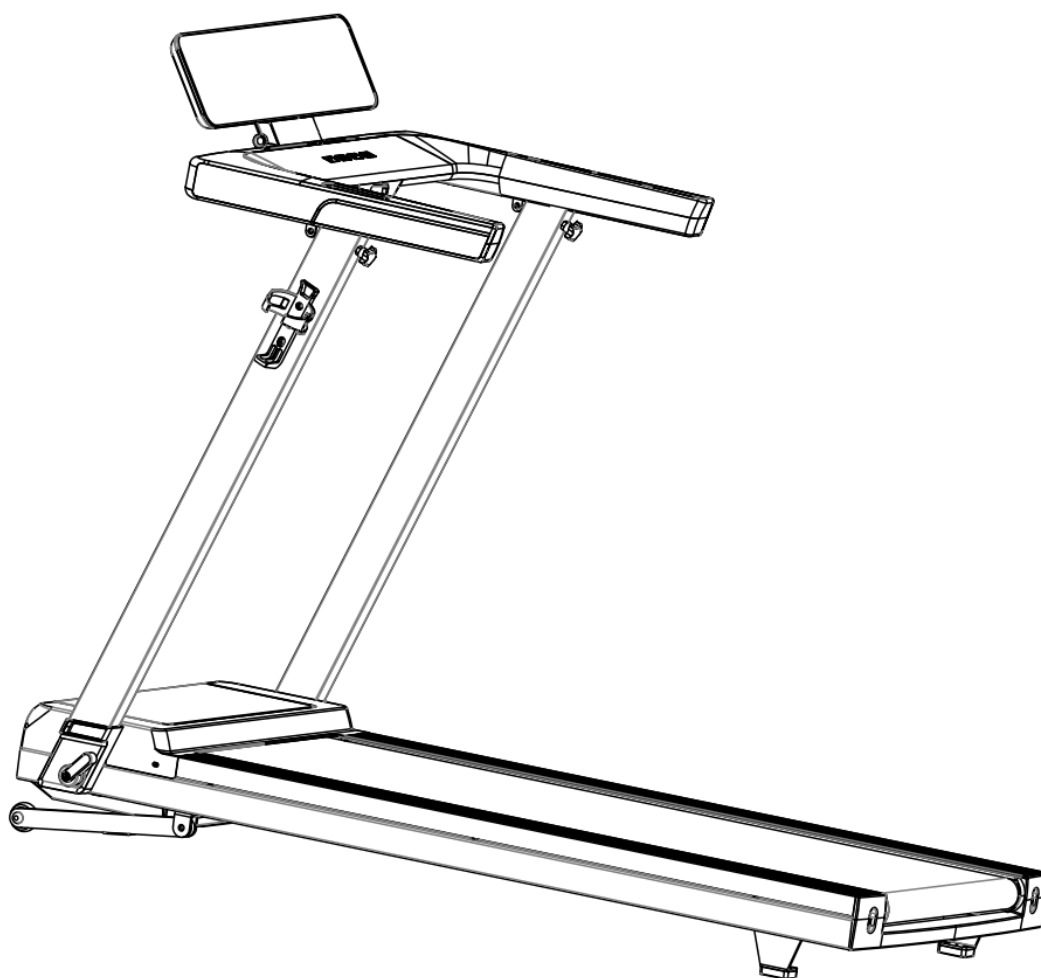


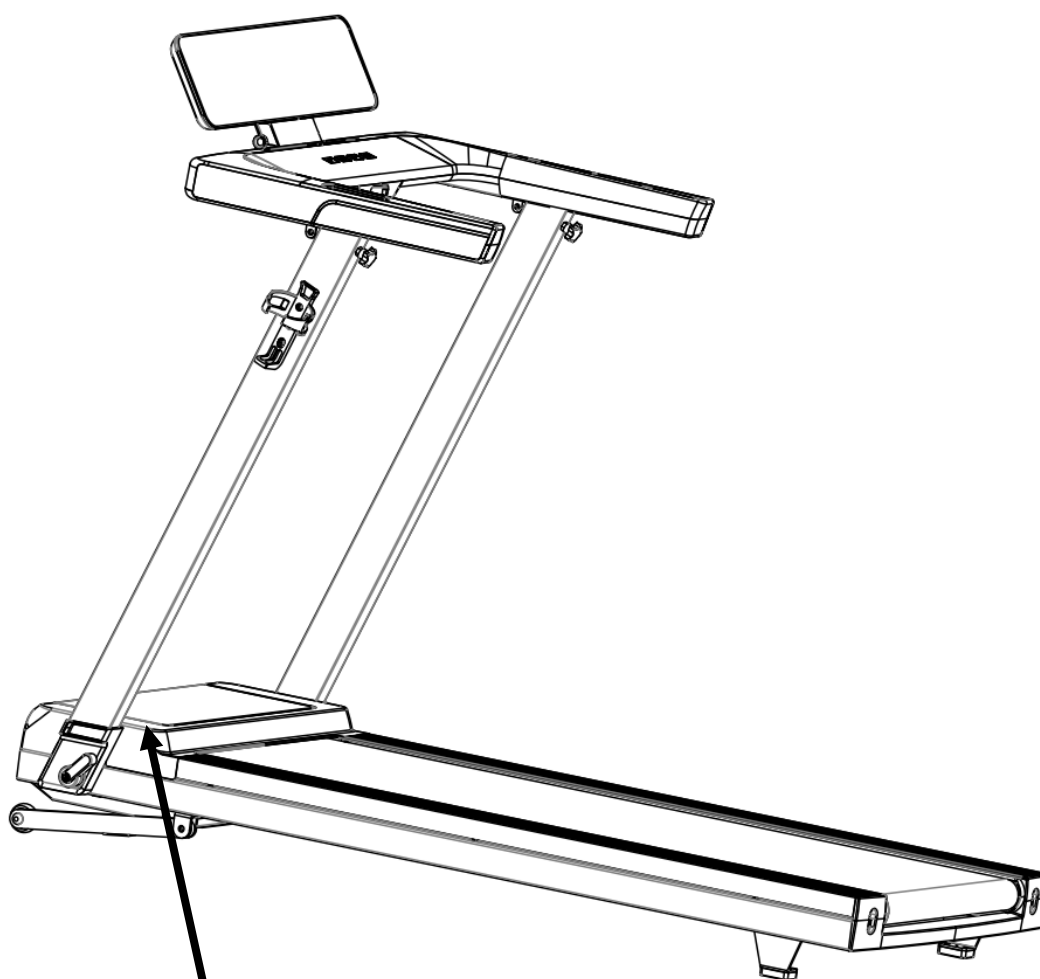
# M3500



S E N Z S P O R T S

# Index

<b>Safety instructions / Maintenance</b> .....	4
<b>Exploded Diagram</b> .....	6
<b>Part list</b> .....	7
<b>Packing list</b> .....	9
<b>General information</b> .....	9
<b>Assembly instructions</b> .....	9
<b>Folding instructions</b> .....	12
<b>Speed and slope table for the automatic program P01-P36</b> .....	14
<b>Nederlands</b> .....	16
1. <b>Gebruikersinstructies</b> .....	16
2. <b>Onderhoud loopband</b> .....	19
<b>English</b> .....	25
1. <b>User instructions</b> .....	25
2. <b>Treadmill maintenance</b> .....	28
<b>Deutsch</b> .....	33
1. <b>Gebrauchsanweisung</b> .....	33
2. <b>Wartung von Laufbändern</b> .....	36
<b>Français</b> .....	42
1. <b>Mode d'emploi</b> .....	42
2. <b>Entretien du tapis roulant</b> .....	46



**Brand:** Senz Sports  
**Code:** SZLB007  
**Rated voltage:** 220 ~ 240V  
**Speed:** 1 - 16 km/h  
**Max. User Weight:** 100 kg  
**PI Number:**

**Model:** M3500  
**Manufactured:** 2025  
**Power:** 1.75 HP  
Made in China

**Distributed by:**  
Betersport B.V.  
Heierkerkweg 1  
5928 RM, Venlo, The Netherlands



# Safety instructions / Maintenance



English

Nederlands

Deutsch

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

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

- As the owner of the device, you are responsible for providing each user with clear safety instructions as described below.
- The device must be used by a maximum of 1 person at the same time.
- Check the construction, screws, bolts, and connections before using the machine for the first time, and then you must check it on a regular basis. Check 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 on is 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 a 'rails', make sure that it remains well lubricated.
- Treadmill:
  - If the treadmill slips, it must be tightened. Install the treadmill on 6 km/h and turn clockwise at both ends of the treadmill.
  - If the running mat is crooked, turn the left or right end to straighten it again.
  - Lubricating the treadmill should be done by spraying the silicone oil under the running mat and then you must install the treadmill at 1 km/h for 3 minutes.
  - Disassemble the bonnet to periodically remove the dust.

## LET OP: Lees eerst de gehele handleiding voor het 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 om iedere gebruiker van de device veiligheidsinstructies te voorzien als hieronder beschreven.

- Het apparaat dient door maximaal 1 persoon gelijktijdig gebruik te worden.
- Controleer de constructie, schroeven, bouten, en verbindingen voordat u de machine voor het eerst gaat gebruiken en daarna op reguliere basis. Controleer of alle onderdelen goed verbonden en goed bevestigd zijn alvorens de machine te gebruiken.
- Foutieve of overmatige training kan schade aan de gezondheid tot gevolg hebben. Raadpleeg 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 meegeevende veiligheidsniveau van het apparaat te behouden, dienne beschadigde onderdelen direct vervangen te worden.
- Het apparaat is voor gebruik door volwassenen construeerd. 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.
- Houd 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 middel van ondoelmatig gebruik van het product.
- Stel het apparaat zo in dat deze voldoet aan een comfortabele trainingspositie en het lichaam niet onnodig belast.
- Gebruik het apparaat niet met uitzonderlijke krachten waar een dergelijk apparaat niet voor gemaakt is.
- Mocht het apparaat beschadigen over een stroomkabel, dan dient het stopcontact altijd gearrd 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 afstappen 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 doortrapstysteem. 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 u voor iedere reiniging of onderhoudsbeurt/repairatie ervoor zorgen dat het apparaat uit staat en de stroomkabel uit het stopcontact is gehaald.
- Reinig het apparaat nooit met agressieve of bijtende poetsmiddelen om beschadiging van het display te vermijden. Gebruik bij reiniging een vochtige doek. Plaats het apparaat niet in direct zonlicht.
- Veeg het display en alle andere oppervlakken van het apparaat schoon met om alle zweeftresten 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 transpiratievloeistoffen 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 in Benutzung nehmen!

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 ausgetauscht 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 jederzeit 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 Körperteilen 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.
- Machen 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 belast 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 beschädigt ist, muss dieses ausgetauscht werden, um Gefahren zu vermeiden.
- Nehmen Sie bei einem Schaden immer Kontakt mit dem Lieferanten auf.
- Crosstrainer: Sie sollten immer mit einem Fuß nach dem anderen auf- und absteigen und niemals mit beiden Füßen gleichzeitig. Verringern Sie zugleich die Geschwindigkeit, um Verletzungen zu vermeiden.
- Laufband: Über die Laufmatte läuft eine schräge Linie. Dies ist kein Defekt, sondern die Schweißnaht, mit der die Laufmatte befestigt ist. Ohne Sicherheitschlüssel (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 beißenden 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.
- Schmierien 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 schiefläuft, spannen Sie sie gerade, indem Sie entsprechend entweder am linken oder am rechten Ende des Laufbandes drehen.
  - Zum Schmierien 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 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'horizontale. 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 également l'usure et améliore la sécurité.
- L'appareil doit être en permanence protégé contre l'humidité.
- Il est recommandé d'utiliser un protège-sols afin de protéger votre sol des zones de pression.
- Gardez les parties du corps éloignées des parties mobiles de l'appareil pendant l'utilisation.
- Si vous ajustez les pièces réglables de la machine, assurez-vous qu'elles soient bien fixées avant d'utiliser l'appareil.
- N'effectuez jamais vos propres réglages sur l'appareil.
- 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.
- Régalez 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 pour éviter tout danger.
- Veuillez toujours contacter le fournisseur en cas de défaut.
- Crosstrainer : monter et démonter 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 resserrez 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. Régalez 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 remettre 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 susceptibles 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 vigíelos 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 antes del 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 esterera.
- 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 adquiere 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. Suspnda 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 paso a paso y no con ambos pies simultáneamente. Reduzca la velocidad gradualmente para evitar lesiones.
- Cinta para correr: se ve una marca oblicua a lo largo de la cinta para caminar. Esto no es un defecto, es la marca de soldadura con la que se fija la cinta. La cinta para caminar no funciona sin hacer uso de la "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, fruce 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!

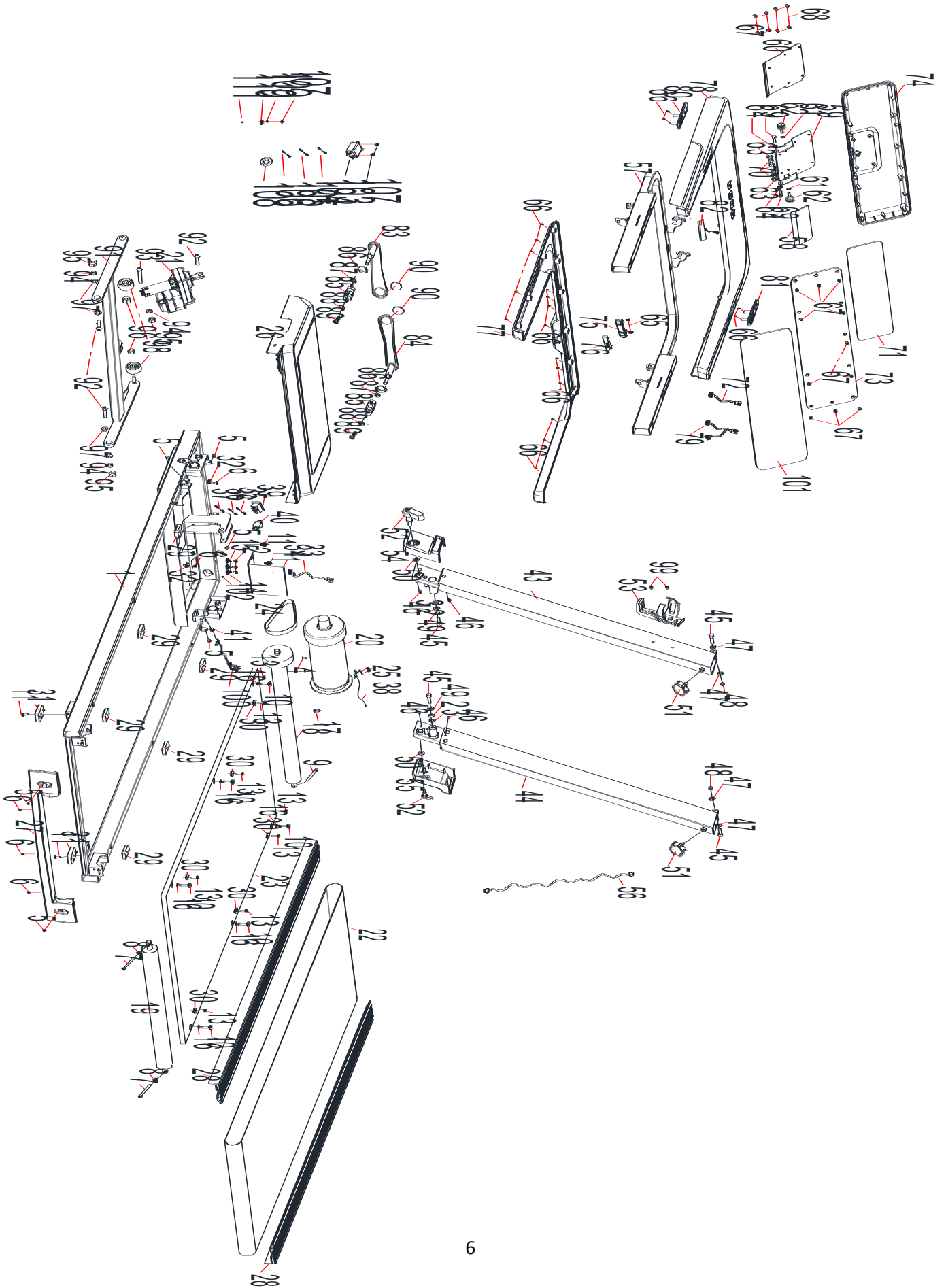
Per garantire una sicurezza ottimale, è necessario controllare regolarmente il dispositivo per rilevare eventuali danni e parti soggette a usura. Inoltre si devono seguire chiaramente le istruzioni sottostanti.

- In qualità di proprietario del dispositivo, sei responsabile, nei confronti di ogni utilizzatore, di fornire loro istruzioni di sicurezza chiare come descritto 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 acconsentire l'utilizzo ai bambini, li informi su come utilizzarlo correttamente e li supervisioni per tutto il tempo. Nel caso in cui acconsentisse al bambino 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 pericolose che sono al di fuori della responsabilità del produttore nella gestione di questo dispositivo.
- Assicurarsi che ci sia spazio sufficiente attorno al dispositivo, durante l'assemblaggio e l'utilizzo.
- Assicurare sempre che il dispositivo sia stabile e a livello. Utilizzare un 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.
- Tenere parti del corpo lontane dalle componenti mobili del dispositivo durante l'utilizzo.
- Nel caso in cui regoli le componenti regolabili, assicurarsi che quest'ultima siano ben salde prima di utilizzare il dispositivo.
- Non apportare mai modifiche di personalizzate al dispositivo.
- Non iniziare mai un esercizio subito dopo aver consumato un pasto.
- Prendere sempre una buona posizione sul dispositivo, prima di iniziare con l'allenamento.
- 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 contatti il suo medico.
- Il dispositivo contiene piccole parti che possono essere facilmente ingerite dai bambini. Tenere perciò i bambini lontani durante l'assemblamento del dispositivo.
- ATTENZIONE:** la misurazione della frequenza cardiaca del dispositivo può riportare un valore impreciso. L'allenamento eccessivo può comportare conseguenze gravi, interrompere subito nel caso di vertigini o fiacchezza e consultare un medico.
- Il fabbricante non è da ritenersi responsabile dei danni causati da un uso inadeguato del dispositivo.
- Regolare il dispositivo in modo da permettere una posizione di allenamento confortevole senza appesantire inutilmente il corpo.
- Non utilizzare il dispositivo con forze eccessive per il quale un dispositivo del genere non ne è adatto.
- Dovesse il dispositivo essere provvisto di un cavo 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 avvitare regolarmente i bulloni. Prestare inoltre attenzione all'usura dei materiali e sostituire immediatamente le componenti difettose.
- Lubrificare tutte le componenti rotanti ogni 2/3 mesi con un spray per la manutenzione e controllare regolarmente che le viti siano ben salde.
- Nel caso in cui il dispositivo sia provvisto di "trattie", assicurarsi che quest'ultime siano ben lubrificate.
- Nastro:
  - Nel caso in cui il nastro sia scivolo, è necessario irrigidilo. Impostare il nastro a 6 km/h e girare mezzo giro in senso orario e entrambi 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 folio 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.

