

Laufmaschine

ARTIKEL-NR:1271



OWNER'S

MANUAL

WICHTIG: Lesen Sie alle Anweisungen sorgfältig durch, bevor Sie dieses Produkt verwenden.

***Bewahren Sie diese Bedienungsanleitung für zukünftige Referenzen.
Die Spezifikationen dieses Produkts können von diesem Foto abweichen und können ohne vorherige Ankündigung geändert werden.***

WICHTIGE SICHERHEITSHINWEISE

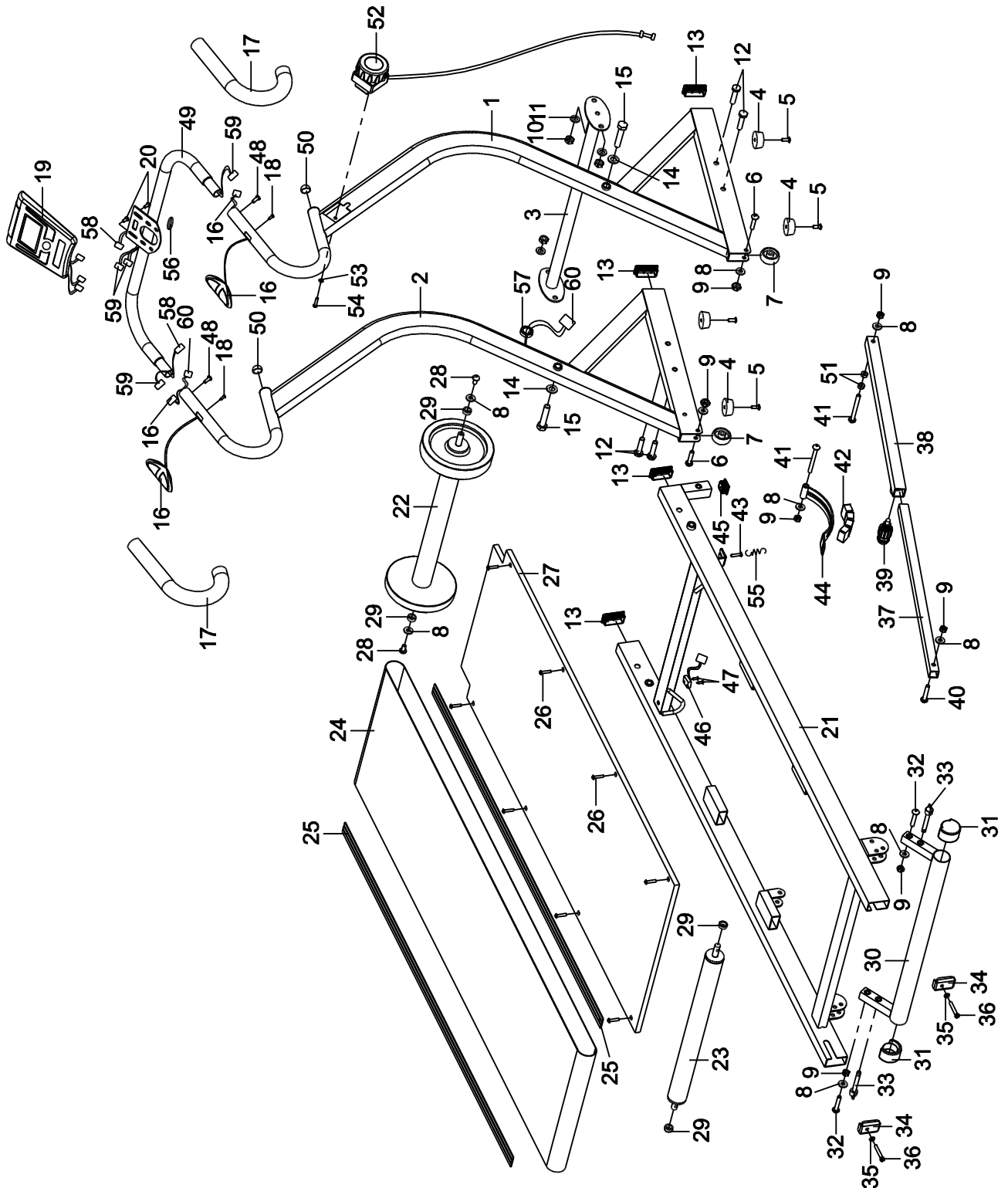
Bei der Verwendung dieser magnetischen Laufmaschine immer die Sicherheitshinweise folgen. Lesen Sie alle Anweisungen, bevor Sie diese magnetische Laufmaschine verwenden.

1. Kontrollieren Sie jeden Teil vor dem Training. Wenn es eine defekte Teil gibt, ersetzen Sie sie sofort.
2. Stellen Sie sicher, dass alle Teile, Schrauben und Muttern vor dem Training gut montiert und verriegelt sind.
3. Fügen Sie niemals ein Objekt in eine Öffnung ein.
4. Benutzen Sie diese Laufmaschine niemals, wenn es nicht richtig funktioniert.
5. Tragen Sie bequeme und geeignete Kleidung, wenn Sie die Laufmaschine verwenden. Verwenden Sie das Gerät barfuß oder im Socken nicht. Tragen Sie immer Sportschuhe.
6. Tragen Sie niemals lose Kleidung, weil sie Gefahr laufen könnte.
7. Halten Sie Kinder und Haustiere während des Gebrauchs von der Laufmaschine fern.
8. Verwenden Sie das magnetische Laufband nicht im Freien. Diese Laufmaschine ist für den Hausgebrauch.
9. Nur **eine** Person sollte auf der Laufmaschine trainieren.
10. Halten Sie die Laufmaschine auf einer festen, ebenen Oberfläche mit minimalem Sicherheitsbereich Abstand von x 2000mm1000mm. Stellen Sie sicher, dass der Bereich ausreichend Freiraum hat.
11. Halten Sie den Lenker mit den Händen, wenn Sie mit der Übung starten oder anhalten.
12. Wenn Sie Schmerzen in der Brust, Übelkeit, Schwindel oder Kurzatmigkeit merken Sollen Sie mit der Übung aufhören und einen Arzt konsultieren.
13. Die maximale Gewichtskapazität für dieses Produkt beträgt 110 kg.

