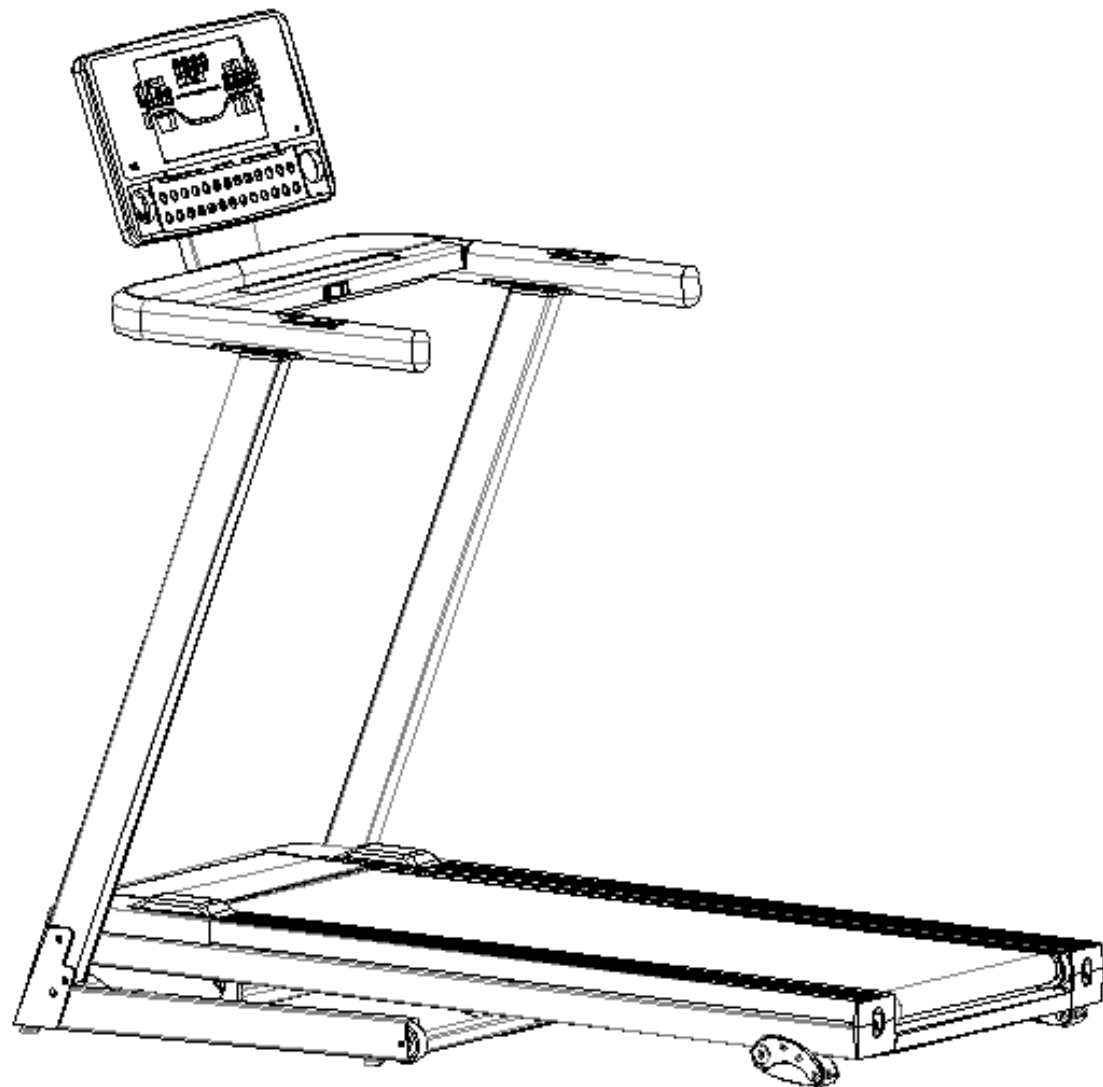


JET 2



FOCUS
FITNESS

JET 2

Index

1. Safety instructions / Maintenance	3
2. Parts list.....	5
3. Overview drawing	8
4. Packing list	9
5. Montage.....	11
Nederlands	17
1. Gebruikerinstructies	17
English	21
1. User instructions	21
Deutsch	25
1. Gebrauchsanweisung	25
Français	29
1. Mode d'emploi	29

1. Safety instructions / Maintenance



English

Nederlands

Deutsch

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

To ensure optimum safety, you must check the device for damage and wear-sensitive parts on a regular basis. You must also follow the instructions below with clear safety instructions as described below.

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

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

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

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

Om een optimale veiligheid te kunnen waarborgen dient u op reguliere basis het apparaat te controleren op beschadigingen en slijtage gevoelige onderdelen. Tevens dient u onderstaande instructies duidelijk te volgen. Als eigenaar van het apparaat bent u verantwoordelijk om iedere gebruiker van duidelijke veiligheidsinstructies te voorzien als hieronder beschreven.

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

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

- Om een elektrische schok te voorkomen, moet uw voor iedere reiniging of onderhoudsbeurt/repairatie ervoor zorgen dat het apparaat uit staat en de stroomkabel uit het stopcontact is gelsgald.
- Reinig het apparaat nooit met agressieve of bijtende poetsmiddelen om beschadiging van het display te vermijden. Gebruik bij reiniging een vochtige doek. Plaats het apparaat niet in direct zonlicht.
- Veeg het display en alle andere oppervlakken van het apparaat schoon met om alle zweeetresten te verwijderen.
- Leg een vloermat neer, om met de opbouw en bij de plaatsing het apparaat te beschermen tegen vuil en slijtage. Stofzuig 1 keer in de week onder het trainingsapparaat.
- Reinig uw apparaat na afloop van de training om te voorkomen dat transpiratiezuren in het apparaat trekken. Zorg dat de vloer waarop van het apparaat staat, stofvrij is.
- Controleer alle delen van het apparaat regelmatig en draai de schroeven ook regelmatig aan. Let ook op materiaal moeheid en vervang de defecte onderdelen onmiddellijk.
- Smeer roterende onderdelen iedere 2 à 3 maanden in met een onderhoudsspray en controleer regelmatig of de schroeven goed vast zitten.
- Indien het apparaat beschikt over een 'rails', zorg dan dat deze goed gesmeerd blijft.
- Loopband:
 - Indien de loopmat slipt, dient deze gespannen te worden. Zet de loopband op 6 km/h en draai aan beide uiteinden van de loopband een halve slag met de klok mee.
 - Indien de loopmat scheef loopt, draait u aan het linker- of rechteruiteinde om deze wederom recht te spannen.
 - Het smeren van de loopband moet gebeuren door de siliconenolie onder de loopmat de spulpen en vervolgens de loopband op 1 km/h te laten lopen gedurende 3 minuten.
 - Demonteer de motorkap om periodiek het stof te verwijderen.

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

Um die optimale Sicherheit zu gewährleisten, sollten Sie in regelmäßigen Abständen die für Schäden und Verschleiß anfälligen Bestandteile des Gerätes kontrollieren. Gleichzeitig sollten Sie die folgenden Instruktionen genau befolgen.

- Als Eigentümer des Gerätes sind Sie dafür verantwortlich, dass jeder Benutzer deutlich in den Sicherheitsinstruktionen unterwiesen wird, wie sie nachfolgend beschrieben sind.
- Das Gerät darf nur durch maximal 1 Person gleichzeitig genutzt werden.
- Kontrollieren Sie, bevor Sie das Gerät zum ersten Mal benutzen, und danach in regelmäßigen Abständen, die Konstruktion, die Schrauben, Muttern und Verbindungen. Kontrollieren Sie, ob alle Bestandteile gut miteinander verbunden und gut befestigt sind, bevor Sie das Gerät benutzen.
- Falsches oder übermäßiges Training kann gesundheitliche Schäden verursachen. Fragen Sie, bevor Sie mit dem Training beginnen, einen Arzt, ob Ihre Gesundheit das Training mit diesem Gerät zulässt. Der Ratschlag Ihres Arztes sollte als Basis dienen, mit der Sie Ihr Trainingsprogramm zusammenstellen.
- Achten Sie darauf, dass vor Trainingsbeginn alle scharfkantigen Teile am und um das Gerät herum entfernt sind.
- Bei regelmäßiger Benutzung raten wir, alle 1-2 Monate alle Bestandteile und Befestigungsteile, besonders die Schrauben und Muttern, zu kontrollieren. Damit das werkseitig gebotene Sicherheitsniveau des Gerätes erhalten bleibt, müssen beschädigte Bestandteile sofort ausgewechselt werden.
- Das Gerät ist für den Gebrauch durch Erwachsene konstruiert. Wenn Sie dennoch Ihre Kinder das Gerät benutzen lassen, dann weisen Sie sie auf eine korrekte Nutzung und beaufsichtigen Sie die Kinder während der Nutzung. Falls Sie Kindern erlauben, das Gerät zu benutzen, sollten Sie beachten, deren mentale und körperliche Fähigkeiten berücksichtigen. Das Gerät ist nicht als Spielzeug geeignet. Beachten Sie, dass im Umgang mit dem Gerät durch das natürliche Spielbedürfnis, entsprechend dem Temperament der Kinder, unvorhergesehene Situationen und Gefahren auftreten können, die außerhalb der Verantwortung des Herstellers fallen.
- Sorgen Sie während der Installation und während der Benutzung für ausreichend Platz um das Gerät herum.
- Achten Sie darauf, dass das Gerät immer stabil und vollkommen waagrecht steht. Benutzen Sie einen glatten Unterboden, bevor Sie das Gerät aufstellen.
- Tragen Sie während des Trainings immer geeignete Kleidung. Die Kleidung sollte so geschnitten sein, dass sie sich während des Trainings nicht im Gerät verfangen kann. Achten Sie auch auf geeignete Schuhe mit einem rutschfesten Fußbett. Damit wird die Abnutzung auf ein Minimum reduziert und die Sicherheit erhöht.
- Das Gerät muss immer gegen Feuchtigkeit geschützt sein.
- Benutzen Sie eine Unterlegmatte, um Ihren Boden vor Abdrücken zu schützen.
- Bleiben Sie mit Körperfernen fern von beweglichen Teilen, während Sie das Gerät benutzen.
- Falls Sie die verstellbaren Teile verstellen, dann achten Sie darauf, dass diese vor der Benutzung des Gerätes wieder gut befestigt sind.
- Achten Sie niemals eigene Anpassungen am Gerät.
- Beginnen Sie eine Übung niemals direkt nach dem Essen.
- Nehmen Sie immer erst eine gute Position auf dem Gerät ein, bevor Sie das Training starten.
- Stoppen Sie direkt das Training, falls bei Ihnen eines der folgenden Symptome auftritt: Schwindel oder Übelkeit, Schmerzen im Brustbereich oder andere körperliche Beschwerden. Kontaktieren Sie in diesem Fall Ihren Arzt.
- Dieses Produkt enthält kleine Bestandteile, die durch Kinder leicht verschluckt werden können. Halten Sie deshalb Kinder fern, währenddem Sie das Produkt zusammenbauen.
- VORSICHT: Die Pulsmessung des Produktes kann einen ungenauen Wert zeigen. Übermäßiges Training kann schwerwiegende Folgen haben. Stoppen Sie sofort, falls Sie sich schwindelig oder schwach fühlen und ziehen Sie einen Arzt zu Rate.
- Der Hersteller kann nicht verantwortlich gemacht werden für Schäden, die durch unsachgemäße Benutzung des Produktes entstanden sind.
- Stellen Sie das Gerät so ein, dass eine komfortable Trainingsposition gewährleistet ist und der Körper nicht unnötig belastet wird.
- Nutzen Sie das Gerät nicht mit außergewöhnlichem Kraftaufwand, für den ein solches Gerät nicht gemacht ist.
- Sollte das Gerät über einen Stromanschluss verfügen, dann muss die genutzte Steckdose immer geerdet sein. Wenn das Stromkabel beschadigt ist, muss dieses ausgetauscht werden, um Gefahren zu vermeiden.
- Nehmen Sie bei einem Schaden immer Kontakt mit dem Lieferanten auf.
- Crosstrainer: Sie sollten immer mit einem Fuß nach dem anderen auf- und absteigen und niemals mit beiden Füßen gleichzeitig. Verringern Sie zugleich die Geschwindigkeit, um Verletzungen zu vermeiden.
- Laufband: Die Laufmatte läuft eine schräge Linie. Dies ist kein Defekt, sondern die Schweißnaht, mit der die Laufmatte befestigt ist. Ohne Sicherheitsschlüssel (Safety Key) funktioniert das Laufband nicht. Achten Sie darauf, dass dieser immer an der Kleidung befestigt ist, falls ein Notfall eintritt.
- Spinning Bike: Viele Spinning Bikes nutzen eine starre Übersetzung. Drosseln Sie deshalb gleichmäßig die Geschwindigkeit oder benutzen Sie die Bremse.

