



UK: RFE Europa Ltd., 8 Clarendon Drive, Wymbush,
Milton Keynes, MK8 8ED

techsupport@rfeinternational.com
+44 (0)800 440 2459

Europe: RFE Europa BV, Sarpharti Plaza,
Rhijnspoorplein 10 – 38, Amsterdam, 1018 TX,
Netherlands

techsupporteu@rfeinternational.com

ES: serviciotecnico@rfeinternational.com
+34 800 600 816

DE: techsupporteu@rfeinternational.com
+44 8006520525

APAC: R.F.E International Limited, K.C. HO & FONG,
Solicitors & Notaries, 35th Floor, New World Tower 1,
No. 18 Queen's Road Central, Hong Kong

techsupportapac@rfeinternational.com
Australia: techsupportaustralia@rfeinternational.com

China: 中国: 迪步体育用品(上海)有限公司, 上海市宝山区蕰川路
512号4幢3层C座

techsupportchina@rfeinternational.com
021-64209505

USA: RFE Sporting Goods Inc., 1040 Crown Pointe Parkway NE,
Suite 900, Atlanta, GA 30338, USA

techsupportusa@rfeinternational.com
+1 (800) 215 6216

I RUN 4.5 TREADMILL



RVIR-10050

REEBOKFITNESS.INFO



V1_04.2026

(EN) WARNINGS

- The equipment is intended for home use only (HC). Do not use the equipment in any commercial, rental, or institutional setting
- The equipment should be used only by persons weighing **110kg/ 242.51lb** or less
- Use the equipment only as described in this manual. Consult your doctor before performing any exercise program
- Keep children and pets away from the device at all times
- This appliance can be used by children aged from 14 years and above and persons with reduced physical, sensory or mental capabilities or lack of experience and knowledge if they have been given supervision or instruction concerning use of the appliance in a safe way and understand the hazards involved
- Cleaning and user maintenance shall not be made by children under 14 years old
- Ensure the equipment is on a flat, stable and level surface with at least 0.6m of clear area surrounding the equipment
- Always wear appropriate exercise clothing and training shoes
- The safety level of the equipment can only be maintained if it is examined regularly for damage and wear. Replace defective components immediately and/or keep the equipment out of use until repaired. Pay special attention to components most susceptible to wear. All warnings and instructions must be read and followed prior to use
- Keep hair, body, and clothing free and clear of all moving parts
- If at any time during exercise you feel faint, dizzy, or experience pain, stop exercising immediately and consult your physician
- Over exercising may result in serious injury or death
- Keep the equipment indoors, away from moisture and dust. Do not put the equipment in a garage or covered patio, or near water
- If any of the adjustment devices are left projecting, they could interfere with the user's movement
- Heart rate monitoring system may be inaccurate
- Excessive exercise can lead to serious injury or death. Stop exercising immediately
- This equipment is for consumer use only
- Ensure a safety area of at least 2000mm x 1 000mm behind the equipment
- A folded treadmill should not be operated
- Allow the running surface to come to a complete stop before folding
- The value of the A-weighted emission sound pressure level at the trainer's ear is around 57 dB(A), noise emission under load is higher than without load
- Obtain a medical exam before beginning any exercise program
- Read, understand, and test the emergency stop procedures before use
- It is recommended to keep the top side of the moving surface clean and dry
- This stationary training equipment is not suitable for high accuracy purposes
- This product is warranted to the original purchaser for two years against possible defects in material and workmanship and will only be covered in the country of purchase. Please retain your receipt as proof of purchase. Further details can be found at: <https://www.reebokfitness.info/treadmill-warranty>

CAUTION: The user is cautioned that changes or modifications not expressly approved by the party responsible for compliance could void the user's authority to operate the equipment.

IMPORTANT SAFETY INSTRUCTIONS

When using an electrical appliance, basic precautions should always be followed, including the following:

Read all instructions before using (this appliance).

DANGER

- To reduce the risk of electric shock and the injury from moving parts:

Always unplug this appliance from the electrical outlet immediately after using and before cleaning or servicing.

WARNING

- To reduce the risk of burns, fire, electric shock, or injury to persons:

1. This appliance is not intended for use by persons with reduced physical, sensory or mental capabilities, or lack of experience and knowledge, unless they have been given supervision or instruction concerning use of the appliance by a person responsible for their safety. Keep children under the age of 13 away from this machine
2. Use this appliance only for its intended use as described in this manual. Do not use attachments not recommended by the manufacturer
3. Never operate the appliance with the air openings blocked. Keep the air openings free of lint, hair, and the like
4. Never drop or insert any object into any opening
5. Do not use outdoors. Household use only
6. Do not operate where aerosol (spray) products are being used or where oxygen is being administered
7. An appliance should never be left unattended when plugged in. Unplug from outlet when not in use, and before putting on or taking off parts
8. Never operate this appliance if it has a damaged cord or plug, if it is not working properly, if it has been dropped or damaged, or dropped into water. Return the appliance to a service center for examination and repair
9. Keep the cord away from heated surfaces
10. To disconnect, turn all controls to the off position, then remove plug from outlet
11. CAUTION: Risk of Injury to Persons - To Avoid Injury, use extreme caution when stepping onto or off of a moving belt.
READ INSTRUCTION MANUAL BEFORE USING
12. Connect this appliance to a properly grounded outlet only. See GROUNDING INSTRUCTIONS
13. REMOVE CONTROL BOX (OR KEY, OR SAFETY PIN, AS APPLICABLE) WHEN NOT IN USE, AND STORE OUT OF REACH OF CHILDREN
14. Do not carry this appliance by supply cord or use cord as a handle

SAVE THESE INSTRUCTIONS.

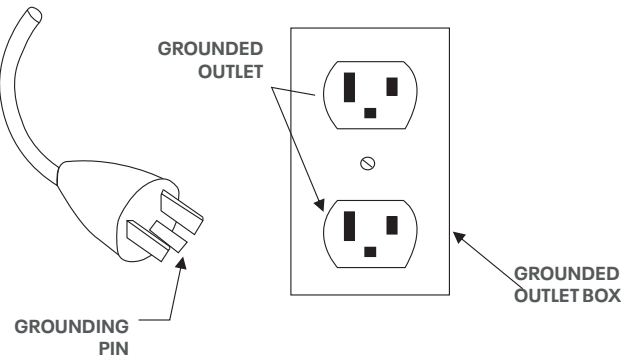
GROUNDING INSTRUCTIONS

This product must be grounded. If it should malfunction or breakdown, grounding provides a path of least resistance for electric current to reduce the risk of electric shock. This product is equipped with a cord having an equipment-grounding conductor and a grounding plug. The plug must be plugged into an appropriate outlet that is properly installed and grounded in accordance with all local codes and ordinances.

DANGER – Improper connection of the equipment-grounding conductor can result in a risk of electric shock. Check with a qualified electrician or serviceman if you are in doubt as to whether the product is properly grounded. Do not modify the plug provided with the product – if it will not fit the outlet, have a proper outlet installed by a qualified electrician.

This product is for use on a nominal 120V/220V circuit and has a grounding plug that looks like the plug illustrated in sketch A in Figure. Make sure that the product is connected to an outlet having the same configuration as the plug. No adapter should be used with this product.