WARNUNG: Bevor Sie mit einem Übungsprogramm beginnen, konsultieren Sie mit einem Arzt. Der ist besonders wichtig für die Menschen die über 35 Jahre alt sind oder die bereits bestehende gesundheitliche Probleme haben.

VORSICHT: Lesen Sie alle Anweisungen sorgfältig durch, bevor Sie dieses Produkt bedienen.

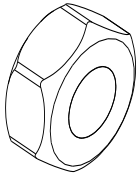
Explosionszeichnung



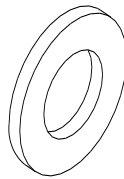
TEILELISTE

Nein.	Beschreibung	Qty	Nein.	Beschreibung	Qty
001	Rechter Lenker 513x40x1180	1	031	Schräganpassung Rahmen Endkappe Nr. 25x27	2
002	Linker Lenker-Unterstützungsrahmen 513x40x1180	1	032	Schraube M8x38	2
003	Verbindungsunterstützungsrahmen 103x535x54	1	033	Verriegelungsstift	2
004	Gummi-Pad Nr. 33x 38x16	4	034	Hintere Rolle	2
005	Schraube M6x16	4	035	Beilag scheinbe Nr. 6	2
006	Schraube M8x35	2	036	Rollverstellung Schrauben M6x55	2
007	Felge Nr. 50x 8x20	2	037	Sicherheitsrohr A	1
008	Beilag scheinbe Nr. 8	9	038	Sicherheitsrohr B	1
009	Nylon Mutter M8	7	039	Knopf	1
010	Nylon Mutter M10	4	040	Schraube M8x42	1
011	Beilag Scheibe Nr. 10	4	041	Schraube M8x75	2
012	Schraube M10x40	4	042	Magnet	4
013	Endkappe (25x50)	4	043	Sechskantschrauben M5x25	1
014	Beilag scheinbe Nr. 12	2	044	Magnethalterung	1
015	Schraube M12x65	2	045	Quadratische Endkappe (25x25)	1
016	Handpulssensor mit Draht	2	046	Sensor mit Draht100mm	1
017	Schaumstoff-Griff Nr. 28x-23x280	2	047	Schraube ST2.9x9.5	2
018	Schrauben M4x.15mm	2	048	Schraube M6x12	2
019	Computer XLG-605	1	049	Lenker	1
020	Schrauben M5x10	2	050	Lenker-Endkappe Nr. 25	2
021	Hauptrahmen	1	051	Mutter M8	2
022	Vorderwalze Nr. 160x 42x445	1	052	L=1080mm	1
023	Heckwalze Nr. 42x443	1	053	Beilags scheinbe für Spannungskontrolle Knopf Nr. 5	1
024	Laufband 360x2532x1.3	1	054	Bolzen für Spannungskontrollknopf M5x25	1
025	Seitenschiene 30x1056x2	2	055	Springs	1
026	Schraube M5x25	8	056	Drahtstecker Nr. 25x 13x4	1
027	deck 1114x458x12	1	057	Drahtstecker Nr. 12	1
028	Schraube M8x15	2	058	Sensorkabel I (L=)450mm	1
029	Vordere Roller	4	059	Sensorkabel II (L=)450mm	2
030	Neigungsanpassungsrahmen 511x24x124	1	060	Sensorkabel III (L=)1000mm	1