VORSICHT: Die sachgemäße Instandhaltung Ihres Gerätes ist wichtig, um eine optimale Lebensdauer zu gewährleisten.

- Um Stromschläge zu vermeiden, muss das Gerät bei jeder Reinigung oder Wartung/Reparatur ausgeschaltet und der Stecker aus der Steckdose gezogen sein.
- Reinigen Sie das Gerät nie mit aggressiven oder bleibenden Putzmitteln, damit das Display nicht beschädigt wird. Nutzen Sie zur Reinigung ein feuchtes Tuch. Setzen Sie das Gerät keinem direkten Sonnenlicht aus.
- Wischen Sie das Display und alle anderen Oberflächen des Gerätes mit einem sauberen, leicht feuchten Tuch ab, um alle Schweißreste zu entfernen.
- Legen Sie eine Bodenmatte hin, um das Gerät beim Aufbau und beim Aufstellen gegen Schmutz und Verschleiß zu schützen. Saugen Sie 1 mal pro Woche unter dem Trainingsgerät.
- Reinigen Sie Ihr Gerät nach dem Training, damit die Transpirationsflüssigkeit nicht in das Gerät zieht. Achten Sie darauf, dass der Boden, auf dem das Gerät steht, stofffrei ist.
- Kontrollieren Sie regelmäßig alle Teile des Gerätes und drehen Sie auch die Schrauben regelmäßig fest. Überprüfen Sie die Komponenten auf eventuelle Materialschwäche und ersetzen Sie sofort die defekten Bestandteile.
- Schmieren Sie alle rotierenden Bestandteile alle 2-3 Monate mit einem Wartungsspray ein und kontrollieren Sie regelmäßig, ob die Schrauben gut festgedreht sind.
- Falls das Gerät Schienen hat, müssen diese gut geschmiert bleiben.
- Laufband:
 - Falls die Laufmatte abrutscht, muss diese gespannt werden. Stellen Sie das Laufband auf 6km/h ein und drehen Sie an beiden Enden des Laufbandes um eine halbe Drehung im Uhrzeigersinn.
 - Falls die Laufmatte schief läuft, spannen Sie sie gerade, indem Sie entsprechend entweder am linken oder am rechten Ende des Laufbandes drehen.
 - Zum Schmieren des Laufbandes sprühen Sie Silikonöl unter die Laufmatte und lassen das Laufband anschließend 3 Minuten lang mit 1km/h laufen. Nehmen Sie ab und zu die Motorabdeckung ab, um dort den Staub zu entfernen.



Français

ATTENTION : Avant d'installer et de mettre en service les appareils, lisez le manuel en entier !

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

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

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

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

Español

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

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

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

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

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

Italiano

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

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

- In qualità di proprietario del dispositivo, sei responsabile, nei confronti di ogni utilizzatore, di fornire loro istruzioni di sicurezza chiare come descritte di seguito.
- Il dispositivo può essere utilizzato al massimo da una persona alla volta.
- Controllare la costruzione, le viti, i bulloni e i collegamenti prima di utilizzare per la prima volta il macchinario e poi su base regolare.
- Controllare che tutte le componenti siano ben collegate e montate prima di utilizzare il dispositivo.
- Un allenamento errato o eccessivo può causare danni alla salute. Prima di iniziare l'allenamento, consultare il medico se la propria salute consente l'allenamento con questo dispositivo. Il consiglio del GP serve come base per lo sviluppo del tuo programma di allenamento.
- Prima di iniziare con gli esercizi, si assicuri che tutte le componenti appuntite attorno al dispositivo siano state rimosse.
- Nel caso di uso regolare, consigliamo di controllare tutte le parti e le parti di fissaggio ogni 1 o 2 mesi, in particolare viti e bulloni. Al fine di mantenere il livello di sicurezza strutturale del dispositivo, le parti danneggiate devono essere sostituite immediatamente.
- L'utilizzo del macchinario è riservato agli adulti. Se invece decidesse di accostare l'utilizzo ai bambini, li informi su come utilizzarlo correttamente e li supervisioni per tutto il tempo. Nel caso in cui accostasse ai bambini l'utilizzo del dispositivo, prenda sempre in considerazione le loro capacità mentali e fisiche.
- Il dispositivo non è assolutamente un giocattolo. Si noti che a causa del gioco naturale o del temperamento dei bambini, possono verificarsi situazioni impreviste e pericoli che sono al di fuori della responsabilità del produttore nella gestione di questo dispositivo.
- Assicurarsi che ci sia spazio sufficiente attorno al dispositivo, durante l'assemblaggio e l'utilizzo.
- Assicurare sempre che il dispositivo sia stabile e a livello. Utilizzare un sottopavimento dritto per il posizionamento del dispositivo.
- Durante l'allenamento indossare sempre dei vestiti appropriati. I vestiti devono essere progettati in modo da non impigliarsi nel dispositivo.
- Assicurarsi inoltre di indossare delle scarpe adatte con una buona soletta antiscivolo, grazie alla quale viene anche minimizzata l'usura e aumentata la sicurezza.
- Il dispositivo deve essere sempre salvaguardato da condizioni di umidità.
- Per proteggere il pavimento da segni di pressione, utilizzare sempre una stuoia sottostante.
- Tengere parti del corpo lontane dalle componenti mobili del dispositivo durante l'utilizzo.
- Nel caso in cui regoli le componenti regolabili, assicurarsi che quest'ultima non sia ben salda prima di utilizzare il dispositivo.
- Non apportare mai modifiche di personalizzazione al dispositivo.
- Non iniziare mai un esercizio subito dopo aver consumato un pasto.
- Prendere sempre una buona posizione sul dispositivo, prima di iniziare con l'allenamento.
- Interrompere subito la seduta di allenamento nel caso in cui rilevate uno dei seguenti sintomi: vertigini o nausea, dolore al petto o altri disturbi fisici e contattati il suo medico.
- Il dispositivo contiene piccole parti che possono essere facilmente ingerite da bambini. Tenere perciò i bambini lontani durante l'assemblaggio del dispositivo.
- ATTENZIONE:** la misurazione della frequenza cardiaca del dispositivo può riportare un valore impreciso. L'allenamento eccessivo può comportare conseguenze gravi, interrompere subito nel caso di vertigini o nausea e consultare un medico.
- Il fabbricante non è da ritenersi responsabile dei danni causati da un uso inadeguato del dispositivo.
- Regolare il dispositivo in modo da permettere una posizione di allenamento confortevole senza apporre inutilmente il corpo.
- Non utilizzare il dispositivo con forza eccessiva per il quale un dispositivo del genere non ne è adatto.
- Dovesse il dispositivo essere provvisto di un cavo della corrente, la presa deve essere sempre collegata a terra. Se il cavo della corrente è danneggiato, va sostituito per evitare pericoli.
- In caso di difetto contattare sempre il fornitore.
- Crosstrainer: per salire e scendere bisogna utilizzare una piede alla volta e non entrambi in contemporanea. Diminuire contemporaneamente la velocità per evitare infortuni.
- Tapis roulant: sul nastro corre una striscia obliqua. Non si tratta di un difetto, ma di linee di saldatura grazie alle quali il nastro è saldato. Senza "chiave di sicurezza" il nastro non funziona, si assicurarsi che venga sempre ancorato ai vestiti in caso di emergenza.
- Cyclette: molte cyclette utilizzano un sistema di pedalata assistita. Perciò frenare uniformemente o utilizzare il freno.

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

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

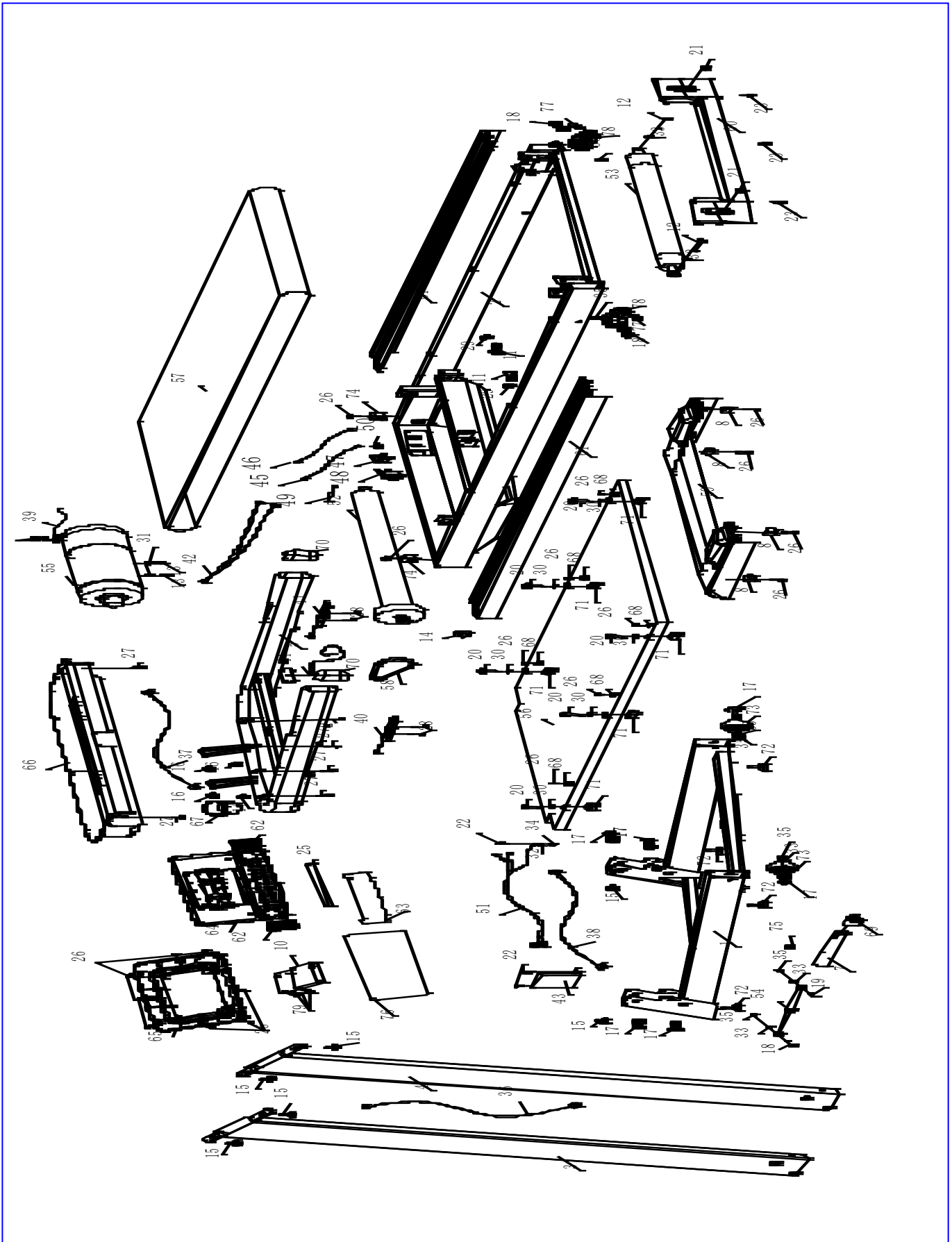
2. Parts list

NO.	Part name	QTY
1	Base frame	1
2	Main frame	1
3	Left upright post	1
4	Right upright post	1
5	Handlebar frame	1
6	Left pressure plate of the motor	1
7	E-zfit linking parts	1
8	Fix tube of motor cover	4
10	Console frame	1
11	Allen C.K.S. half thread screw M10×80×20	2
12	Hexagon socket cylindrical head full thread screw M8×75	2
13	Hexagon socket cylindrical head full thread screw M8×25	2
14	Magnet ring	1
15	Hexagon countersunk head full thread screw M8 × 15	6
16	Hexagon socket pan head full thread screw M6 × 10	4
17	Allen C.K.S. half thread screw M8 × 40 × 20	6
18	Allen C.K.S. half thread screw M8 × 50 × 20	3
19	Allen C.K.S. half thread screw M8 × 30 × 20	1
20	Hexagon countersunk head full thread screw M6 × 55 × Φ 16	6
21	Philips C.K.S. full thread screw M5×10	2
22	Philips C.K.S. full thread screw M4×10	8
23	Philips C.K.S. self tapping screw ST4×16	3
24	Right pressure plate of the motor	1
25	Tray	1
26	Philips countersunk head self tapping screw ST4×15	10
27	Philips countersunk head self tapping screw ST4×40	6
28	Philips countersunk head self tapping screw ST4×25	4
29	Plastic flat washer Φ18×Φ10.5×t2.0	2
30	Plastic flat washer (PVC) Φ12×Φ6×t1.0	6
31	Spring washer Φ8	2
32	Spring washer Φ5	3
33	Flat washer Φ8	6