# Exploded Diagram



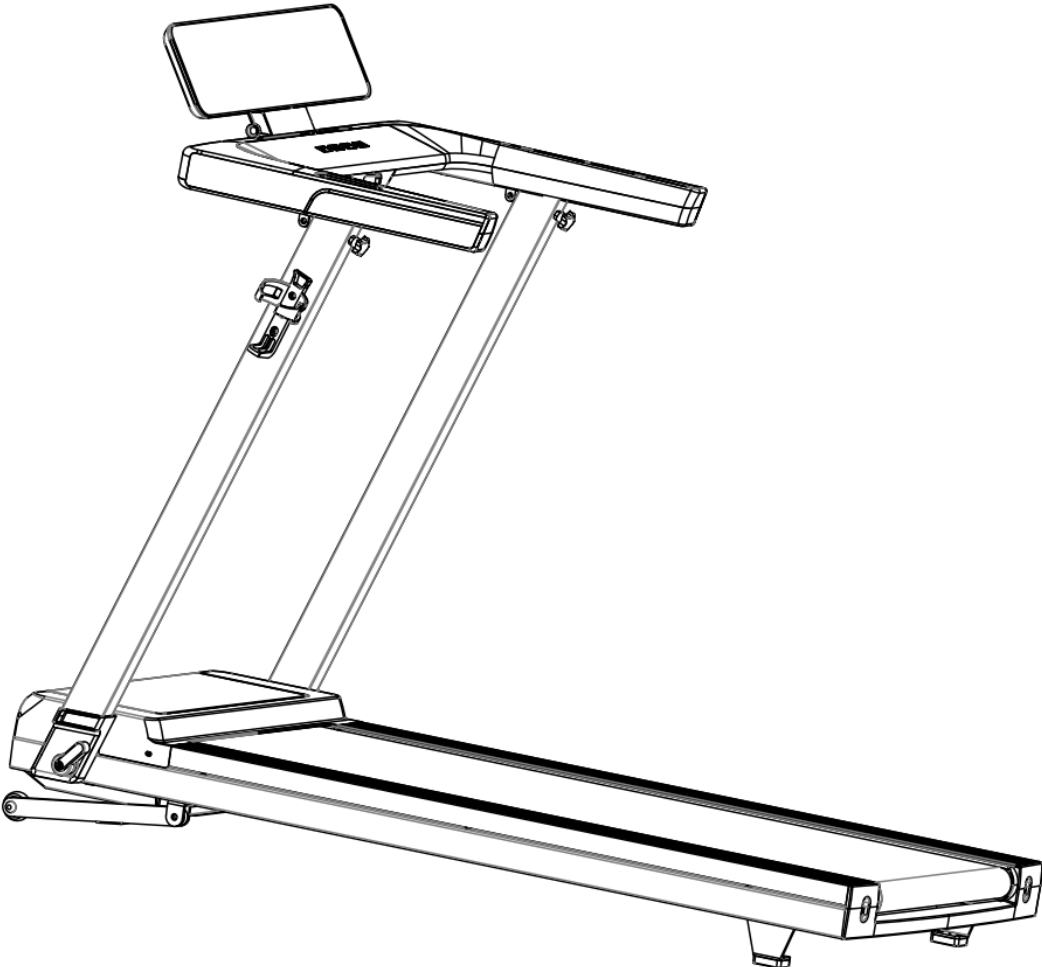
# Part list

No.	Part Name	Specification	Qty
1	Main frame		1
2	D-shape Gasket		2
3	Disc Spring	Φ40×Φ20.4×t2.0	2
4	Allen Head Button Head Bolt (full thread)	M8×25	2
5	Phillips Truss Head Bolt (full thread)	M5*10	8
6	Phillips Truss Head Self-tapping Screw	ST4*16	5
7	Allen Head Cap Head Bolt (full thread)	M8*75	2
8	Flat Washer	Φ8	2
9	Allen Head Cap Head Bolt (full thread)	M6*45	1
10	Allen Socket CSK Flat Head Bolt (full thread)	M6×55×Φ16	6
11	Phillips Truss Head Bolt (full thread)	M4*16	4
12	Phillips Truss Head Bolt (full thread)	M4*10	3
13	Phillips CSK Flat Head Self-tapping Screw	ST4*15	8
14	Outer Serrate Lock Washer	Φ5	3
15	Spring Washer	Φ5	3
16	Plastic Flat Gasket (PVC)	Φ12×Φ6×t1.0	6
17	Magnetic Ring		1
18	Front Roller		1
19	Rear Roller		1
20	Motor		1
21	Incline Motor		1
22	Running Belt		1
23	Running Board		1
24	Elasticity Motor Belt	174(442)PJ6	1
25	Phillips Pan Head Bolt (full thread)	M4*8	2
26	Motor Cover		1
27	Rear Cover		1
28	Side Rail		2
29	Square Cushion		6
30	Round Side Rail Guider		6
31	Square Foot Pad		4
32	Cable Clamp		2
33	Communication Wire		1
34	Controller		1
35	Power Connecting Wire		1
36	Power Connecting Wire		1
37	Power Connecting Wire		1
38	Speed Sensor		1
39	Switch		1
40	Self-reset Switch		1
41	Power Cable Buckle		1
42	Metal Support for Speed Sensor		1
43	Upright Post Left		1
44	Upright Post Right		1
45	Allen Head Cap Head Bolt (full thread)	M8*25	4
46	Phillips CSK Flat Head Self-tapping Screw	ST4*16	4
47	Flat Washer	Φ8	4
48	Hexagon Lock Nut	M8	2
49	Flat Washer	Φ32×Φ8.5×t2.0	2
50	Plastic Gasket	Φ24×Φ16×t2.0	2
51	Kurled Head Thumb Screw	Φ35×M8×20	2
52	L-type Handle Screw		2
53	Bottle Cage		1
54	End Cover of Upright Post Left		1
55	End Cover of Upright Post Left		1
56	Communication Wire		1
57	Console Frame		1
58	Rear Plate Welding Part of Console Neck		1
59	Console Fixing Plate		1
60	Front Plate of Console Neck		1
61	Plastic Flat Washer		2
62	Kurled Head Thumb Screw	Φ21×M6×t15	2

63	Disc Spring	Φ12.5×Φ6.2×0.7	2
64	Step Gasket M6	Φ16×Φ8×4.7	2
65	Philips Truss Head.Self-tapping Screw	ST4*10	2
66	Philips Truss Head.Self-tapping Screw	ST4*16	20
67	Philips CSK Flat Head Self-tapping Screw	ST4*10	16
68	Philips CSK Flat Head Self-tapping Screw	ST4*15	4
69	Hexagon Bolt (full thread)	M6*20	2
70	Hexagon Lock Nut	M6	4
71	Console Set		1
72	Communication Wire		1
73	Console Panel		1
74	Console Back Cover		1
75	Safety Key Socket		1
76	Safety Key		1
77	Lower Shell of Handrail Tray		1
78	Upper Shell of Handrail Tray		1
79	Connecting Wire of Handle Pulse		1
80	Incline Handgrip Pulse Subassembly		1
81	Speed Handgrip Pulse Subassembly		1
82	Connecting Wire of Membrane Keyboard		1
83	Folding Bracket Left		1
84	Folding Bracket Right		1
85	Ordinary Cylindrical Spiral Compressing Spring	φ14×φ1.5×20	2
86	D Shape Gasket		2
87	Flat Washer	Φ10×Φ22×2.0	2
88	Flat Washer	Φ8.5×Φ20×t1.5	2
89	Allen Head Button Head Bolt (full thread)	M8×15	1
90	EVA Pad		2
91	Incline Frame		1
92	Allen Head Button Head Bolt (half thread)	M10×35×20	3
93	Allen Head Button Head Bolt (half thread)	M10×45×20	1
94	Flat Washer	Φ10	3
95	Hexagon Lock Nut	M10	3
96	Hexagon Lock Nut	M8	2
97	Incline Shaft Sleeve		4
98	Wheels	φ46×φ8.0×t18.5	2
99	Philips Truss Head Screw (full thread)		2
100	Power Cord		1
101	Arylic Overlay		1
102	Grounding Label		1
<b>Parts List for Filter Option</b>			
103	Filter		1
104	Power Connecting Wire		1
105	Power Connecting Wire		1
106	Grounding Connecting Wire		1
107	Philips Truss Head Bolt (full thread)		3
108	Magnetic Ring		1
109	Outer Serrate Lock Washer		1
110	Spring Washer		1
111	Grounding Label		1

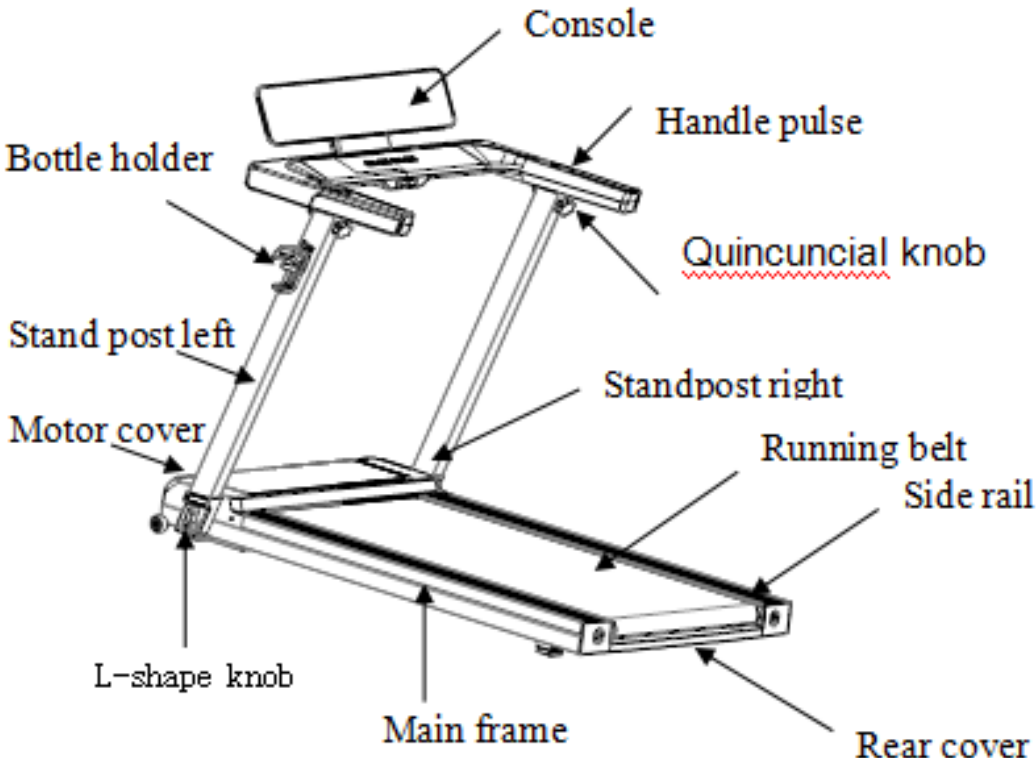
# Packing list

---



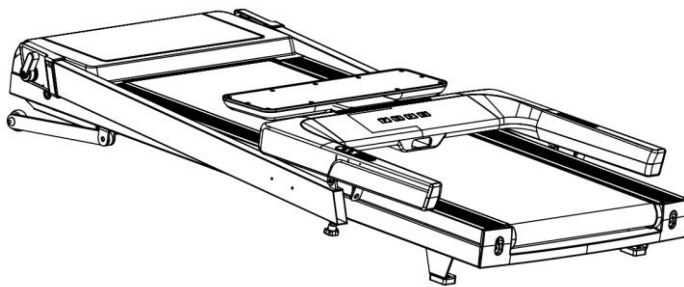
# General information

---



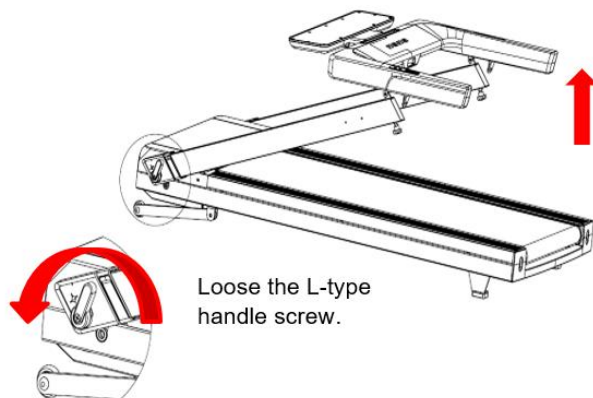
# Assembly instructions

## STEP 1



NL	EN	DE	FR
Haal het apparaat uit de doos en plaats het op een vlakke vloer. Verwijder alle PE-zakken en verpakkingsbanden die om de machine gewikkeld zijn.	Take the machine out of the carton and place it on a flat floor. Remove all PE bags and packing belts wrapping on the machine.	Nehmen Sie die Maschine aus dem Karton und stellen Sie sie auf einen ebenen Boden. Entfernen Sie alle PE-Beutel und Verpackungsbänder, mit denen die Maschine umwickelt ist.	Sortez la machine de son carton et placez-la sur un sol plat. Retirez tous les sacs en PE et les courroies d'emballage qui enveloppent la machine.

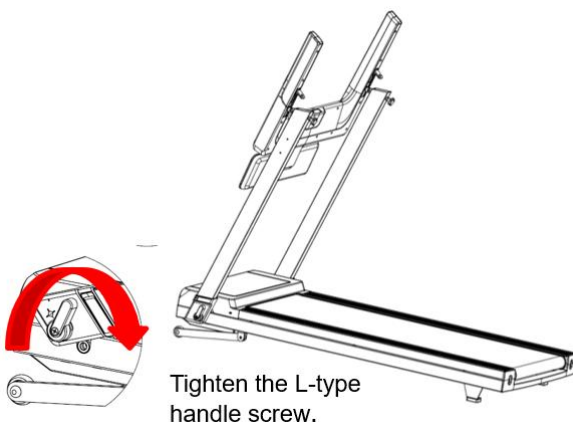
## STEP 2



Loose the L-type handle screw.

NL	EN	DE	FR
Draai de L-handgreepschroef aan beide zijden aan het uiteinde van de staanders volledig los. Til vervolgens het consoleframe omhoog.	Loose the L-type handle screw on both sides at the end of the upright posts completely. Then lift up the console frame.	Lösen Sie die Schraube des L-Griffs auf beiden Seiten am Ende der Pfosten vollständig. Heben Sie dann den Konsolenrahmen an.	Desserrer complètement la vis de la poignée en L des deux côtés à l'extrémité des montants. Soulevez ensuite le cadre de la console.

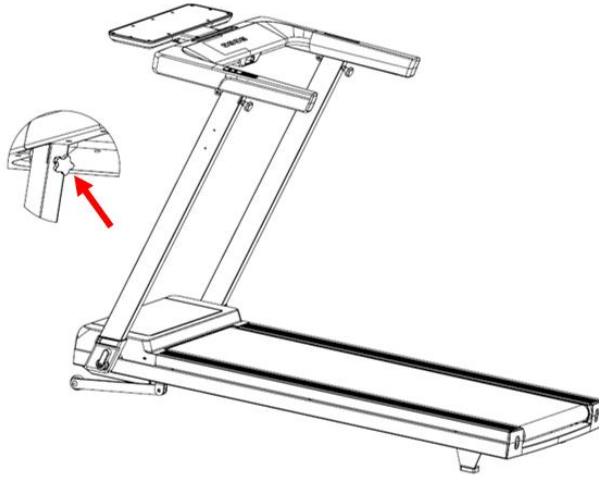
## STEP 3



Tighten the L-type handle screw.

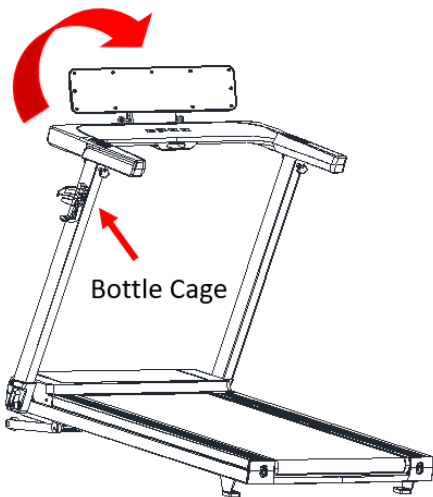
NL	EN	DE	FR
Til de staander op tot de bovenste positie en draai vervolgens de L-handgreepschroef vast.	Lift up the upright post to its top position and then tighten the L-type handle screw.	Heben Sie den Pfosten in seine oberste Position und ziehen Sie dann die Schraube des L-Griffs fest.	Soulever le montant jusqu'à sa position supérieure, puis serrer la vis de la poignée en L.

## STEP 4



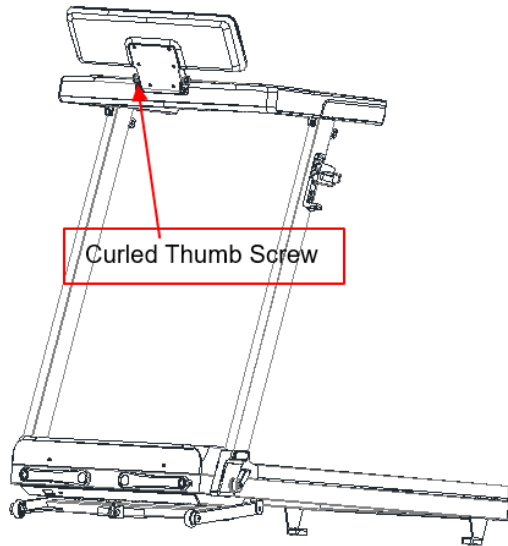
NL	EN	DE	FR
Draai de stervormige duimschroeven aan beide zijden bovenaan de staanders los en zet het consoleframe in de juiste positie. Draai vervolgens beide duimschroeven vast.	Loose the star head thumb screws on both sides at the top of the upright posts and adjust the console frame to the right position. Then tighten both thumb screws.	Lösen Sie die Sterngriffschrauben auf beiden Seiten oben an den Pfosten und bringen Sie den Konsolenrahmen in die richtige Position. Ziehen Sie dann beide Rändelschrauben fest.	Desserrez les vis à oreilles à tête étoilée des deux côtés au sommet des montants et réglez le cadre de la console dans la bonne position. Serrez ensuite les deux vis à oreilles.