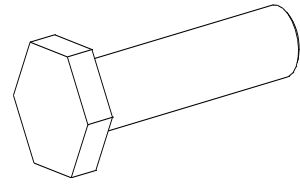
HARDWARELISTE



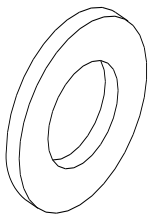
(10) Nylon Mutter
M10
4 Stück



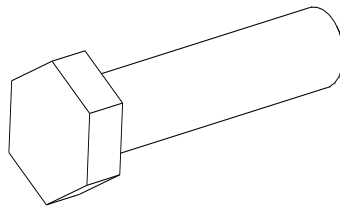
(11) Beilagscheibe
4 Stück



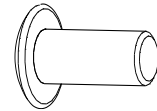
(12) Schraube
M10x40
4 Stück



(14) Beilagscheibe
2 Stück

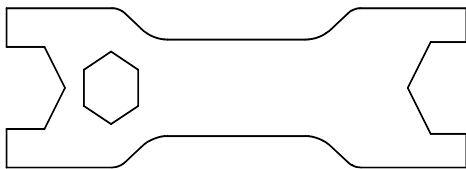


(15) Schraube
M12x65
2 Stück



(48) Schraube
M6x12
2 Stück

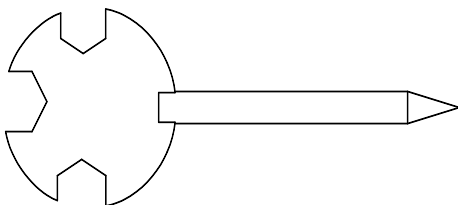
Werkzeuge



Multi Hex Werkzeug S13, S17,
S19
2 Stück

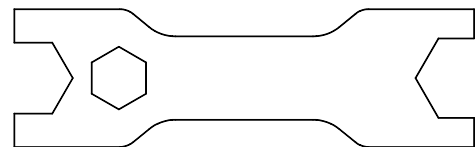
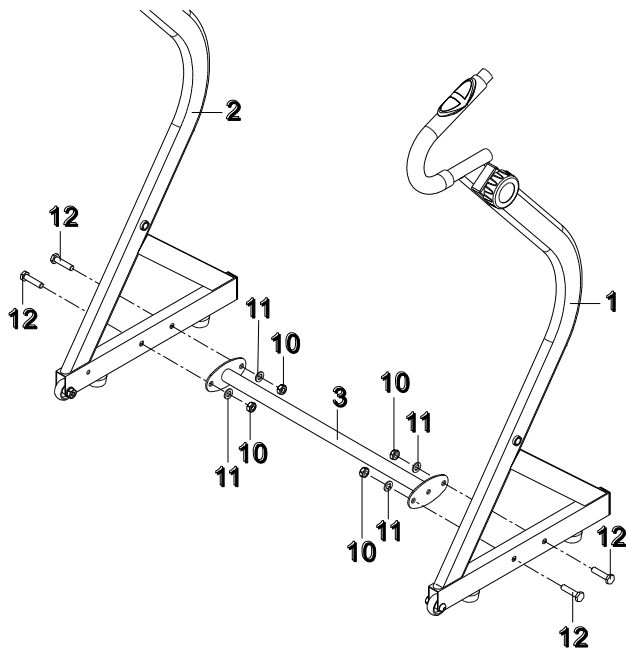


Allen Wrench #5
1 Stück



Multi Hex Werkzeug mit Phillips
Schraubendreher
1 Stück

MONTAGEANWEISUNGEN

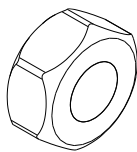


2 Multi Hex Werkzeuge (S13, S17,

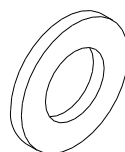
Schritt 1

Befestigen Sie den Verbindungsstützrahmen (3) an den rechten / linken Lenkerstützrahmen (1, 2) mit vier M10-Nylonmuttern (10), vier \varnothing 10-Unterlegscheiben (11) und vier M10x40-Schrauben (12). Ziehen Sie die Schrauben mit zwei mitgelieferten Multi-Hex-Werkzeugen an.

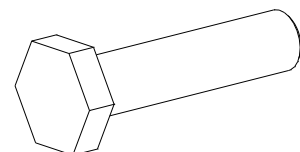
Hardware:



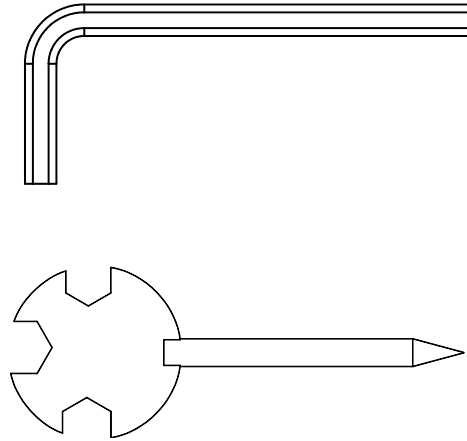
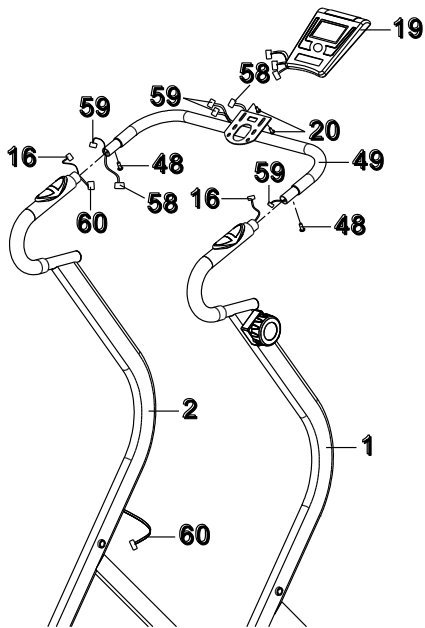
(10) Nylon Mutter
M10



(11) Beilagscheibe
4 PcS



(12) Schraube
M10x40



Multi Hex Werkzeug

Schritt 2

Verbinden Sie den Handpulssensorkabel (16) vom rechten Lenkerstützrahmen (1) mit das Sensorkabel II (59) vom Lenker (49).

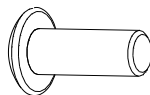
Verbinden Sie das Handpulssensorkabel (16) und das Sensorkabel III (60) von links Lenkerstützrahmen (2) zum Sensorkabel II (59) und Sensorkabel I (58) von der Lenker (49).

Befestigen Sie den Lenker (49) mit zwei in den rechten / linken Lenkerstützrahmen (1, 2) M6x12 Schrauben (48). Ziehen Sie die Schrauben mit dem mitgelieferten Inbusschlüssel fest. Entfernen Sie zwei M5x10-Schrauben (20) vom Computer (19).