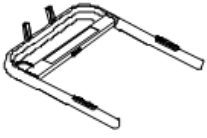
34	Lock washer $\Phi 5$	3
35	Hexagonal locking nut M8	6
36	Communication cable	1
37	Communication cable	1
38	Communication cable	1
39	Photosensor L-300	1
40	Speed-sensing Handgrip Pulse Tracker	1
41	Start/stop Heartbeat Display module	1
42	Handle pulse wire	2
43	Controller	1
44	Safety key	1
45	Power connection wire	1
46	Power connection wire	1
47	Switch	1
48	Self-reset switch	1
49	Power connection wire	1
50	Power cord buckle	1
51	Power cord	1
52	Front roller	1
53	Rear roller	1
54	Hydraulic	1
55	Motor	1
56	Running board	1
57	Running belt	1
58	Motor belt	1
59	Motor cover	1
60	Rear cover	1
61	Side rail	2
62	Panel cover	2
63	Keyboard overlay	1
64	Console panel	1
65	Console back cover	1
66	Accessory tray	1
67	Bottle holder	1
68	Side rail guider	6
69	Double layer end cap	1

70	End cap	2
71	Square cushion	6
72	Feet pad	4
73	Wheels	2
74	Pipe clip	4
75	Shrapnel	1
76	Display overlay	1
77	Latch	2
78	Three adjustable plastic part	2
79	Philips self-tapping screw ST4×15	4

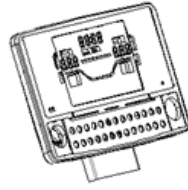
3. Overview drawing



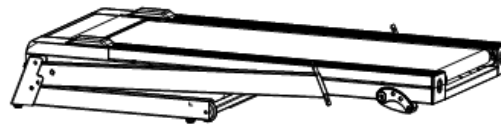
4. Packing list



Console frame



Console



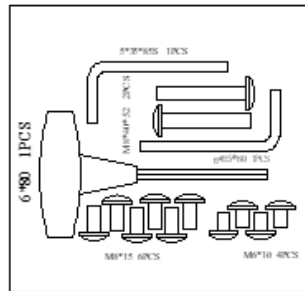
Main body



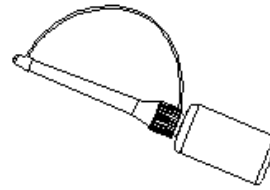
Bottle holder



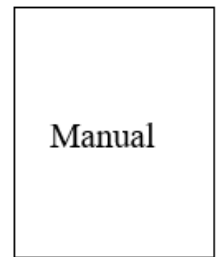
Safety key



Hardware kit



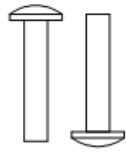
Silicon bottle



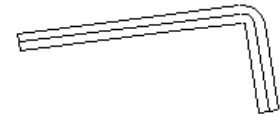
Manual

Manual

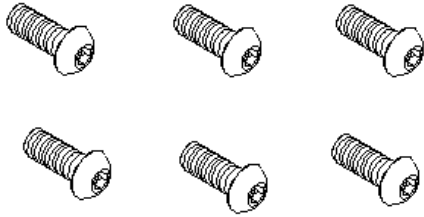
Hardware list



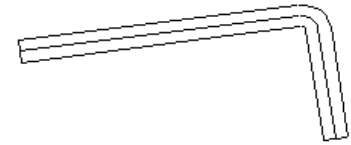
Allen C.K.S. half thread screw (M8*40*20) 2pcs



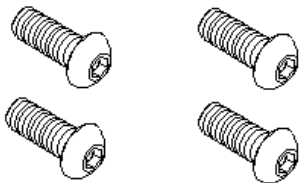
L shape spanner S4 1 pc



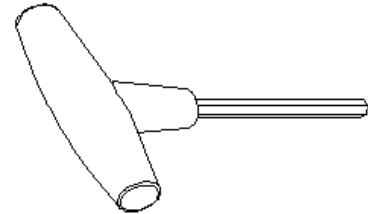
Allen C.K.S. full thread screw (M8*15) 6pcs



L shape spanner S6 1 pc



Hexagon socket pan head full thread screw (M6*12) 4pcs

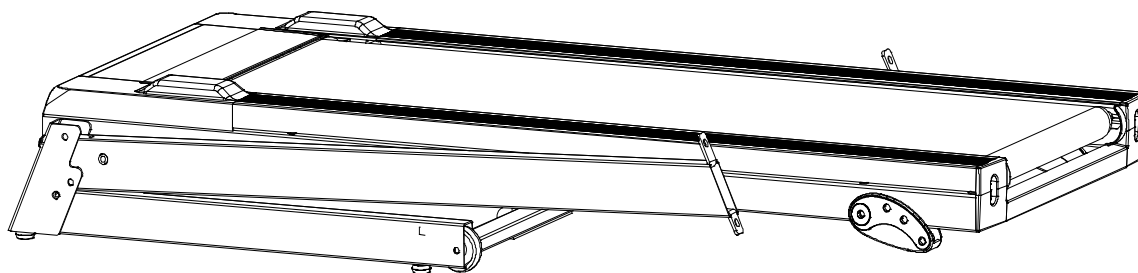


T-wrench 1pc

5. Montage

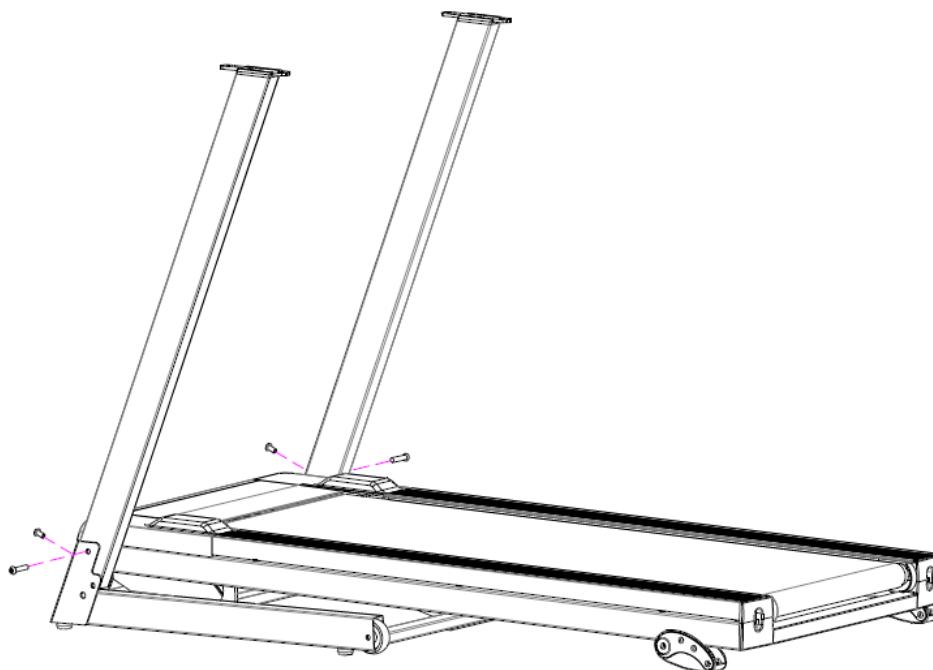
NL	EN	DE	FR
<p>Let op: Draai de schroeven pas vast nadat de volledige loopband is gemonteerd.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Open de doos en vouw het karton uit. 2. Controleer of het apparaat in goede staat is en geen zichtbare schade heeft. 3. Verplaats de loopband van het karton zodra de montage voltooid is. 4. Volg deze handleiding goed om letsel te voorkomen. 	<p>Caution: Do not tighten the screws until the treadmill is fully assembled.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Open the carton and spread out the cardboard. 2. Check that the machine is in good condition and has no visible damage. 3. Move the treadmill away from the cardboard after it is fully assembled. 4. Follow this guide carefully to avoid injury. 	<p>Achtung: Ziehen Sie die Schrauben erst fest, wenn das Laufband vollständig montiert ist.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Öffnen Sie den Karton und breiten Sie den Karton aus. 2. Überprüfen Sie, ob das Gerät in gutem Zustand ist und keine sichtbaren Schäden aufweist. 3. Bewegen Sie das Laufband nach der vollständigen Montage vom Karton weg. 4. Befolgen Sie diese Anleitung sorgfältig, um Verletzungen zu vermeiden. 	<p>Attention : Ne serrez pas les vis avant que le tapis de course soit complètement monté.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Ouvrez le carton et dépliez le carton. 2. Vérifiez que l'appareil est en bon état et ne présente aucun dommage visible. 3. Déplacez le tapis de course hors du carton une fois l'assemblage terminé. 4. Suivez attentivement ce guide pour éviter toute blessure.

STEP 1



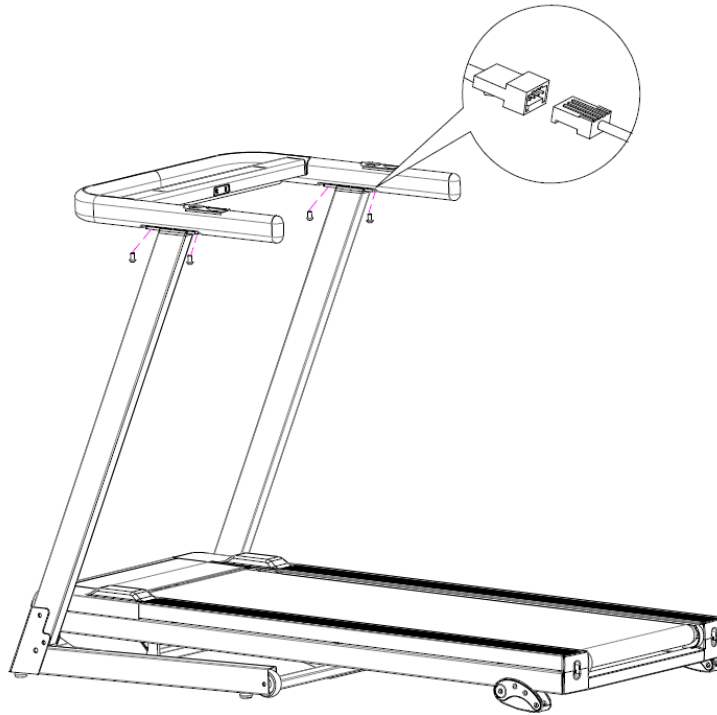
NL	EN	DE	FR
<p>Haal het apparaat uit de doos en plaats het op een harde, vlakke ondergrond (zoals afgebeeld). Verwijder al het verpakkingsmateriaal.</p>	<p>Take the machine out of the box and place it on a hard, flat surface (as shown). Remove all packing materials.</p>	<p>Nehmen Sie das Gerät aus der Verpackung und stellen Sie es auf einen harten, ebenen Untergrund (wie abgebildet). Entfernen Sie sämtliches Verpackungsmaterial.</p>	<p>Sortez l'appareil de la boîte et placez-le sur une surface dure et plane (comme illustré). Retirez tous les matériaux d'emballage.</p>