## STEP 5



NL	EN	DE	FR
<ol style="list-style-type: none"> <li>1. De console handmatig in de juiste stand zetten.</li> <li>2. Monteer de bidonhouder aan de bovenste staander links en zet hem vast met de Philips Trusskopschroef met volle schroefdraad (M4*16).</li> <li>3. Plaats de veiligheidssleutel in de juiste positie.</li> <li>4. Controleer dubbel of alle L-handgreepschroeven en duimschroeven goed zijn vastgedraaid.</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Adjusting the console to the appropriate position by manual.</li> <li>2. Assembling the bottle cage to the upper of upright post left and fix it by Philips Truss Head screw with full thread (M4*16).</li> <li>3. Place the safety key to its right position.</li> <li>4. Double check whether all the L-type handle screw and thumb screws have been tightened well.</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Einstellen der Konsole in die richtige Position per Hand.</li> <li>2. Montieren Sie den Flaschenhalter an den oberen Pfosten links und befestigen Sie ihn mit einer Kreuzschlitzschraube mit Vollgewinde (M4*16).</li> <li>3. Bringen Sie den Sicherheitsschlüssel in seine richtige Position.</li> <li>4. Überprüfen Sie, ob alle Schrauben des L-Griffs und die Rändelschrauben gut angezogen sind.</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Réglage manuel de la console dans la position appropriée.</li> <li>2. Assembler le porte-bouteille à la partie supérieure du montant gauche et le fixer à l'aide d'une vis à tête cylindrique Philips à filetage intégral (M4*16).</li> <li>3. Placer la clé de sécurité dans sa position correcte.</li> <li>4. Vérifier que toutes les vis de la poignée en L et les vis à oreilles sont bien serrées.</li> </ol>

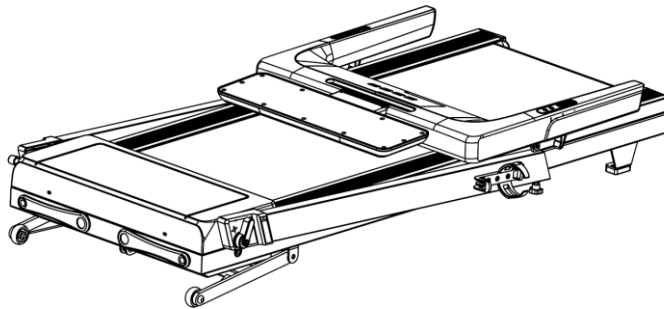
## STEP 6



NL	EN	DE	FR
Consolehoek afstellen. Draai beide duimschroeven los en stel de console in op de gewenste hoek.	Console angle adjusting. Loose both curled thumb screw and adjust the console to the needed angle, then tighten the screw.	Einstellen des Konsolenwinkels. Lösen Sie die beiden Rändelschrauben und stellen Sie die Konsole auf den gewünschten Winkel ein, dann ziehen Sie die Schraube fest.	Réglage de l'angle de la console. Desserrez les deux vis à oreilles et réglez la console à l'angle voulu, puis resserrez la vis.

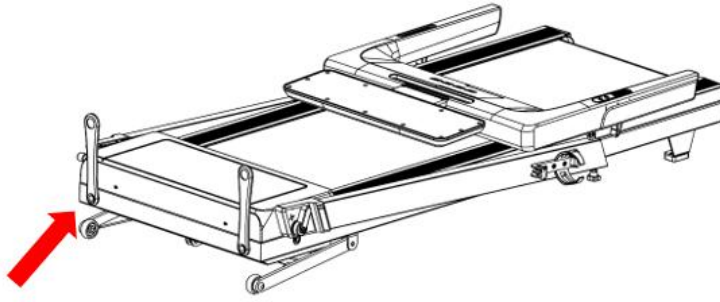
## Folding instructions

### STEP 1

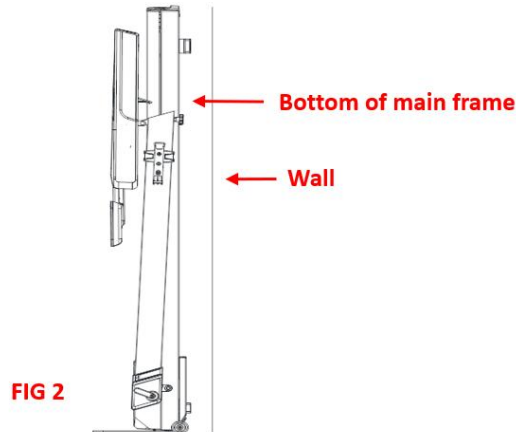
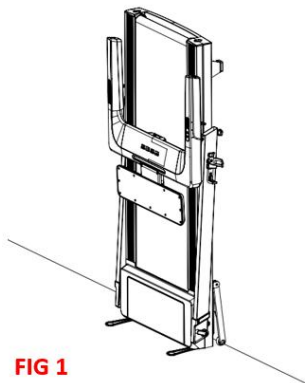


NL	EN	DE	FR
Vouw de loopband op door de volgorde van de montagestappen om te keren.  Leg de console plat neer, houd het consoleframe met één hand vast en maak de twee gekrulde duimschroeven los met de andere hand. Klap vervolgens het consoleframe in de juiste positie.  Houd de staander met één hand vast en draai de L-handgreepschroef aan beide zijden los met de andere hand om de staander in te klappen. Draai tot slot de L-handgreepschroef vast.	Fold the treadmill by reversing the order of the assembling steps. Place the console flat, hold the console frame by one hand and loose the two curled thumb screws by the other hand. Then fold the console frame to its right position. Hold the upright post by one hand and loose the L-type handle screw in both sides by the other hand to fold the stand post. Finally tighten the L-type handle screw. Treadmill is folded completely and can be moved and stored.	Klappen Sie das Laufband zusammen, indem Sie die Reihenfolge der Montageschritte umkehren.  Legen Sie die Konsole flach hin, halten Sie den Konsolenrahmen mit einer Hand fest und lösen Sie mit der anderen Hand die beiden gewundenen Daumenschrauben. Klappen Sie dann den Konsolenrahmen in seine richtige Position.  Halten Sie den Ständer mit einer Hand fest und lösen Sie mit der anderen Hand die L-Griff-Schraube an beiden Seiten, um den Ständer einzuklappen. Ziehen Sie abschließend die Schraube des L-Griffs fest.	Plier le tapis roulant en inversant l'ordre des étapes d'assemblage.  Placer la console à plat, tenir le cadre de la console d'une main et desserrer les deux vis à oreilles courbées de l'autre main. Puis plier le cadre de la console dans sa position droite.  Tenez le montant de la console d'une main et desserrez la vis de la poignée en L des deux côtés de l'autre main pour plier le montant de la console. Enfin, serrez la vis de la poignée en L.

## STEP 2



NL	EN	DE	FR
<p>Plaats de loopband rechtop:</p> <p>Druk de beugels in en draai de beugels in de juiste positie.</p> <p>Zet de loopband rechtop tegen de muur met de voorkant naar buiten. (FIG1)</p> <p>Wanneer de loopband rechtop staat, moet de onderkant van het hoofdframe zich dicht bij de muur bevinden. (AFB 2)</p>	<p>Placing treadmill in an upright way:</p> <p>Press the brackets and rotate the brackets to the right position.</p> <p>Stand the treadmill up and put it against the wall with the front side face out. (FIG 1)</p> <p>When the treadmill is placed in an upright way, the bottom of its main frame must be close to the wall. (FIG 2)</p>	<p>Stellen Sie das Laufband aufrecht hin:</p> <p>Drücken Sie auf die Halterungen und drehen Sie die Halterungen in die richtige Position.</p> <p>Stellen Sie das Laufband auf und legen Sie es mit der Vorderseite nach außen an die Wand. (FIG 1)</p> <p>Wenn das Laufband aufrecht aufgestellt wird, muss die Unterseite des Hauptrahmens nahe an der Wand sein. (FIG 2)</p>	<p>Placer le tapis roulant à la verticale :</p> <p>Appuyer sur les supports et les tourner dans la bonne position.</p> <p>Mettre le tapis roulant debout et le placer contre le mur, face avant vers l'extérieur. (FIG 1)</p> <p>Lorsque le tapis roulant est placé à la verticale, le bas de son cadre principal doit être proche du mur. (FIG 2)</p>



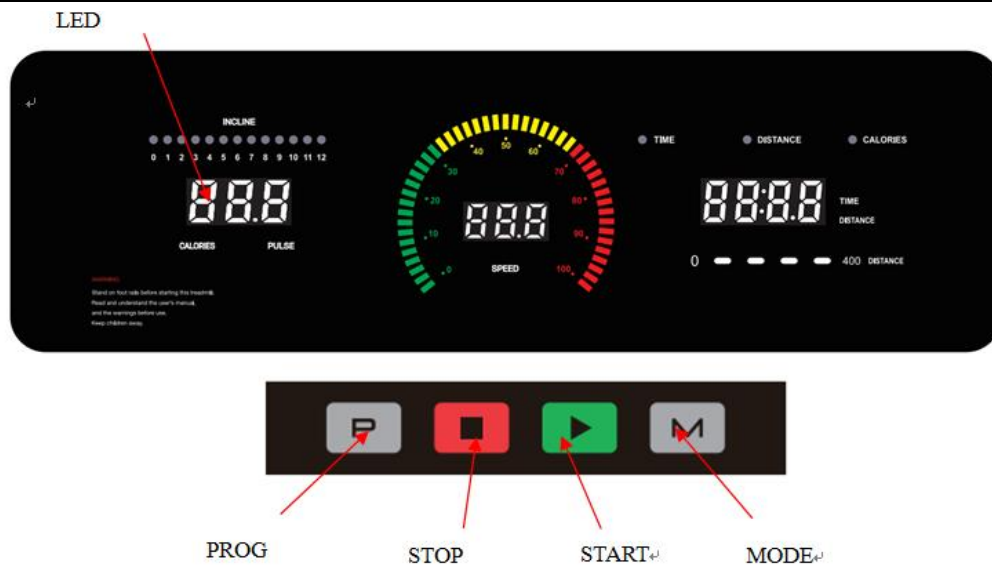
Push the button under the treadmill to turn the treadmill on.



## Speed and slope table for the automatic program P01-P36

Program \ Level		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	3.0	2.0
	INCLINE	2	2	8	6	6	4	4	6	2	2
P2	SPEED	2.0	3.0	5.0	8.0	5.0	5.0	6.0	8.0	4.0	3.0
	INCLINE	3	3	2	2	8	8	4	4	4	4
P3	SPEED	2.0	3.0	7.0	8.0	5.0	5.0	5.0	8.0	4.0	3.0
	INCLINE	1	2	5	7	7	4	4	6	2	2
P4	SPEED	2.0	2.0	5.0	8.0	8.0	8.0	8.0	5.0	3.0	2.0
	INCLINE	3	3	9	9	9	9	9	6	2	2
P5	SPEED	3.0	4.0	8.0	9.0	10.0	10.0	10.0	7.0	4.0	3.0
	INCLINE	2	2	8	6	6	6	6	6	1	1
P6	SPEED	3.0	4.0	6.0	7.0	7.0	7.0	9.0	10.0	5.0	3.0
	INCLINE	1	8	8	7	7	7	7	5	3	1
P7	SPEED	3.0	4.0	4.0	10.0	4.0	9.0	4.0	11.0	3.0	2.0
	INCLINE	1	1	6	6	6	8	8	10	6	2
P8	SPEED	3.0	5.0	7.0	9.0	3.0	5.0	7.0	5.0	11.0	5.0
	INCLINE	3	3	3	7	7	3	3	3	5	5
P9	SPEED	3.0	7.0	10.0	4.0	7.0	11.0	5.0	4.0	12.0	6.0
	INCLINE	3	6	7	3	8	8	3	8	4	4
P10	SPEED	3.0	5.0	9.0	10.0	6.0	6.0	9.0	6.0	11.0	3.0
	INCLINE	2	7	5	5	8	8	8	8	4	4
P11	SPEED	4.0	5.0	11.0	9.0	6.0	8.0	9.0	11.0	6.0	5.0
	INCLINE	1	6	3	3	7	7	4	4	6	6
P12	SPEED	4.0	6.0	10.0	10.0	10.0	7.0	7.0	10.0	6.0	5.0
	INCLINE	3	8	9	5	5	8	8	4	4	4
P13	SPEED	2.0	4.0	6.0	6.0	6.0	8.0	8.0	6.0	4.0	3.0
	INCLINE	3	3	9	7	7	5	5	7	3	3
P14	SPEED	3.0	4.0	6.0	9.0	6.0	6.0	7.0	9.0	5.0	4.0
	INCLINE	4	4	3	3	9	9	5	5	5	5
P15	SPEED	3.0	4.0	8.0	9.0	6.0	6.0	6.0	9.0	5.0	4.0
	INCLINE	2	3	6	8	8	5	5	7	3	3
P16	SPEED	3.0	3.0	6.0	9.0	9.0	9.0	9.0	6.0	4.0	3.0
	INCLINE	4	4	10	10	10	10	10	7	3	3
P17	SPEED	4.0	5.0	9.0	10.0	11.0	11.0	11.0	8.0	5.0	4.0
	INCLINE	3	3	9	7	7	7	7	7	2	2
P18	SPEED	4.0	5.0	7.0	8.0	8.0	8.0	10.0	11.0	6.0	4.0

	INCLINE	2	9	9	8	8	8	8	6	4	2
P19	SPEED	4.0	5.0	5.0	11.0	5.0	10.0	5.0	12.0	4.0	3.0
	INCLINE	2.0	2	7	7	7	9	9	11	7	3
P20	SPEED	4.0	6.0	8.0	10.0	4.0	6.0	8.0	6.0	12.0	6.0
	INCLINE	4	4	4	8	8	4	4	4	6	6
P21	SPEED	4.0	8.0	11.0	5.0	8.0	12.0	6.0	5.0	12.0	7.0
	INCLINE	4	7	8	4	9	9	4	9	5	5
P22	SPEED	4.0	6.0	10.0	11.0	7.0	7.0	10.0	7.0	12.0	4.0
	INCLINE	3	8	6	6	9	9	9	9	5	5
P23	SPEED	5.0	6.0	12.0	10.0	7.0	9.0	10.0	12.0	7.0	6.0
	INCLINE	2	7	4	4	8	8	5	5	7	7
P24	SPEED	5.0	7.0	11.0	11.0	11.0	8.0	8.0	11.0	7.0	6.0
	INCLINE	4	9	10	6	6	9	9	5	5	5
P25	SPEED	3.0	5.0	7.0	7.0	7.0	9.0	9.0	7.0	5.0	4.0
	INCLINE	4	4	10	8	8	6	6	8	4	4
P26	SPEED	4.0	5.0	7.0	10.0	7.0	7.0	8.0	10.0	6.0	5.0
	INCLINE	5	5	4	4	10	10	6	6	6	6
P27	SPEED	4.0	5.0	9.0	10.0	7.0	7.0	7.0	10.0	6.0	5.0
	INCLINE	3	4	7	9	9	6	6	8	4	4
P28	SPEED	4.0	4.0	7.0	10.0	10.0	10.0	10.0	7.0	5.0	4.0
	INCLINE	5	5	10	10	10	10	10	8	4	4
P29	SPEED	5.0	6.0	10.0	11.0	12.0	12.0	12.0	9.0	6.0	5.0
	INCLINE	4	4	10	8	8	8	8	8	3	3
P30	SPEED	5.0	6.0	8.0	9.0	9.0	9.0	11.0	12.0	7.0	5.0
	INCLINE	3	10	10	9	9	9	9	7	5	3
P31	SPEED	5.0	6.0	6.0	12.0	6.0	11.0	6.0	12.0	5.0	4.0
	INCLINE	3	3	8	8	8	10	10	10	8	4
P32	SPEED	5.0	7.0	9.0	11.0	5.0	7.0	9.0	7.0	12.0	7.0
	INCLINE	5	5	5	9	9	5	5	5	7	7
P33	SPEED	5.0	9.0	12.0	6.0	9.0	12.0	7.0	6.0	12.0	8.0
	INCLINE	5	8	9	5	10	10	5	10	6	6
P34	SPEED	5.0	7.0	11.0	12.0	8.0	8.0	11.0	8.0	12.0	5.0
	INCLINE	4	9	7	7	10	10	10	10	6	6
P35	SPEED	6.0	7.0	12.0	11.0	8.0	10.0	11.0	12.0	8.0	7.0
	INCLINE	3	8	5	5	9	9	6	6	8	8
P36	SPEED	6.0	8.0	12.0	12.0	12.0	9.0	9.0	12.0	8.0	7.0
	INCLINE	5	10	10	7	7	10	10	6	6	6




DISPLAY	DISPLAY	INSTELLINGEN	FUNCTIE
TIJD	00:00 - 99:59	00:00 - 99:00	Huidige trainingstijd
AFSTAND	00.00 - 99.99	00.00 - 99.00	Huidige afstand
CALORIEËN	0 - 9999	0 - 9999	Huidige verbrande calorieën
PULSE	0 - 230	30 - 230	Huidige hartslag/pols
SNELHEID	0 - 16 km/u	0 - 16 km/u	Huidige snelheid
INCLINE	0 - 12%	0 - 12%	Huidig hellingsniveau

### 1.Toetsenbordbediening beschrijving

1.1 Programmaknop: **P** is de programmakeuzeknop. De gebruiker kan het programma P0~P36, U01~U03, FAT cirkelvormig testen wanneer de loopband zich in de STOP-stand bevindt.

1.2 Modusknop: **M** is de modusknop. Wanneer de gebruiker de handmatige modus selecteert, is de beginstand normaal. Druk op de modusknop om verschillende aftelmodi te selecteren: Tijd aftellen --> afstand aftellen --> calorieën aftellen --> normaal. De resettoets voor de standaardwaarde van de afteltijd (30 minuten) staat in P1-P36.

1.3 De  Start/Pauze toets. Wanneer de loopband zich in de STOP-modus bevindt, drukt u op de START-toets om te starten. Als de loopband loopt, drukt u op de START-toets om te pauzeren. De PAUZE functie zal niet werken als de loopband verbinding maakt met Bluetooth.

1.4 De  knop Stop/Reset.

- ◆ Wanneer de loopband in de loopstand staat, druk dan op de STOP-toets en de loopband zal langzaam stoppen.
- ◆ Als het venster ERR weergeeft, druk dan op de STOP-toets om de weergegeven informatie eenmaal te wissen.

1.5 Knop **Snelheid +/-** op het stuur: Om de snelheid aan te passen wanneer de loopband loopt. Om de parameter aan te passen wanneer de loopband stilstaat of FAT test.

1.6 **Stuurhelling +/-** knop: Om de helling aan te passen.

### 2.Functiebeschrijving veiligheidssleutel:

De veiligheidssleutel is gemaakt met een aanraakschakelaar, wasknijper en nylon koord, met veiligheidsmaatregelen voor nooduitschakeling. In elke toestand, zolang de veiligheidssleutel uit zijn positie is, stopt de loopband dringend, kan het toetsenbord van de console niet werken en geeft het scherm E-07 weer met een prompt geluid. Telkens als de veiligheidssleutel weer op zijn plaats zit, geeft het scherm gedurende 2 seconden alles weer en gaat de loopband over in de standaard werkstatus.