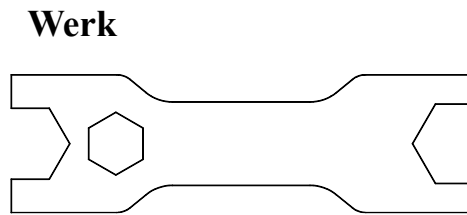
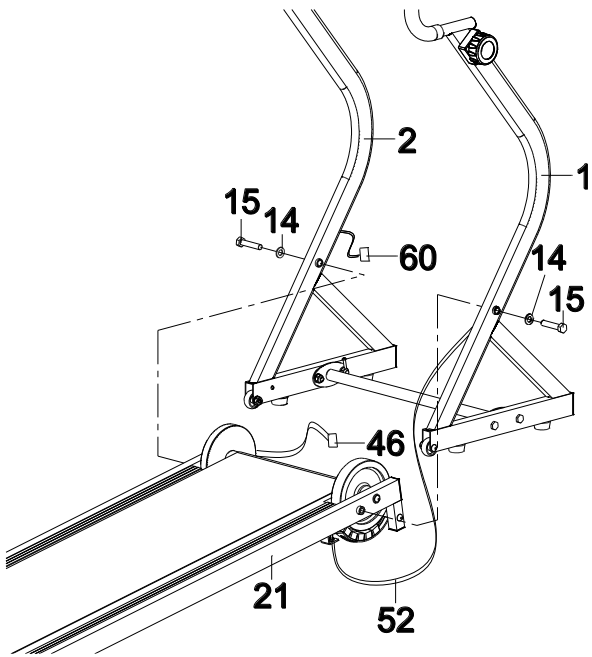
Verbinden Sie das Sensorkabel I (58) und die Sensorkabel II (59) vom Lenker (49) mit dem Kabel, die vom Computer kommen (19).

Befestigen Sie den Computer (19) mit zwei M5x10-Schrauben (20) an der Platte des Lenkers (49) Ziehen Sie die Schrauben fest.

Hardware:



(48) Schraube
M6x12



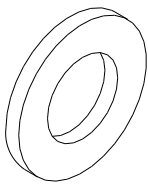
2 Multi Hex Werkzeuge (S13, S17,

Schritt 3

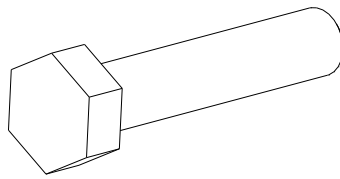
Befestigen Sie den Hauptrahmen (21) mit zwei am rechten / linken Lenkerstützrahmen (1, 2) Ø12 Unterlegscheiben (14) und zwei M12x65-Schrauben (15). Ziehen Sie die Schrauben fest. Verbinden Sie den Sensorkabel (46) vom Hauptrahmen (21) mit dem Sensorkabel III (60) von den linken Lenkerstützrahmen (2).

ANMERKUNG: Es wird empfohlen, immer die Hilfe einer zweiten Person zu verwenden.

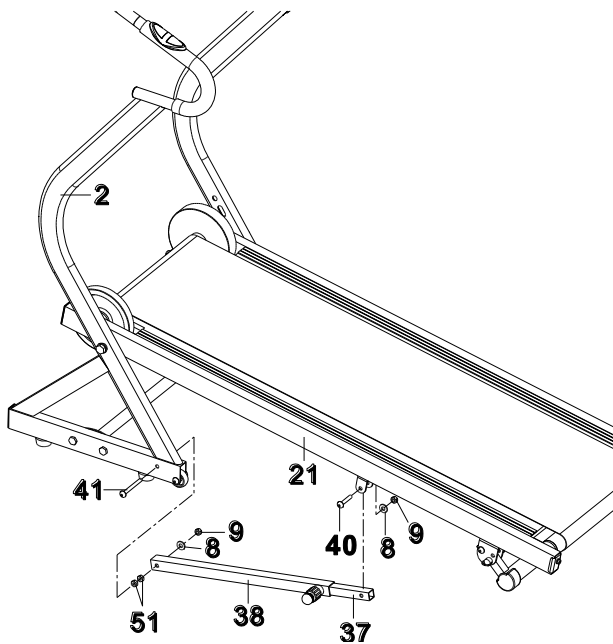
Hardware:



(14) Beilagscheibe
2 Stück



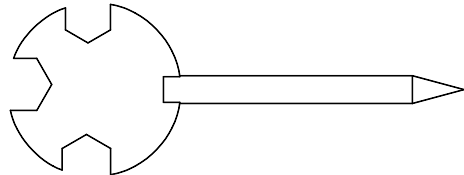
(15) Schraube
M12x65



Werk



Allen Wrench #5



Multi Hex Werkzeug mit Phillips

Schritt 4

Entfernen Sie eine $\varnothing 8$ -Unterlegscheibe (8), eine M8-Nylonmutter (9), eine M8x75-Schraube (41) und zwei M8-Muttern (51) aus dem Sicherheitsrohr B (38).

Entfernen Sie eine $\varnothing 8$ -Unterlegscheibe (8), eine M8-Nylonmutter (9) und eine M8x42-Schraube (40) von der Sicherheitsrohr A (37).

Befestigen Sie das Sicherheitsrohr B (38) mit einem $\varnothing 8$ am linken Lenkerstützrahmen (2)

Unterlegscheibe (8), eine M8-Nylonmutter (9), eine M8x75-Schraube (41) und zwei M8-Muttern (51), die entfernt wurden. Ziehen Sie die Schraube und die Nylonmutter mit dem mitgelieferten Inbusschlüssel und dem Multi-Sechskant-Werkzeug mit Kreuzschlitzschraubendreher fest.

Befestigen Sie das Sicherheitsrohr A (37) mit einer $\varnothing 8$ Unterlegscheibe (8) und einer M8 am Haupttrahmen (21)

Nylonmutter (9) und eine M8x42-Schraube (40), die entfernt wurden. Schraube und Nylonmutter mit festziehen.