STEP 2

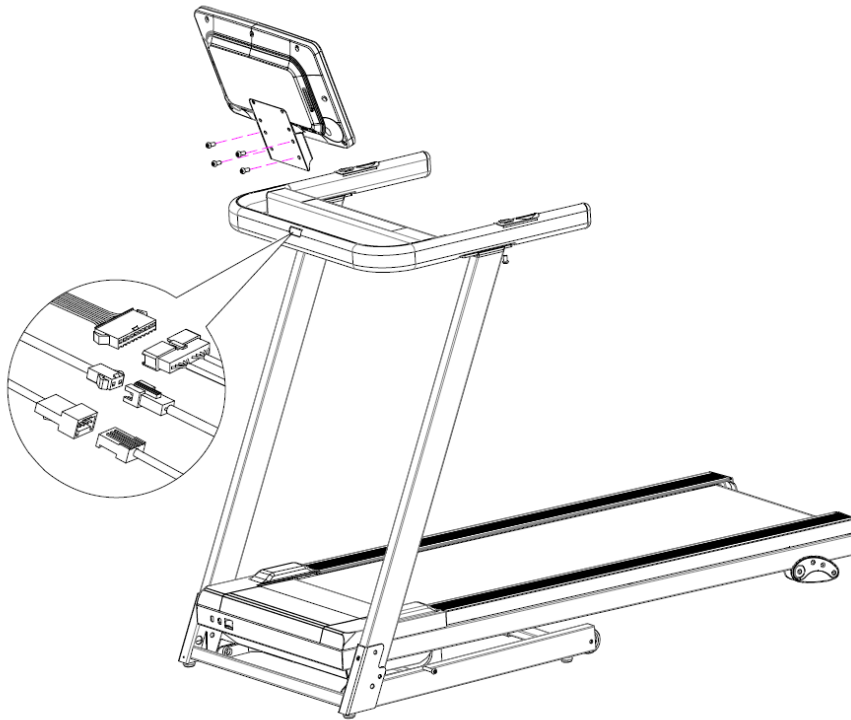


NL	EN	DE	FR
<p>Til de verticale staander op tot een hoek van 66 graden en lijn deze uit met de schroefgaten. Let op de verbindingkabels in de staander. Gebruik M8×15- en M8×40×20- inbusschroeven (half schroefdraad) om de staander aan beide zijden (links en rechts) vast te zetten. Draai de schroeven stevig aan.</p>	<p>Lift the upright post to a 66-degree angle and align it with the screw holes. Be careful with the communication wires inside the post. Use M8×15 and M8×40×20 Allen screws (half-thread) to secure the post from both the left and right sides. Tighten the screws firmly.</p>	<p>Heben Sie den vertikalen Pfosten auf einen Winkel von 66 Grad an und richten Sie ihn an den Schraublöchern aus. Achten Sie auf die Verbindungskabel im Inneren des Pfostens. Verwenden Sie M8×15- und M8×40×20- Inbusschrauben (Halbgewinde), um den Pfosten auf der linken und rechten Seite zu befestigen. Ziehen Sie die Schrauben fest an.</p>	<p>Soulevez le montant vertical jusqu'à un angle de 66 degrés et alignez-le avec les trous de vis. Faites attention aux câbles de connexion à l'intérieur du montant. Utilisez des vis Allen M8×15 et M8×40×20 (à demi-filetage) pour fixer le montant des deux côtés (gauche et droite). Serrez bien les vis.</p>

STEP 3



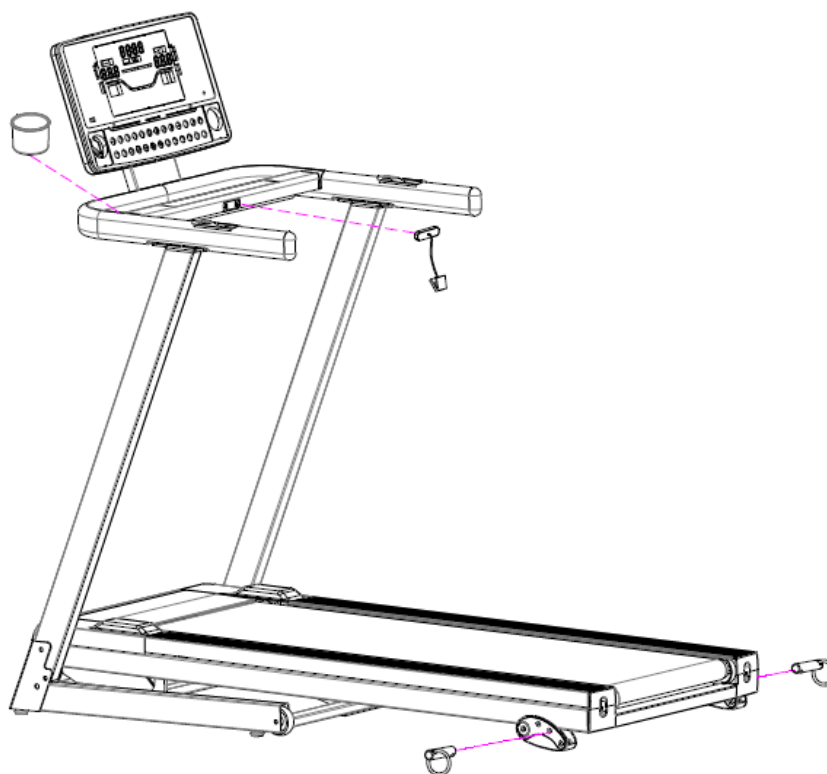
NL	EN	DE	FR
<p>Sluit de signaalkabel van het consoleframe aan. Schuif vervolgens de armleuning in de verticale staander en lijn de schroefgaten uit. Zet deze van onderaf vast met een volledig schroefdraad M8×15-inbusschroef. (Houd de staander vast tijdens het aandraaien om te voorkomen dat deze verschuift).</p>	<p>Connect the signal wire of the console frame. Then insert the armrest into the upright post and align the screw holes. Lock it from the bottom using a full-thread M8×15 Allen screw. (Hold the upright post while tightening the screws to prevent it from shifting).</p>	<p>Schließen Sie das Signalkabel des Konsolenrahmens an. Führen Sie dann die Armlehne in den vertikalen Pfosten ein und richten Sie die Schraublöcher aus. Befestigen Sie sie von unten mit einer M8×15-Inbusschraube mit Vollgewinde. (Halten Sie den Pfosten beim Anziehen der Schrauben fest, um ein Verrutschen zu verhindern).</p>	<p>Connectez le câble de signal du cadre de la console. Insérez ensuite l'accoudoir dans le montant vertical en alignant les trous de vis. Fixez-le par le bas avec une vis Allen M8×15 à filetage complet. (Tenez le montant pendant que vous serrez les vis pour éviter qu'il ne bouge).</p>

STEP 4

NL	EN	DE	FR
<p>Sluit zoals afgebeeld de signaalkabels van de console aan. Plaats vervolgens de console in het frame en zorg dat de schroefgaten mooi uitgelijnd zijn (concentrisch). Bevestig de console met M6×12 inbusbouten met bolkop en volledig schroefdraad. (Houd de console vast tijdens het aandraaien van de schroeven om verschuiving te voorkomen).</p>	<p>As shown, connect the signal wires of the console. Insert the console into the frame, making sure the screw holes are properly aligned (concentric). Lock the console in place using M6×12 full-thread hexagon socket pan head screws. (Hold the console while tightening the screws to prevent it from shifting).</p>	<p>Schließen Sie wie abgebildet die Signalkabel der Konsole an. Setzen Sie die Konsole in den Rahmen ein und achten Sie darauf, dass die Schraublöcher konzentrisch ausgerichtet sind. Befestigen Sie die Konsole mit M6×12-Inbusschrauben mit Rundkopf und Vollgewinde. (Halten Sie die Konsole beim Festziehen der Schrauben fest, um ein Verrutschen zu verhindern).</p>	<p>Comme illustré, connectez les câbles de signal de la console. Insérez la console dans le cadre en veillant à ce que les trous de vis soient bien alignés (concentriques). Fixez la console avec des vis à tête ronde hexagonale M6×12 à filetage complet. (Tenez la console pendant que vous serrez les vis pour éviter qu'elle ne bouge).</p>

STEP 4

STEP 5



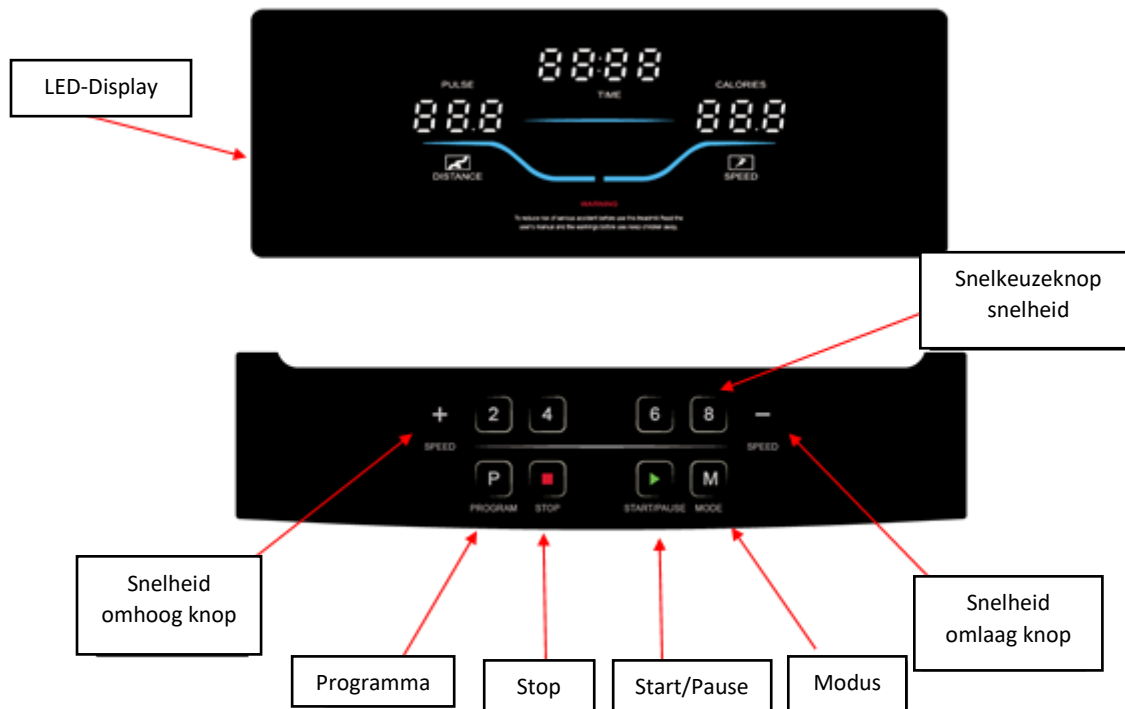
NL	EN	DE	FR
<p>Controleer of alle schroeven goed zijn aangedraaid. Plaats vervolgens de bidonhouder aan de linkerkant van het consoleframe. Monteer de veiligheidssluiting en steek de vergrendeling in de verstelbare kunststof onderdelen. (De helling kan worden aangepast door de vergrendeling in een ander gat te plaatsen). De loopband is nu klaar voor gebruik.</p>	<p>Finally, check that all screws are properly tightened. Then place the water bottle holder on the left side of the console frame. Install the safety lock and insert the latch into the adjustable plastic parts. (The incline can be adjusted by inserting the latch into different hole positions). The treadmill is now ready for use.</p>	<p>Überprüfen Sie abschließend, ob alle Schrauben fest angezogen sind. Bringen Sie dann den Flaschenhalter auf der linken Seite des Konsolenrahmens an. Montieren Sie die Sicherheitsverriegelung und stecken Sie den Riegel in die verstellbaren Kunststoffteile. (Die Neigung kann durch Einsetzen des Riegels in verschiedene Lochpositionen angepasst werden). Das Laufband ist nun einsatzbereit.</p>	<p>Vérifiez enfin que toutes les vis sont bien serrées. Placez ensuite le porte-bouteille sur le côté gauche du cadre de la console. Installez le verrou de sécurité et insérez le loquet dans les pièces plastiques réglables. (L'inclinaison peut être ajustée en plaçant le loquet dans différents trous). Le tapis de course est maintenant prêt à l'emploi.</p>