### 3. USER-modus

Er zijn drie selecties in de USER-modus USER1~USER3. In deze modus kan de gebruiker zijn/haar eigen bewegingsprogramma openen of instellen. Druk op de **PROG** toets om naar de USER modus USER1~USER3 te gaan, druk dan op de **MODE** toets voor het instellen of druk op de **START** toets om de oefening te starten. De gebruiker kan zijn/haar eigen programma instellen in 10 segmenten van snelheid en helling door op de **MODE** toets te drukken. Na het instellen kan de gebruiker beginnen met trainen door op de **START**toets te drukken. Het door de gebruiker ingestelde programma wordt opgeslagen en kan de volgende keer direct worden gebruikt.

### 4. Beschrijving toetsenbordbediening

4.1 Steek het netsnoer in een geaard stopcontact met 10 ampère. Zet de stroomschakelaar aan, het scherm van de console wordt volledig weergegeven en begeleidt met een geluidssignaal.

4.2 Zet de veiligheidssleutel in de juiste positie en klem de wasknijper aan de kleding. Het systeem schakelt over naar de standaard werkstatus nadat alles gedurende 2 seconden op het scherm wordt weergegeven. Alle tellers en instelwaarden worden teruggezet naar de oorspronkelijke status. De loopband staat in de positieve timermodus van het handmatige programma P0.

4.3 Druk cirkelvormig op de **PROG** toets om programma P0~P36/ U1~U3/ BMI te selecteren.

4.3.1 P0 is een aangepast programma voor de gebruiker. Druk op de **MODE** toets om vier trainingsmodi te selecteren. De trainingssnelheid en helling worden ingesteld door de gebruiker. De standaardwaarde voor de snelheid is 1,0 km/u en de standaardwaarde voor de helling is 0%.

◆ **Trainingsmodus 1 - Normaal:** Tijd, afstand en calorieën worden allemaal positief geteld, instelfunctie uitschakelen.

◆ **Trainingsmodus 2 - Tijd aftellen:** Het tijdvenster knippert onder de instellingstoestand. Druk op de **SNELHEID +/-** toets op het stuur om de instellingswaarde te wijzigen. Instelbereik van 5mins tot 99mins en standaard 30mins.

◆ **Trainingsmodus 3 - Afstand aftellen:** Het afstandvenster knippert onder de instellingstoestand. Druk op de knop **SNELHEID op** het stuur +/- om de instellingswaarde te wijzigen. Instelbereik van 1,0 km tot 99,0 km en standaard 1,0 km.

◆ **Trainingsmodus 4 - Calorieën aftellen:** Calorie-venster knippert onder instellingstoestand. Druk op de **SNELHEIDsknop +/- op** het stuur om de instellingswaarde te wijzigen. Instelbereik van 20cal tot 9990cal en standaard 50cal.

4.3.2 P1~P36 is het instellingsprogramma van het systeem en is alleen beschikbaar voor de training in de modus voor het aftellen van de tijd. Het tijdvenster knippert in de instellingstoestand. Druk op de knop **SNELHEID op** het stuur +/- om de instellingswaarde te wijzigen. Druk op de knop **MODE** om terug te gaan naar de standaardinstelling. Het instelbereik van de tijd is van 5 minuten tot 99 minuten en standaard 30:00 uur.

4.4 Druk op de **START**-knop nadat de trainingsmodus is ingesteld. Op het scherm begint 5 seconden af te tellen en hoort u vijf keer een geluidssignaal. Wanneer er is afgeteld tot 1, begint de loopband zachtjes en langzaam te versnellen tot de weergegeven snelheid en gaat dan soepel lopen met constante snelheid.

4.4.1 Druk tijdens het hardlopen op **SPEED +/-** om de rijnsnelheid aan te passen.

- 4.4.2 In PROG P1~P36 worden de snelheid en helling van elk programma verdeeld in 16 segmenten. De tijd van elk segment wordt gelijk verdeeld in de insteltijd. De aangepaste snelheid of helling is alleen effectief in het huidige segment. Er klinken 3 zoemers 3 seconden voor de overgang tussen de segmenten. De motor stopt automatisch samen met een lange waarschuwingston nadat het programma de volledige 10 segmenten heeft doorlopen.
- 4.4.3 Wanneer de motor draait, drukt u op de START-toets om de motor te pauzeren. Druk nogmaals op de toets en de loopband hervat de loop. Lopende gegevens en voortgang blijven bewaard.
- 4.5 Als de motor draait, druk dan op de STOP-knop om de motor langzaam te stoppen tot hij soepel stopt. Alle instellingen keren terug naar de standaardinstellingen.
- 4.6 Wanneer de motor draait, druk dan op **INCLINE +/-** om de helling van de loopband aan te passen.
- 4.7 In elke toestand zal de motor dringend stoppen als de veiligheidssleutel wordt uitgetrokken en E-07 in het venster wordt weergegeven met een zoemergeluid.
- 4.8 Het elektrische besturingssysteem is te allen tijde in veiligheidsbewaking. De loopband stopt in geval van nood wanneer er een afwijking wordt gevonden. Op het scherm verschijnt abnormale informatie en er klinkt een waarschuwingston.
- 4.9 Als het scherm abnormale informatie weergeeft, kan de gebruiker op de STOP-knop drukken om de informatie te wissen.
- 4.10 Lichaamsvet testmethode (metrisch systeem): Druk op de **PROG** toets om **BMI** te selecteren en druk op de **MODE** toets om het projectnummer te selecteren. Druk op de **SPEED** toets **+/-** op het stuur om de parameters aan te passen.
- **F1** (geslacht): gedefinieerd als geslacht. Het parameterbereik is 1~2. **1** gedefinieerd als mannelijk, **2** gedefinieerd als vrouwelijk. Standaard 1.
  - **F2** (Leeftijd): gedefinieerd als leeftijd. Het bereik van de parameter is 1~99 jaar oud. Standaard 25 jaar oud.
  - **F3** (Hoogte): gedefinieerd als hoogte. Het parameterbereik is 100~220cm. De standaardwaarde is 170 cm.
  - **F4** (Gewicht): gedefinieerd als lichaamsgewicht. Het parameterbereik is 20~150kg. De standaardwaarde is 70 kg.
  - **F5** (BMI): definieert de voltooiing van het instellen van parameters en het betreden van de teststatus voor lichaamsvet. Houd de hartslagsensor van het stuur gedurende 4 seconden met beide handen vast, het percentage lichaamsvet (BMI) van de geteste persoon wordt weergegeven in het parametervenster.

## 6. ERP-conversiefunctie

Het systeem start standaard in de ERP-modus. Als de loopband 4,5 minuut niet draait, gaat het systeem in de slaapstand om stroom te besparen. Als het systeem in stand-by staat, kan de ERP-functie worden geannuleerd door 3 seconden op de MODE-knop te drukken en 2222 weer te geven. En het kan weer terug naar de ERP-modus door 3 seconden op MODE te drukken en 1111 weer te geven.

## 7. Zoemer dempfunctie

De zoemerfunctie is standaard ingeschakeld in het systeem. Het kan worden gedempt als het scherm BZ OFF weergeeft door samen op de **PROG & STOP** knop te drukken als de loopband in stand-by staat. En het kan weer geactiveerd worden als het scherm BZ ON weergeeft door samen op de **PROG & STOP** knop te drukken.

## 8. Conversiefunctie tussen kilometers en mijlen

8.1 Verwijder de veiligheidssleutel en druk de **PROGRAMMA**- en **MODE**-knoppen enkele seconden tegelijk in. Op het display verschijnt 0,6, wat betekent dat de kilometer is omgezet in mijl.

8.2 Verwijder de veiligheidssleutel en druk de **PROGRAMMA**- en **MODE**-knoppen enkele seconden tegelijk in, op het scherm verschijnt 1,0, wat betekent dat de mijl is omgezet in kilometer.

## 2. Onderhoud loopband

---

Goed onderhoud is erg belangrijk om een foutloze en operationele staat van de loopband te garanderen. Onjuist onderhoud kan schade aan de loopband veroorzaken of de levensduur van het product verkorten.

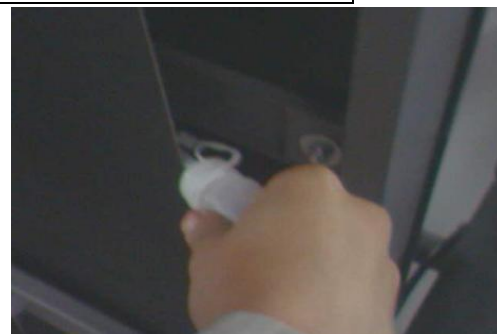
Alle onderdelen van de loopband moeten regelmatig gecontroleerd en vastgedraaid worden. Versleten onderdelen moeten onmiddellijk worden vervangen.

### 1. Conversiefunctie tussen kilometers en mijlen

De loopband is in de fabriek gesmeerd. Het wordt echter aanbevolen om de smering van de loopband regelmatig te controleren voor een optimale werking van de loopband. Suggesties:

Gebruik van tijd minder dan 3 uur per week	Elke 5 maanden smeren
Gebruik van tijd gelijk aan 4-7 uur per week	Elke 2 maanden smeren
Gebruik van tijd meer dan 7 uur per week	Elke maand smeren

Geen overmatige smering. Let op: de belangrijkste factor om de levensduur van de loopband te verlengen is een goede smering. De manier om te controleren of de loopband gesmeerd moet worden is door de zijkant van de loopband op te tillen en aan de centrale achterkant van de band te voelen. Als er sporen van siliconenspray worden gevonden, is smering niet nodig. Als het oppervlak droog is, moet de riem worden gesmeerd.



### 2. Aanbrengen van smeermiddel op de riem

- Stop de lopende band en klap de loopband in. Zet de riem van het achterste hoofdframe omhoog zodat de olie de middenpositie kan bereiken.
- Siliconenolie aan de binnenkant van de loopband spuiten en siliconenolie aan beide kanten van de loopband aanbrengen.
- Laat de loopband lopen met een snelheid van 1 km/u om de siliconen gelijkmatig aan te brengen. En loop lichtjes van links naar rechts op de loopband.
- Wacht enkele minuten zodat de siliconenspray zich kan verspreiden voordat u de machine start.

### 3. Schoonmaken

Regelmatige reiniging van de loopband zorgt voor een lange levensduur van het product.

- Waarschuwing: De loopband moet uitgeschakeld worden om elektrische schokken te voorkomen. De stroomkabel moet uit het stopcontact getrokken worden, voordat met de reiniging of het onderhoud begonnen wordt.

Na de training: Veeg de console en andere oppervlakken af met een schone zachte en vochtige doek om zweetresten te verwijderen.

**Let op:** Gebruik geen schuurmiddelen of oplosmiddelen. Houd vloeistoffen uit de buurt van de computer om schade te voorkomen. Stel de computer niet bloot aan direct zonlicht.

**Wekelijks:** Om het schoonmaken te vergemakkelijken is het aan te raden om een mat voor de loopband te gebruiken. Schoenen laten vuil achter op de loopband dat onder de loopband kan vallen. Maak ze één keer per week schoon onder de loopband.

#### 4. Opslag

Berg de loopband op in een schone en droge omgeving. Zorg ervoor dat de hoofdschakelaar uit staat en dat de stekker uit het stopcontact is verwijderd.

#### 5. Riem afstellen

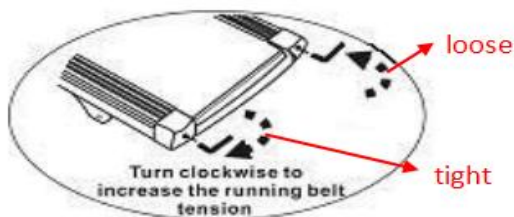
Alle riemen zijn in de fabriek en na montage goed afgesteld. Na verloop van tijd kan er echter speling ontstaan. Zoals: pauze en slippen tijdens het lopen. Wanneer dit verschijnsel zich voordoet, moet u de loopriem en de schroef een halve slag naar links en rechts bijstellen. Als de aandrijfriem los zit, zullen de aandrijfriem en de rol om de beurt slippen. Maar te strak is ook niet goed, waardoor de motor gemakkelijk zwaarder wordt belast en de motor, aandrijfriem en rol enz. beschadigd raken.

##### Afstelling van de riemafwijking

Alle lopende riemen zijn in de fabriek en na montage goed afgesteld. Maar na verloop van tijd kan de riem gaan afwijken. De redenen kunnen als volgt worden opgesomd.

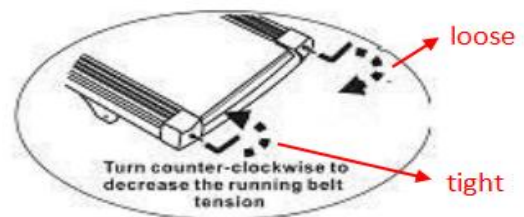
1. De loopband is instabiel.
2. Voeten stonden niet in het midden van de riemen tijdens het hardlopen.
3. Voeten oefenen ongelijke kracht uit.

Als de afwijking wordt veroorzaakt door handmatig, No - load draaien gedurende een paar minuten kan weer normaal worden. Afstellen stap voor stap in een halve slag met een 6mm inbussleutel die willekeurig is uitgerust voor niet in staat om automatisch te herstellen.



Zoals de linkerafwijking van de lopende band.

Draai de linkerschroef rechtsom of de rechterschroef linksom.



Zoals de juiste afwijking van de lopende riem.

Draai de rechterschroef rechtsom of de linkerschroef linksom.

#### BELANGRIJKSTE PUNT:

- Met de klok mee betekent vastdraaien.
- Tegen de klok in betekent losmaken.
- De riem zal naar de losse kant verschuiven.

① Als de lopende riem naar links verschuift, betekent dit dat de linkerkant te los zit. Stel de linker bout rechtsom af om links strakker te maken. Of stel de rechter bout linksom af om rechts losser te maken.

② Als de lopende riem naar rechts verschuift, betekent dit dat de rechterkant te los zit. Stel de rechterbout rechtsom af om de rechterkant strakker te maken of stel de linkerbout linksom af om de linkerkant losser te maken.

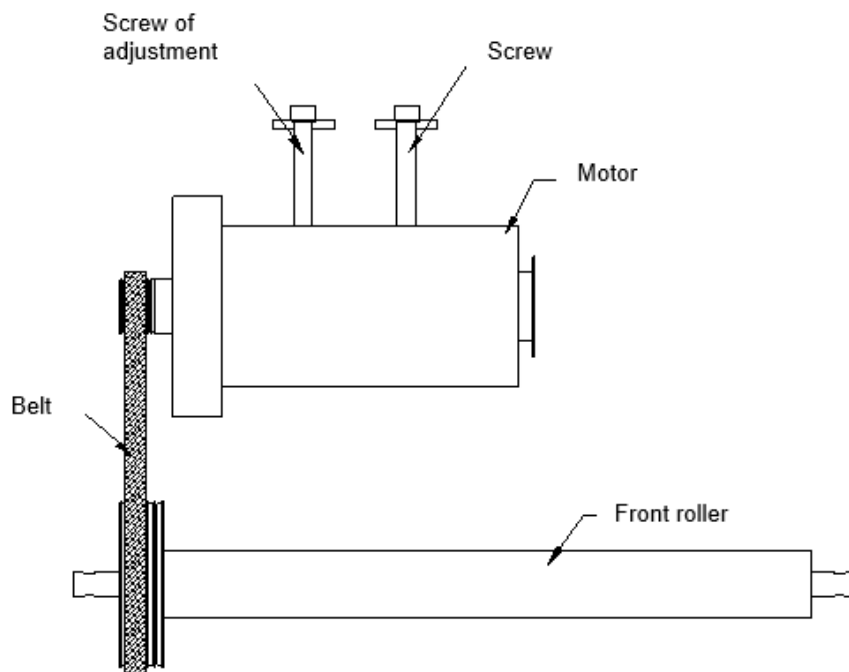
**Let op:**

- Je moet de loopband starten (laten lopen) op een lage snelheid voordat je de loopband verstelt.
- Wanneer je de bout verstelt, draai hem dan niet te veel.
- Na elke afstelling moet je kijken of de loopband afwijkt. Afwijking van de aandrijfriem valt niet onder de garantie en wordt voornamelijk onderhouden door gebruikers volgens de instructies. Afwijkingen in de aandrijfriem kunnen de aandrijfriem ernstig beschadigen. Het moet op tijd worden gevonden en gecorrigeerd. Afwijkingen aan de loopriem vallen niet onder de garantie en worden voornamelijk door de gebruiker zelf onderhouden volgens de handleiding. Afwijkingen kunnen de aandrijfriem ernstig beschadigen, moeten tijdig worden opgespoord en gecorrigeerd.

**6. Afstelling van de riem van de motor**

De motorriem van de loopband is in de fabriek afgesteld. Na een periode van gebruik kan er echter speling of slip optreden. De stap van het afstellen: 1. Draai de stelschroef linksom met een sleutel.

1. Het afstelbereik is afhankelijk van de belasting van de riem.
2. Genoteerd: Regelmatig reinigen van riemen en poeliegroeven.



## 7. Problemen oplossen

Item	Reden	Onderhoud
Loopband werkte niet	A. Geen stroom	Stekker in stopcontact
	B. De veiligheidssleutel zit niet in de juiste positie	Vervang de veiligheidssleutel
	C. Signaalsysteem met gebroken circuit .	Controleer de ingang van de controller en de signaaldraad
	D. Uitschakelen	Aanzetten.
	E. Zekering doorgebrand.	Vervang de zekering
De lopende riem loopt niet soepel.	A. Niet genoeg smering.	Gebruik de siliconenolie
	B. Lopende riem te strak.	Pas de strakheid van de riemen aan
Lopende riem slijpt	A. Lopende riem te los	Pas de strakheid van de riemen aan
	B. Motorriem te los	Stel de spanning van de motorriem af
De toetsen werken niet goed	Gebroken sleutels	1. Vervang het toetsenpaneel en de bedrading; 2.Vervang het moederbord; 3.Verander de console
Stop abrupt onder normale omstandigheden	A..Veiligheidssleutel uitvallen	Vervang de veiligheidssleutel
	B. Kapot systeem	Vraag om professionele controle en reparatie

## 8. Veelvoorkomende fouten

Probleem & code	Reden	Hoe het probleem oplossen
Loopband werkt niet	A. De voeding is niet aangesloten of de aan/uitschakelaar stond uit.	Sluit de voeding aan of zet de aan/uitschakelaar aan.
	B. Veiligheidssleutel zit niet in de juiste positie.	Plaats de veiligheidssleutel in de juiste positie
	C. Controller of console zonder voeding.	Vervang de controller of console.
	D. Circuit kapot.	Controleer de invoer- en uitvoerpoort en de communicatiedraad
Loopband stopt plotseling	A. Veiligheidssleutel afgegeven.	Plaats de veiligheidssleutel in de juiste positie.
	B. Systeem abnormaal.	Vraag om professionele controle.
Sleutels zonder werk	B. Alle sleutels ongeldig	1. Vervang de kabels van het toetsenbord en het station.
E-01	A. Communicatiekabels waren niet goed aangesloten.	1. Sluit de communicatiedraad opnieuw aan en zorg ervoor dat elk snoer volledig is ingestoken. 2. Vervang de communicatiedraad.
	B. Defecte console.	Console vervangen.
	C. Defecte regelaar.	Controller vervangen.
E02	A. Motorkabel en motor defect.	Motor vervangen.
	B. Slechte verbinding tussen motorkabel en controller. Of defecte regelaar.	Controleer de motorkabel en sluit deze opnieuw aan op de controller. Of vervang de regelaar.
E03	A. Snelheidssensor verkeerd gemonteerd.	Controleren en opnieuw aansluiten.
	B. Defecte snelheidssensor.	Vervang de snelheidssensor.
	C. De snelheidssensor was te vuil of had een slechte aansluiting.	1. Controleren en opnieuw aansluiten. 2. Maak de snelheidssensor stof- en vetvrij.
	D. Defecte controller.	Vervang de controller.
E05	A. Controller beschadigd.	Vervang de controller.
	B. Motor beschadigd.	Vervang de motor.
	C. Mechanisch defect.	1. De siliconenolie van de lopende riem controleren. 2. Controleren of de rol geblokkeerd is.
E7	De console kan het signaal van de veiligheidssleutel niet detecteren.	1. Controleren of de veiligheidssleutel goed in het slot zit. 2. Monteer de veiligheidssleutel opnieuw.
Geen pulswaergave	A. De pulsdraad van de handgreep was niet goed aangesloten of de draad was defect.	Sluit de draad opnieuw aan of vervang deze
	B. Het circuit van de console was defect	Vervang de console.
Console onvolledig weergegeven of gebrek aan trekkr	A. LED digitale beeldbuis defect.	Vervang de hoofdprintplaat of het LED-scherm.
	B. Systeemstoring	Vervang de console.
Falen door helling	A. Hellingsmotor defect.	Vervang de hellingsmotor.
	B. Controller defect.	Vervang de controller.
	C. Het signaal van de controller was abnormaal.	