GROUNDING METHODS



(FR) MISE EN GARDE

- Cet équipement est conçu pour un usage domestique uniquement (classe HC). N'utilisez pas cet équipement dans un environnement commercial, locatif ou institutionnel
- La machine ne doit être utilisée que par des personnes pesant **110kg/ 242.51lb** ou moins
- Conformez-vous aux instructions d'utilisation de ce manuel
- Consultez votre médecin avant de commencer un programme d'entraînement
- Tenez les enfants et les animaux domestiques éloignés de l'appareil à tout moment
- Cet appareil peut être utilisé par des enfants à partir de 14 ans et des personnes ayant des capacités physiques, sensorielles ou mentales réduites ou ayant un manque d'expérience et de connaissances s'ils ont été supervisés ou ont reçu des instructions concernant l'utilisation de l'appareil en toute sécurité et s'ils comprennent les dangers encourus
- Le nettoyage et l'entretien par l'utilisateur ne doivent pas être effectués par des enfants de moins de 14 ans
- Veiller à installer l'équipement sur une surface plane et stable en laissant au moins 0,6 m d'espace dégagé autour de l'appareil
- Portez toujours des vêtements et chaussures de sport appropriés
- Le niveau de sécurité de l'équipement ne peut être maintenu que si une inspection régulière est effectuée pour détecter les dommages et l'usure. Remplacez immédiatement les pièces défectueuses et/ou arrêtez d'utiliser l'équipement tant qu'il n'a pas été réparé. Accordez une attention particulière aux pièces les plus sujettes à l'usure. Tous les avertissements et instructions doivent être lus et suivis avant l'utilisation
- Gardez les cheveux, le corps et les vêtements à l'écart de toute pièce mobile
- Si pendant la séance vous ressentez une faiblesse, un étourdissement ou une douleur, cessez immédiatement tout effort et consultez votre médecin
- Un entraînement excessif peut provoquer des blessures graves, voire mortelles
- Installez la machine à l'intérieur, à l'abri de l'humidité et de la poussière. Ne l'installez pas dans un garage, sur une terrasse couverte ou à proximité de l'eau
- Si l'un des dispositifs d'ajustement est laissé saillant, il pourrait entraver les mouvements de l'utilisateur
- Le système de cardiofréquence acoustique d'émission pondérée A à l'oreille du formateur est d'environ 59 dB(A), Le bruit est plus important avec que sans charge
- Passez un examen médical avant de commencer un programme d'exercices
- Lisez, comprenez et testez les procédures d'arrêt d'urgence avant utilisation
- Recommandations pour maintenir le dessus de la surface mobile propre et sec
- Cet équipement d'entraînement fixe n'est pas adapté à des fins de haute précision
- Ce produit est garanti à l'acheteur d'origine pendant deux ans contre d'éventuels défauts de matériaux et de fabrication et ne sera couvert que dans le pays d'achat. Veuillez conserver votre reçu comme preuve d'achat. De plus amples informations sont disponibles à l'adresse suivante:
<https://www.reebokfitness.info/treadmill-warranty>

MISE EN GARDE: L'utilisateur est avisé que tout changement ou modification non expressément autorisés par la partie responsable de la conformité pourraient faire perdre à l'utilisateur son droit d'utiliser cet appareil.

CONSIGNES DE SÉCURITÉ IMPORTANTES

Lors de l'utilisation d'un appareil électronique, il faut toujours prendre des précautions de base, comme celles-ci:
Lire toutes les consignes avant l'utilisation (de cet appareil).

DANGER

- Pour réduire le risque de choc électrique et de blessure par des pièces mobiles:

Toujours débrancher l'appareil de la prise électrique immédiatement après utilisation et avant le nettoyage ou le service.

AVERTISSEMENT

- Pour diminuer le risque de brûlures, d'incendie, de décharge électrique ou de blessure au corps:

1. Cet appareil n'est pas destiné à être utilisé par des personnes dont les capacités physiques, sensorielles ou mentales sont réduites, ou qui manquent d'expérience et de connaissances, à moins qu'elles ne soient surveillées et qu'elles reçoivent des instructions concernant l'utilisation de l'appareil par une personne responsable de leur sécurité. Garder les enfants de moins de 13 ans loin de cette machine
 2. Utiliser cet appareil uniquement selon l'usage prévu décrit dans ce manuel. Ne pas utiliser d'accessoires non recommandés par le fabricant
 3. Ne jamais utiliser cet appareil si les ouvertures d'air sont obstruées. Garder les ouvertures d'air libre de poussières, de cheveux et d'autres débris
 4. Ne pas laisser tomber ni insérer d'objets dans toute ouverture
 5. Ne pas utiliser à l'extérieur. Usage domestique seulement
 6. Ne pas faire fonctionner où des produits en aérosol sont utilisés ou là où de l'oxygène est administré
 7. Un appareil ne doit jamais être laissé sans surveillance lorsqu'il est branché. Débrancher la prise lorsqu'elle n'est pas utilisée, et avant de mettre ou d'enlever des pièces
 8. Ne jamais utiliser cet appareil si le cordon ou la fiche sont endommagés, si l'appareil ne fonctionne pas correctement, s'il est tombé ou est abîmé, ou s'il est tombé dans l'eau. Retourner l'appareil à un centre de service pour examen et réparation
 9. Maintenir le cordon à l'écart des surfaces chauffées
 10. Pour débrancher, mettre toutes les commandes en position d'arrêt, puis retirer la fiche de la prise
 11. ATTENTION: Risque de blessure: Pour éviter toute blessure, soyez extrêmement prudent lorsque vous montez ou descendez d'une bande en mouvement.
- LIRE LE GUIDE D'INSTRUCTIONS AVANT DE L'UTILISER
12. Brancher uniquement l'appareil sur une prise de courant correctement mise à la terre. VOIR LES INSTRUCTIONS DE MISE À LA TERRE
 13. RETIRER LE BOÎTIER DE COMMANDE (OU LA CLÉ, OU L'ÉPINGLE DE SÛRETÉ, SELON LE CAS) LORSQU'IL N'EST PAS UTILISÉ, ET LE RANGER HORS DE PORTÉE DES ENFANTS.REACH OF CHILDREN
 14. Ne transportez pas cet appareil par le cordon d'alimentation et n'utilisez pas le cable comme poignée

CONSERVER SES CONSIGNES.

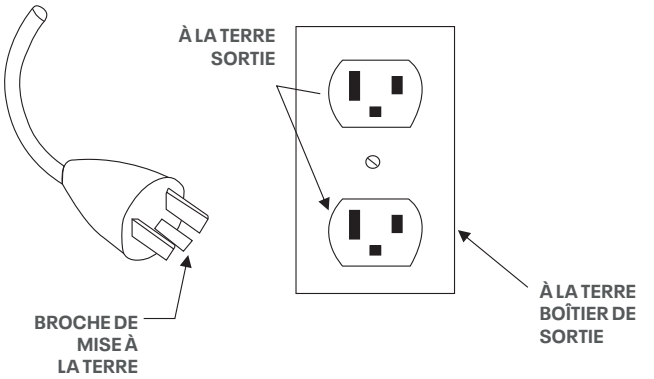
INSTRUCTIONS DE MISE À LA TERRE

Ce produit doit être mis à la terre. En cas de dysfonctionnement ou de panne, la mise à la terre fournit un chemin de moindre résistance pour le courant électrique afin de réduire le risque de choc électrique. Ce produit est équipé d'un cordon comportant un conducteur de mise à la terre et une fiche de mise à la terre. La fiche doit être branchée dans une prise appropriée, correctement installée et mise à la terre, conformément à tous les codes et ordonnances locaux.

DANGER – Une connexion incorrecte du conducteur de mise à la terre de l'équipement peut entraîner un risque de choc électrique. En cas de doute sur la mise à la terre de l'appareil, consultez un électricien ou un réparateur qualifié. Ne pas modifier la fiche fournie avec le produit : si elle ne convient pas à la prise, faites installer une prise appropriée par un électricien qualifié.

Ce produit est destiné à être utilisé sur un circuit nominal de 120V/220V et possède une fiche de mise à la terre qui ressemble à la fiche illustrée dans le croquis A de la figure. S'assurer que le produit est connecté à une prise ayant la même configuration que la fiche. Aucun adaptateur ne doit être utilisé avec ce produit.