Programs

Level Prog \ Seg		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
		P1	SPEED	1.0	3.0	5.0	5.0	5.0	7.0	7.0	5.0
P2	SPEED	2.0	3.0	5.0	8.0	5.0	5.0	6.0	8.0	4.0	3.0
P3	SPEED	2.0	3.0	7.0	8.0	5.0	5.0	5.0	8.0	4.0	3.0
P4	SPEED	2.0	2.0	5.0	8.0	8.0	8.0	8.0	5.0	3.0	2.0
P5	SPEED	3.0	4.0	8.0	9.0	10.0	10.0	10.0	7.0	4.0	3.0
P6	SPEED	3.0	4.0	6.0	7.0	7.0	7.0	9.0	10.0	5.0	3.0
P7	SPEED	3.0	4.0	4.0	10.0	4.0	9.0	4.0	11.0	3.0	2.0
P8	SPEED	3.0	5.0	7.0	9.0	3.0	5.0	7.0	5.0	11.0	5.0
P9	SPEED	3.0	7.0	10.0	4.0	7.0	11.0	5.0	4.0	12.0	6.0
P10	SPEED	3.0	5.0	9.0	10.0	6.0	6.0	9.0	6.0	11.0	3.0
P11	SPEED	4.0	5.0	11.0	9.0	6.0	8.0	9.0	11.0	6.0	5.0
P12	SPEED	4.0	6.0	10.0	10.0	10.0	7.0	7.0	10.0	6.0	5.0
P13	SPEED	2.0	4.0	6.0	6.0	6.0	8.0	8.0	6.0	4.0	3.0
P14	SPEED	3.0	4.0	6.0	9.0	6.0	6.0	7.0	9.0	5.0	4.0
P15	SPEED	3.0	4.0	8.0	9.0	6.0	6.0	6.0	9.0	5.0	4.0
P16	SPEED	3.0	3.0	6.0	9.0	9.0	9.0	9.0	6.0	4.0	3.0
P17	SPEED	4.0	5.0	9.0	10.0	11.0	11.0	11.0	8.0	5.0	4.0
P18	SPEED	4.0	5.0	7.0	8.0	8.0	8.0	10.0	11.0	6.0	4.0
P19	SPEED	4.0	5.0	5.0	11.0	5.0	10.0	5.0	12.0	4.0	3.0
P20	SPEED	4.0	6.0	8.0	10.0	4.0	6.0	8.0	6.0	12.0	6.0
P21	SPEED	4.0	8.0	11.0	5.0	8.0	12.0	6.0	5.0	12.0	7.0
P22	SPEED	4.0	6.0	10.0	11.0	7.0	7.0	10.0	7.0	12.0	4.0
P23	SPEED	5.0	6.0	12.0	10.0	7.0	9.0	10.0	12.0	7.0	6.0
P24	SPEED	5.0	7.0	11.0	11.0	11.0	8.0	8.0	11.0	7.0	6.0
P25	SPEED	3.0	5.0	7.0	7.0	7.0	9.0	9.0	7.0	5.0	4.0
P26	SPEED	4.0	5.0	7.0	10.0	7.0	7.0	8.0	10.0	6.0	5.0
P27	SPEED	4.0	5.0	9.0	10.0	7.0	7.0	7.0	10.0	6.0	5.0
P28	SPEED	4.0	4.0	7.0	10.0	10.0	10.0	10.0	7.0	5.0	4.0
P29	SPEED	5.0	6.0	10.0	11.0	12.0	12.0	12.0	9.0	6.0	5.0
P30	SPEED	5.0	6.0	8.0	9.0	9.0	9.0	11.0	12.0	7.0	5.0
P31	SPEED	5.0	6.0	6.0	12.0	6.0	11.0	6.0	12.0	5.0	4.0
P32	SPEED	5.0	7.0	9.0	11.0	5.0	7.0	9.0	7.0	12.0	7.0
P33	SPEED	5.0	9.0	12.0	6.0	9.0	12.0	7.0	6.0	12.0	8.0
P34	SPEED	5.0	7.0	11.0	12.0	8.0	8.0	11.0	8.0	12.0	5.0
P35	SPEED	6.0	7.0	12.0	11.0	8.0	10.0	11.0	12.0	8.0	7.0
P36	SPEED	6.0	8.0	12.0	12.0	12.0	9.0	9.0	12.0	8.0	7.0

Nederlands

1. Gebruikerinstructies



1. Algemene functies:

- 1.1 P0 is het handmatige programma; P01–P36 zijn vooraf ingestelde automatische programma's; U01–U03 zijn gebruikersprogramma's, en BMI is het lichaamsanalyseprogramma.
- 1.2 0,8" wit LED-display met 10 functietoetsen.
- 1.3 Snelheidsbereik: 1,0–16,0 km/u.
- 1.4 Zelfdiagnosesysteem en waarschuwingssignaalfunctie.
- 1.5 Omrekenfunctie tussen Engels (mijl) en metrisch (km) systeem voor snelheid en afstand.
- 1.6 MP3-functie is optioneel.
- 1.7 HRC-functie (hartslaggestuurd trainen) is optioneel.
- 1.8 Bluetooth-functie is optioneel.

2. LED-display en indicatoruitleg:

- 2.1 De lampjes "DISTANCE" en "PULSE" lichten op en tonen respectievelijk de afstand en de hartslag.
- 2.2 Het lampje "TIME" licht op en toont de verstreken tijd.
- 2.3 De lampjes "CALORIES" en "SPEED" lichten op en tonen het calorieverbruik en de snelheid.

3. Toetsenbord uitleg:

- 3.1 **PROG**: Programmakeuze-knop. Wanneer de loopband stilstaat, kun je hiermee cyclisch wisselen tussen handmatig programma → P01–P36 → U01–U03 → BMI.
- 3.2 **MODE**: In handmatige modus kun je cyclisch wisselen tussen: tijd aftellen → afstand aftellen → calorieën aftellen → normale modus. Bij programma's P01–P36 is de standaardtijd 30 minuten.
- 3.3 **START/STOP**: Start-/stopknop. Start de loopband vanuit stilstand of stop hem tijdens het lopen.
- 3.4 **+**: Verhoogt de snelheid tijdens het lopen of verhoogt een parameter bij BMI-meting.
- 3.5 **-**: Verlaagt de snelheid tijdens het lopen of verlaagt een parameter bij BMI-meting.

4. Wisselen tussen metrisch en Engels systeem:

- 4.1 Trek de veiligheidssleutel los. Druk tegelijkertijd op "PROGRAM" en "MODE": display toont 0.6 = omzetting van km naar mijl.
- 4.2 Trek de veiligheidssleutel los. Druk opnieuw op "PROGRAM" en "MODE": display toont 1.0 =

omzetting van mijl naar km.

5. Veiligheidsleutelfunctie:

De veiligheidssleutel bestaat uit een magneet, clip en nylonkoord. Deze heeft een noodstopfunctie. In welke toestand dan ook: trek de sleutel eruit → display toont "E-07" + waarschuwingssignaal "DI-DI-DI".

Plaats je de sleutel terug → alle lampjes lichten 2 seconden op → loopband schakelt over naar de handmatige opstartmodus (resetfunctie).

6. Veiligheidsrichtlijnen:

6.1 Steek de stekker in een 10A stopcontact. Zet de schakelaar op "ON". Display licht op met een geluidssignaal.

6.2 Bevestig de veiligheidssleutel correct en klem deze aan je kleding vast. Zet de voeding aan. Display licht op en maakt een "beep"-geluid. Loopband start in normale modus (P0).

6.3 Druk op "PROG" om programma te kiezen: P01–P36, U1, U2, U3, BMI.

6.4 In "P0" (handmatig): druk op "MODE" om te wisselen tussen 4 trainingsmodi. Gebruiker kiest zelf de snelheid. Standaard snelheid: 1,0 km/u.

6.5 **Modus 1:** Tellen – tijd, afstand en calorieën worden normaal weergegeven.

6.6 **Modus 2:** Tijd Aftellen – display knippert. Stel waarde in met "+" of "-" (5–99 minuten). Standaard: 30 minuten.

6.7 **Modus 3:** Calorieën Aftellen – display knippert. Instelbaar van 20–990 CAL. Standaard: 50 CAL.

6.8 **Modus 4:** Afstand Aftellen – display knippert. Instelbaar van 1,0–99,0 km. Standaard: 1 km.

6.9 **P1–P36** zijn alleen voor tijd aftellen. Instelbaar 5–99 minuten, standaard: 30 min.

6.10 Na instellen: druk op "START" → 5 seconden aftelperiode met 5 piepjes → loopband start langzaam en versnelt rustig tot ingestelde snelheid.

6.11 Tijdens het lopen kun je snelheid aanpassen met "+", "-" of sneltoetsen.

6.12 In programma's P1–P36 wordt snelheid verdeeld in 10 segmenten van gelijke duur. Voor elk segment klinkt 3 seconden van tevoren een signaal. Na segment 10 stopt de motor met een lange piep.

6.13 In stand-bymodus: druk op "START" om motor te starten.

6.14 Tijdens gebruik: druk op "STOP" → motor vertraagt geleidelijk en stopt → instellingen resetten naar standaard.

6.15 In elke toestand: veiligheidssleutel lostrekken → display toont "E-07" + pieptoon → loopband stopt.

6.16 Besturingssysteem voert continu controle uit. Bij storing: ERR-code + geluidssignaal → loopband stopt automatisch.

6.17 **BMI-modus:** Wanneer de loopband stilstaat, druk op "PROG" tot "BMI" verschijnt. Druk op "MODE" om objectnummer te kiezen. Rechts wordt de parameter weergegeven. Stel in met "+" of "-".

6.18 **F1** = Geslacht: 1 = man, 2 = vrouw. Standaard: man.

6.19 **F2** = Leeftijd: bereik 1–99, standaard: 25.

6.20 **F3** = Lengte: 100–220 cm (39–87 inch), standaard: 170 cm (67 inch).

6.21 **F4** = Gewicht: 20–150 kg (44–330 lbs), standaard: 70 kg (154 lbs).

6.22 **F5** = BMI: na invoer van alle gegevens, leg beide handen op de handgrepen → wacht 8 seconden → display toont BMI.

Voor Aziatische referentie:

BMI <18 = ondergewicht;

18–24 = normaal gewicht;

25–28 = overgewicht;

29 = obesitas.

Standaard BMI-waarde: 24 (alleen ter referentie).

7. HRC-functie (optioneel):

HRC-modus gebruikt draadloze hartslagmeting om snelheid automatisch aan te passen op basis van je hartslag (doelhartslag = THR). Geen signaal = geen aanpassing.

7.1 HRC1 = max 9 km/u, HRC2 = max 11 km/u, HRC3 = max 13 km/u (alleen HRC1 beschikbaar bij dit model).

7.2 Instelling HRC:

- Druk op "PROGRAM" tot HRC verschijnt
- Druk op "MODE" om te bevestigen

- Pas parameters aan met “+” of “-”.
 - a: Leeftijd bereik: 15–80 jaar, standaard 25 jaar.
 - b: $THR = (220 - leeftijd) \times 0,6$
 - c: THR aanpasbaar tussen 80–180 bpm
 - d: Tijd instelbaar: 5–99 min (standaard 30 min)

7.3 Snelheidsaanpassing (elke 30 sec):

- Hartslag 30 bpm onder THR → +2,0 km/u
- Hartslag 6–29 bpm onder THR → +1,0 km/u
- Hartslag 30 bpm boven THR → -2,0 km/u
- Hartslag 6–29 bpm boven THR → -1,0 km/u
- Hartslag binnen 5 bpm van THR → geen verandering

7.4 Bij afwijking: snelheid daalt in 20 sec tot min. snelheid (1 km/u), stopt dan na 15 sec met waarschuwingsspiep.

a: 2x geen hartslag gedetecteerd binnen 30 sec

b: Hartslag < minimale grens

c: Hartslag > 220 – leeftijd

7.5 Minimale snelheid = 1 km/u (0,6 mph). Loopband vertraagt nooit onder dit niveau.

8. Bluetooth Muziekfunctie (optioneel):

1. Zet Bluetooth van je telefoon aan en zoek naar **RUN MUSIC** in de lijst.
2. Klik op **Pair** en bevestig de verbinding.
3. Na succesvolle koppeling klinkt een pieptoon. Start je muziekspeler en regel het volume op je telefoon. Geniet van draadloos muziekplezier.

Veelvoorkomende storingen en oplossingen

Probleem/Foutcode	Oorzaak	Oplossing
Systeem werkt niet	Stroom niet aangesloten of schakelaar staat uit	Sluit aan of zet de schakelaar op “AAN”
	Veiligheidssleutel niet op juiste plaats	Plaats de veiligheidssleutel correct
	Stroomonderbreker defect	Controleer ingang/uitgang en communicatiekabels
Stopt plotseling tijdens normaal gebruik	Veiligheidssleutel is losgekomen	Plaats de veiligheidssleutel terug
	Systeemfout	Neem contact op met een technicus
Toetsen werken niet	Defecte toetsen	1. Vervang het toetsenbord en kabel 2. Vervang het bedieningspaneel 3. Vervang de console
E-01	Slechte aansluiting communicatiekabel	1. Controleer de verbindingen 2. Vervang de kabel
	Console defect	Vervang de console
	Controller defect	Vervang de controller
E-02	Motorkabel of motor defect	Vervang de motor
	IGBT kortsluiting	Vervang de controller
E-05	Controller beschadigd	Vervang de controller
	Motor beschadigd	Vervang de motor
E-07	Geen signaal veiligheidssleutel	1. Controleer of de sleutel correct is geplaatst 2. Vervang de console
Hartslag wordt niet gedetecteerd	Kabel handgreep verkeerd aangesloten of defect	Controleer en sluit opnieuw aan of vervang de kabel
	Console defect	Vervang de console
Incomplete weergave op display	Schroef te los	Draai de schroef vast
	Console defect	Vervang de console

1. Opvouwen

Trek de stekker uit het stopcontact voordat je de loopband opvouwt.

Controleer of de hellingshoek op de laagste stand staat.

