

Motorisert tredemølle



INSTRUKSJON

OVERSIKT OVER PRODUKTET



VIKTIG SIKKERHETSINFORMASJON

Oppbevar denne håndboken på et sikkert sted du enkelt har tilgang til.

1. Det er viktig å lese gjennom alle instruksjonene før du monterer og bruker apparatet. Sikker og effektiv bruk kan kun oppnås dersom apparatet monteres, vedlikeholdes og brukes på riktig måte. Det er ditt ansvar å sørge for at alle brukere av apparatet er informert om alle advarsler og forholdsregler.

2. Før du starter på et treningsprogram, bør du kontakte en lege for å fastslå om du har en medisinsk tilstand som kan være farlig for helsen og sikkerheten din, eller hindrer at du bruker apparatet på korrekt måte. Råd fra lege er viktig dersom du tar medisin som påvirker puls, blodtrykk eller kolesterolnivå.

3. Vær oppmerksom på kroppens signaler. Feilaktig eller overdreven trening kan være skadelig for helsen din. Stans treningen dersom du opplever noen av følgende symptomer: smerte, stramming i brystet, uregelmessig puls, ekstrem kortpustethet, lett hodepine, svimmelhet eller kvalme. Dersom du opplever noen av disse, bør du snakke med en lege før du fortsetter med treningsprogrammet.

4. Hold barn og kjæledyr unna apparatet. Apparatet er kun laget for bruk av voksne.

5. Bruk apparatet på en fast, plan flate med et beskyttende underlag for gulvet, eller et teppe. Av sikkerhetshensyn bør det være en avstand på minst 0,5 m til

andre objekter rundt hele apparatet.

6. Før du bruker apparatet, må du kontrollere at mutterne og boltene er skrudd godt til.

7. Sikkerheten til apparatet kan kun opprettholdes dersom det regelmessig undersøkes for skader og/eller slitasje.

8. Bruk alltid apparatet slik det er vist. Dersom du finner ødelagte deler under montering eller undersøkelse av apparatet eller dersom du hører uvanlige lyder fra apparatet under bruk, må du stoppe umiddelbart. Ikke bruk apparatet før problemet er løst.

9. Bruk passende klær ved bruk av apparatet. Unngå å bruke løstsittende klær som kan sette seg fast i apparatet eller som kan begrense eller være til hinder for bevegelser.

10. Apparatet er kun laget for hjemmebruk. Maksimal brukervekt er 120 kg. Bremsesevne er uavhengig av fart.

11. Apparatet er ikke egnet for terapeutisk bruk.

12. Vær forsiktig når du løfter eller flytter apparatet, slik at du ikke skader ryggen. Bruk alltid korrekte løfteteknikker og/eller be om hjelp ved behov.

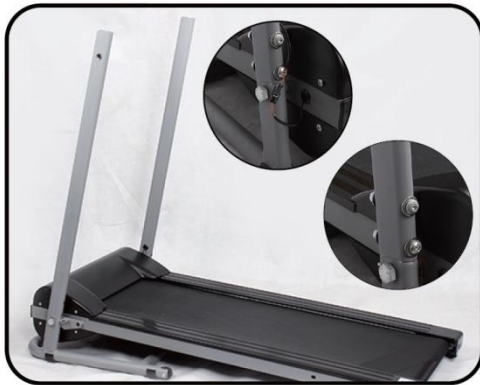
Monteringsinstruksjoner



TRINN 1

Åpne esken og kontroller at alle delene følger med Informasjon om deler:

1. Dekordeksler for håndtak, 2 stk
2. Låseskrue M6X40, 2 stk.
3. Skrunøkkel, 1 stk.
4. Låsemutter M12X50, 1 stk.
5. Låsefjær, 1 stk.
6. Magnetsikkerhetsbryter, 1 stk.
- 7,5 # Sekskantnøkkel, 1 stk.



TRINN 2

Koble til signalkabelen og sett stolpen som inneholder en signalkabel inn i basen på høyre side og sett den andre stolpen inn i basen på venstre side. Bruk deretter låseskruen M8X60.



TRINN 3

Skrue i fjærtappen



TRINN 4

Bruk låseskruen M12X50 til å feste håndtaksrammen på sokkelen.



TRINN 5

Juster kontrollpanelplasseringen, skru inn låseskruen M6X40



TRINN 6

Monter håndtakene på de to søylene med fire M8X50-skruer, og sett på dekslet over skruene på hvert håndtak. Sett deretter støpselet fra signalkabelen inn i stikkontakten.



TRINN 7

Plasser den magnetiske sikkerhetsbryteren i det gule panelområdet.