MÉTHODES DE MISE À LA TERRE



(ES) PRECAUCIÓN

- Este equipo está diseñado únicamente para ser utilizado en el hogar (uso doméstico - clase C). No utilice el equipo en ningún entorno comercial, institucional ni de alquiler
- El equipo solo debería ser utilizado por personas con un peso igual o inferior a **110kg/ 242.51lb**
- Utilice el equipo solo como se describe en este manual. Consulte con su médico antes de realizar cualquier programa de ejercicios
- Mantenga a los niños y mascotas alejados del dispositivo en todo momento
- Este aparato puede ser utilizado por niños a partir de los 14 años y personas con capacidades físicas, sensoriales o mentales reducidas o con falta de experiencia y conocimiento si han recibido supervisión o instrucciones sobre el uso del aparato de forma segura y comprenden los peligros que conlleva
- Los menores de 14 años no deben realizar tareas de limpieza y mantenimiento del usuario
- Asegúrese de que el equipo quede ubicado sobre una superficie plana, estable y nivelada, manteniendo despejada la zona alrededor del mismo en un radio de al menos 0,6 m
- Utilice siempre zapatillas de deporte y ropa de entrenamiento adecuadas
- Puede mantenerse el nivel de seguridad del equipo únicamente si se revisa de forma periódica en cuanto a daños y desgaste. Sustituya de inmediato los componentes defectuosos o mantenga el equipo fuera de servicio hasta que sea reparado. Preste especial atención a los componentes más propensos al desgaste. Se deben leer y seguir todas las advertencias e instrucciones antes de su uso
- Mantenga el pelo, el cuerpo y la ropa libres y despejados de todas las partes móviles
- Si en cualquier momento al hacer ejercicio se siente débil, mareado o siente dolor, deje de hacer ejercicio de inmediato y consulte con su médico
- Hacer ejercicio en exceso puede provocar lesiones graves o la muerte
- Mantenga el equipo en interiores, lejos de la humedad y del polvo. No coloque el equipo en un garaje o patio techado ni cerca del agua
- Si se deja sobresaliendo cualquiera de los dispositivos de ajuste, estos podrían interferir con el movimiento del usuario.
- El sistema de monitorización de la frecuencia cardíaca puede ser inexacto. El ejercicio excesivo puede provocar lesiones graves o la muerte. Interrumpa el ejercicio inmediatamente
- Este equipo es de uso exclusivo para el consumidor
- Asegúrese de que haya una zona de seguridad de al menos 2 m x 1 m detrás del equipo
- No se debe utilizar la caminadora si está plegada
- Deje que la superficie para caminar o correr se detenga por completo antes de plegarla
- El valor del nivel de presión acústica de emisión ponderada A en la oreja del formador es de unos 59 dB(A), El nivel de ruido es mayor con carga que sin ella
- Sométase a un examen médico antes de comenzar cualquier programa de ejercicios
- Lea, comprenda y pruebe los procedimientos de parada de emergencia antes de su uso
- Recomendaciones para mantener limpia y seca la parte superior de la superficie móvil
- Este equipo de entrenamiento fijo no es adecuado para fines que requieran una alta precisión
- Este producto tiene una garantía de dos años para el comprador original contra posibles defectos en los materiales y la fabricación, y solo estará cubierta en el país de compra. Conserve su recibo como prueba de compra. Encontrará más información en: <https://www.reebokfitness.info/treadmill-warranty>

PRECAUCIÓN: Se advierte al usuario de que los cambios o modificaciones no aprobados expresamente por la parte responsable del cumplimiento normativo podrían invalidar la autoridad del usuario para utilizar el equipo.

INSTRUCCIONES IMPORTANTES DE SEGURIDAD

Cuando se utiliza un aparato eléctrico, siempre deben seguirse las precauciones básicas, entre las que se incluyen las siguientes: Lee todas las instrucciones antes de utilizar (este aparato).

PELIGRO

- Para reducir el riesgo de descarga eléctrica y lesiones por piezas móviles: Siempre desenchufe el aparato de la toma de corriente inmediatamente después de utilizarlo y antes de limpiarlo o realizarle una reparación.

ADVERTENCIA

- A fin de disminuir el riesgo de que las personas sufran quemaduras, incendios, descargas eléctricas o lesiones se debe hacer lo siguiente:
 1. Este aparato no está diseñado para que lo utilicen personas con capacidades físicas, sensoriales o mentales reducidas, o con falta de experiencia y conocimientos, a menos que las supervise o instruya una persona responsable de su seguridad. Se debe mantener a los niños menores de 13 años alejados de esta máquina
 2. Este aparato solo se debe utilizar para el uso previsto, tal y como se describe en este manual. No se deben usar accesorios no recomendados por el fabricante
 3. No se debe poner en marcha el aparato si las salidas de aire están bloqueadas. Estas se deben mantener sin pelusas, pelos u elementos obstruidores similares
 4. No se debe dejar caer ni introducir ningún objeto en ninguna abertura
 5. No se debe utilizar en ambientes al aire libre. Está destinado únicamente al uso doméstico
 6. No se debe operar donde se utilicen productos en aerosol (espray) o donde se administre oxígeno
 7. Nunca debe dejar el aparato desatendido cuando está enchufado. Desenchúfelo de la toma de corriente cuando no lo utilice y antes de agregarle o quitarle piezas
 8. Nunca utilice el aparato si el cable o el enchufe están dañados, si no funciona correctamente, si se ha caído o averiado, o si se ha caído al agua. Lleve el aparato a un centro de servicio para que puedan examinarlo y repararlo
 9. Mantenga el cable alejado de las superficies calientes
 10. Para desconectar el aparato, gire todos los controles a la posición de apagado y, a continuación, desconecte el enchufe de la toma de corriente
 11. PRECAUCIÓN: Riesgo de lesiones en personas. Para evitar lesionarse, extrene las precauciones al subir o bajar de una cinta en movimiento. Lea el manual de instrucciones antes de usar el aparato
 12. Conecte este aparato únicamente a una toma de corriente con conexión a tierra. Consulte las instrucciones de conexión a tierra
 13. RETIRE LA CAJA DE CONTROL (O LA LLAVE O EL PASADOR DE SEGURIDAD, SEGÚN CORRESPONDA) CUANDO NO LA UTILICE, Y GUÁRDELA FUERA DEL ALCANCE DE LOS NIÑOS
 14. No transporte este aparato por el cable de alimentación ni utilice el cable como asa

SE DEBEN GUARDAR ESTAS INSTRUCCIONES.

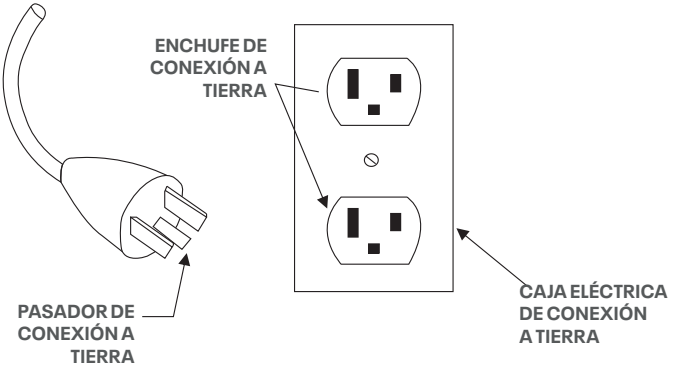
INSTRUCCIONES DE CONEXIÓN A TIERRA

Este producto debe estar conectado a tierra. En caso de mal funcionamiento o avería, la conexión a tierra proporciona una vía de menor resistencia a la corriente eléctrica para reducir el riesgo de una descarga eléctrica. Este producto cuenta con un cable con un conductor de conexión a tierra para el equipo y un enchufe de conexión a tierra. El enchufe debe conectarse a una toma de corriente adecuada que esté correctamente instalada y conectada a tierra de acuerdo con todos los códigos y ordenanzas locales.