Til de loopband op tot verticale positie. Het E-Zfit-vergrendelpunt klikt automatisch vast in de cilinder.

Controleer of het E-Zfit-vergrendelpunt goed vastzit (zie afbeelding stap 2).

2. Uitvouwen

Kies een plek minstens 1 meter van een stopcontact en zonder obstakels op de vloer.

Houd de loopband met beide handen vast en trap op het E-Zfit-vergrendelpunt. De loopband zakt dan langzaam omlaag. Houd 1 meter afstand tot deze volledig is uitgeklaapt.

3. Verplaatsen

Voordat je de loopband verplaatst, controleer je het volgende:

1: De stroom is uitgeschakeld

2: De stekker is uit het stopcontact

3: De loopband is opgevouwen

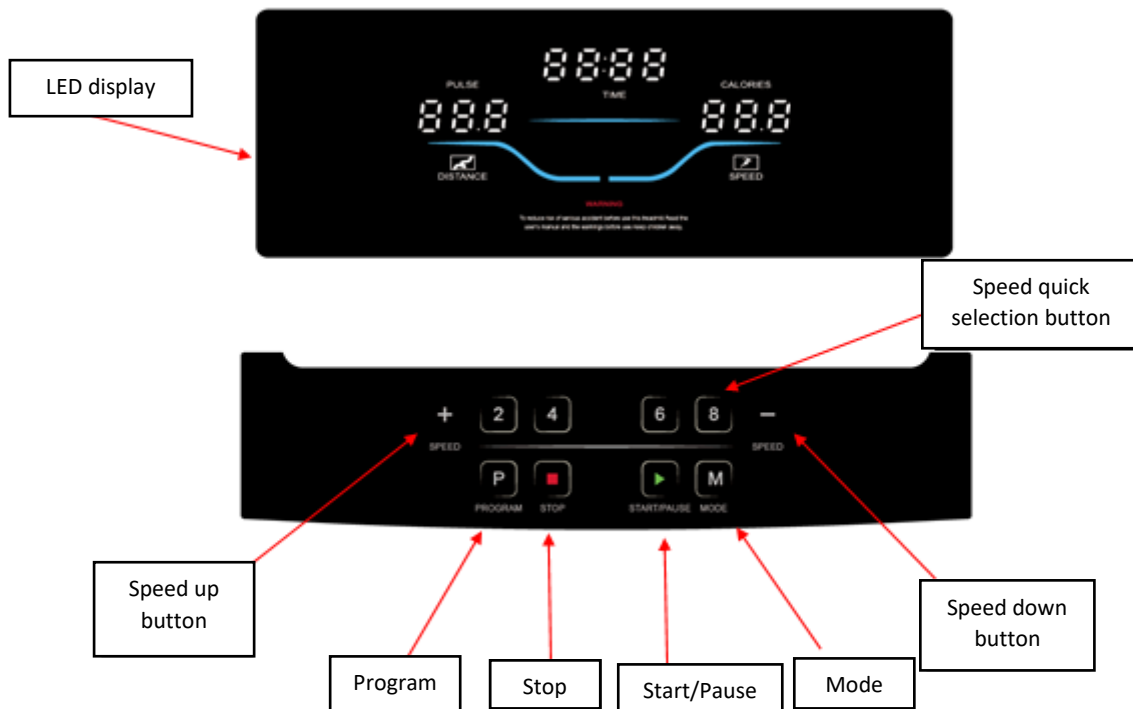
Houd de achterkant van de loopband vast met één hand en de handgreep aan dezelfde zijde met de andere hand. Kantel het toestel 40–50° omhoog tot borsthoogte en verplaats het rustig

Aarding

Dit apparaat moet geaard zijn. Bij een fout of storing kan de aardingsdraad de stroom veilig naar de grond leiden en het risico op elektrische schokken verkleinen.

Het netsnoer heeft een aardingsgeleider en stekker. Sluit het apparaat aan op een correct geaard stopcontact volgens de lokale normen.

Gebruik een spanningsbron van 220–240V. Raadpleeg een elektricien indien nodig.



1. General Features:

- 1.1 P0 is the manual program; P01–P36 are preset automatic programs; U01–U03 are user-defined programs, and BMI is the body analysis program.
- 1.2 0.8" white LED display with 10 function keys.
- 1.3 Speed range: 1.0–16.0 km/h.
- 1.4 Self-diagnostic system and warning sound function.
- 1.5 Switch between metric (km) and imperial (mile) units for speed and distance.
- 1.6 MP3 function is optional.
- 1.7 HRC function (Heart Rate Control) is optional.
- 1.8 Bluetooth function is optional.

2. LED Display and Indicator Description:

- 2.1 The "DISTANCE" and "PULSE" lights will illuminate and show the distance and heart rate.
- 2.2 The "TIME" light will illuminate and show the elapsed time.
- 2.3 The "CALORIES" and "SPEED" lights will illuminate and show the calories burned and the speed.

3. Keypad Instructions:

- 3.1 **PROG:** Program selection key. When the treadmill is stopped, press this key to cycle through manual → P01–P36 → U01–U03 → BMI.
- 3.2 **MODE:** In manual mode, press to cycle through: time countdown → distance countdown → calorie countdown → normal mode. For programs P01–P36, the default time is 30 minutes.
- 3.3 **START/STOP:** Start/stop key. Starts the treadmill from rest or stops it during use.
- 3.4 **+**: Increases speed during use or adjusts BMI values upward.
- 3.5 **-**: Decreases speed during use or adjusts BMI values downward.

4. Switching Between Metric and Imperial Units:

- 4.1 Remove the safety key. Press and hold both "PROGRAM" and "MODE": display shows 0.6 = conversion from kilometers to miles.

4.2 Remove the safety key again. Press and hold "PROGRAM" and "MODE": display shows 1.0 = conversion from miles to kilometers.

5. Safety Key Function:

The safety key consists of a magnet, clip, and nylon cord, and functions as an emergency stop. In any situation: remove the safety key → display shows "E-07" + warning beeps "DI-DI-DI".

Insert the safety key again → all lights turn on for 2 seconds → treadmill resets into manual start mode.

6. Safety Guidelines:

6.1 Plug the power cord into a 10A outlet. Switch power to "ON". Display lights up and emits a beep.

6.2 Attach the safety key properly and clip it to your clothing. Switch on the power. Display lights up and beeps. The treadmill starts in normal (P0) mode.

6.3 Press "PROG" to select a program: P01–P36, U1, U2, U3, BMI.

6.4 In "P0" (manual): press "MODE" to cycle through 4 training modes. User can set the speed. Default speed: 1.0 km/h.

6.5 **Mode 1:** Counting – time, distance, and calories are tracked normally.

6.6 **Mode 2:** Time Countdown – time window blinks. Use "+" or "-" to set (range: 5–99 minutes). Default: 30 minutes.

6.7 **Mode 3:** Calorie Countdown – calorie window blinks. Set value between 20–990 CAL. Default: 50 CAL.

6.8 **Mode 4:** Distance Countdown – distance window blinks. Set between 1.0–99.0 km. Default: 1 km.

6.9 Programs P1–P36 are only used for time countdown. Adjustable from 5–99 minutes, default: 30 minutes.

6.10 After setting: press "START" → 5-second countdown with 5 beeps → treadmill starts slowly and accelerates to set speed.

6.11 While running, use "+", "-", or quick-speed keys to adjust the speed.

6.12 In P1–P36, speed is divided into 10 equal segments. A beep sounds 3 seconds before each new segment. After 10 segments, motor stops with a long beep.

6.13 In standby: press "START" to activate the motor.

6.14 While running: press "STOP" → motor gradually slows down and stops → settings reset to default.

6.15 In any state: remove the safety key → display shows "E-07" + warning sound → treadmill stops.

6.16 The system continuously monitors for errors. In case of fault: ERR code + sound → treadmill stops.

6.17 **BMI Mode:** When treadmill is stopped, press "PROG" until "BMI" appears. Press "MODE" to select object number. The parameter appears on the right. Adjust using "+" or "-".

6.18 **F1** = Gender: 1 = Male, 2 = Female. Default: Male.

6.19 **F2** = Age: Range 1–99, default: 25.

6.20 **F3** = Height: 100–220 cm (39–87 in), default: 170 cm (67 in).

6.21 **F4** = Weight: 20–150 kg (44–330 lbs), default: 70 kg (154 lbs).

6.22 **F5** = BMI: Once setup is complete, place both hands on the handles → wait 8 seconds → display shows BMI.

BMI Guide (Asian reference):

BMI <18 = underweight

18–24 = normal weight

25–28 = overweight

29+ = obesity

Default BMI: 24 (for sports reference only)

7. HRC Function (Optional):

The HRC mode uses wireless heart rate sensors to automatically adjust the speed based on your target heart rate (THR). No signal = no adjustment.

7.1 HRC1 = max 9 km/h, HRC2 = max 11 km/h, HRC3 = max 13 km/h (only HRC1 supported on this model).

7.2 HRC Setup:

- Press "PROGRAM" until HRC appears
- Press "MODE" to confirm
- Adjust parameters using "+" or "-"
 - a: Age range: 15–80 years, default: 25
 - b: THR = (220 – age) × 0.6
 - c: THR range: 80–180 bpm
 - d: Workout time: 5–99 minutes (default: 30 min)

7.3 Speed Adjustment (every 30 seconds):

- Heart rate 30 bpm below THR → +2.0 km/h
- Heart rate 6–29 bpm below THR → +1.0 km/h
- Heart rate 30 bpm above THR → –2.0 km/h
- Heart rate 6–29 bpm above THR → –1.0 km/h
- Heart rate within ±5 bpm of THR → no change

7.4 In case of anomalies: treadmill slows to minimum (1 km/h) within 20 seconds → remains there for 15 sec with beep alerts:

- a: Heart rate undetected twice in 30 sec
- b: Heart rate drops too low
- c: Heart rate exceeds (220 – age)

7.5 Minimum speed = 1 km/h (0.6 mph); treadmill will never go below this limit.

8. Bluetooth Music Function (Optional):

1. Enable Bluetooth on your phone and search for **RUN MUSIC**.
2. Click to pair and confirm the connection.
3. Once paired, a beep will sound. Open your music app and adjust volume on your phone. Enjoy wireless music playback.

Common Faults and Solutions

Problem / Code	Cause	Solution
System not working	Power not connected or switch is off	Plug in or switch power to "ON"
	Safety key not in correct position	Insert safety key correctly
	Circuit breaker faulty	Check input/output and communication cables
Sudden stop during normal use	Safety key came loose	Reinsert safety key
	System error	Contact a technician
Keyboard not working	Faulty keys	1. Replace the keyboard and wire 2. Replace panel 3. Replace console
E-01	Poor communication wire contact	1. Check connection 2. Replace wire
	Console defective	Replace console
	Controller defective	Replace controller
E-02	Motor or motor wire defective	Replace motor
	IGBT short circuit	Replace controller
E-05	Controller damaged	Replace controller
	Motor damaged	Replace motor

E-07	No safety key signal	1. Check key position 2. Replace console
Pulse not detected	Handlebar wire not connected or broken	Reconnect or replace the wire
	Console fault	Replace console
Incomplete display	Loose screw	Tighten the screw
	Console fault	Replace console

Treadmill Folding and Moving

1. Folding

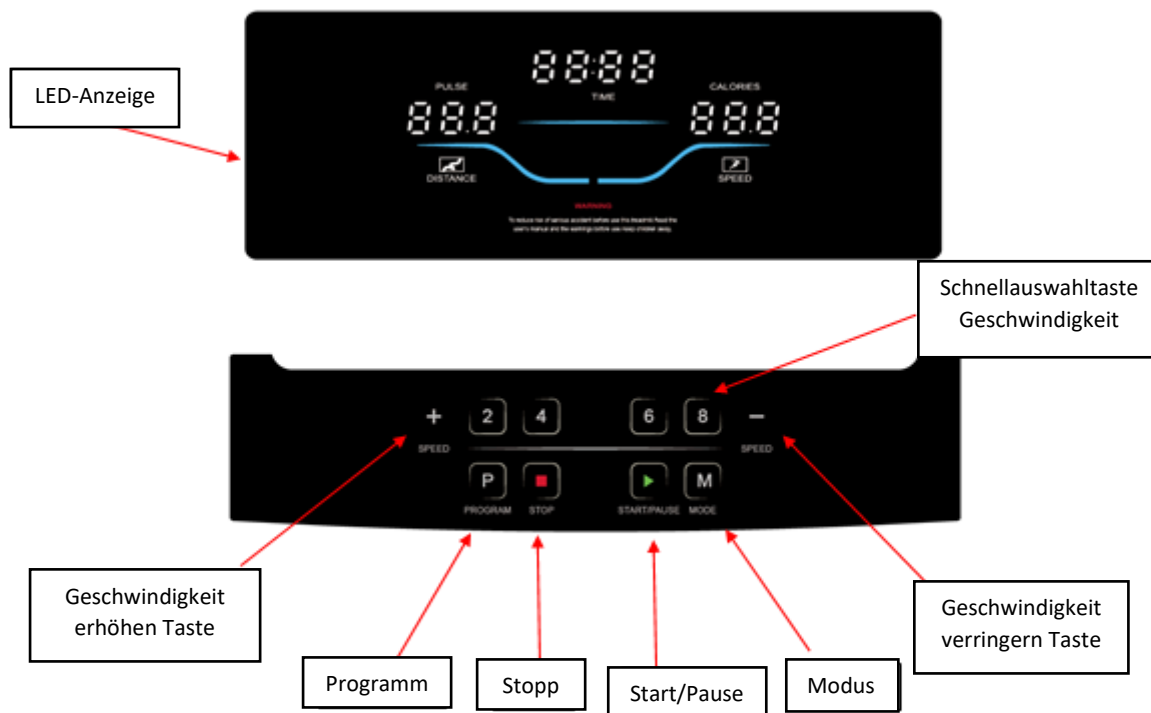
1. Turn off the power before folding the treadmill.
2. Ensure the incline is at its lowest position.
3. Lift the running deck to the upright position. The E-zfit link will automatically lock into the cylinder (see picture 2).