TRINN 8

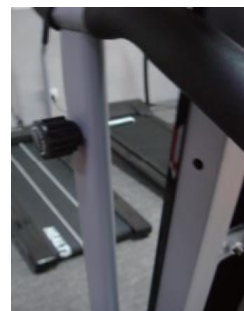
Fullfør monteringen.

SAMMENFOLDING FOR LAGRING

Se Bilde 1. Skru ut den store skruen som er festet til basen og håndtaket, og følg Bilde 2. Trekk forsiktig ut låsefjærene som var festet på håndtaksstangen og frigjør deretter låsefjærene.



BILDE 1



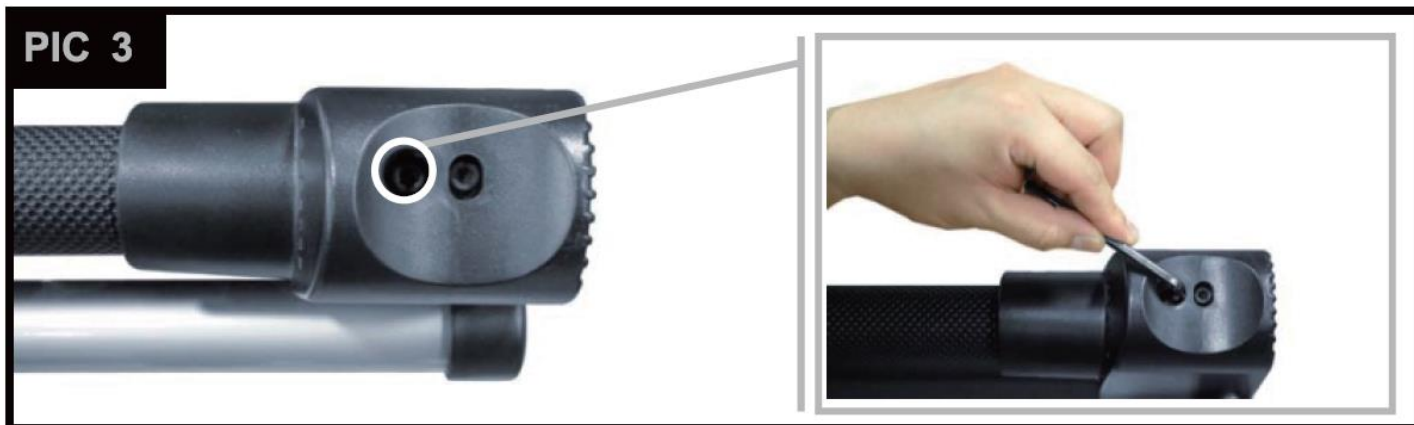
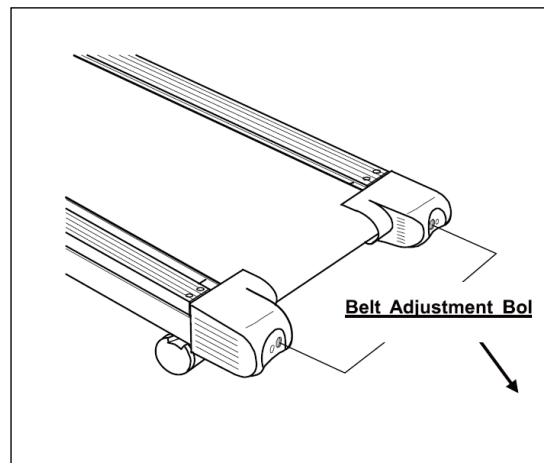
BILDE 2

Båndjustering

Tredemøllebåndet har blitt justert på fabrikken, men det er individuelt hvorvidt man tenderer mot høyre eller venstre fot. Dersom båndet flytter seg til en side, må det justeres.

Det er to justeringsbolter bak på enheten (se Bilde 3).

Stram ved å skru bolten på den siden båndet har flyttet seg mot en halv omdreining. Løsne bolten på den andre siden tilsvarende. Roter båndet for å sikre at det er sentrert korrekt. Hvis ikke, gjentar du justeringen.



Vedlikehold

Båndet kan rengjøres med mild såpe og vann. Husk å fjerne overflødig vann etter rengjøring. Rengjør løpeplaten under båndet med møbelpolish av og til. Etter rengjøring skal en liten mengde silikonspray påføres overflaten på løpeplaten for å sikre at båndet beveger seg enkelt.