---

### **Verklaring van de fabrikant**

Betersport BV verklaart dat de Senz Sports M3500 Loopband voldoet aan de volgende normen en richtlijnen:

- RoHS-richtlijn (2011/65/EU)
- Laagspanningsrichtlijn (2014/35/EU)
- Machinerichtlijn (2006/42/EG)
- EMC-richtlijn (2014/30/EU)

De volledige tekst van de EU-conformiteitsverklaring vind je [hier](#).

<https://www.betersport.nl/media/betersport/manual/DoC - Senz Sports M3500- SZLB007.pdf>

### **Betersport BV**

Heierkerkweg 1  
5928 RM Venlo  
Nederland



## 1. User instructions




DISPLAY	DISPLAY	SETTINGS	FUNCTIE
TIME	00:00 – 99:59	00:00 – 99:00	Current training time
DISTANCE	00.00 – 99.99	00.00 – 99.00	Current distance
CALORIES	0 – 9999	0 – 9999	Current burned calories
PULSE	0 – 230	30 – 230	Current heartbeat/pulse
SPEED	0 – 16 km/h	0 – 16 km/h	Current speed
INCLINE	0 – 12%	0 – 12%	Current incline level

### 1.Keyboard Operation Description

1.1 **Program** button: **P** is program selecting button. User can select program P0~P36, U01~U03, FAT testing circularly when the treadmill is under STOP state.

1.2 **Mode** button: **M** is the mode button. When user selects manual mode, the initial state is normal. Press Mode button to select different countdown modes: Time countdown mode --> distance countdown mode --> calorie countdown mode --> normal. The Reset key of default value of time countdown (30 mins) is in P1-P36.

1.3  The Start/Pause button. When treadmill is under STOP state, press START key to start. When it is under the running state, press START key to pause. The PAUSE function will be failed if the treadmill connects with Bluetooth.

1.4  The Stop/Reset button.

◆ When treadmill is under the running state, press STOP key and the treadmill will go to a slow stop.

◆ If the window displays ERR, press STOP button to clear the displayed information once.

1.5 Handlebar **Speed +/-** button: To adjust the speed when the treadmill is under running state. To adjust the parameter when the treadmill is under stop state or FAT testing state.

1.6 Handlebar **Incline +/-** button: To adjust the incline.

## 2.Safety key function description:

Safety key is made with the touch switch, clothespin and nylon rope composition, with emergency shutdown safety precautions. In any state, as long as the safety key is out of its position, the treadmill stops urgently, console keyboard bans to operate and the screen displays E-07 with prompt sound. Every time only if the safety key replace to its position, the screen will display all for 2 seconds and the treadmill will enter into default working state.

## 3. USER Mode

There're three selections in USER mode USER1~USER3. User can access or set up his/her own motion program under this mode. Press **PROG** key to USER mode USER1~USER3, then press **MODE** key for setting or press **START** key to start exercise. User can set up his/her own program in 10-segment of speed and incline by pressing **MODE** key. After complete setting, user can start the exercise by pressing **START KEY**. And user's specified program will be saved and can be accessed to use directly in next time.

## 4. Keyboard Operation Description

4.1 Put the power cord to a grounded power outlet with 10 amps. Turn on the power switch, the console screen displays fully and accompanying with prompt sound, then identifies the safety key.

4.2 Put the safety key in the right position and clip the clothespin to the clothes. The system will enter into the default working state after the screen displays all for 2 seconds. All counters and setting value will reset to the original state. The treadmill is in positive timing mode of the manual program P0.

4.3 Press **PROG** key to select program P0~P36/ U1~U3/ BMI circularly.

4.3.1 P0 is customized program for user. Press **MODE** key to select four training modes circularly. Training speed and incline is set by user. Default value of speed is 1.0km/h and default value of incline is 0%.

◆ **Training Mode 1 - Normal:** Time, distance and calories are all counted positively, disable setting function.

◆ **Training Mode 2 - Time countdown:** Time window flashes under setting state. Press handlebar **SPEED +/-** key to modify the setting value. Setting range from 5mins to 99mins and default 30mins.

◆ **Training Mode 3 - Distance countdown:** Distance window flashes under setting state. Press handlebar **SPEED** button +/- to modify the setting value. Setting range from 1.0km to 99.0km and default 1.0km.

◆ **Training Mode 4 - Calorie countdown:** Calorie window flashes under setting state. Press handlebar **SPEED** button +/- to modify the setting value. Setting range from 20cal to 9990cal and default 50cal.

4.3.2 P1~P36 is setting program of the system and only available for the training under the mode of time countdown. Time window flashes under setting state. Press handlebar **SPEED** button +/- to modify setting value. Press **MODE** button to reset to default. Time setting range is from 5mins to 99mins and default 30:00

4.4 Press **START** button after complete training mode setting. The screen starts to display a 5-second countdown and accompanying prompt tone for five times. When counting down to 1, the treadmill starts gently and slowly accelerate to the displayed speed then go into running with constant speed smoothly.

4.4.1 Under running state, press handlebar **SPEED +/-** to adjust the running speed.

- 4.4.2 In PROG P1~P36, the speed and incline of each program will be divided into 16 segments. Time of each segment is divided equally in the setting time. Adjusted speed or incline is only effective in the current segment. There's 3 buzzer sounds 3sec ahead of the conversion between the segments. The motor will stop automatically accompanying with a long alert tone after the program runs the whole 10 segments.
- 4.4.3 When motor is in running state, press **START** button to pause the motor. If press the key again, and the treadmill resume running. Running data and progress still remains.
- 4.5 When the motor is in running state, press **STOP** button to stop the motor slowly till it stops smoothly. All settings will return to the default state.
- 4.6 When the motor is in running state, press **INCLINE +/-** to adjust the treadmill incline.
- 4.7 In any state, the motor will stop urgently when the safety key is pulled out and E-07 display in the window with a buzzer sound.
- 4.8 The electric control system is in safety monitoring at any time. The running treadmill will stop in an emergency when abnormality is found. The screen will display abnormal information and accompany with alert tone.
- 4.9 When the screen displays abnormal information, user can press **STOP** button to erase the information.
- 4.10 Body Fat test method (Metric system): Press the **PROG** key to select **BMI**, and press **MODE** key to select project number. Press handlebar **SPEED** button **+/-** to adjust the parameters.
- **F1** (sex): defined as gender. Parameter range is 1~2. **1** defined as male, **2** defined as female. Default 1.
  - **F2** (Age): defined as age. Parameter range is 1~99 years old. Default 25 years old.
  - **F3** (Height): defined as height. Parameter range is 100~220cm. Default is 170cm.
  - **F4** (Weight): defined as body weight. Parameter range is 20~150kg. Default is 70kg.
  - **F5** (BMI): defined the completion of parameter setting and entering into body fat testing state. Please hold the heart rate sensor of the handlebar by both hands for 4 seconds, body fat percentage (BMI) of the tested will display in the parameter window.

## 6. ERP conversion function

The system starts in ERP mode by default. It will enter into dormant state if treadmill does not operate for 4.5 minutes around to save electricity consumption and can press any key to wake it up. When it's in standby state, ERP function can be canceled by pressing MODE button for 3 seconds around and displaying 2222. And it can be back to ERP mode again by pressing MODE for 3 seconds around and displaying 1111.

## 7. Buzzer Mute Function

Buzzer function is enabled by default in the system. It can be mute if the screen displays BZ OFF by pressing **PROG & STOP** button together when the treadmill is in standby state. And it can be activated again if the screen displays BZ ON by pressing **PROG & STOP** button together.

## 8. Conversion function between kilometers and miles

8.1 Take off the safety key and press **PROGRAM** and **MODE** buttons together for a few seconds. The display shows 0.6, which means the kilometer is converted to mile.

8.2 Take off the safety key and press **PROGRAM** and **MODE** buttons together for a few seconds, display show 1.0, which means the mile is converted to kilometer.

## 2. Treadmill maintenance

---

Proper maintenance is very important to ensure a faultless and operational condition of the treadmill.

Improper maintenance can cause damage to the treadmill or shorten the life of the product.

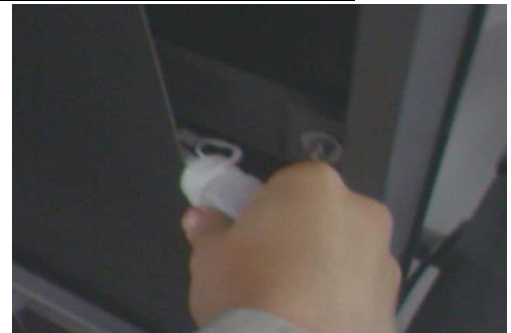
All parts of the treadmill must be checked and tightened regularly. Worn out parts must be replaced immediately.

### 1. Conversion function between kilometers and miles

The treadmill is factory-lubricated. However, it is recommended to check the lubrication of the treadmill regularly to ensure an optimal operation of the treadmill. Suggestions:

Using time less than 3 hours every week	Lubrication once every 5 months
Using time equal to 4-7 hours every week	Lubrication once every 2 months
Using time more than 7 hours every week	Lubrication once every month

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



### 2. Application of lubricant on the belt

- Stop the running belt, and fold the treadmill. Put up the belt of back main frame so that the oil can reach the middle position.
- Spraying silicone oil on the inner side of the running belt and coating silicone oil on both sides of the running belt.
- Run the treadmill at a speed of 1km/h to apply silicone evenly. And tread lightly on the running belt from left to right.
- Wait several minutes to let the silicon spray spread, before starting the machine.

### 3. Cleaning

Regular cleaning of the striding belt ensures a long product life.

- Warning: The treadmill must be turned off to avoid electrical shocks. The powercord must be pulled out of the socket, before starting the cleaning or maintenance.
- After training: Wipe the console and other surfaces with a clean soft and damp cloth to remove sweat residues.

**Caution:** Do not use any abrasives or solvents. To avoid damage to the computer, keep any liquids away. Do not expose the computer to direct sunlight.

**Weekly:** To make the cleaning easier it is recommended to use a mat for the treadmill. Shoes will leave dirt on the striding belt that can fall beneath the treadmill. Clean them at under the treadmill once a week.

## 4. Storage

Store your treadmill in a clean and dry environment. Ensure the master power switch is off and is unplugged from the electrical wall outlet.

## 5. Belt adjustment

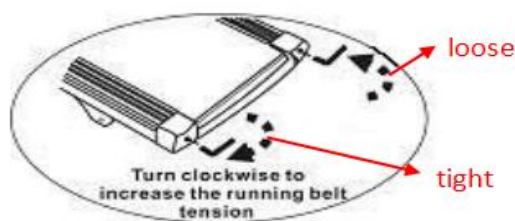
All running belts are properly set at the factory and after assembly. However, slack may occur after a period of use. Such as: pause and slip may occur when running. When this phenomenon occurs, adjust the running belt and screw in half a turn left and right. If the running belt is loose, the running belt and the roller will slip in turn. But too tight is also not good, which is easy to increase the load of the motor and damage the motor, running belt and roller, etc.

### Adjusting the belt deviation

All running belts are properly set at the factory and after assembly. But after a period, the belt has the possibility for deviation. The reasons can be listed as follows.

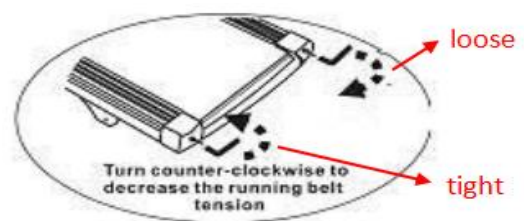
4. The treadmill is unstable.
5. Feet didn't in the central of the running belt when running.
6. Feet exert uneven force.

If deviation caused by manual, No-load rotation for a few minutes can return to normal. Adjusting step by step in half a turn with a 6mm Allen wrench that is equipped randomly for unable to restore automatically.



Such as left deviation of running belt.

Adjust the left screw clockwise or the right screw anti-clockwise.



Such as right deviation of running belt.

Adjust the right screw clockwise or the left screw anti-clockwise.

### KEY POINT:

- Clockwise means tighten.
- Anti-clockwise means loosen.
- Running belt will shift to the loose side.

① If the running belt shifts to the left, that means the left side is too loose. Adjust the left bolt clockwise to make the left tighter. Or adjust the right screw anti-clockwise to make the right looser.

② If the running belt shifts to the right, that means the right side is too loose. Adjust the right bolt clockwise to make the right tighter. Or adjust the left screw anti-clockwise to make the left looser.

### Attention:

- You need to start the treadmill (let the belt run) at a low speed before you adjust the running belt.
- When you adjust the bolt, don't rotate it too much.
- After each adjustment you need to look for the changes in the running belt. Running belt deviation is not covered by the warranty, and is mainly maintained by users according to the instructions. Running

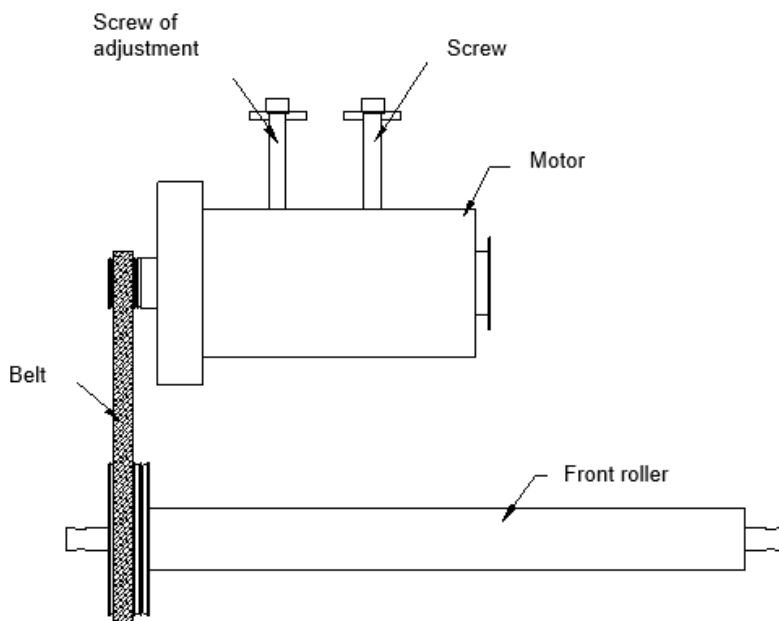
deviation can seriously damage the running belt. It must be found and corrected in time. Running belt deviation does not belong to the scope of warranty, mainly by the user in accordance with the manual self-maintenance. Deviation will seriously damage the running belt, must be found in time, timely correction.

### 6. Adjustment of the motor's belt

The motor belt of treadmill is adjusted in the factory. However, after a period of use, there may be slack or slip phenomenon. The step of adjustment: 1.Turn the adjusting screw counterclockwise with wrench.

3.The adjustment range shall be subject to the belt load not slipping.

4.Noted: Regular cleaning of belts and pulley grooves.



### 7. Troubleshooting

Item	Reason	Maintenance
Treadmill didn't work	A. No power	Plug into socket
	B. Safety key isn't in the right position	Replace the safety key
	C. Broken circuit signal system	Check the controller input and signal wire
	D. Switch off	Switch ON.
	E. Fuse burnt out.	Change the fuse
The running belt does not run smoothly.	A. No enough lubrication.	Use the Silicone oil
	B. Running belt too tight.	Adjust the tightness of running belt
Running belt slips	A. Running belt too loose	Adjust the tightness of running belt
	B. Motor belt too loose	Adjust the tightness of motor belt
The keys malfunction	Broken keys	2. Change the key board and wire; 2.Change the mainboard; 3.Change the console
Stop abruptly under normal state	A..Safety key drop out	Replace the safety key
	B. Broken system	Ask for professional checking & repair

### 8. Common faults

Problem & code	Reason	How to settle the problem
Treadmill out of working	E. The power supply didn't connect or the power switch was off.	Connect the power supply or turn on the power switch.
	F. Safety key isn't in right position.	Place the safety key to the correct position
	G. Controller or Console without power supply.	Replace controller or console.
	H. Circuit broken.	Check the port of input & output and the communication wire
Treadmill stop suddenly	A. Safety key dropped off.	Place the safety key to its right position.
	C. System abnormal.	Ask for professional checking.
Keys out of work	B. All keys invalid	1. Replace the keyboard and drive cables. 2. Replace the PCBA .
E-01	D. Communication wire weren't connected well.	3. Re-connect the communication wire and make sure each cord is completed inserted. 4. Replace the communication wire.
	E. Defective Console.	Replace Console.
	F. Defective Controller.	Replace Controller.
E02	C. Motor wire and motor defective.	Replace Motor.
	D. Bad connection between motor wire and controller. Or defective controller.	Checking and re-connect motor wire and controller. Or replace controller.
E03	E. Speed sensor assembled incorrectly.	Checking and re-connect.
	F. Defective speed sensor.	Replace speed sensor.
	G. Speed sensor was too dirty or with bad connection.	3. Checking and re-connect it. 4. Clean the dust & grease of the speed sensor.
	H. Defective controller.	Replace controller.
E05	D. Controller damaged.	Replace controller.
	E. Motor damaged.	Replace motor.
	F. Mechanical breakdown.	3. Checking the silicon oil of the running belt. 4. Checking whether the roller was blocked up.
E7	The console can't detect the signal of the safety key.	1. Checking whether the safety key insert well. 2. Reassembly the safety key device.
No pulse display	C. Handgrip pulse wire wasn't connect well or the wire was defective.	Reconnect or replace the wire
	D. Console circuit was faulty	Replace console.
Console incompletely display or	C. LED digital tube defective.	Replace main board or LED screen.
	D. System failure	Replace console.
Incline failure	D. Incline motor defective.	Replace incline motor.
	E. Controller defective.	Replace controller.
	F. Controller signal was abnormal.	