BEDIENUNG DES COMPUTERS

VERWENDEN IHRES COMPUTERS

Der Computer kann durch Drücken einer beliebigen Taste eingeschaltet werden. Wenn Sie das Gerät für 4-5 Minuten nicht benutzen, wird das Computer automatisch ausschalten.



Funktionen:

MODE: Drücken Sie die MODE-Taste und wählen Sie jede Funktion des Computers. Halten Sie die MODE-Taste 3 Sekunden lang gedrückt, um alle Datenwerte auf Null zurückzusetzen, TOTAL (ODOMETER) Datenwerte.

SET: Drücken Sie die SET-Taste um einzustellen die Datenwerte von TMR (Timer), DST (Distance), oder CAL(Calories)

RESET: Drücken Sie die RESET-Taste wenn Sie die Datenwerte zurücksetzen wollen von Time, Distance und Calories.

COMPUTER FUNKTIONEN:

SCAN: Drücken Sie die MODE-Taste, bis auf dem Bildschirm SCAN angezeigt wird. Der Computer wird automatisch Scannen alle 4 Sekunden die Funktionen von TMR, SPD, DST, TOTAL und CAL.

TMR (TIMER): Zeigt Ihre Trainingszeit in Minuten und Sekunden an. Du könntest außerdem voreingestellte Zielzeit im STOP-Modus vor dem Training einstellen. Um TIMER einzustellen, drücken Sie die MODE-Taste bis auf dem Bildschirm TMR angezeigt wird. Drücken Sie die SET-Taste, um die Uhrzeit jedes Mal zu ändern.

Die SET-Tastenzeit sollte sich um 1 Minute ändern. Drücken Sie die RESET-Taste, um die Zielzeit zu löschen. Der voreingestellte Zielzeitbereich liegt zwischen 0:00 und 99:00 Minuten. Sobald Sie anfangen zum Trainieren, beginnt die Zeit von der voreingestellten Zielzeit herunterzuzählen. 0:00 pro 1 Sekunde rückwärts.

SPD (SPEED): Zeigt die aktuelle Trainingsgeschwindigkeit an.

DST(DISTANCE): Zeigt die kumulative Distanz an, die während des Trainings zurückgelegt wurde. Sie können auch voreingestellte Zielentfernung im STOP-Modus vor dem Training einstellen. Um DISTANCE einzustellen, drücken Sie die MODE-Taste, bis der Bildschirm die DST-Anzeige anzeigt. Drücken Sie die SET-Taste, um den Abstand einzustellen. Drücken Sie die Reset taste, um den Zielabstand auf Null setzen. Der voreingestellte Zielabstandsbereich ist

von 0.00 bis 99.90 km. Sobald Sie den Zielabstand voreingestellt haben und dann mit dem Training beginnen, Abstand beginnt von voreingestellter Zielentfernung auf 0.00 herunterzuzählen. Wenn das voreingestellte Ziel Abstand zählt bis 0.00, die Entfernung beginnt sofort zu zählen und der Computer wird anfangen zu piepen, um Sie daran zu erinnern.

TOTAL (ODOMETER): Zeigt die gesamten Entfernungen. Das insgesamt Datenwerte können Sie nicht auf null

zurücksetzen mit dem Mode taste. Sie müssen erst die Batterie von Computer entfernen, erst dann wird die Totalwerte auf null zurückgesetzt.

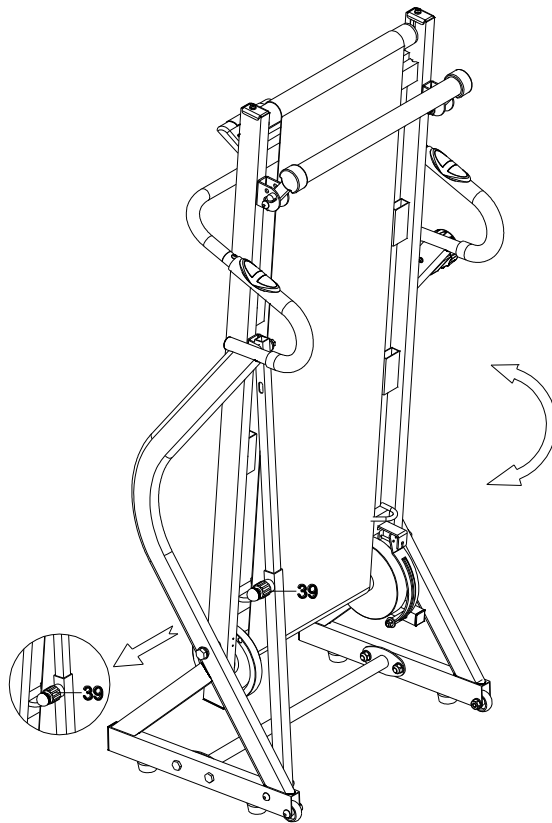
CAL (CALORIES): Zeigt die Kalorien während des Trainings an. Sie können auch Voreinstellung Zielkalorien im STOP-Modus vor dem Training einstellen. Drücken sie die Mode taste, bis auf dem Bildschirm CAL gezeigt wird. Drücken Sie die SET-Taste, um die Kalorien einzustellen.

Drücken Sie die RESET-Taste, um die Zielkalorien auf Null zu setzen. Der voreingestellte Zielkalorienbereich ist von 0.0 bis 999.0. Wenn Sie anfangen zum Trainieren wird die Voreingestellte Zielkalorien auf 0 zuzählen. Wenn Sie zum Trainieren beginnen zählt der Computer auf 0 herunter.