SLIK SMØRER DU PLATEN

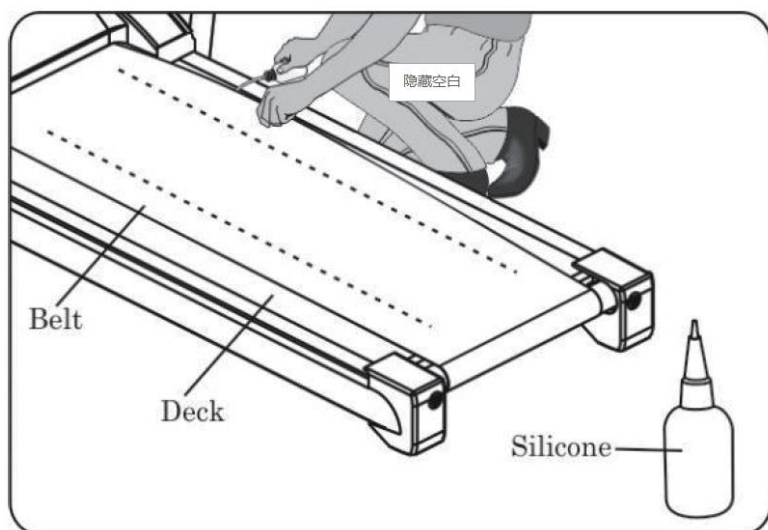
VIKTIG! For å redusere risikoen for elektrisk støt må du alltid trekke støpselet ut av stikkontakten umiddelbart etter bruk og før rengjøring.

1 – Hev båndet fra kanten på en av sidene og rengjør platen og båndet ved å føre en tørr klut over platen og på innsiden av båndet. Beveg båndet bakover med foten for å rengjøre hele båndet. Gjenta på den andre siden av båndet.

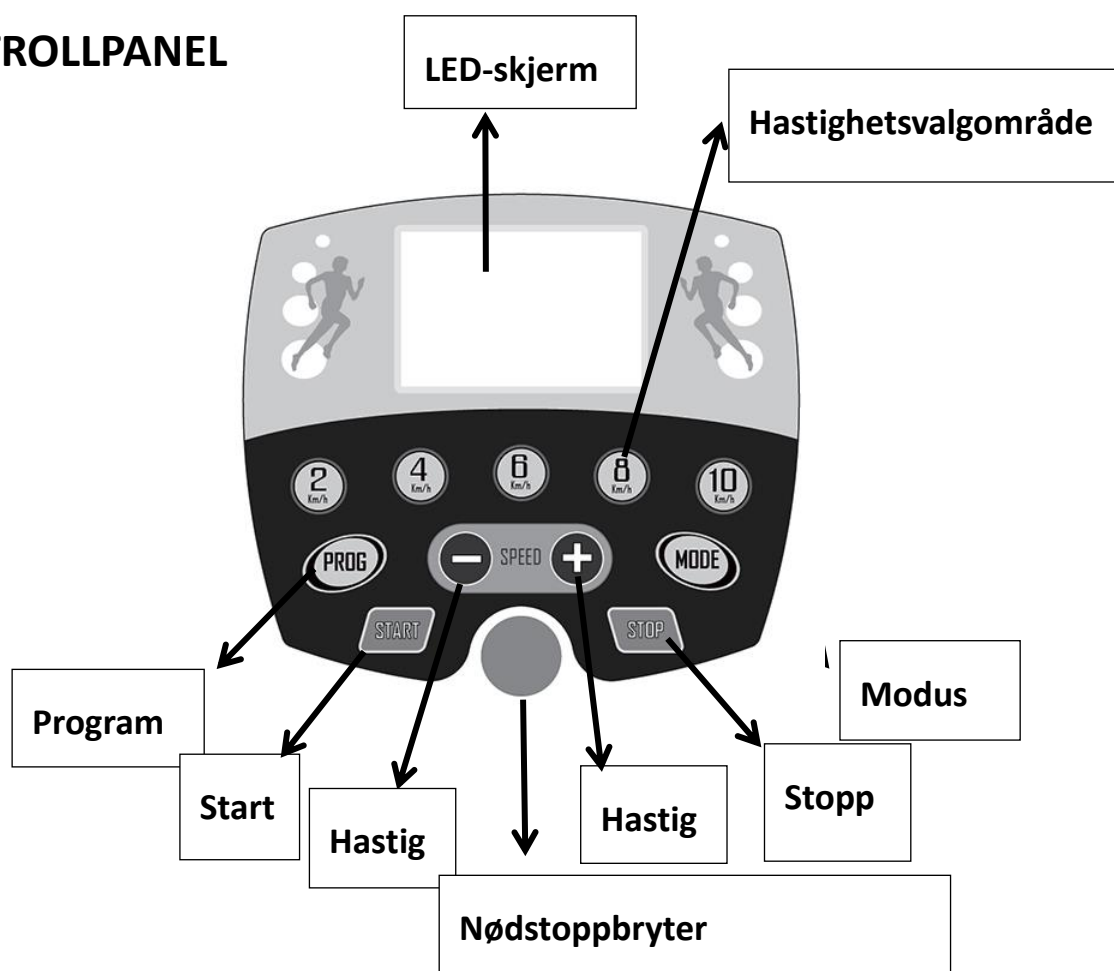
2 – Plasser flasken mellom båndet og platen og hold flasken i en vinkel.