PELIGRO – Si la conexión del conductor de conexión a tierra del equipo es incorrecta, puede provocar un riesgo de descarga eléctrica. Consulte a un electricista o técnico capacitado si tiene dudas sobre si el producto está correctamente conectado a tierra. No modifique el enchufe provisto con el producto; si no encaja en la toma de corriente, pídale a un electricista capacitado que instale una toma de corriente adecuada.

Este producto debe utilizarse en un circuito nominal de 120V/220V y dispone de un enchufe de conexión a tierra similar al enchufe ilustrado en el esquema A de la figura. Asegúrese de que el producto esté conectado a una toma de corriente con la misma configuración que el enchufe. No debe utilizarse ningún adaptador con este producto.

MÉTODOS DE CONEXIÓN A TIERRA



(DE) ACHTUNG

- Das Gerät ist nur für den Heimgebrauch geeignet (Verwendungsklasse H, Genauigkeitsklasse C). Verwenden Sie das Gerät nicht zu gewerblichen, Vermietungs - oder institutionellen Zwecken
- Das Gerät sollte nur von Personen verwendet werden, die max. **110kg** wiegen
- Verwenden Sie das Gerät nur wie in dieser Anleitung beschrieben. Wenden Sie sich an Ihren Arzt, bevor Sie ein Trainingsprogramm durchführen
- Bewahren Sie das Gerät stets außerhalb der Reichweite von Kindern und Haustieren auf
- Dieses Gerät kann von Kindern ab 14 Jahren und Personen mit eingeschränkten physischen, sensorischen oder mentalen Fähigkeiten oder mit mangelnder Erfahrung bzw. mangelndem Wissen verwendet werden, wenn sie beaufsichtigt werden oder in die sichere Verwendung des Geräts eingewiesen wurden und die damit verbundenen Gefahren verstehen
- Reinigung und Wartung sollten nicht von Kindern unter 14 Jahren durchgeführt werden
- Stellen Sie sicher, dass sich das Gerät auf einer flachen, stabilen und geraden Oberfläche befindet und ein Mindestabstand von 0,6 m um das Gerät eingehalten wird
- Tragen Sie stets angemessene Sportbekleidung und Trainingsschuhe
- Das Sicherheitsniveau des Geräts kann nur gewährleistet werden, wenn es regelmäßig auf Beschädigungen und Verschleiß geprüft wird. Tauschen Sie defekte Teile umgehend aus bzw. benutzen Sie das Gerät erst wieder, wenn es repariert wurde. Achten Sie insbesondere auf verschleißanfällige Teile. Alle Warnungen und Anweisungen müssen vor dem Gebrauch gelesen und berücksichtigt werden
- Halten Sie Haare, Körper und Bekleidung von sämtlichen beweglichen Geräteteilen fern
- Sollten Sie sich zu einem beliebigen Zeitpunkt während Ihres Workout schwach fühlen, Ihnen schwindelig sein oder Sie Schmerzen verspüren, brechen Sie das Training umgehend ab und konsultieren Sie einen Arzt
- Übermäßiges Training kann zu ernsthaften Verletzungen oder zum Tod führen
- Stellen Sie das Gerät im Innenbereich an einem trockenen und staubfreien Ort auf. Stellen Sie es nicht in einer Garage, auf einer überdachten Veranda oder in der Nähe von Wasser auf
- Ragen Einstellgeräte aus dem Gerät heraus, können sie sich dadurch im Bewegungsbereich des Nutzers befinden
- Der Herzfrequenzmesser kann ungenaue Werte liefern. Übermäßiges Training kann zu ernsthaften Verletzungen oder zum Tod führen. Beenden Sie das Training umgehend
- Dieses Gerät ist nur für den privaten Gebrauch bestimmt
- Sorgen Sie hinter dem Gerät für einen Sicherheitsbereich von mind 2 m x 1 m
- Ein zusammengeklapptes Laufband sollte nicht bedient werden
- Lassen Sie die Lauffläche vor dem Zusammenklappen vollständig zum Stillstand kommen
- Die Geräuschemission ist unter Last höher als ohne Last [58 dB(A)]
- Dieses stationäre Trainingsgerät ist nicht für Präzisionszwecke geeignet
- Für dieses Produkt wird dem Erstkäufer eine Garantie von zwei Jahren gegen mögliche Material- und Verarbeitungsfehler gewährt, die nur im Land des Kaufs gilt. Bitte bewahren Sie Ihre Quittung als Kaufnachweis auf. Weitere Informationen finden Sie unter: <https://www.reebokfitness.info/treadmill-warranty>

Achtung: Der Benutzer wird davor gewarnt, dass Änderungen bzw. Modifikationen, die nicht ausdrücklich von der für die Einhaltung der Vorschriften verantwortlichen Partei genehmigt wurden, dazu führen können, dass der Benutzer die Berechtigung zum Betrieb des Geräts verliert.

(PT) ATENÇÃO

- O equipamento destina-se exclusivamente a utilização doméstica (Utilização doméstica, Classe C). Não utilize o equipamento em qualquer ambiente comercial, de aluguer ou institucional
- O equipamento deve ser utilizado apenas por pessoas com um peso igual ou inferior a **110kg (242.51lb)**
- Utilize o equipamento apenas conforme descrito neste manual. Consulte o seu médico antes de realizar qualquer programa de exercícios
- Mantenha sempre as crianças e os animais de estimação afastados do equipamento
- Este equipamento pode ser usado por crianças com 14 anos ou mais e por pessoas com capacidades físicas, sensoriais ou mentais reduzidas ou sem experiência nem conhecimentos se forem supervisionadas ou instruídas relativamente à sua utilização segura e compreenderem os perigos envolvidos
- A limpeza e a manutenção por parte do utilizador não devem ser realizadas por crianças com menos de 14 anos
- Certifique-se de que o equipamento é colocado numa superfície plana, estável e nivelada, com pelo menos 0,6 m de área livre à volta do mesmo
- Use sempre roupa e calçado de desporto adequados
- O nível de segurança do equipamento apenas pode ser garantido se este for regularmente inspecionado quanto a danos e desgaste. Substitua imediatamente componentes com defeito e/ou não use o equipamento enquanto não for reparado. Preste especial atenção aos componentes mais suscetíveis a desgaste. Todos os avisos e instruções têm que ser lidos e respeitados antes de qualquer utilização
- Mantenha o cabelo, o corpo e a roupa afastados de todas as peças móveis
- Se a qualquer momento durante a prática de exercício sentir sensação de desmaio, tonturas ou dores, interrompa imediatamente e consulte o seu médico
- O excesso de exercício pode resultar em lesões graves ou morte.
- Mantenha o equipamento no interior, num local sem humidade nem poeira. Não coloque o equipamento numa garagem ou pátio coberto, nem perto de água
- Se algum dos mecanismos de ajuste ficar saliente, poderá interferir com os movimentos do utilizador
- O sistema de monitorização do ritmo cardíaco pode não ser exato. O excesso de exercício pode resultar em lesões graves ou morte. Interrompa imediatamente a prática de exercício
- Este equipamento destina-se apenas à utilização pelo consumidor
- Garanta uma área de segurança de pelo menos 2000 mm x 1000 mm atrás do equipamento
- Não utilize a passadeira quando estiver dobrada
- Aguarde que a superfície de corrida pare completamente para dobrar a passadeira
- O valor do nível de pressão sonora de emissão ponderado A no ouvido do formador é de cerca de 59 dB(A)
- Este equipamento de treino fixo não é adequado para fins de elevada exatidão
- Este produto inclui uma garantia de dois anos para o comprador original contra possíveis defeitos materiais e de fabrico apenas aplicável no país onde a compra foi efetuada. Guarde a fatura como comprovativo de compra. Pode encontrar mais informações em: <https://www.reebokfitness.info/treadmill-warranty>

Atenção: avverte-se o utilizador para o facto de que quaisquer alterações ou modificações não expressamente aprovadas pela parte responsável pela conformidade poderão anular a autoridade do utilizador para operar o equipamento.