PULSE: Zeigt Ihre aktuelle Herzfrequenz wenn Sie die Pulssensoren mit beiden Händen festhalten. Um eine präzisere Pulsauslesung zu gewährleisten, halten Sie sich immer mit zwei Händen an den Lenkerpulssensoren fest, anstatt nur mit einer Hand nur, wenn Sie versuchen, Ihre Herzfrequenzwerte zu testen.

Batterie:

- 1. Geben Sie die Hülle an der Rückseite weg.**
- 2. Geben Sie 2AA Batterien hinein.**
- 3. Überprüfen Sie ob die Batterien richtig eingelegt sind.**
- 4. Geben Sie die Hülle wieder auf.**
- 5. Sollte das Display schlecht lesbar sein, entfernen Sie die Batterien und legen Sie nach 15 Sekunden wieder ein.**



Das Laufmaschine anheben

Halten Sie das hintere Ende des Hauptrahmens mit einer Hand fest und ziehen Sie dann den Federknopf (39), um ihn anzuheben den Hauptrahmen nach oben, bis der Federknopf (39) in die verriegelte Position "herauspringt".

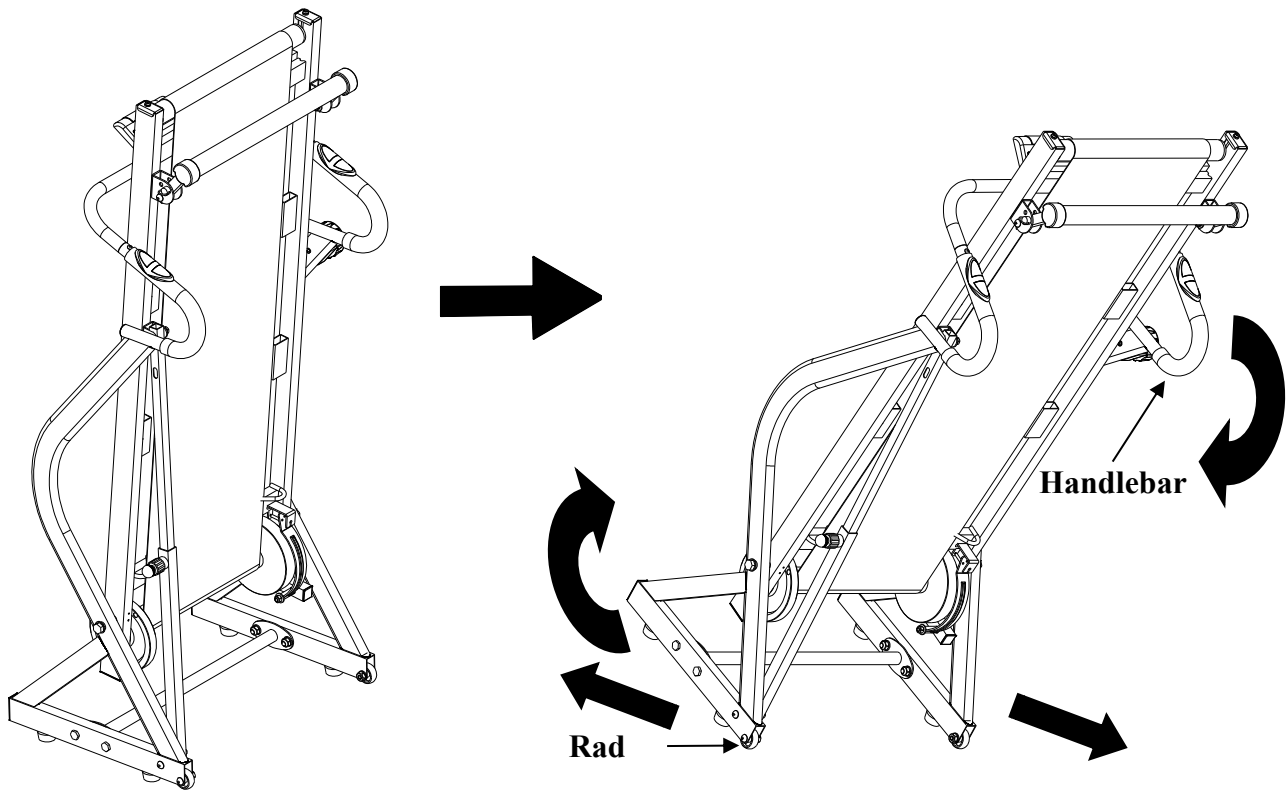
Der Federknopf (39) wird vor dem Bewegen des Laufbandes in die verriegelte Position "geklappt".

Das Gerät kann zur einfachen Bewegung und Aufbewahrung vorsichtig auf die Räder gekippt werden.

VORSICHT: Die Nichtsicherung des Hauptrahmens mit dem Federknopf kann das Laufband versehentlich stürzen und Körperverletzung verursachen.

WARNUNG:

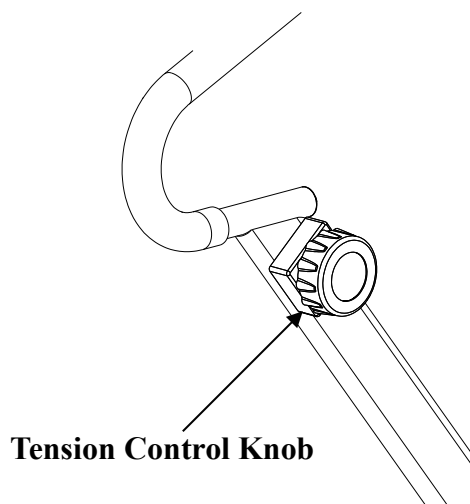
Halten Sie Kinder und Haustiere beim Falten, Entfalten oder während des Betriebs immer von der Maschine fern.