3 – Påfør litt silikon forfra og bakover på tredemøllen på hver side. Prøv å nå inn til midten av løpeplaten.

4 – Fordel silikonen ved å kjøre tredemøllen på 1 km/t og gå forsiktig på tredemøllen i noen minutter for å la silikonen fordeles på båndet.



KONTROLLPANEL



Bruksanvisning

1. Sett i kontakten, sett sikkerhetsnøkkelen i kontrollpanelet og åpne av/på-knappen. Hele skjermen vises i 1 sekund etter pipet og går inn i standby-modus.
2. I manuell standbymodus ved oppstart: SPEED 0.0; TIME 0:00; CAL 1; DIST 0.0; CAL 0;
3. I manuell standbymodus trykker du på MODE-knappen, deretter kan du velge modus: normal, forhåndsinnstilt tid eller forhåndsinnstilt distanse. Du kan velge økende tidtaker, nedtelling og statisk status.
 - A. Det normale er at tid og distanse øker, men når de når 60 minutter, stopper den.
 - B. I henhold til den forhåndsinnstilte tiden, er originaltiden 30:00, og hastigheten kan justeres fra 5:00 til 99:00, og teller ned til 0 og maskinen stopper.
 - C. I henhold til den forhåndsinnstilte distansen er originaldistansen 1.00, du kan justere hastigheten fra 0.50–1.00–1.50–99.5, hver distanse er 0,5 km, DIST telles ned til 0.
4. I standbymodus klikker du på Program-tasten. Program P1–P12 kan velges. Tiden vises etter nedtelling. Originaltid er 30:00 og du kan justere tiden fra 5:00 til 99:00 med + og - på hastighetstasten.
5. I standbymodus virker ingen av snarveitastene. Når du klikker på Stopp-knappen, går apparatet tilbake til manuell standbystatus.
6. Alle moduser krever 3 sekunders nedtelling (hastighetsvisning) og lyd. I

denne modusen kan ikke Mode-tasten og Program-tasten velges.

7. Under manuell betjening kan du justere hastigheten fra 1.0–10.00. Original er 1.0. Du kan også velge hastighet (2 KM, 4 KM, 6 KM, 8 KM og 10 KM) med snarveitasten for hastighet.

8. I automatisk modus virker også hastighetsknappen «+/-» og snarveitasten for hastighet, og auto-modus er i 20 sekunders intervaller. Detaljer om automatisk modus er tillegg.

9. I automatisk modus vil maskinen pipe 3 sekunder før for å varsle brukeren.

10. I løpestatus vil motoren redusere farten til stopp når det trykkes på Stopp-knappen og modusen går over til

manuell standby. Alle parametre forblir synlig slik at brukeren kan se dem.

11. Når sikkerhetsnøkkelen fjernes fra kontrollpanelet, viser vinduet «-».

12. I standby-modus eller beskyttet modus slås skjermen av etter 10 minutter med inaktivitet.

I dvalemodus kan du trykke på en knapp (beskyttelsesknapp må være lukket) for å vise startskjermen.



Treningsapparat

Funksjonsknapp

Mode Trykk for å velge forhåndsinnstillinger, eller hold inne for tilbakestilling av alle funksjonsverdier.

Funksjoner

Scan Søk automatisk gjennom hver modell etter hverandre hvert 5. sekund

Time Viser total arbeidstid opp til 30:00.

Speed Viser nåværende hastighet.

Distance Viser nåværende distanse opptil 99,99 KM

Calorie Viser kaloriforbruk under trening, maks. verdi er 9999 Cal.

(Disse dataene er en omtrentlig veiledning for sammenligning av forskjellige treningsøkter som ikke kan brukes i medisinsk behandling)

Merk: Når LCD-skjermen ikke brukes på 4 minutter, slås den av automatisk.

2. Slå på skjermen ved å trykke på knappen.

3. Stopp treningen for å velge hver funksjon.

Feilsøking

Maskinen fungerer ikke som den skal.

Dersom maskinen ikke fungerer som den skal, kan du kontrollere om sensorkabelen er koblet til maskinen.

Dersom du har kontrollert det ovenstående og maskinen fortsatt ikke fungerer, kan du kontrollere at den magnetiske bryteren fortsatt virker og at den er riktig montert.

Tekniske spesifikasjoner

Produksjonsnavn: Motorisert tredemølle

Spenning: 220 V

Frekvens: 50 W

Effekt: 500 W