---

## **Manufacturer's Declaration**

Betersport BV hereby declares that the Senz Sports M3500 Treadmill complies with the following EU standards and directives:

- Electromagnetic Compatibility Directive (2014/30/EU)
- RoHS Directive (2011/65/EU)
- Low Voltage Directive (2014/35/EU)
- Machinery Directive (2006/42/EC)

The full text of the EU Declaration of Conformity is available [here](#).

<https://www.betersport.nl/media/betersport/manual/DoC - Senz Sports M3500-SZLB007.pdf>

**Betersport BV**  
Heierkerkweg 1  
5928 RM Venlo  
The Netherlands



## 1. Gebrauchsanweisung




PROG                      STOP                      START                      MODE

ANZEIGE	ANZEIGE	EINSTELLUNGEN	FUNCTIE
ZEIT	00:00 - 99:59	00:00 - 99:00	Aktuelle Trainingszeit
DISTANZ	00.00 - 99.99	00.00 - 99.00	Aktuelle Entfernung
KALORIEN	0 - 9999	0 - 9999	Aktuell verbrannte Kalorien
PULSE	0 - 230	30 - 230	Aktueller Herzschlag/Puls
SPEED	0 - 16 km/h	0 - 16 km/h	Aktuelle Geschwindigkeit
INCLINE	0 - 12%	0 - 12%	Aktuelle Steigungsstufe

### 1. Tastatur Bedienung Beschreibung

1.1 Programmtaste: **P** ist die Programmwahltaste. Der Benutzer kann das Programm P0~P36, U01~U03, FAT-Test kreisförmig auswählen, wenn das Laufband im STOP-Zustand ist.

1.2 Modus-Taste: **M** ist die Modustaste. Wenn der Benutzer den manuellen Modus wählt, ist der Ausgangszustand normal. Drücken Sie die Modustaste, um verschiedene Countdown-Modi auszuwählen: Zeit-Countdown-Modus --> Distanz-Countdown-Modus --> Kalorien-Countdown-Modus -> Normal. Die Taste zum Zurücksetzen des Standardwerts des Zeitcountdowns (30 Minuten) befindet sich in P1-P36.

1.3 Die  Start/Pause-Taste. Wenn sich das Laufband im STOP-Zustand befindet, drücken Sie die START-Taste, um zu starten. Wenn das Laufband in Betrieb ist, drücken Sie die START-Taste, um zu pausieren. Die PAUSE-Funktion wird nicht ausgeführt, wenn das Laufband mit Bluetooth verbunden ist.

1.4 Die  Taste Stop/Reset.

- ◆ Wenn das Laufband läuft, drücken Sie die STOP-Taste und das Laufband wird langsam angehalten.
- ◆ Wenn im Fenster ERR angezeigt wird, drücken Sie die STOP-Taste, um die angezeigten Informationen einmal zu löschen.

1.5 Taste **Geschwindigkeit +/-** am Lenker: Zum Einstellen der Geschwindigkeit, wenn das Laufband in Betrieb ist. Zum Einstellen des Parameters, wenn sich das Laufband im Stoppzustand oder im FAT-Testzustand befindet.

1.6 Lenker **Neigung +/-** Taste: Zum Einstellen der Neigung.

## 2. Beschreibung der Funktion der Sicherheitstaste:

Die Sicherheitstaste besteht aus einem Berührungsschalter, einer Wäscheklammer und einem Nylonseil, mit Sicherheitsvorkehrungen für die Notabschaltung. Solange die Sicherheitstaste nicht in der richtigen Position ist, stoppt das Laufband sofort, die Konsolentastatur kann nicht bedient werden und auf dem Bildschirm erscheint E-07 mit einem Signalton. Jedes Mal, wenn die Sicherheitstaste in ihre Position zurückkehrt, zeigt der Bildschirm 2 Sekunden lang alles an und das Laufband geht in den Standardbetriebszustand über.

## 3. USER-Modus

Es gibt drei Auswahlmöglichkeiten im USER-Modus USER1~USER3. In diesem Modus kann der Benutzer auf sein eigenes Bewegungsprogramm zugreifen oder es einrichten. Drücken Sie die PROG-Taste, um in den USER-Modus USER1~USER3 zu gelangen, und drücken Sie dann die MODE-Taste, um Einstellungen vorzunehmen, oder drücken Sie die START-Taste, um das Training zu starten. Durch Drücken der MODE-Taste kann der Benutzer sein eigenes Programm in 10-Segmenten für Geschwindigkeit und Steigung einrichten. Nach Abschluss der Einstellung kann der Benutzer das Training durch Drücken der **START-Taste** starten. Das vom Benutzer festgelegte Programm wird gespeichert und kann beim nächsten Mal direkt verwendet werden.

## 4. Tastaturbedienung Beschreibung

4.1 Schließen Sie das Netzkabel an eine geerdete Steckdose mit 10 Ampere an. Schalten Sie den Netzschalter ein, der Bildschirm der Konsole wird vollständig angezeigt und mit einem Signalton begleitet, dann wird der Sicherheitsschlüssel identifiziert.

4.2 Bringen Sie den Sicherheitsschlüssel in die richtige Position und befestigen Sie die Wäscheklammer an der Kleidung. Das System geht in den Standardbetriebszustand über, nachdem der Bildschirm 2 Sekunden lang alles anzeigt. Alle Zähler und Einstellwerte werden auf den ursprünglichen Zustand zurückgesetzt. Das Laufband befindet sich im positiven Zeitmodus des manuellen Programms P0.

4.3 Drücken Sie die PROG-Taste, um das Programm P0~P36/ U1~U3/ BMI kreisförmig zu wählen.

4.3.1 P0 ist ein individuelles Programm für den Benutzer. Drücken Sie die MODE-Taste, um vier Trainingsmodi kreisförmig auszuwählen. Die Trainingsgeschwindigkeit und die Steigung werden vom Benutzer eingestellt. Der Standardwert für die Geschwindigkeit ist 1,0 km/h und der Standardwert für die Steigung ist 0%.

◆ **Trainingsmodus 1 - Normal:** Zeit, Distanz und Kalorien werden positiv gezählt, die Einstellfunktion ist deaktiviert.

◆ **Trainingsmodus 2 - Zeitcountdown:** Das Zeitfenster blinkt im Einstellmodus. Drücken Sie die Taste **SPEED +/-** am Lenker, um den Einstellwert zu ändern. Der Einstellbereich reicht von 5 Minuten bis 99 Minuten, die Standardeinstellung ist 30 Minuten.

◆ **Trainingsmodus 3 - Distanz-Countdown:** Das Entfernungsfenster blinkt im Einstellmodus. Drücken Sie die Taste **SPEED +/-** am Lenker, um den Einstellwert zu ändern. Der Einstellbereich reicht von 1,0 km bis 99,0 km, Standardeinstellung 1,0 km.

◆ **Trainingsmodus 4 - Kalorien-Countdown:** Das Kalorienfenster blinkt im Einstellmodus. Drücken Sie die Taste **SPEED +/-** am Lenker, um den Einstellwert zu ändern. Einstellbereich von 20cal bis 9990cal und Standardwert 50cal.

4.3.2 P1~P36 ist das Einstellprogramm des Systems und nur für das Training im Modus des Zeitcountdowns verfügbar. Das Zeitfenster blinkt im Einstellmodus. Drücken Sie die Taste **SPEED +/-** am Lenker, um den Einstellwert zu ändern. Drücken Sie die MODE-Taste, um auf die Standardeinstellungen zurückzusetzen. Der Zeiteinstellungsbereich reicht von 5 Minuten bis 99 Minuten, die Standardeinstellung ist 30:00.

- 4.4 Drücken Sie die **START**-Taste, nachdem Sie den Trainingsmodus eingestellt haben. Auf dem Bildschirm erscheint ein 5-Sekunden-Countdown und fünfmal ein Signalton. Wenn der Countdown auf 1 heruntergezählt wird, beginnt das Laufband sanft und langsam auf die angezeigte Geschwindigkeit zu beschleunigen und geht dann mit konstanter Geschwindigkeit in den Lauf über.
- 4.4.1 Drücken Sie im laufenden Betrieb auf **SPEED +/-**, um die Laufgeschwindigkeit einzustellen.
- 4.4.2 In PROG P1~P36 wird die Geschwindigkeit und Steigung jedes Programms in 16 Segmente unterteilt. Die Zeit jedes Segments wird gleichmäßig auf die Einstellzeit aufgeteilt. Die eingestellte Geschwindigkeit oder Steigung ist nur im aktuellen Segment wirksam. 3 Sekunden vor dem Wechsel zwischen den Segmenten ertönen 3 Summertöne. Der Motor stoppt automatisch, begleitet von einem langen Warnton, nachdem das Programm die gesamten 10 Segmente durchlaufen hat.
- 4.4.3 Wenn der Motor läuft, drücken Sie die **START**-Taste, um den Motor anzuhalten. Wenn Sie die Taste erneut drücken, läuft das Laufband weiter. Die Laufdaten und der Fortschritt bleiben erhalten.
- 4.5 Wenn der Motor läuft, drücken Sie die **STOP**-Taste, um den Motor langsam anzuhalten, bis er gleichmäßig stoppt. Alle Einstellungen werden auf den Standardzustand zurückgesetzt.
- 4.6 Wenn der Motor läuft, drücken Sie **INCLINE +/-**, um die Steigung des Laufbandes einzustellen.
- 4.7 In jedem Zustand stoppt der Motor sofort, wenn der Sicherheitsschlüssel herausgezogen wird, und E-07 wird im Fenster angezeigt, während ein Summton ertönt.
- 4.8 Das elektrische Steuersystem steht jederzeit unter Sicherheitsüberwachung. Das Laufband wird im Notfall angehalten, wenn eine Abweichung festgestellt wird. Auf dem Bildschirm werden abnormale Informationen angezeigt und von einem Warnton begleitet.
- 4.9 Wenn der Bildschirm abnormale Informationen anzeigt, kann der Benutzer die **STOP**-Taste drücken, um die Informationen zu löschen.
- 4.10 Körperfett-Testmethode (metrisches System): Drücken Sie die **PROG**-Taste, um **BMI** auszuwählen, und drücken Sie die **MODE**-Taste, um die Projektnummer auszuwählen. Drücken Sie die Lenkertaste **SPEED +/-**, um die Parameter einzustellen.
- **F1** (Geschlecht): definiert als Geschlecht. Der Parameterbereich ist 1~2. **1** definiert als männlich, **2** als weiblich. Voreinstellung 1.
  - **F2** (Alter): definiert als Alter. Der Parameterbereich liegt zwischen 1 und 99 Jahren. Standardwert 25 Jahre alt.
  - **F3** (Höhe): definiert als Höhe. Der Parameterbereich ist 100~220cm. Standardwert ist 170 cm.
  - **F4** (Gewicht): definiert als Körpergewicht. Der Parameterbereich ist 20~150kg. Standardwert ist 70kg.
  - **F5** (BMI): definiert den Abschluss der Parametereinstellung und den Eintritt in den Körperfett-Teststatus. Bitte halten Sie den Herzfrequenzsensor am Lenker mit beiden Händen für 4 Sekunden, der Körperfettanteil (BMI) des Getesteten wird im Parameterfenster angezeigt.

## 6. ERP-Umwandlungsfunktion

Das System startet standardmäßig im ERP-Modus. Es geht in den Ruhezustand über, wenn das Laufband etwa 4,5 Minuten lang nicht betrieben wird, um Strom zu sparen, und kann durch Drücken einer beliebigen Taste aufgeweckt werden. Wenn es sich im Standby-Modus befindet, kann die ERP-Funktion durch Drücken der **MODE**-Taste für 3 Sekunden und die Anzeige 2222 abgebrochen werden. Durch 3 Sekunden langes Drücken der **MODE**-Taste und die Anzeige 1111 wird der ERP-Modus wieder aktiviert.

## 7. Stummschaltfunktion des Summers

Die Summerfunktion ist im System standardmäßig aktiviert. Er kann stumm geschaltet werden, wenn auf dem Bildschirm BZ OFF angezeigt wird, indem Sie die PROG- und STOP-Taste zusammen drücken, wenn sich das Laufband im Standby-Modus befindet. Er kann wieder aktiviert werden, wenn auf dem Bildschirm BZ ON angezeigt wird, indem Sie die **PROG-** und **STOPP-**Taste gleichzeitig drücken.

## 8. Umrechnungsfunktion zwischen Kilometern und Meilen

8.1 Nehmen Sie den Sicherheitsschlüssel ab und drücken Sie die Tasten **PROGRAM** und **MODE** gleichzeitig für einige Sekunden. Das Display zeigt 0,6 an, was bedeutet, dass der Kilometer in eine Meile umgerechnet wird.

8.2 Nehmen Sie den Sicherheitsschlüssel ab und drücken Sie die Tasten **PROGRAM** und **MODE** gleichzeitig für einige Sekunden, auf dem Display erscheint 1.0, was bedeutet, dass die Meile in Kilometer umgerechnet wird.

## 2. Wartung von Laufbändern

---

Eine ordnungsgemäße Wartung ist sehr wichtig, um einen einwandfreien und funktionsfähigen Zustand des Laufbandes zu gewährleisten. Unsachgemäße Wartung kann zu Schäden am Laufband führen oder die Lebensdauer des Produkts verkürzen.

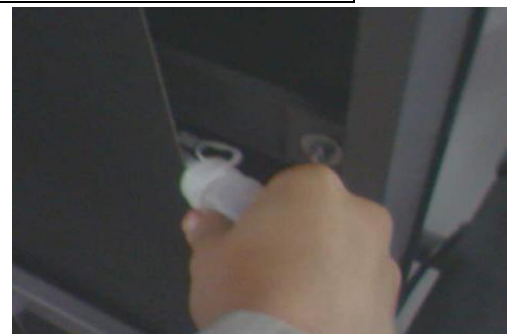
Alle Teile des Laufbandes müssen regelmäßig überprüft und festgezogen werden. Verschlissene Teile müssen sofort ersetzt werden.

### 1. Umrechnungsfunktion zwischen Kilometern und Meilen

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

Zeitaufwand von weniger als 3 Stunden pro Woche	Schmierung einmal alle 5 Monate
Zeitaufwand von 4-7 Stunden pro Woche	Schmierung einmal alle 2 Monate
Zeitaufwand von mehr als 7 Stunden pro Woche	Abschmieren einmal im Monat

Keine übermäßige Schmierung. Hinweis: Der wichtigste Faktor zur Verlängerung der Lebensdauer des Laufbandes ist die richtige Schmierung. Um zu prüfen, ob das Laufband geschmiert werden muss, heben Sie das Laufband an der Seite an und fühlen Sie den mittleren Rücken des Bandes, so weit wie möglich. Wenn Spuren von Silikonspray zu finden sind, ist eine Schmierung nicht erforderlich. Wenn die Oberfläche trocken ist, muss der Gürtel geschmiert werden.



### 2. Auftragen von Schmiermittel auf das Band

- Stoppen Sie das Laufband, und klappen Sie das Laufband zusammen. Stellen Sie das Band des hinteren Hauptrahmens so auf, dass das Öl die mittlere Position erreichen kann.
- Sprühen von Silikonöl auf die Innenseite des Laufbandes und Auftragen von Silikonöl auf beide Seiten des Laufbandes.
- Laufen Sie auf dem Laufband mit einer Geschwindigkeit von 1km/h, um das Silikon gleichmäßig aufzutragen. Treten Sie dabei leicht von links nach rechts auf das Laufband.

- Warten Sie einige Minuten, damit sich das Silikonspray verteilen kann, bevor Sie die Maschine starten.

### 3. Reinigung

Die regelmäßige Reinigung des Laufbandes sorgt für eine lange Lebensdauer des Produktes.

- **Warnung:** Um Stromschläge zu vermeiden, muss das Laufband ausgeschaltet werden. Das Netzkabel muss aus der Steckdose gezogen werden, bevor Sie mit der Reinigung oder Wartung beginnen.
- **Nach dem Training:** Wischen Sie die Konsole und andere Oberflächen mit einem sauberen, weichen und feuchten Tuch ab, um Schweißrückstände zu entfernen.

**Vorsicht!** Verwenden Sie keine Scheuermittel oder Lösungsmittel. Um Schäden am Computer zu vermeiden, halten Sie alle Flüssigkeiten fern. Setzen Sie den Computer nicht dem direkten Sonnenlicht aus.

**Wöchentlich:** Um die Reinigung zu erleichtern, empfiehlt es sich, eine Matte für das Laufband zu verwenden. Schuhe hinterlassen Schmutz auf dem Laufband, der unter das Laufband fallen kann. Reinigen Sie sie einmal pro Woche unter dem Laufband.

### 4. Lagerung

Lagern Sie Ihr Laufband in einer sauberen und trockenen Umgebung. Vergewissern Sie sich, dass der Hauptschalter ausgeschaltet ist und der Stecker aus der Steckdose gezogen ist.

### 5. Einstellung des Gurtes

Alle Laufbänder sind werkseitig und nach der Montage richtig eingestellt. Nach einer gewissen Nutzungsdauer kann jedoch ein Durchhängen auftreten. Zum Beispiel: Pausen und Schlupf können beim Laufen auftreten. Wenn dieses Phänomen auftritt, stellen Sie den Laufriemen ein und drehen Sie ihn eine halbe Umdrehung nach links und rechts. Wenn der Laufriemen locker ist, rutschen der Laufriemen und die Rolle abwechselnd. Aber auch ein zu fester Sitz ist nicht gut, da dies die Belastung des Motors erhöhen und den Motor, den Laufriemen und die Rolle usw. beschädigen kann.

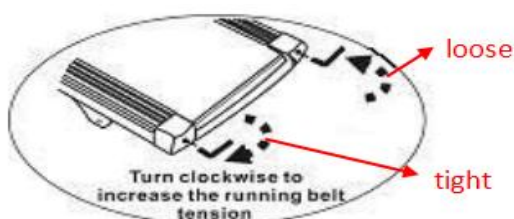
#### Einstellen der Riemenabweichung

Alle Laufbänder werden im Werk und nach der Montage richtig eingestellt. Aber nach einer gewissen Zeit kann der Riemen abweichen. Die Gründe dafür können wie folgt aufgeführt werden.

7. Das Laufband ist instabil.
8. Die Füße standen beim Laufen nicht in der Mitte des Laufbandes.
9. Die Füße üben eine ungleichmäßige Kraft aus.