Das Gerät kann zur einfachen Bewegung und Aufbewahrung vorsichtig auf die Räder gekippt werden. Fassen Sie die beiden Lenker mit beiden Händen fest an, während sich das Laufband in der zusammengeklappten Position befindet. Kippen Sie das Laufmaschine anschließend vorsichtig zurück, bis es frei auf den Rädern rollt.

VORSICHT: Versuchen Sie nicht, das Laufband in der entfaltenen Position zu bewegen.

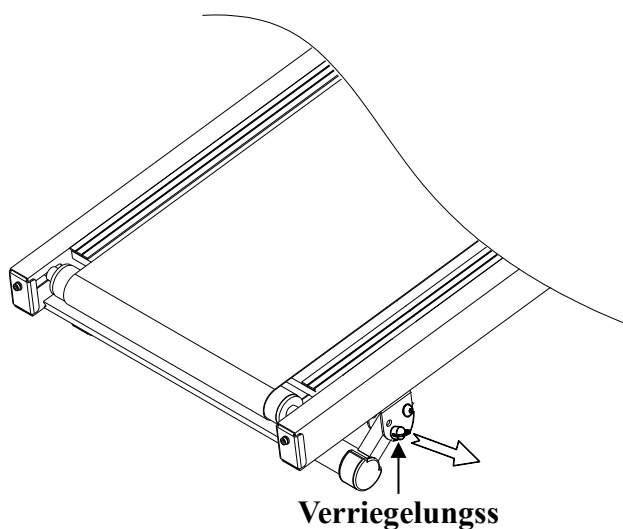
Anpassungen



Einstellen des Spannungsreglers

Drehen Sie den Spannungsregler im Uhrzeigersinn, um die Spannung zu erhöhen.

Drehen Sie den Spannungsregler gegen den Uhrzeigersinn, um die Spannung zu verringern.

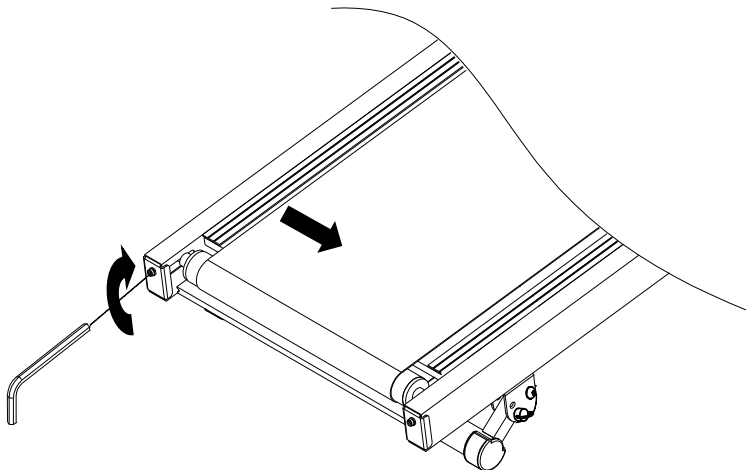


Anpassen des Neigungsanpassungsrahmens

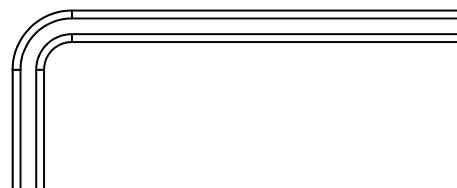
Legen Sie eine Hand auf das hintere Ende des Hauptrahmens. Heben Sie das hintere Ende des Hauptrahmens an und entfernen Sie dann die Sicherungsstifte vom Hauptrahmen und vom Einstellrahmen für die Neigung. Stellen Sie den Neigungsanpassungsrahmen auf die gewünschte Position ein und setzen Sie die Sicherungsstifte in die Löcher am Hauptrahmen und am Neigungsanpassungsrahmen ein, die entfernt wurden.

Einstellung des Bandes: Das Band wird in der Fabrik eingestellt. Während der Transport oder beim Gebrauch kann es locker werden. Nach längerem Gebrauch dehnt sich das Band aus. Wenn sich das Band nach links bewegt, dann lassen Sie es mit 2-3km/h laufen. Verwenden Sie den beiliegenden Inbusschlüssel und drehen Sie den linken, hinteren Einstellbolzen um 1/2 Umdrehung im Uhrzeigersinn. Sie sollten sehen wie sich das Band korrigiert und wieder und wieder ins Zentrum bewegt. Wiederholen Sie den oben beschriebenen

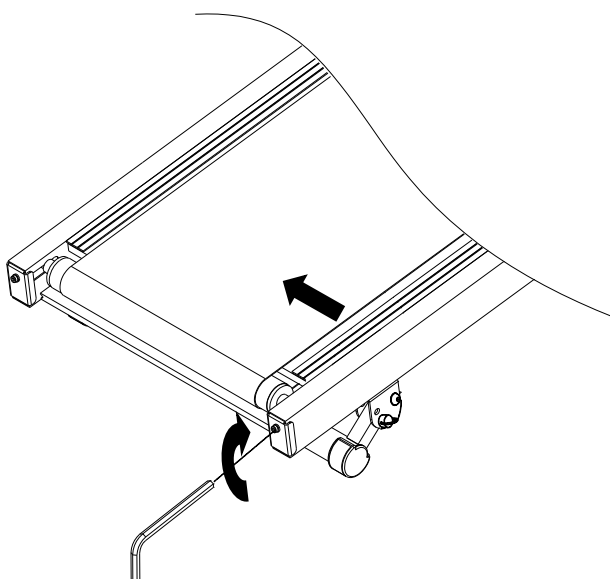
Vorgang bis das Band zentriert ist. Wenn das Band sich nach rechts bewegt, dann drehen Sie den rechten, hinteren Einstellbolzen um $\frac{1}{4}$ Umdrehung im Uhrzeigersinn. Das Band sollte sich korrigieren und ins Zentrum bewegen. Wiederholen Sie den Vorgang bis das Band zentriert ist. Wenn das Band während des Trainings rutscht, dann schalten Sie das Gerät ab und ziehen Sie den Stecker heraus. Nehmen Sie den Inbusschlüssel und drehen Sie den linken und den rechten hinteren Einstellbolzen um $\frac{1}{4}$ Umdrehung im Uhrzeigersinn. Schalten Sie dann das Gerät wieder ein und lassen Sie es mit 2 oder 3km/h laufen. Überprüfen Sie jetzt ob das Band noch rutscht. Wiederholen Sie den oben beschriebenen Vorgang wenn nötig, bis das Band nicht mehr rutscht