(NL) WAARSCHUWINGEN

- De apparatuur is alleen bedoeld voor thuisgebruik (HC). De apparatuur niet gebruiken in een commerciële, verhuur- of institutionele setting
- De apparatuur mag alleen worden gebruikt door personen die **110kg/ 242.51lb** of minder wegen
- Gebruik de apparatuur uitsluitend zoals beschreven in deze handleiding. Raadpleeg uw arts voordat u een trainingsprogramma uitvoert
- Kinderen en huisdieren uit de buurt van het toestel houden
- Dit apparaat kan worden gebruikt door kinderen van 14 jaar en ouder en personen met verminderde lichamelijke, zintuiglijke of geestelijke vermogens of gebrek aan ervaring en kennis als ze toezicht of instructie hebben gekregen met betrekking tot het veilig gebruik van het apparaat en de betrokken risico's begrijpen
- Reiniging en gebruikersonderhoud mag niet worden gedaan door kinderen jonger dan 14 jaar
- Zorg ervoor dat de apparatuur op een vlak, stabiel en effen oppervlak staat met ten minste 0,6 m vrije ruimte rond de apparatuur
- Draag altijd geschikte trainingskleding en trainingsschoenen
- Het veiligheidsniveau van de apparatuur kan alleen worden gehandhaafd als het regelmatig wordt gecontroleerd op schade en slijtage. Defecte onderdelen onmiddellijk vervangen en/of de apparatuur buiten gebruik houden tot het is gerepareerd. Let speciaal op onderdelen die het meest gevoelig zijn voor slijtage. Alle waarschuwingen en instructies moeten worden gelezen en gevolgd voorafgaand aan het gebruik
- Haar, lichaam en kleding vrij en uit de buurt van alle bewegende delen houden
- Als u op enig moment tijdens de training zwakte, duizeligheid of pijn ervaart, stop dan onmiddellijk met trainen en raadpleeg uw arts
- Overtraining kan leiden tot ernstig letsel of overlijden
- Houd de apparatuur binnenshuis, uit de buurt van vocht en stof. Plaats de apparatuur niet in een garage of overdekte patio, of in de buurt van water
- Als er verstelsystemen blijven uitsteken, kunnen ze de beweging van de gebruiker belemmeren
- Het hartslagmetersysteem kan onnauwkeurig zijn
- Overmatige training kan leiden tot ernstig letsel of overlijden. Stop onmiddellijk met trainen
- Deze apparatuur is alleen voor consumentengebruik
- Zorg voor een veiligheidszone van ten minste 2000mm x 1000mm achter de apparatuur
- Een ingeklapte loopband dient niet te worden gebruikt
- Laat het loopoppervlak volledig tot stilstand komen voordat u de loopband inklappt
- De waarde van het A-geclassificeerde afgegeven geluidrukniveau bij het oor van de sporter is ongeveer 59 dB(A)
- Deze stationaire trainingsapparatuur is niet geschikt voor doelen met hoge nauwkeurigheid
- Dit product wordt gegarandeerd aan de oorspronkelijke koper gedurende twee jaar tegen mogelijke defecten in materiaal en afwerking en wordt alleen gedekt in het land van aankoop. Bewaar uw betalingsbewijs als bewijs van aankoop. Meer informatie is te vinden op: <https://www.reebokfitness.info/treadmill-warranty>

Attentie: De gebruiker wordt erop geattendeerd dat veranderingen of wijzigingen die niet uitdrukkelijk zijn goedgekeurd door de partij die verantwoordelijk is voor de naleving, de autoriteit van de gebruiker om de apparatuur te bedienen ongeldig kan maken.

(IT) AVVERTENZA!

- L'attrezzo deve essere utilizzato esclusivamente in ambiente domestico (HC). Non può essere noleggiato, né essere utilizzato per scopi commerciali o presso sedi istituzionali
- Il peso massimo consentito dell'utilizzatore è di **110kg**
- Per l'utilizzo è necessario attenersi alle istruzioni riportate nel presente manuale. Consulta il tuo medico prima di svolgere qualunque programma di esercizi
- Tieni sempre lontani bambini e animali domestici
- L'attrezzo può essere usato da ragazzi con un'età minima di 14 anni e da persone con ridotte capacità fisiche, sensoriali o mentali o senza esperienza e conoscenza, soltanto previa supervisione e istruzione sull'uso dell'apparecchio in sicurezza e comprensione dei potenziali rischi
- Gli interventi di pulizia e manutenzione devono essere effettuati da persone di età superiore ai 14 anni
- Assicurati che l'attrezzo sia collocato su una superficie piana, stabile e livellata, prevedendo intorno ad esso uno spazio minimo di 0,6 m
- Per i tuoi allenamenti indossa sempre indumenti appropriati e scarpe da ginnastica
- Il livello di sicurezza dell'attrezzo può essere assicurato solo se viene regolarmente controllato per verificarne eventuali danneggiamenti o usura. Sostituisci immediatamente i componenti difettosi e non consentire l'accesso all'attrezzo fino ad avvenuta riparazione. I componenti maggiormente soggetti ad usura devono essere controllati con maggiore attenzione. Prima dell'utilizzo leggi con attenzione e segui tutte le avvertenze e istruzioni.
- Prima dell'utilizzo, fai attenzione che i capelli, le parti del corpo e gli indumenti non restino impigliati in parti in movimento
- Se durante la sessione dovessi avere vertigini, un mancamento o avvertire dolore, interrompi subito l'allenamento e chiama il tuo medico
- Esagerare nell'allenamento può causare serie lesioni o morte
- Tieni l'attrezzo in un locale chiuso, lontano dall'umidità e dalla polvere. Non posizionare l'attrezzo in garage, all'aperto anche se al coperto, o vicino all'acqua
- Se viene lasciato sporgere qualche dispositivo di regolazione potrebbe interferire con il movimento dell'utente.
- La frequenza cardiaca può non essere sempre monitorata con la necessaria precisione
- Sforzi eccessivi possono portare a gravi lesioni o anche alla morte. Interrompi subito l'allenamento.
- L'attrezzo è destinato esclusivamente all'uso privato
- Dietro l'attrezzo prevedere sempre uno spazio libero di almeno 2000 x 1000 mm
- Quando il tapis roulant è ripiegato non deve essere messo in funzione
- Prima di ripiegarlo, far avanzare la superficie di scorrimento fino all'arresto finale
- Sotto carico, le emissioni rumorose sono maggiori rispetto a quando non è caricato. [58 dB(A)]
- Questa attrezzatura fissa per l'allenamento non è idonea qualora si richieda un elevato grado di precisione
- Il prodotto è coperto per due anni da garanzia contro eventuali difetti di materiale e lavorazione per l'acquirente originale ed esclusivamente nel paese di acquisto. Conservare la ricevuta a riprova dell'avvenuto acquisto. Per ulteriori informazioni, consultare il sito: <https://www.reebokfitness.info/treadmill-warranty>

Attenzione: Si avverte l'utente che eventuali cambiamenti o modifiche non espressamente approvati dal responsabile della conformità possono invalidare la facoltà dell'utente a utilizzare l'apparecchiatura.