2. Unfolding

1. Choose a location about 1 meter from a socket, free from obstacles.
2. Hold the running deck with both hands and step on the anti-reverse bar. The deck will slowly lower to the ground. Stay at least 1 meter away until fully unfolded.

3. Moving the Treadmill

1. Ensure:
 - The power is off
 - The plug is unplugged
 - The treadmill is folded
2. Hold the end of the deck with one hand and the handlebar on the same side with the other. Move the treadmill slowly.



1. Allgemeine Funktionen:

- 1.1 P0 ist das manuelle Programm; P01–P36 sind voreingestellte automatische Programme; U01–U03 sind Benutzerprogramme, und BMI ist das Körperanalyseprogramm.
- 1.2 0,8" weißes LED-Display mit 10 Funktionstasten.
- 1.3 Geschwindigkeitsbereich: 1,0–16,0 km/h.
- 1.4 Selbstdiagnosesystem mit Warntonfunktion.
- 1.5 Umschaltfunktion zwischen metrischem (km) und englischem (Meilen) System für Geschwindigkeit und Distanz.
- 1.6 MP3-Funktion (optional).
- 1.7 HRC-Funktion (Herzfrequenzgesteuertes Training) ist optional.
- 1.8 Bluetooth-Funktion (optional).

2. LED-Anzeige und Anzeigeelemente:

- 2.1 Die Anzeigen „**DISTANCE**“ und „**PULSE**“ leuchten und zeigen die zurückgelegte Distanz und die aktuelle Herzfrequenz an.
- 2.2 Die Anzeige „**TIME**“ leuchtet und zeigt die Trainingszeit an.
- 2.3 Die Anzeigen „**CALORIES**“ und „**SPEED**“ zeigen den Kalorienverbrauch und die Geschwindigkeit an.

3. Tastenbedienung:

- 3.1 **PROG**: Programmauswahl-taste. Wenn das Laufband gestoppt ist, kannst du zwischen manuell → P01–P36 → U01–U03 → BMI zyklisch wechseln.
- 3.2 **MODE**: In der manuellen Modus wählst du durch Drücken zwischen Zeit-Countdown → Distanz-Countdown → Kalorien-Countdown → Normalmodus. Bei P01–P36 beträgt die Standardzeit 30 Minuten.
- 3.3 **START/STOP**: Start-/Stopp-Taste. Startet das Laufband aus dem Stand oder stoppt es während des Betriebs.
- 3.4 **+**: Erhöht die Geschwindigkeit während des Trainings oder erhöht einen BMI-Wert.
- 3.5 **-**: Verringert die Geschwindigkeit oder reduziert einen BMI-Wert.

4. Umschalten zwischen Metrisch und Englisch:

4.1 Ziehe den Sicherheitsschlüssel ab. Drücke gleichzeitig „PROGRAM“ und „MODE“. Wird **0.6** angezeigt → Umstellung von km auf Meilen.

4.2 Wiederhole den Vorgang → Anzeige **1.0** → Umstellung von Meilen auf km.

5. Sicherheitsfunktion des Schlüssels:

Der Sicherheitsschlüssel besteht aus einem Magneten, einem Clip und einem Nylonseil.

Er dient als Not-Aus-Schalter. In jeder Situation:

→ Schlüssel entfernen → Anzeige „E-07“ + Warnton „DI-DI-DI“

→ Schlüssel wieder einsetzen → alle Anzeigen leuchten 2 Sekunden auf → Gerät geht in manuellen Startmodus (Reset).

6. Sicherheitshinweise:

6.1 Schließe das Gerät an eine 10A-Steckdose an. Schalte es auf „ON“. Display leuchtet und gibt einen Signalton.

6.2 Befestige den Sicherheitsschlüssel korrekt an deiner Kleidung. Schalte das Gerät ein → Piep → Gerät startet im P0-Modus.

6.3 Drücke „PROG“, um Programme auszuwählen: P01–P36, U1, U2, U3, BMI.

6.4 Im Modus „P0“ (manuell): Drücke „MODE“ zur Auswahl von 4 Trainingsmodi. Geschwindigkeit ist frei wählbar. Standard: 1,0 km/h.

6.5 **Modus 1:** Zählen – Zeit, Distanz und Kalorien werden kontinuierlich angezeigt.

6.6 **Modus 2:** Zeit-Countdown – Anzeige blinkt. Einstellbar: 5–99 Min. (Standard: 30 Min.)

6.7 **Modus 3:** Kalorien-Countdown – Anzeige blinkt. Einstellbar: 20–990 CAL (Standard: 50 CAL)

6.8 **Modus 4:** Distanz-Countdown – Anzeige blinkt. Einstellbar: 1,0–99,0 km (Standard: 1 km)

6.9 Programme P1–P36 funktionieren nur im Zeit-Countdown-Modus. Einstellbar: 5–99 Minuten (Standard: 30 Min.)

6.10 Drücke „START“ → 5-Sekunden-Countdown mit Pieptönen → Band startet sanft und erhöht Geschwindigkeit langsam.

6.11 Während des Laufs kannst du die Geschwindigkeit mit „+“, „-“ oder Schnellwahltasten anpassen.

6.12 Bei P1–P36 wird die Geschwindigkeit in 10 gleichlange Abschnitte unterteilt. Vor jedem Abschnitt erklingt ein Signalton. Nach Abschnitt 10 stoppt das Laufband.

6.13 Im Standby: Drücke „START“, um das Laufband zu starten.

6.14 Im Betrieb: Drücke „STOP“ → Band verlangsamt sich und stoppt → Einstellungen werden zurückgesetzt.

6.15 In jeder Situation: Wenn der Sicherheitsschlüssel gezogen wird → „E-07“ erscheint, Gerät stoppt.

6.16 Das System überprüft ständig den Zustand. Bei Fehler: ERR-Code + Piepton → Laufband stoppt.

6.17 **BMI-Modus:** Im Stopp-Modus „PROG“ drücken bis „BMI“ erscheint. „MODE“ zum Wählen des Objekts. Rechts erscheinen Parameter → mit „+“/„-“ einstellen.

6.18 **F1** = Geschlecht: 1 = männlich, 2 = weiblich (Standard: männlich)

6.19 **F2** = Alter: Bereich 1–99 (Standard: 25)

6.20 **F3** = Größe: 100–220 cm (Standard: 170 cm)

6.21 **F4** = Gewicht: 20–150 kg (Standard: 70 kg)

6.22 **F5** = BMI: Nach Eingabe → beide Hände auf die Griffe → nach 8 Sekunden erscheint dein BMI-Wert.

BMI-Referenz (asiatisch):

< 18 = Untergewicht

18–24 = Normalgewicht

25–28 = Übergewicht

≥ 29 = Fettleibigkeit

Standardwert: 24 (nur zur Orientierung)

7. HRC-Funktion (optional):

Diese Funktion verwendet einen kabellosen Herzfrequenzsensor zur automatischen

Geschwindigkeitsanpassung (Ziel-Herzfrequenz = THR). Kein Signal = keine Anpassung.

7.1 HRC1 = max. 9 km/h, HRC2 = max. 11 km/h, HRC3 = max. 13 km/h (*nur HRC1 verfügbar auf diesem Modell*)

7.2 Einstellungen:

- Drücke „PROGRAM“ bis HRC erscheint
- Drücke „MODE“ zur Bestätigung
- Stelle Parameter mit „+“ / „-“ ein:

- a: Alter: 15–80 Jahre (Standard: 25)
- b: THR = $(220 - \text{Alter}) \times 0,6$
- c: Einstellbereich: 80–180 bpm
- d: Trainingsdauer: 5–99 Min. (Standard: 30)

7.3 Geschwindigkeitsanpassung alle 30 Sek.:

- 30 bpm unter THR → +2,0 km/h
- 6–29 bpm unter THR → +1,0 km/h
- 30 bpm über THR → –2,0 km/h
- 6–29 bpm über THR → –1,0 km/h
- ±5 bpm um THR → keine Änderung

7.4 Bei Abweichungen: Geschwindigkeit sinkt auf 1 km/h in 20 Sekunden, dann 15 Sekunden Warnton:

a: 2x kein Herzfrequenzsignal erkannt

b: Puls zu niedrig

c: Puls > $(220 - \text{Alter})$

7.5 Mindestgeschwindigkeit = 1 km/h

8. Bluetooth-Musikfunktion (optional):

1. Aktiviere Bluetooth auf deinem Smartphone und suche nach **RUN MUSIC**
2. Wähle und verbinde das Gerät
3. Bei erfolgreicher Verbindung ertönt ein Signalton
4. Starte deinen Musikplayer, stelle die Lautstärke ein und genieße drahtlose Wiedergabe

Häufige Fehler und Lösungen

Problem / Fehlercode	Ursache	Lösung
System funktioniert nicht	Strom nicht angeschlossen oder Schalter ist aus	Strom anschließen oder Schalter auf „ON“ stellen
	Sicherheitsschlüssel fehlt oder falsch eingesetzt	Sicherheitsschlüssel korrekt einsetzen
	Fehlerhafte Sicherung oder Leitung	Ein-/Ausgang und Kommunikationskabel überprüfen
Plötzlicher Stopp im Betrieb	Sicherheitsschlüssel hat sich gelöst	Sicherheitsschlüssel erneut einsetzen
	Systemfehler	Techniker kontaktieren
Tastatur funktioniert nicht	Tasten defekt	1. Tastatur und Kabel austauschen 2. Bedienfeld austauschen 3. Konsole austauschen
E-01	Schlechter Kontakt der Kommunikationskabel	1. Verbindung prüfen 2. Kabel austauschen
	Konsole defekt	Konsole austauschen
	Controller defekt	Controller austauschen
E-02	Motor oder Motorkabel defekt	Motor austauschen
	IGBT-Kurzschluss	Controller austauschen
E-05	Controller beschädigt	Controller austauschen
	Motor beschädigt	Motor austauschen
E-07	Kein Signal vom Sicherheitsschlüssel	1. Position des Schlüssels prüfen 2. Konsole austauschen
Puls wird nicht erkannt	Griffkabel nicht angeschlossen oder defekt	Kabel prüfen und ggf. ersetzen
	Fehlerhafte Konsole	Konsole austauschen
Unvollständige Anzeige	Schraube locker	Schraube festziehen
	Fehlerhafte Konsole	Konsole austauschen