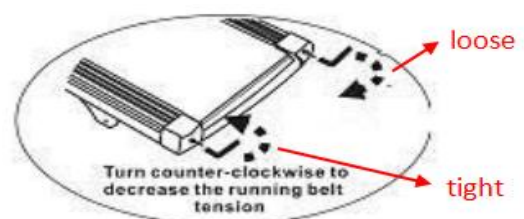
Wenn die Abweichung durch manuelle, No - Last Rotation für ein paar Minuten kann wieder normal.

Einstellen Schritt für Schritt in einer halben Umdrehung mit einem 6mm Inbusschlüssel, die zufällig für nicht automatisch wiederherstellen ausgestattet ist.



Zum Beispiel die Linksabweichung des laufenden Bandes.

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



Zum Beispiel die Rechtsabweichung des laufenden Bandes.

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

## SCHLÜSSELPUNKT:

- Im Uhrzeigersinn bedeutet festziehen.
- Gegen den Uhrzeigersinn bedeutet lockern.
- Der laufende Riemen verschiebt sich zur losen Seite.

① Wenn sich der Laufriemen nach links verschiebt, bedeutet das, dass die linke Seite zu locker ist. Stellen Sie die linke Schraube im Uhrzeigersinn ein, um die linke Seite fester zu machen, oder stellen Sie die rechte Schraube gegen den Uhrzeigersinn ein, um die rechte Seite lockerer zu machen.

② Wenn sich der Laufriemen nach rechts verschiebt, bedeutet das, dass die rechte Seite zu locker ist. Stellen Sie die rechte Schraube im Uhrzeigersinn ein, um die rechte Seite fester zu machen, oder stellen Sie die linke Schraube gegen den Uhrzeigersinn ein, um die linke Seite lockerer zu machen.

## Achtung!

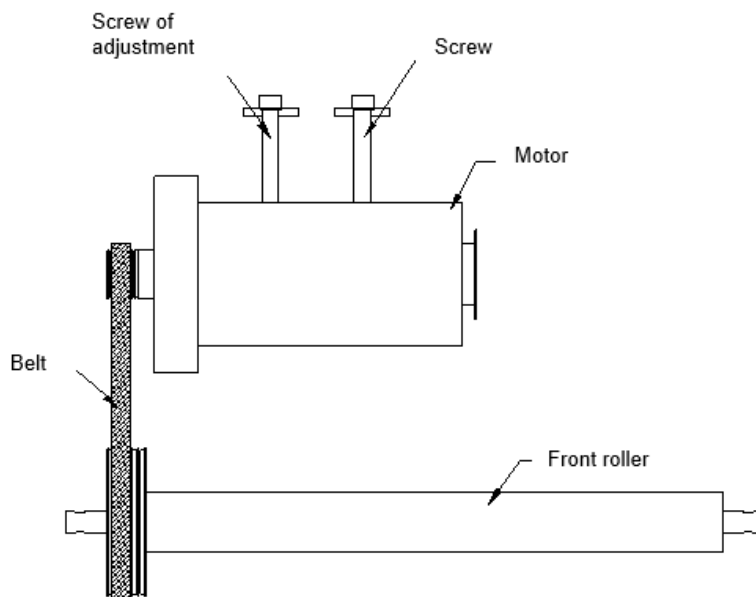
- Starten Sie das Laufband (lassen Sie das Band laufen) mit einer niedrigen Geschwindigkeit, bevor Sie das Laufband einstellen.
- Wenn Sie die Schraube einstellen, drehen Sie sie nicht zu stark.
- Nach jeder Einstellung müssen Sie auf die Veränderungen des Laufbandes achten. Eine Laufbandabweichung ist nicht durch die Garantie abgedeckt und wird hauptsächlich von den Benutzern gemäß den Anweisungen gewartet. Eine Laufabweichung kann das Laufband ernsthaft beschädigen. Sie muss rechtzeitig erkannt und behoben werden. Eine Laufbandabweichung fällt nicht unter die Garantie und wird hauptsächlich durch den Benutzer gemäß der Anleitung selbst gewartet. Eine Abweichung kann das Laufband ernsthaft beschädigen und muss rechtzeitig erkannt und behoben werden.

## 6. Einstellung des Riemens des Motors

Der Motorriemen des Laufbandes ist werkseitig eingestellt. Nach einer gewissen Nutzungsdauer kann es jedoch zu einem Durchhängen oder Schlupf kommen. Der Schritt der Einstellung: 1. drehen Sie die Einstellschraube mit einem Schraubenschlüssel gegen den Uhrzeigersinn.

5. Der Einstellbereich muss so bemessen sein, dass die Bandlast nicht durchrutscht.

6. Zur Kenntnis genommen: Regelmäßige Reinigung der Riemen und Riemenscheibenrillen.



## 7. Fehlersuche

Artikel	Grund	Wartung
Laufband funktionierte nicht	A. Kein Strom	Stecker in die Steckdose
	B. Der Sicherheitsschlüssel ist nicht in der richtigen Position	Ersetzen Sie den Sicherheitsschlüssel
	C. Signalsystem mit unterbrochenem Stromkreis .	Prüfen Sie den Eingang und die Signalleitung des Controllers
	D. Ausschalten	Einschalten.
	E. Sicherung durchgebrannt.	Wechseln Sie die Sicherung
Das Laufband läuft nicht gleichmäßig.	A. Keine ausreichende Schmierung.	Verwenden Sie das Silikonöl
	B. Der Laufgurt ist zu eng.	Einstellen der Straffheit des Laufbandes
Laufband rutscht	A. Laufriemen zu locker	Einstellen der Straffheit des Laufbandes
	B. Motorriemen zu locker	Spannen des Motorriemens einstellen
Die Tasten funktionieren nicht	Gebrochene Schlüssel	3. Tauschen Sie die Tastatur und das Kabel aus; 2. tauschen Sie die Hauptplatine aus; 3. die Konsole wechseln
Abruptes Anhalten im Normalzustand	A..Sicherheitsschlüssel fallen aus	Ersetzen Sie den Sicherheitsschlüssel
	B. Kaputtes System	Fragen Sie nach professioneller Überprüfung und Reparatur

## 8. Häufige Fehler

Problem & Code	Grund	Wie das Problem gelöst werden kann
Laufband außer Betrieb	I. Das Netzteil wurde nicht angeschlossen oder der Netzschalter war ausgeschaltet.	Schließen Sie das Netzteil an oder schalten Sie den Netzschalter ein.
	J. Der Sicherheitsschlüssel befindet sich nicht in der richtigen Position.	Bringen Sie den Sicherheitsschlüssel in die richtige Position.
	K. Controller oder Konsole ohne Stromversorgung.	Controller oder Konsole austauschen.
	L. Kreislauf unterbrochen.	Überprüfen Sie den Anschluss der Ein- und Ausgänge und das Kommunikationskabel
Laufband stoppt plötzlich	A. Der Sicherheitsschlüssel wurde abgegeben.	Bringen Sie den Sicherheitsschlüssel in seine richtige Position.
	D. System abnormal.	Bitte Sie um eine professionelle Überprüfung.
Schlüssel aus der Arbeit	B. Alle Schlüssel ungültig	1. Tauschen Sie die Tastatur- und Laufwerkskabel aus. 2. Tauschen Sie die PCBA aus.
E-01	G. Die Kommunikationskabel waren nicht gut verbunden.	5. Schließen Sie das Kommunikationskabel wieder an und vergewissern Sie sich, dass jedes Kabel vollständig eingesteckt ist.
	H. Defekte Konsole.	Ersetzen Sie die Konsole.
	I. Defekter Controller.	Controller austauschen.
E02	E. Motorkabel und Motor defekt.	Motor austauschen.
	F. Schlechte Verbindung zwischen Motorkabel und Steuergerät. Oder defektes Steuergerät.	Motorkabel und Steuergerät prüfen und wieder anschließen. Oder Steuergerät ersetzen.
E03	I. Der Geschwindigkeitssensor ist falsch montiert.	Prüfen und neu verbinden.
	J. Defekter Geschwindigkeitssensor.	Drehzahlsensor austauschen.
	K. Der Geschwindigkeitssensor war zu schmutzig oder hatte einen schlechten Anschluss.	5. Überprüfen und wieder anschließen. 6. Reinigen Sie den Geschwindigkeitssensor von Staub und Fett.
	L. Defektes Steuergerät.	Controller austauschen.
E05	G. Controller beschädigt.	Controller austauschen.
	H. Motor beschädigt.	Motor austauschen.
	I. Mechanischer Zusammenbruch.	5. Kontrolle des Silikonöls des laufenden Riemens. 6. Prüfen, ob die Walze verstopft ist.
E7	Die Konsole kann das Signal des Sicherheitsschlüssels nicht erkennen.	1. Prüfen, ob der Sicherheitsschlüssel gut sitzt. 2. die Sicherheitsschlüsselvorrichtung wieder zusammenbauen.
Keine Impulsanzeige	E. Das Handpuls-Kabel wurde nicht richtig angeschlossen oder das Kabel war defekt.	Schließen Sie das Kabel wieder an oder ersetzen Sie es
	F. Der Schaltkreis der Konsole war fehlerhaft	Konsole austauschen.
Konsole unvollständig anzeigen oder	E. LED-Digitalröhre defekt.	Hauptplatine oder LED-Bildschirm austauschen.
	F. Systemausfall	Konsole austauschen.
Neigungsfehler	G. Neigungsmotor defekt.	Neigungsmotor austauschen.
	H. Controller defekt.	Controller austauschen.
	I. Das Steuersignal war anormal.	

---

### **Herstellereklärung**

Betersport BV erklärt hiermit, dass der Senz Sports M3500 Tretmühle den folgenden EU-Richtlinien und Normen entspricht:

- Richtlinie zur elektromagnetischen Verträglichkeit (2014/30/EU)
- RoHS-Richtlinie (2011/65/EU)
- Niederspannungsrichtlinie (2014/35/EU)
- Maschinenrichtlinie (2006/42/EG)

Der vollständige EU-Konformitätstext ist [hier](#) zu finden.

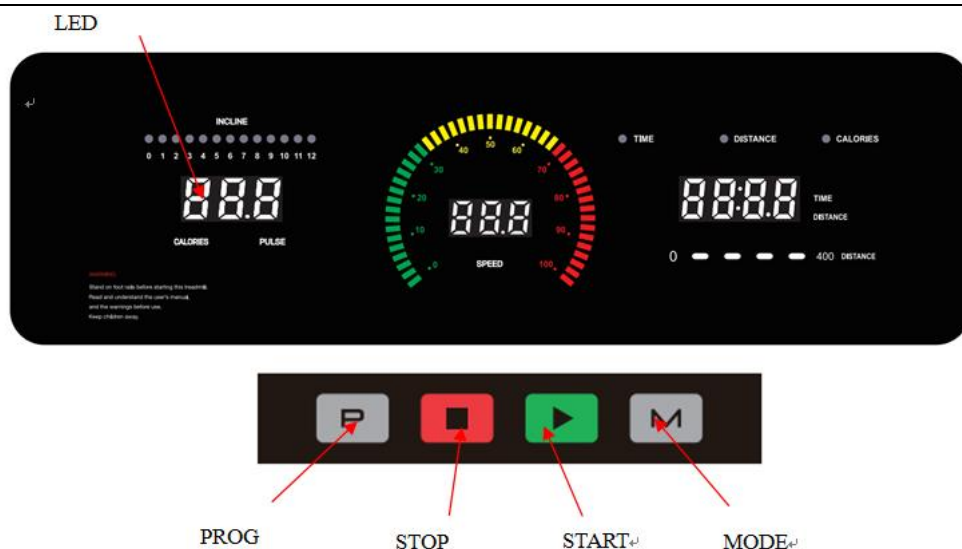
[https://www.betersport.nl/media/betersport/manual/DoC - Senz Sports M3500- SZLB007.pdf](https://www.betersport.nl/media/betersport/manual/DoC_-_Senz_Sports_M3500-_SZLB007.pdf)

### **Betersport BV**

Heierkerkweg 1  
5928 RM Venlo  
Niederlande

# Français

## 1. Mode d'emploi




AFFICHAGE	AFFICHAGE	PARAMÈTRES	FUNCTIE
TEMPS	00:00 - 99:59	00:00 - 99:00	Temps de formation actuel
DISTANCE	00.00 - 99.99	00.00 - 99.00	Distance actuelle
CALORIES	0 - 9999	0 - 9999	Calories brûlées actuellement
PULSE	0 - 230	30 - 230	Rythme cardiaque actuel
VITESSE	0 - 16 km/h	0 - 16 km/h	Vitesse actuelle
INCLINE	0 - 12%	0 - 12%	Niveau d'inclinaison actuel

### 1. Description du fonctionnement du clavier

1.1 Bouton de **programme** : **P** est le bouton de sélection du programme. L'utilisateur peut sélectionner les programmes P0~P36, U01~U03, test FAT de manière circulaire lorsque le tapis roulant est en mode STOP.

1.2 Bouton de **mode** : **M** est le bouton de mode. Lorsque l'utilisateur sélectionne le mode manuel, l'état initial est normal. Appuyez sur le bouton Mode pour sélectionner les différents modes de compte à rebours : Mode de décompte du temps --> Mode de décompte de la distance --> Mode de décompte des calories --> Normal. La touche de réinitialisation de la valeur par défaut du décompte du temps (30 minutes) se trouve dans P1-P36.

1.3 Le bouton  Start/Pause. Lorsque le tapis roulant est en état d'arrêt, appuyer sur la touche START pour démarrer. Lorsqu'il est en état de marche, appuyer sur la touche START pour faire une pause. La fonction PAUSE ne fonctionnera pas si le tapis roulant se connecte à Bluetooth.

1.4 Le bouton  Stop/Reset.

- ◆ Lorsque le tapis roulant est en état de marche, appuyer sur la touche STOP et le tapis roulant s'arrêtera lentement.
- ◆ Si la fenêtre affiche ERR, appuyez sur la touche STOP pour effacer une fois les informations affichées.

1.5 Bouton de **vitesse +/- du guidon** : Pour régler la vitesse lorsque le tapis roulant est en marche. Pour régler le paramètre lorsque le tapis roulant est en état d'arrêt ou en état de test FAT.

1.6 Bouton d'**inclinaison** du guidon +/- : Permet de régler l'inclinaison.

## 2. Description de la fonction de la clé de sécurité :

La clé de sécurité est composée d'un interrupteur tactile, d'une pince à linge et d'une corde en nylon, avec des mesures de sécurité d'arrêt d'urgence. Dans n'importe quel état, tant que la clé de sécurité n'est pas en position, le tapis roulant s'arrête d'urgence, le clavier de la console ne fonctionne pas et l'écran affiche E-07 avec un son d'avertissement. A chaque fois que la clé de sécurité est remise en place, l'écran affiche "all" pendant 2 secondes et le tapis roulant entre dans l'état de fonctionnement par défaut.

## 3. Mode utilisateur

Il y a trois sélections dans le mode USER USER1~USER3. L'utilisateur peut accéder à son propre programme de mouvement ou le configurer dans ce mode. Appuyez sur la touche **PROG** pour accéder au mode UTILISATEUR 1~UTILISATEUR 3, puis appuyez sur la touche **MODE** pour effectuer les réglages ou appuyez sur la touche **START** pour commencer l'exercice. L'utilisateur peut configurer son propre programme en 10 segments de vitesse et d'inclinaison en appuyant sur la touche **MODE**. Une fois le réglage terminé, l'utilisateur peut commencer l'exercice en appuyant sur la touche **START**. Le programme spécifié par l'utilisateur sera sauvegardé et pourra être utilisé directement la prochaine fois.

## 4. Description des opérations au clavier

4.1 Branchez le cordon d'alimentation sur une prise de courant de 10 ampères avec mise à la terre. Mettez l'interrupteur en marche, l'écran de la console s'affiche complètement et s'accompagne d'un signal sonore, puis identifiez la clé de sécurité.

4.2 Placez la clé de sécurité dans la bonne position et fixez la pince à linge sur les vêtements. Le système passe à l'état de fonctionnement par défaut après que l'écran affiche tout pendant 2 secondes. Tous les compteurs et les valeurs de réglage sont réinitialisés à leur état d'origine. Le tapis roulant est en mode de chronométrage positif du programme manuel P0.

4.3 Appuyer sur la touche **PROG** pour sélectionner le programme P0~P36/ U1~U3/ BMI circulairement.

4.3.1 P0 est un programme personnalisé pour l'utilisateur. Appuyez sur la touche **MODE** pour sélectionner quatre modes d'entraînement de façon circulaire. La vitesse et l'inclinaison de l'entraînement sont définies par l'utilisateur. La valeur par défaut de la vitesse est de 1,0km/h et la valeur par défaut de l'inclinaison est de 0%.

◆ **Mode d'entraînement 1 - Normal** : le temps, la distance et les calories sont tous comptés positivement, la fonction de réglage est désactivée.

◆ **Mode d'entraînement 2 - Compte à rebours** : La fenêtre de temps clignote sous l'état de réglage. Appuyez sur la touche **SPEED +/-** du guidon pour modifier la valeur du réglage. La plage de réglage s'étend de 5 à 99 minutes et la valeur par défaut est de 30 minutes.

◆ **Mode d'entraînement 3 - Compte à rebours de la distance** : La fenêtre de distance clignote sous l'état de réglage. Appuyez sur le bouton **SPEED +/-** du guidon pour modifier la valeur de réglage. La plage de réglage va de 1,0 km à 99,0 km et la valeur par défaut est de 1,0 km.

◆ **Mode d'entraînement 4 - Compte à rebours des calories** : La fenêtre des calories clignote sous l'état de réglage. Appuyez sur le bouton **SPEED** du guidon **+/-** pour modifier la valeur de réglage. La plage de réglage s'étend de 20 à 9990 calories et la valeur par défaut est de 50 calories.

4.3.2 P1~P36 est le programme de réglage du système et n'est disponible que pour l'entraînement en mode de compte à rebours. La fenêtre de temps clignote pendant le réglage. Appuyez sur le bouton **SPEED** du guidon **+/-** pour modifier la valeur de réglage. Appuyez sur le bouton **MODE** pour rétablir la valeur par défaut. La plage de réglage du temps va de 5 minutes à 99 minutes et la valeur par défaut est 30:00.