i-Run 4.5



(ZH) 警告

- 该设备仅供家庭使用(HC)。请勿在任何商业、租赁或机构场所使用本设备
- 设备只能由体重在**110公斤/242.51**磅以下的人员使用
- 请按照本使用说明书的描述使用设备,在进行任何运动之前, 请咨询您的医生
- 务必让儿童和宠物远离设备
- 器具不打算由存在肢体, 感官或精神能力缺陷或缺少使用经验和知识的人 (包括儿童) 使用, 除非有负责他们安全的人对他们进行与器具使用有关的监督或指导; 应照顾好儿童, 确保他们不玩耍本器具
- 本产品旨在由成人用来进行体育锻炼, 本产品不宜14岁以下的人使用
- 残障人士不得在没有合格人员协助的情况下使用设备
- 确保设备在一个平坦、稳定和水平的表面上, 设备周围应至少留有0.6米的空间
- 使用设备时务必穿着合适的运动服和训练鞋
- 只有定期检查设备的损坏和磨损情况, 才能保持设备的安全水平。立即更换有缺陷的部件和/或使设备停止使用直至修理。特别注意易磨损的部件。在使用前必须阅读并遵循所有警告和说明
- 务必使头发、身体和衣服远离活动部件
- 如果在运动过程中你感到疲劳、头晕或疼痛, 立即停止运动并咨询医生
- 过度运动可能导致严重的伤害或死亡
- 请将设备放置在室内, 远离湿气、灰尘。不要把设备放在车库或有盖的天井, 或靠近水
- 如果任何设备调整装置是突出的, 它们可能会干扰用户的移动
- 心率监测系统只能作为运动辅助工具。 用于确定心率的大体趋势, 读数可能不是很精确, 过度运动可导致严重的伤害或死亡, 请立即停止运动
- 此设备仅供消费者使用
- 运动前请充分热身
- 确保跑步机后方应留有至少2000 mm x 1000 mm的空间
- 跑步机处于折叠状态时, 不允许被使用
- 务必在跑带完全停止后, 折叠跑步机
- 训练者耳朵处的A加权声压级值约为59 dB (A) 。负载下的噪声排放高于无负载时的噪声排放
- 针对材料和工艺方面可能存在的缺陷, 本产品对原始购买者提供两年质保, 并且仅在购买国境内提供质保。请保留您的收据作为购买凭证。更多详情请访问: <https://www.reebokfitness.info/treadmill-warranty>

警告:警告用户, 未经遵守责任方明确批准的更改或修改可能使用户操作设备的权限失效。

(JA) 注意

- 機器は家庭用として (HC) のみ意図されています。機器を営利的な、レンタル、あるいは施設の設定で使用しないでください
- 機器は体重が**110kg/ 242.51lb** 以下の人しか使用すべきではありません
- 機器を本マニュアルの中で記述されているようにのみ使用してください。何らかの運動プログラムを行う前に、医者にご相談ください
- いつでも、子供とペットを装置に近づけないでください
- この装置は、装置の安全な使用に関する監督または説明を受け、関係する危険を理解している14歳以上の子供や、身体能力、感覚能力、あるいは精神能力が劣った人、あるいは経験や知識がない人が使用することができます
- クリーニングやユーザーメンテナンスは、14歳未満の子供が行ってはいけません
- 機器を必ず、平らな、安定した水準面の上に、機器の周りのエリアから最低、0.6m 離して置いてください
- いつも適切な運動用衣服を着、トレーニング用靴を履いてください
- 機器の安全レベルは、損傷や摩耗がないかどうかを定期的に検査する場合のみ、維持することができます。欠陥があるコンポーネントは即座に交換し、および/あるいは、機器が修理されるまで使用しないでください。接続点など、最も摩耗しやすいコンポーネントに特に注意を払ってください。ご使用前に、すべての警告と使用説明を読み、従ってください
- 髪、身体、衣服がすべての可動部分に巻き込まれないように、注意してください
- 運動中にめまいがしたり、フラフラしたり、あるいは痛みを感じるときはいつでも即座に運動をやめ、医師にみてもらってください
- 過剰な運動をすると、大怪我や死をもたらす可能性があります
- 機器を常に屋内に置き、湿気や埃から守ってください。機器をガレージや、屋根のある中庭、あるいは水のそばで使用しないでください
- 調節デバイスのどれかが突き出たままになっていると、ユーザーの動きと干渉する可能性があります
- 心拍数監視システムは不正確かもしれません。 過剰な運動をすると、大怪我や死をもたらす可能性があります。即座に運動をやめてください
- この機器は民生用にのみ利用してください
- 機器の後ろに少なくとも 2000 mm x 1000 mm の安全エリアを確保してください
- たたまれたトレッドミルは作動させるべきではありません
- たたむ前に、ランニングベルトが完全に止まるのを待ってください
- トレーナーの耳でのA 加重放出音圧レベルの値は、およそ 59 dB(A) です
- この製品は当初の購入者に対して、2 年間、材料と細工におけるあるかもしれない欠陥に対して保証されており、購入された国でのみカバーされます。購入の証明として、レシートをとっておいてください。詳細は次をご覧ください: <https://www.reebokfitness.info/treadmill-warranty>

注意: 準拠に対して責任のある当事者によってはっきりと承認されていない変更、または修正を行うと、機器を運転するユーザーの資格が無効になるかもしれないことに注意してください。

(KO) 주의

- 본 장비는 가정용으로 제작되었습니다 (가정용 C 클래스). 업체나 대여 서비스, 공공장소 등에서 사용해서는 안 됩니다
- 본 장비는 체중이 **110kg** 이하인 사람만 사용 가능합니다
- 매뉴얼에 명시된 방식으로만 장비를 활용해야 합니다. 운동 프로그램을 시작하기 전, 의사에게 문의하시기 바랍니다
- 어린이와 애완동물이 절대 기기 가까이 오지 않도록 합니다
- 본 기기 사용으로 수반될 수 있는 위험을 이해하고 안전하게 기기를 사용할 수 있도록 감시하거나 설명해줄 수 있는 환경이 사용자에게 주어진다는 조건 하에서, 본 기기는 14세 이상의 어린이는 물론 신체나 감각, 정신적 능력이 저하되었거나 경험, 지식이 부족한 사람도 이용 가능합니다
- 14세 미만의 어린이가 기기를 청소하고 유지보수에 참여해서는 안 됩니다
- 기울어지지 않은 편평하고 안정적인 표면에 기기를 두되, 주변에 최소 0.6m의 여유 공간을 둥니다
- 항상 적합한 운동복과 운동용 신발을 착용하시기 바랍니다
- 손상이나 마모된 부분이 있는지 정기적으로 검사를 받은 경우에만 기계의 안전이 보장됩니다. 하자가 발견된 부품은 즉각 교체하거나 수리가 완료될 때까지 기계 사용을 중단합니다. 소모가 많이 되는 부품에 특히 주의를 기울이십시오. 경고사항과 안내문을 모두 읽고 숙지한 후 제품을 사용하시기 바랍니다
- 머리카락과 신체, 옷이 작동 중인 제품에 가까이 닿지 않도록 합니다
- 운동 도중 현기증을 느끼거나 통증 발생 시 운동을 즉각 중단하고 의사의 진찰을 받으시기 바랍니다
- 과도한 운동으로 증상을 입거나 사망에 이를 수 있습니다
- 습기와 먼지가 없는 실내에서 장비를 보관합니다. 차고나 정원 파티오, 물 근처에서 장비를 보관하지 마십시오
- 조절 장치 중 어느 한가지라도 돌출된 상태로 내버려두면, 운동에 방해가 될 수 있습니다
- 심장박동수 모니터링 기기의 수치가 정확하지 않을 수 있습니다. 과도한 운동으로 증상을 입거나 사망에 이를 수 있습니다. 운동을 즉각 중단하십시오
- 본 장비는 소비자 용도로 한정합니다
- 사용자의 귀에 전달되는 A 웨이트 배출 음압 레벨은 대략 59데시벨(A) 입니다
- 장비 뒤쪽으로 최대 2000mm x 1000mm의 안전 공간을 확보합니다
- 트레드밀을 접어둔 상태에서 가동해서는 안 됩니다
- 작동이 완전히 멈춘 상태에서 기기를 접어야 합니다
- 본 제품의 소재와 제조 공정상의 결함이 있는 경우 최초 구매자에 한해 2년간 품질 보증을 해드리며 구매 국가에서만 적용 가능합니다. 영수증을 구매 증거 자료로 보관해 주시기 바랍니다. 자세한 정보는 여기에서 참조하세요: <https://www.reebokfitness.info/treadmill-warranty>

주의: 제품의 규정을 담당하는 당국이 명확히 승인한 방식이 아님에도 제품을 변경 혹은 개조하는 경우 본 장비의 정당한 사용자 자격이 박탈될 수 있습니다.

