallen nicht unter die Garantie und werden hauptsächlich vom Benutzer gemäß den Anweisungen gewartet. Eine Laufabweichung kann das Laufband ernsthaft beschädigen. Es muss rechtzeitig gefunden und behoben werden. Einstellung des Motorriemens.

Der gesamte Motorriemen des Laufbandes muss im Werk und nach der Montage eingestellt werden. Allerdings kann es nach längerem Gebrauch zu Durchhängen oder Verrutschen kommen.

Der Schritt der Einstellung: 1. Drehen Sie die Einstellschraube mit einem Schraubenschlüssel gegen den Uhrzeigersinn.

**1.1. Der Einstellbereich darf nur dann eingestellt werden, wenn die**



**Riemenlast nicht verrutscht.** Hinweis: Regelmäßige Reinigung der Riemen.

**Fehlerbehebung und Wartung**

Item	Grund	Wartung
Laufband funktioniert nicht	1.Keine Energie	In die Steckdose stecken.
	2. Der Sicherheitsschlüssel befindet sich nicht in der richtigen Position.	Ersetzen Sie den Sicherheitsschlüssel.
	3. Signalsystem mit unterbrochenem Stromkreis	Überprüfen Sie den Controller-Eingang und das Signalkabel.
	4. Ausschalten	Stellen Sie den Netzschalter auf „ON“.

	5. Sicherung durchgebrannt.	Tauschen Sie die Sicherung aus.
Das Laufband läuft nicht reibungsvoll.	1. Zu wenig Schmierung.	Verwenden Sie Silikonöl.
	2. Der Laufgurt ist zu eng.	Passen Sie die Spannung des Laufgurts an
Laufgürtel rutscht	3. Der Laufgurt ist zu locker.	Passen Sie die Spannung des Laufgurts an
	4. Der Motorriemen ist zu locker.	Passen Sie die Spannung des Motorriemens an
Die Tasten funktionieren nicht	Defekte Schlüssel	1. Tastatur und Kabel austauschen; Wechseln Sie das Mainboard; 2. Wechseln Sie das Mainboard
Stoppen Sie im Normalzustand abrupt	1. Sicherheitsschlüssel herausfallen.	Ersetzen Sie den Sicherheitsschlüssel
	2. Defektes System.	Bitten Sie den Servicetechniker, das Problem zu reparieren

## Wichtige Notizen

- Das Gerät entspricht den aktuellen Sicherheitsstandards. Das Gerät ist nur für den Heimgebrauch geeignet. Jede andere Verwendung ist unzulässig und möglicherweise sogar gefährlich. Für Schäden, die durch unsachgemäßen Gebrauch entstehen, übernehmen wir keine Haftung.
- Bitte konsultieren Sie vor Beginn Ihrer Trainingseinheit Ihren Hausarzt, um zu klären, ob Ihre körperliche Verfassung für das Training mit diesem Gerät geeignet ist. Die Diagnose des Arztes sollte die Grundlage für die Gestaltung Ihres Trainingsprogramms sein. Falsches oder übermäßiges Training kann gesundheitsschädlich sein.
- Lesen Sie die folgenden allgemeinen Fitnesstipps und die Übungsanleitung sorgfältig durch. Bei Schmerzen, Atemnot, Unwohlsein oder anderen körperlichen Beschwerden brechen Sie die Übung sofort ab. Suchen Sie bei anhaltenden Schmerzen sofort einen Arzt auf.
- Dieses Fitnessgerät ist nicht für den professionellen oder medizinischen Gebrauch geeignet und darf auch nicht für therapeutische Zwecke eingesetzt werden.
- Der Pulssensor ist kein medizinisches Gerät. Es dient nur zu Informationszwecken und soll eine durchschnittliche Pulsfrequenz ermitteln. Aufgrund unterschiedlicher Umwelt- und menschlicher Konditionierungsfaktoren ist es weder als medizinischer Rat gedacht noch wird der Puls jedes Mal genau gemessen.