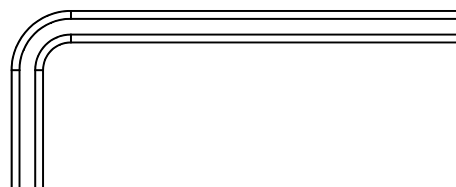
Werk



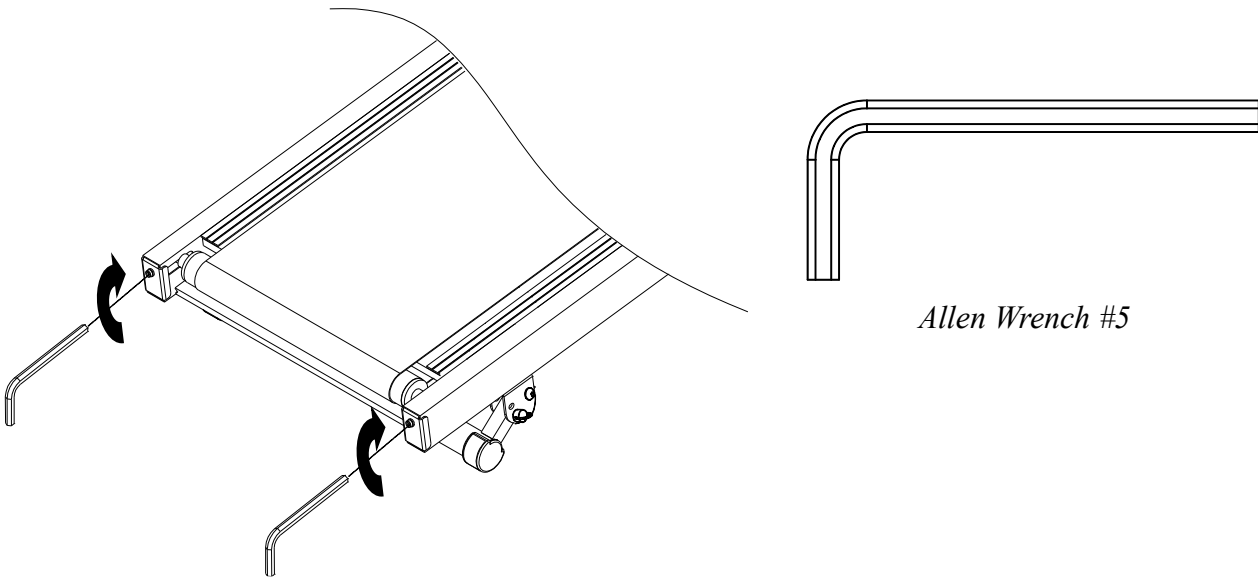
Allen Wrench #5



Werk



Allen Wrench #5



Wartung

Reinigung

Das Gerät darf nur mit einem weichen, sauberen feuchten Tuch gereinigt werden. Verwenden Sie keine Schleifmittel oder Lösungsmittel auf Kunststoffteilen.

Bitte wischen Sie Ihren Schweiß nach jedem Gebrauch vom Laufband ab. Achten Sie darauf, keine übermäßige Feuchtigkeit auf dem Computer-Display zu bekommen, da dies zu einem Ausfall einer elektrischen Gefahr oder Elektronik führen kann.

Bitte halten Sie das magnetische Laufmaschine, die Computerkonsole vor direkter Sonneneinstrahlung fern. Kontrollieren Sie regelmäßig ob alle Schrauben fest sind.

Das Gerät lagern: Bewahren Sie dieses Gerät in einer sauberen und trocknen Umgebung.

Problembehandlung

PROBLEM: Es gibt keine Anzeige auf der Computerkonsole

LÖSUNG: Überprüfen Sie, ob die Batterien richtig positioniert sind und Batteriefedern in einwandfreiem Kontakt mit Batterien stehen.

LÖSUNG: Die Batterien in der Computerkonsole sind möglicherweise leer. Ersetzen Sie dies durch neue Batterien.

PROBLEM: Es gibt keine Herzfrequenz-Lesung oder Herzfrequenz-Lesung ist unregelmäßig.

LÖSUNG: Stellen Sie sicher, dass die Drahtverbindungen für die Handpulssensoren richtig gesteckt sind.

LÖSUNG: Um eine präzisere Pulsmessung zu gewährleisten, halten Sie mit beiden Händen die Sensoren statt nur mit einer Hand.

LÖSUNG: Vermeiden Sie es, die Handpulssensoren zu fest zu greifen.

PROBLEM: Das Laufband macht ein quietschendes Geräusch.

LÖSUNG: Die Schrauben können auf dem Laufmaschine locker sein. Bitte prüfen Sie ob alle Schrauben fest sind, und ziehen Sie alle losen Schrauben fest.