(AR) تنبيه

- الجهاز مخصص للاستخدام المنزلي فقط (HC). يُحظر استخدام الجهاز في أي بيئة تجارية أو إيجارية أو مؤسسية

- ينبغي ألا يستخدم الجهاز سوى الأشخاص الذين لا يتجاوز وزنهم 110 كجم / 242.51 رطلاً

- لا تستخدم الجهاز إلا على النحو الموصَّح في هذا الدليل. استشر طبيبك قبل أداء أي برنامج تدريبي

- احرص على إبعاد الأطفال والحيوانات الأليفة عن الجهاز طوال الوقت

- يمكن للأطفال الذين تتراوح أعمارهم بين 14 عامًا فما فوق والأشخاص الذين يعانون من ضعف القدرات الجسدية، أو الحسية، أو العقلية أو من نقص الخبرة والمعرفة، استخدام هذا الجهاز، إذا كانوا تحت الإشراف أو إذا حصلوا على توجيهات تتعلق باستخدام الجهاز بطريقة آمنة، وإذا كانوا على علم بالمخاطر الموجودة

- يُحظر على الأطفال دون عمر 14 عامًا تولي أعمال التنظيف والصيانة للمقتصرة على المستخدم

- احرص على وضع الجهاز على سطح مسطح ومستقر مع توفير مساحة خالية محيطة بالجهاز مقدارها 0.6 متر على الأقل

- ارتد ملابس وأحذية التدريب المناسبة دومًا

- يمكن الحفاظ على مستوى سلامة الجهاز إذا تم فحصه بانتظام للتحقق من عدم وجود تلف أو اهتراء. استبدل المكونات التالفة على الفور و/أو لا تستخدم الجهاز حتى يتم تصليحه. يُرجى الانتباه الشديد للمكونات سريعة التآكل. لا بد من قراءة كل التحذيرات والتعليمات واتباعها قبل الشروع في الاستخدام

- أبق الشعر والجسم والملابس بعيدة عن كل الأجزاء المتحركة

- إذا شعرت خلال التدريب بالإغماء أو الدوخة أو الألم، فتوقَّف عن ممارسة التدريب فورًا واستشر طبيبك

- قد يؤدي الإفراط في التدريب إلى إصابات خطيرة أو الموت

- أبق الجهاز داخل المنزل، بعيدًا عن الرطوبة والتراب. لا تضع الجهاز في مرآب أو فناء مغطى، أو بالقرب من الماء

- إذا تركت أي من معدات الضبط بارزة، فقد تتداخل مع حركة المستخدم

- قد يكون نظام مراقبة سرعة القلب غير دقيق

- يمكن للإفراط في التدريب أن يسبب إصابة بالغة أو الوفاة. أوقف التدريب على الفور

- احرص على ترك مسافة آمان لا تقل عن 2000 × 1000 ملم خلف الجهاز

- تبلغ قيمة مستوى ضغط الصوت الانبعاثي المرجح أ عند أذن المدرب حوالي 59 ديسيبل (أ)

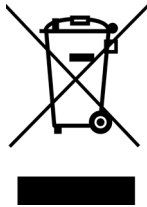
- يحظر تشغيل المشاية الكهربائية وهي مطوية.

- أترك سطح الركض حتى يتوقف تمامًا قبل طي الجهاز.

- بأَيّ هذا المنتج بضمان للمشتري الأصلي لمدة عامين ضد العيوب المحتملة في الخامات والصناعة، ولن يغطيه الضمان إلا في بلد الشراء. يُرجى الاحتفاظ بالإيصال كدليل على الشراء. يمكن العثور على مزيد من التفاصيل في:

<https://www.reebokfitness.info/treadmill-warranty>

تنبيه: ننبه المستخدم إلى أن إجراء أي تغييرات أو تعديلات غير معتمدة صراحة من الطرف المسؤول عن الامتثال يمكن أن يؤدي إلى إلغاء تفويض المستخدم بتشغيل الجهاز.



(EN) WEEE logo this symbol on a product means that the product is covered by European Directive 2012/19/EU.

The Bluetooth® word mark and logos are registered trademarks owned by Bluetooth SIG, Inc. and any use of such marks by RFE International is under license.

Operation frequency of dongle = 10 MHz to 300 GHz and Max. transmitted RF power = 0.632 mW

Hereby, R.F.E International Ltd declares that the radio equipment type “Motorized Treadmill” is in compliance with Directive 2014/53/EU. The full text of the EU declaration of conformity is available at the following internet address: https://library.rfeinternational.com/RVIR-10050_i-Run_4.5_Treadmill_DOC.docx

(FR) Logo DEEE. Ce symbole sur un produit signifie que le produit est couvert par la directive européenne 2012/19/UE.

La marque verbale et les logos Bluetooth sont des marques déposées appartenant à Bluetooth SIG, Inc. et toute utilisation de ces marques par RFE International se fait sous licence.

Fréquence de fonctionnement du dongle = 10 MHz à 300 GHz et puissance RF maximale transmise = 0,632 mW

Par la présente, RFE International Ltd, déclare que l'équipement radio du type « Tapis roulant motorisé » est conforme à la directive 2014/53/UE. Le texte complet de la déclaration UE de conformité est disponible à l'adresse internet suivante: https://library.rfeinternational.com/RVIR-10050_i-Run_4.5_Treadmill_DOC.docx

(ES) Logotipo WEEE [o «RAEE»: residuos de aparatos eléctricos y electrónicos]. Cuando este símbolo aparece en un producto significa que el producto se rige por la Directiva Europea 2012/19/UE.

Los logotipos y marca denominativa Bluetooth® son marcas registradas propiedad de Bluetooth SIG, Inc. y cualquier uso de tales marcas por parte de RFE International se efectúa bajo licencia.

Frecuencia operativa del dongle (dispositivo de bluetooth) = 10 MHz a 300 GHz y máxima potencia de RF transmitida = 0,632 mW

Por la presente, R.F.E International Ltd declara que el tipo de equipo de radio ""Cinta de correr motorizada"" cumple con la Directiva 2014/53/UE. El texto completo de la declaración UE de conformidad está disponible en la dirección de Internet siguiente: https://library.rfeinternational.com/RVIR-10050_i-Run_4.5_Treadmill_DOC.docx

(DE) WEEE-Etikett: Diese Kennzeichnung bedeutet, dass das Produkt unter die EU-Richtlinie 2012/19/EU fällt.

Die Bluetooth®-Wortmarke und -Logos sind eingetragene Markenzeichen im Eigentum von Bluetooth SIG, Inc. und jegliche Verwendung dieser Markenzeichen von RFE International erfolgt unter Lizenz.