- 4.4 Appuyez sur la touche **START** après avoir terminé le réglage du mode d'entraînement. L'écran commence à afficher un compte à rebours de 5 secondes et une tonalité d'accompagnement pendant cinq fois. Lorsque le compte à rebours arrive à 1, le tapis roulant commence à accélérer doucement et lentement jusqu'à la vitesse affichée, puis se met à fonctionner à vitesse constante en douceur.
- 4.4.1 En état de marche, appuyez sur le guidon **SPEED +/-** pour régler la vitesse de marche de .
- 4.4.2 Dans PROG P1~P36, la vitesse et l'inclinaison de chaque programme sont divisées en 16 segments. La durée de chaque segment est divisée de manière égale dans la durée de réglage. Le réglage de la vitesse ou de l'inclinaison n'est effectif que dans le segment en cours. Trois signaux sonores retentissent 3 secondes avant le passage d'un segment à l'autre. Le moteur s'arrêtera automatiquement, accompagné d'une longue tonalité d'alerte, après que le programme ait parcouru les 10 segments.
- 4.4.3 Lorsque le moteur est en marche, appuyer sur la touche **START** pour mettre le moteur en pause. Si l'on appuie à nouveau sur la touche, le tapis roulant reprend son fonctionnement. Les données de fonctionnement et la progression sont toujours présentes.
- 4.5 Lorsque le moteur est en marche, appuyez sur le bouton **STOP** pour arrêter le moteur lentement jusqu'à ce qu'il s'arrête en douceur. Tous les réglages reviendront à l'état par défaut.
- 4.6 Lorsque le moteur est en marche, appuyez sur **INCLINE +/-** pour régler l'inclinaison du tapis roulant.
- 4.7 Dans n'importe quel état, le moteur s'arrête d'urgence lorsque la clé de sécurité est retirée et E-07 s'affiche dans la fenêtre avec un son de buzzer.
- 4.8 Le système de commande électrique est en permanence sous surveillance de sécurité. Le tapis roulant s'arrête en cas d'urgence lorsqu'une anomalie est détectée. L'écran affiche les informations relatives à l'anomalie et s'accompagne d'une tonalité d'alerte.
- 4.9 Lorsque l'écran affiche des informations anormales, l'utilisateur peut appuyer sur le bouton **STOP** pour effacer les informations.
- 4.10 Méthode d'analyse de la graisse corporelle (système métrique) : Appuyez sur la touche **PROG** pour sélectionner **BMI**, et appuyez sur la touche **MODE** pour sélectionner le numéro de projet. Appuyez sur la touche **SPEED** du guidon +/- pour régler les paramètres.
- **F1** (sexe) : défini comme le sexe. Les paramètres sont compris entre 1 et 2. 1 correspond au sexe masculin, 2 au sexe féminin. La valeur par défaut est 1.
  - **F2** (Age) : défini comme l'âge. La plage de paramètres est comprise entre 1 et 99 ans. La valeur par défaut est de 25 ans.
  - **F3** (Hauteur) : définit la hauteur. La plage de paramètres est comprise entre 100 et 220 cm. La valeur par défaut est 170 cm.
  - **F4** (Weight) : défini comme le poids du corps. La plage de paramètres est comprise entre 20 et 150 kg. La valeur par défaut est 70 kg.
  - **F5** (IMC) : définit la fin du réglage des paramètres et l'entrée dans l'état de test de la graisse corporelle. Tenez le capteur de fréquence cardiaque du guidon à deux mains pendant 4 secondes, le pourcentage de graisse corporelle (IMC) de la personne testée s'affichera dans la fenêtre des paramètres.

## 9. Fonction de conversion ERP

Le système démarre en mode ERP par défaut. Il se met en veille si le tapis roulant ne fonctionne pas pendant 4,5 minutes environ afin d'économiser de l'électricité et il est possible d'appuyer sur n'importe quelle touche pour le réveiller. Lorsqu'il est en veille, la fonction ERP peut être annulée en appuyant sur

le bouton MODE pendant 3 secondes et en affichant 2222. Il est possible de revenir au mode ERP en appuyant sur MODE pendant 3 secondes et en affichant 1111.

## 10. Fonction de mise en sourdine du buzzer

La fonction Buzzer est activée par défaut dans le système. Elle peut être mise en sourdine si l'écran affiche BZ OFF en appuyant simultanément sur les boutons **PROG** et **STOP** lorsque le tapis roulant est en état de veille. Elle peut être réactivée si l'écran affiche BZ ON en appuyant simultanément sur les boutons **PROG** et **STOP**.

## 11. Fonction de conversion entre les kilomètres et les miles

8.1 Retirer la clé de sécurité et appuyer simultanément sur les touches **PROGRAM** et **MODE** pendant quelques secondes. L'écran affiche 0,6, ce qui signifie que le kilomètre est converti en mile.

8.2 Retirer la clé de sécurité et appuyer simultanément sur les touches **PROGRAM** et **MODE** pendant quelques secondes, l'écran affiche 1.0, ce qui signifie que le mile est converti en kilomètre.

## 2. Entretien du tapis roulant

Un entretien adéquat est très important pour garantir un fonctionnement irréprochable du tapis roulant. Un mauvais entretien peut endommager le tapis roulant ou réduire la durée de vie du produit.

Toutes les pièces du tapis roulant doivent être vérifiées et serrées régulièrement. Les pièces usées doivent être remplacées immédiatement.

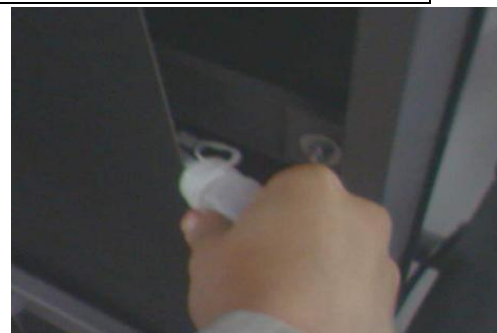
### 1. Fonction de conversion entre les kilomètres et les miles

Le tapis roulant est lubrifié en usine. Cependant, il est recommandé de vérifier régulièrement la lubrification du tapis roulant afin d'assurer un fonctionnement optimal du tapis roulant.

Suggestions :

Temps d'utilisation inférieur à 3 heures par semaine	Lubrification une fois tous les 5 mois
Utiliser un temps équivalent à 4-7 heures par semaine	Lubrification une fois tous les 2 mois
Utilisation du temps plus de 7 heures par semaine	Lubrification une fois par mois

Pas de lubrification excessive. Note : le facteur important pour augmenter la durée de vie du tapis roulant est une lubrification adéquate. Pour vérifier si la courroie a besoin d'être lubrifiée, soulevez le côté du tapis roulant et touchez l'arrière central de la courroie, aussi loin que possible. Si l'on trouve des traces de spray de silicone, il n'est pas nécessaire de lubrifier. Si la surface est sèche, la courroie doit être lubrifiée.



### 2. Application du lubrifiant sur la courroie

- Arrêter la bande de roulement et plier le tapis roulant. Remonter la courroie du cadre principal arrière de manière à ce que l'huile puisse atteindre la position centrale.
- Pulvérisation d'huile de silicone sur la face interne de la courroie de roulement et enduction d'huile de silicone sur les deux côtés de la courroie de roulement.
- Faites tourner le tapis de course à une vitesse de 1km/h pour appliquer le silicone de manière uniforme. Marchez légèrement sur le tapis de course de gauche à droite.
- Attendez quelques minutes pour laisser le spray de silicone se répandre, avant de démarrer la machine.

### 3. Nettoyage

Le nettoyage régulier de la bande de roulement garantit une longue durée de vie du produit.

- Avertissement : Le tapis roulant doit être mis hors tension pour éviter les chocs électriques. Le cordon d'alimentation doit être débranché de la prise avant de commencer le nettoyage ou l'entretien.
- Après l'entraînement : Essuyez la console et les autres surfaces avec un chiffon propre, doux et humide pour éliminer les résidus de sueur.

**Attention :** N'utilisez pas de produits abrasifs ou de solvants. Pour éviter d'endommager l'ordinateur, éloignez tout liquide. N'exposez pas l'ordinateur à la lumière directe du soleil.

**Hebdomadaire :** Pour faciliter le nettoyage, il est recommandé d'utiliser un tapis pour le tapis de course. Les chaussures laissent des saletés sur la bande de roulement qui peuvent tomber sous le tapis de course. Nettoyez-les sous le tapis une fois par semaine.

### 4. Stockage

Ranger le tapis roulant dans un endroit propre et sec. S'assurer que l'interrupteur principal est éteint et débranché de la prise électrique murale.

### 5. Réglage de la ceinture

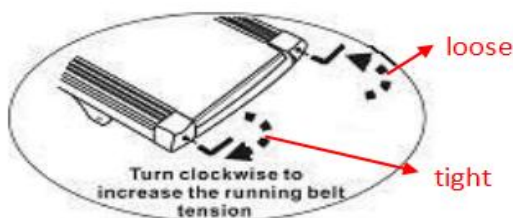
Toutes les courroies de transmission sont correctement réglées en usine et après l'assemblage. Cependant, du jeu peut apparaître après une certaine période d'utilisation. Par exemple : une pause et un glissement peuvent se produire lors de la marche. Lorsque ce phénomène se produit, ajustez la courroie de roulement et vissez-la d'un demi-tour à gauche et à droite. Si la courroie de transmission est lâche, la courroie de transmission et le rouleau glisseront tour à tour. Mais un réglage trop serré n'est pas bon non plus, car il peut augmenter la charge du moteur et endommager le moteur, la courroie et le rouleau, etc.

#### Réglage de la déviation de la courroie

Toutes les courroies de transmission sont correctement réglées à l'usine et après l'assemblage. Mais après un certain temps, la courroie a la possibilité de dévier. Les raisons peuvent être énumérées comme suit.

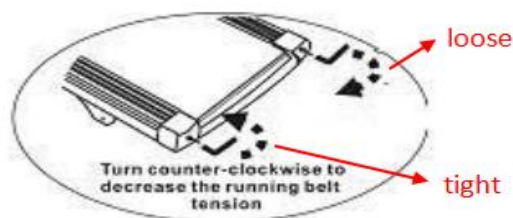
10. Le tapis roulant est instable.
11. Les pieds ne se sont pas retrouvés au centre de la ceinture de course pendant la course.
12. Les pieds exercent une force inégale.

Si la déviation est causée par une rotation manuelle, à vide, pendant quelques minutes, la situation peut revenir à la normale. Le réglage pas à pas d'un demi-tour à l'aide d'une clé Allen de 6 mm qui est équipée aléatoirement pour ne pas pouvoir se rétablir automatiquement.



Telle que la déviation à gauche de la courroie de transmission.

Régler la vis de gauche dans le sens des aiguilles d'une montre ou la vis de droite dans le sens inverse des aiguilles d'une montre.



Telle que la déviation droite de la courroie de transmission.

Régler la vis de droite dans le sens des aiguilles d'une montre ou la vis de gauche dans le sens inverse des aiguilles d'une montre.

#### POINT CLÉ :

- Le sens des aiguilles d'une montre signifie serrer.

-Le sens inverse des aiguilles d'une montre signifie desserrer.

-La courroie de transmission se déplace vers le côté le plus lâche.

① Si la courroie de transmission se déplace vers la gauche, cela signifie que le côté gauche est trop lâche. Réglez la vis de gauche dans le sens des aiguilles d'une montre pour resserrer le côté gauche, ou réglez la vis de droite dans le sens inverse des aiguilles d'une montre pour desserrer le côté droit.

② Si la courroie de transmission se déplace vers la droite, cela signifie que le côté droit est trop lâche. Réglez la vis de droite dans le sens des aiguilles d'une montre pour resserrer le côté droit ou réglez la vis de gauche dans le sens inverse des aiguilles d'une montre pour desserrer le côté gauche.

#### **Attention :**

-Vous devez démarrer le tapis roulant (laisser tourner la courroie) à faible vitesse avant d'ajuster la courroie.

-Lorsque vous réglez le boulon, ne le tournez pas trop.

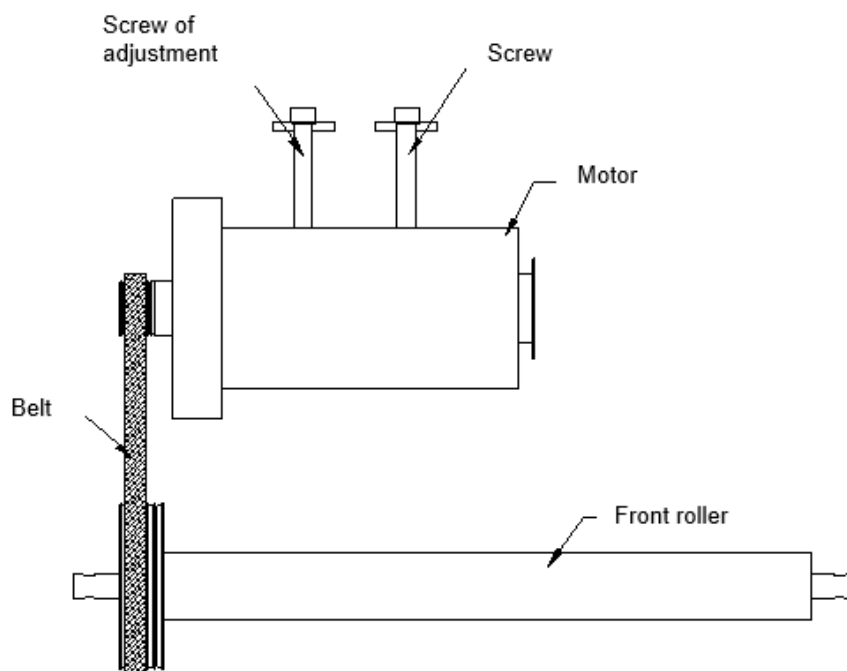
-Après chaque réglage, vous devez vérifier les changements au niveau de la bande de roulement. La déviation de la courroie de transmission n'est pas couverte par la garantie et est principalement entretenue par les utilisateurs conformément aux instructions. Une déviation de la bande de roulement peut l'endommager gravement. Il doit être détecté et corrigé à temps. La déviation de la courroie de transmission n'est pas couverte par la garantie et est principalement entretenue par l'utilisateur conformément au manuel d'auto-entretien. Une déviation peut sérieusement endommager la courroie de transmission ; elle doit être détectée à temps et corrigée en temps utile.

## **6. Réglage de la courroie du moteur**

La courroie du moteur du tapis roulant est réglée en usine. Cependant, après une certaine période d'utilisation, il peut y avoir un phénomène de relâchement ou de glissement. L'étape de l'ajustement : 1. tourner la vis de réglage dans le sens inverse des aiguilles d'une montre à l'aide d'une clé.

7. La plage de réglage est subordonnée à l'absence de glissement de la charge de la courroie.

8. Noté : Nettoyage régulier des courroies et des gorges des poulies.



## 7. Dépannage

Objet	Raison	Maintenance
Tapis roulant n'a pas fonctionné	A. Pas de puissance	Brancher dans la prise
	B. La clé de sécurité n'est pas dans la bonne position	Remplacer la clé de sécurité
	C. Système de signalisation en cas de rupture de circuit .	Vérifier l'entrée du contrôleur et le câble de signal
	D. Éteindre	Interrupteur ON.
	E. Fusible grillé.	Remplacer le fusible
La courroie de transmission ne tourne pas rond.	A. La lubrification est insuffisante.	Utiliser l'huile de silicone
	B. La ceinture de course est trop serrée.	Ajuster la tension de la courroie de transmission
Glissement de la courroie de transmission	A. Courroie de transmission trop lâche	Ajuster la tension de la courroie de transmission
	B. Courroie du moteur trop lâche	Ajuster la tension de la courroie du moteur
Les touches fonctionnent mal	Clés cassées	4. Changer le clavier et le câble ; 2. changer la carte mère ; 3. changer la console
S'arrêter brusquement dans des conditions normales	A..Abandon de la clé de sécurité	Remplacer la clé de sécurité
	B. Un système défaillant	Demandez un contrôle et une réparation professionnels

## 8. Défaits courants

Problème et code	Raison	Comment régler le problème
Tapis roulant hors service	M. L'alimentation n'a pas été connectée ou l'interrupteur d'alimentation était éteint.	Branchez l'alimentation électrique ou activez l'interrupteur d'alimentation.
	N. La clé de sécurité n'est pas dans la bonne position.	Placer la clé de sécurité dans la bonne position
	O. Contrôleur ou console sans alimentation électrique.	Remplacer le contrôleur ou la console.
	P. Circuit interrompu.	Vérifier le port d'entrée et de sortie et le fil de communication
Le tapis roulant s'arrête soudainement	A. Remise de la clé de sécurité.	Placez la clé de sécurité dans sa position correcte.
	E. Système anormal.	Demandez un contrôle professionnel.
Clés au chômage	B. Toutes les clés sont invalides	1. remplacer les câbles du clavier et du lecteur. 2. Remplacer le PCBA .
E-01	J. Les fils de communication n'étaient pas bien connectés.	7. Rebranchez le fil de communication et assurez-vous que chaque cordon est complètement inséré. 8. Remplacer le fil de communication.
	K. Console défectueuse.	Remplacer la console.
	L. Contrôleur défectueux.	Remplacer le contrôleur.
E02	G. Fil du moteur et moteur défectueux.	Remplacer le moteur.
	H. Mauvaise connexion entre le fil du moteur et le contrôleur. Ou contrôleur défectueux.	Vérifier et reconnecter le fil du moteur et le contrôleur. Ou remplacer le contrôleur.
E03	M. Capteur de vitesse mal assemblé.	Vérifier et reconnecter.
	N. Capteur de vitesse défectueux.	Remplacer le capteur de vitesse.
	O. Le capteur de vitesse était trop sale ou mal connecté.	7. Vérifier et reconnecter. 8. Nettoyer la poussière et la graisse du capteur de vitesse.
	P. Contrôleur défectueux.	Remplacer le contrôleur.
E05	J. Contrôleur endommagé.	Remplacer le contrôleur.
	K. Moteur endommagé.	Remplacer le moteur.
	L. Panne mécanique.	7. Contrôle de l'huile de silicone de la courroie de transmission. 8. Vérifier si le rouleau n'est pas bloqué.
E7	La console ne peut pas détecter le signal de la clé de sécurité.	1. Vérifier si la clé de sécurité est bien insérée. 2. remontage de la clé de sécurité.
Pas d'affichage des impulsions	G. Le fil d'impulsion de la poignée n'était pas bien connecté ou le fil était défectueux.	Reconnecter ou remplacer le fil
	H. Le circuit de la console est défectueux	Remplacer la console.
L'affichage de la console est incomplet ou	G. Tube numérique LED défectueux.	Remplacer la carte principale ou l'écran LED.
	H. Défaillance du système	Remplacer la console.
Échec à l'inclinaison	J. Moteur d'inclinaison défectueux.	Remplacer le moteur d'inclinaison.
	K. Contrôleur défectueux.	Remplacer le contrôleur.
	L. Le signal du contrôleur était anormal.	

---

### Déclaration du fabricant

Betersport BV déclare que le tapis roulant Senz Sports M3500 est conforme aux normes et directives européennes suivantes :

- Directive sur la compatibilité électromagnétique (2014/30/EU)
- Directive RoHS (2011/65/UE)
- Directive basse tension (2014/35/UE)
- Directive Machines (2006/42/CE)

Le texte complet de la déclaration UE de conformité est [ici](#).

[https://www.betersport.nl/media/betersport/manual/DoC - Senz Sports M3500-  
\\_SZLB007.pdf](https://www.betersport.nl/media/betersport/manual/DoC_-_Senz_Sports_M3500-_SZLB007.pdf)

### Betersport BV

Heierkerkweg 1  
5928 RM Venlo  
Pays-Bas

Manufacturer: Betersport B.V.  
Adress: Heierkerkweg 1, 5928 RM, Venlo, The Netherlands  
Contact: [klantenservice@betersport.nl](mailto:klantenservice@betersport.nl)