Laufband zusammenklappen und bewegen

1. Zusammenklappen

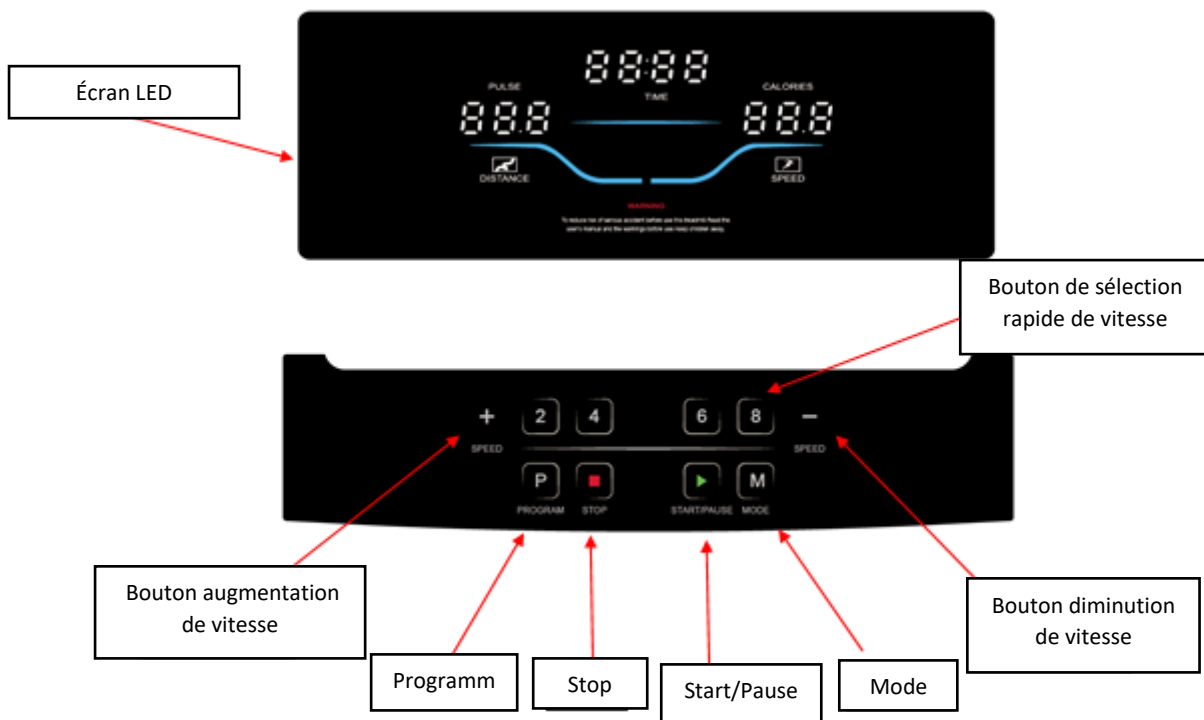
1. Schalten Sie die Stromversorgung aus, bevor Sie das Laufband zusammenklappen.
2. Stellen Sie sicher, dass die Steigung auf der niedrigsten Position steht.
3. Heben Sie die Lauffläche nach oben in die aufrechte Position. Das E-zfit-Verbindungsteil verriegelt sich automatisch im Zylinder (siehe Abbildung 2).

2. Ausklappen

1. Wählen Sie einen Ort etwa 1 Meter von einer Steckdose entfernt, frei von Hindernissen.
2. Halten Sie die Lauffläche mit beiden Händen fest und treten Sie gleichzeitig auf die Anti-Rücklaufstange. Die Lauffläche senkt sich langsam ab.
Bleiben Sie mindestens 1 Meter entfernt, bis das Laufband vollständig ausgeklappt ist.

3. Bewegen des Laufbands

1. Vergewissern Sie sich, dass:
 - der Strom ausgeschaltet ist,
 - der Netzstecker gezogen wurde,
 - das Laufband zusammengeklappt ist.
2. Halten Sie mit einer Hand das hintere Ende der Lauffläche und mit der anderen Hand den Handgriff auf derselben Seite.
Bewegen Sie das Laufband anschließend langsam.



1. Fonctions générales :

- 1.1 P0 est le programme manuel ; P01 à P36 sont des programmes automatiques prédéfinis ; U01 à U03 sont des programmes utilisateur, et BMI est un programme d'analyse corporelle.
- 1.2 Écran LED blanc de 0,8" avec 10 touches de fonction.
- 1.3 Vitesse réglable de 1,0 à 16,0 km/h.
- 1.4 Système d'auto-diagnostic avec alerte sonore.
- 1.5 Fonction de conversion entre système métrique (km) et impérial (miles) pour la vitesse et la distance.
- 1.6 Fonction MP3 (en option).
- 1.7 Fonction HRC (contrôle de la fréquence cardiaque) (en option).
- 1.8 Fonction Bluetooth (en option).

2. Affichage LED et témoins lumineux :

- 2.1 Les voyants « DISTANCE » et « PULSE » s'allument pour afficher respectivement la distance parcourue et la fréquence cardiaque.
- 2.2 Le voyant « TIME » s'allume pour afficher le temps écoulé.
- 2.3 Les voyants « CALORIES » et « SPEED » s'allument pour afficher les calories brûlées et la vitesse actuelle.

3. Description du clavier :

- 3.1 PROG : touche de sélection de programme. À l'arrêt, appuyez pour faire défiler les modes : manuel → P01–P36 → U01–U03 → BMI.
- 3.2 MODE : en mode manuel, permet de faire défiler : compte à rebours du temps → de la distance → des calories → mode normal. Pour P01 à P36, le temps par défaut est de 30 minutes.
- 3.3 START/STOP : bouton pour démarrer ou arrêter le tapis.
- 3.4 + : augmente la vitesse pendant l'utilisation ou les paramètres dans le test BMI.
- 3.5 – : réduit la vitesse ou les paramètres dans le test BMI.

4. Conversion entre km et miles :

4.1 Retirez la clé de sécurité. Maintenez les boutons « PROGRAM » et « MODE » enfoncés : l'affichage indique 0.6 = conversion de km en miles.

4.2 Répétez l'opération : l'affichage indique 1.0 = conversion de miles en km.

5. Fonction de la clé de sécurité :

La clé de sécurité est composée d'un aimant, d'un clip et d'un cordon.

Elle permet l'arrêt d'urgence.

→ Si elle est retirée : l'écran affiche E-07 avec un signal sonore DI-DI-DI.

→ Une fois remise : tous les voyants s'allument pendant 2 secondes, le tapis revient en mode manuel (réinitialisation).

6. Consignes de sécurité :

6.1 Branchez l'appareil sur une prise 10A. Basculez l'interrupteur sur « ON ». L'écran s'allume avec un bip sonore.

6.2 Fixez la clé de sécurité correctement à vos vêtements. Allumez l'appareil → bip sonore → mode normal (P0).

6.3 Appuyez sur « PROG » pour sélectionner un programme : P01–P36, U1, U2, U3, BMI.

6.4 En mode manuel (P0), appuyez sur « MODE » pour faire défiler les 4 modes d'entraînement.

Vitesse personnalisable (défaut : 1,0 km/h).

6.5 Mode 1 : affichage classique (temps, distance, calories en continu).

6.6 Mode 2 : compte à rebours du temps (5 à 99 min, défaut : 30).

6.7 Mode 3 : compte à rebours des calories (20 à 990 CAL, défaut : 50).

6.8 Mode 4 : compte à rebours de la distance (1 à 99 km, défaut : 1).

6.9 Les programmes P1 à P36 utilisent uniquement le compte à rebours du temps (5 à 99 min, défaut : 30).

6.10 Appuyez sur « START » → compte à rebours de 5 secondes avec signaux sonores → démarrage progressif.

6.11 Pendant l'utilisation, ajustez la vitesse avec les boutons « + », « - » ou les raccourcis.

6.12 En mode P1 à P36, la vitesse est divisée en 10 segments égaux avec signal avant chaque changement.

6.13 En mode veille : appuyez sur « START » pour démarrer le moteur.

6.14 En fonctionnement : appuyez sur « STOP » → ralentissement progressif → retour aux paramètres par défaut.

6.15 Retirer la clé = arrêt immédiat → affichage de E-07 + signal sonore.

6.16 Le système vérifie en continu le fonctionnement. En cas d'anomalie : message ERR + signal sonore → arrêt automatique.

6.17 Mode BMI : Appuyez sur « PROG » jusqu'à affichage de « BMI ». Appuyez sur « MODE » pour choisir l'objet. Ajustez avec « + » / « - ».

6.18 F1 = Sexe (1 = homme, 2 = femme, défaut : homme)

6.19 F2 = Âge (1–99, défaut : 25)

6.20 F3 = Taille (100–220 cm, défaut : 170)

6.21 F4 = Poids (20–150 kg, défaut : 70)

6.22 F5 = BMI : après validation, posez vos mains sur les poignées → après 8 secondes, affichage du BMI

Barème BMI (référence asiatique) :

<18 : maigreur ;

18–24 : poids normal ;

25–28 : surpoids ;

≥29 : obésité.

Valeur par défaut : 24 (référence sportive uniquement)

7. Fonction HRC (en option) :

Ce mode ajuste automatiquement la vitesse selon la fréquence cardiaque cible (THR) détectée via capteur sans fil.

→ Pas de signal = pas d'ajustement

7.1 HRC1 = max. 9 km/h, HRC2 = max. 11 km/h, HRC3 = max. 13 km/h (*seul HRC1 est disponible*)

7.2 Configuration :

- Appuyez sur « PROGRAM » jusqu'à ce que HRC apparaisse

- Appuyez sur « MODE » pour confirmer
- Réglez avec « + » / « - » :
 - a : Âge : 15–80 ans (défaut : 25)
 - b : THR = $(220 - \text{âge}) \times 0,6$
 - c : Plage THR : 80–180 bpm
 - d : Temps : 5 à 99 min (défaut : 30)

7.3 Ajustement toutes les 30 secondes :

- -30 bpm → +2,0 km/h
- -6 à -29 bpm → +1,0 km/h
- +30 bpm → -2,0 km/h
- +6 à +29 bpm → -1,0 km/h
- ±5 bpm → pas de changement

7.4 En cas d'anomalie : vitesse descend à 1 km/h en 20 sec → arrêt après 15 sec avec bip.

Cas possibles :

- Deux absences consécutives de fréquence
 - Fréquence trop basse
 - Fréquence $> (220 - \text{âge})$
- 7.5 Vitesse minimale = 1 km/h (jamais en dessous)

8. Fonction Bluetooth musique (en option) :

1. Activez le Bluetooth sur votre téléphone et recherchez RUN MUSIC
2. Appuyez pour appairer, puis confirmez
3. Une fois connecté : bip sonore
4. Lancez votre lecteur de musique et réglez le volume sur le téléphone

Pannes courantes et solutions

Problème / Code d'erreur	Cause	Solution
Le système ne fonctionne pas	L'alimentation n'est pas connectée ou l'interrupteur est éteint	Brancher l'appareil ou mettre l'interrupteur sur "ON"
	La clé de sécurité n'est pas insérée correctement	Insérer correctement la clé de sécurité
	Disjoncteur défectueux ou câblage incorrect	Vérifier les câbles d'entrée/sortie et les câbles de communication
Arrêt soudain en cours d'usage	La clé de sécurité s'est détachée	Remettre la clé de sécurité en place
	Anomalie du système	Contactez un technicien
Le clavier ne répond pas	Touches défectueuses	1. Remplacer le clavier et le câble. 2. Remplacer le panneau. 3. Remplacer la console
E-01	Mauvais contact du câble de communication	1. Vérifier les connexions. 2. Remplacer le câble
	Console défectueuse	Remplacer la console
	Contrôleur défectueux	Remplacer le contrôleur
E-02	Câble moteur ou moteur défectueux	Remplacer le moteur
	Court-circuit IGBT	Remplacer le contrôleur
E-05	Contrôleur endommagé	Remplacer le contrôleur
	Moteur endommagé	Remplacer le moteur
E-07	Aucun signal de la clé de sécurité	1. Vérifier la position de la clé. 2. Remplacer la console
Le pous n'est pas détecté	Câble de la poignée mal connecté ou cassé	Vérifier et reconnecter le câble, ou le remplacer
	Défaut de la console	Remplacer la console
Affichage incomplet	Vis desserrée	Resserrer la vis
	Console défectueuse	Remplacer la console

Pliage et déplacement du tapis de course

1. Pliage

1. Éteignez l'alimentation avant de plier le tapis de course.
2. Vérifiez que l'inclinaison est au niveau le plus bas.
3. Soulevez le plateau de course jusqu'en position verticale. Le système de liaison E-zfit se verrouille automatiquement dans le cylindre (voir image 2).

2. Dépliage

1. Choisissez un emplacement à environ 1 mètre d'une prise électrique, sur un sol plat et dégagé.
2. Tenez le plateau de course avec les deux mains et placez un pied sur le tube antiretour. Le plateau descendra lentement au sol. Restez à au moins 1 mètre de distance jusqu'à ce que le tapis soit entièrement déplié (voir image 2).

3. Déplacement du tapis de course

1. Assurez-vous que :
 - l'alimentation est coupée,
 - la prise est débranchée,
 - le tapis est replié.
2. Tenez l'extrémité du plateau de course d'une main, et la poignée du même côté de l'autre main. Déplacez ensuite le tapis lentement, comme montré sur l'image 3.