Betriebsfrequenz des Dongles = 10 MHz bis 300 GHz und max. übermittelte Sendeleistung = 0,632 Mw

Hiermit erklärt, R.F.E International Ltd, dass der Funkanlagetyp „Motorisiertes Laufband“ der Richtlinie 2014/53/EU entspricht. Der vollständige Text der EU-Konformitätserklärung ist unter der folgenden Internetadresse verfügbar: https://library.rfeinternational.com/RVIR-10050_i-Run_4.5_Treadmill_DOC.docx

(NL) AEEA-logo dit symbool op een product betekent dat het product valt onder de Europese richtlijn 2012/19/EU.

De Bluetooth® woordmarkering en logo's zijn geregistreerde handelsmerken in eigendom van Bluetooth SIG, Inc. en ieder gebruik van deze markeringen door RFE International is onder licentie.

Bedrijfsfrequentie van dongle = 10 MHz tot 300 GHz en Max. uitgezonden RF-vermogen = 0,632 mW

Hierbij verklaart R.F.E International Ltd dat de radio-apparatuur type “gemotoriseerde loopband” in naleving is van Richtlijn 2014/53/EU. De volledige tekst van de EU-conformiteitsverklaring is beschikbaar op het onderstaande internetadres: https://library.rfeinternational.com/RVIR-10050_i-Run_4.5_Treadmill_DOC.docx

(IT) Logo RAEE Questo simbolo apposto su un prodotto indica che il prodotto è conforme alla Direttiva europea 2012/19/UE.

Il marchio e i loghi Bluetooth® sono marchi registrati di proprietà Bluetooth SIG, Inc. e ogni uso di tali marchi da parte di RFE International è concesso su licenza.

Frequenza di funzionamento dongle = da 10 MHz a 300 GHz e potenza RF massima trasmessa = 0,632 mW

R.F.E International Ltd dichiara qui che l'apparecchiatura radio tipo "Tapis roulant motorizzato" è conforme alla direttiva 2014/53/UE. Il testo completo della Dichiarazione di conformità UE è disponibile al seguente indirizzo internet: https://library.rfeinternational.com/RVIR-10050_i-Run_4.5_Treadmill_DOC.docx



(PT) Logótipo WEEE (REEE –resíduos de equipamentos elétricos e eletrónicos). Este símbolo num produto significa que o produto é abrangido pela Diretiva Europeia 2012/19/UE.

A marca nominativa e os logótipos Bluetooth® são marcas registadas detidas pela Bluetooth SIG, Inc. e qualquer utilização dessas marcas pela RFE International está sujeita a licença.

Frequência de operação do dongle de bluetooth = 10 MHz to 300 GHz e potência maxima de RF transmitida= 0.632 mW

Por este meio, a R.F.E International Ltd declara que o presente tipo de equipamento de rádio “Passadeira Motorizada” está em conformidade com a Diretiva 2014/53/UE. O texto completo da declaração de conformidade da UE está disponível no seguinte endereço de Internet: https://library.rfeinternational.com/RVIR-10050_i-Run_4.5_Treadmill_DOC.docx

(ZH) 产品上的WEEE标志表示该产品符合欧盟指令2012/19/EU。

蓝牙®文字标志和徽标是由蓝牙SIG, Inc.拥有的注册商标，RFE International对这些 标志的任何使用都是经过许可的。

在此，RFE international声明本产品符合指令2014/53/EU的基本要求和和其他相关规定。

(JA) WEEE ロゴ。製品上のこのシンボルは製品が欧州指令 2012/19/EU によってカバーされていることを意味します。

Bluetooth® ワードマークとロゴは、Bluetooth SIG, Inc. が所有する登録商標であり、RFE インターナショナルによるそのようなマークのどんな使用も許可を得ています。

この結果、RFE インターナショナルが、この製品が指令 2014/53/EU の本質的な必要条件と他の関連する規定にに応じていることを宣言しています。

(KO) WEEE 로고- 제품에 본 표시가 붙은 것은 해당 제품이 유럽 지침 2012/19/EU를 준수하고 있음을 뜻합니다.

Bluetooth® 글자 마크와 로고는 Bluetooth SIG, Inc. 소유 등록상표이며 RFE 인터내셔널은 라이선스 계약에 따라 해당 마크를 사용합니다.

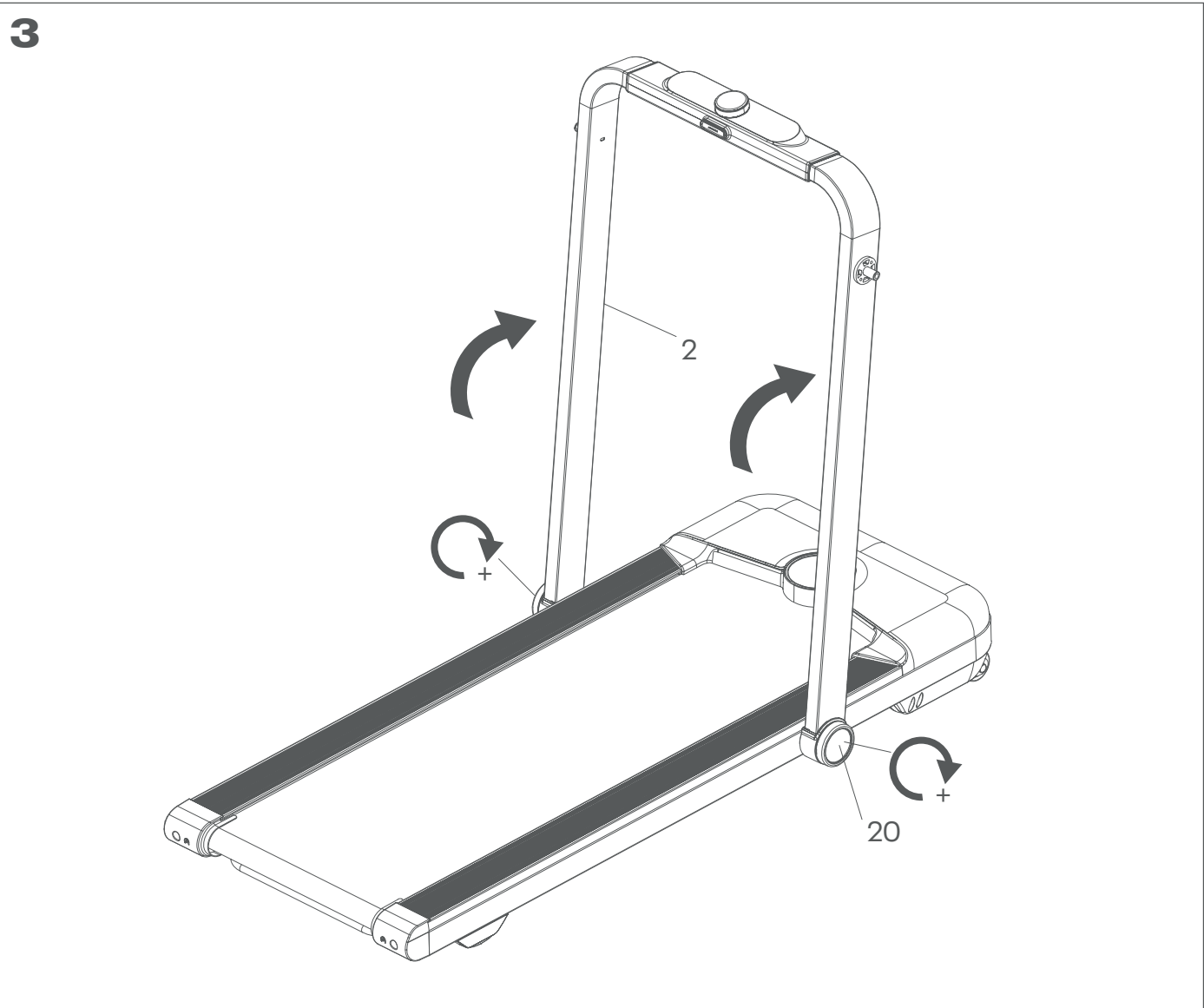
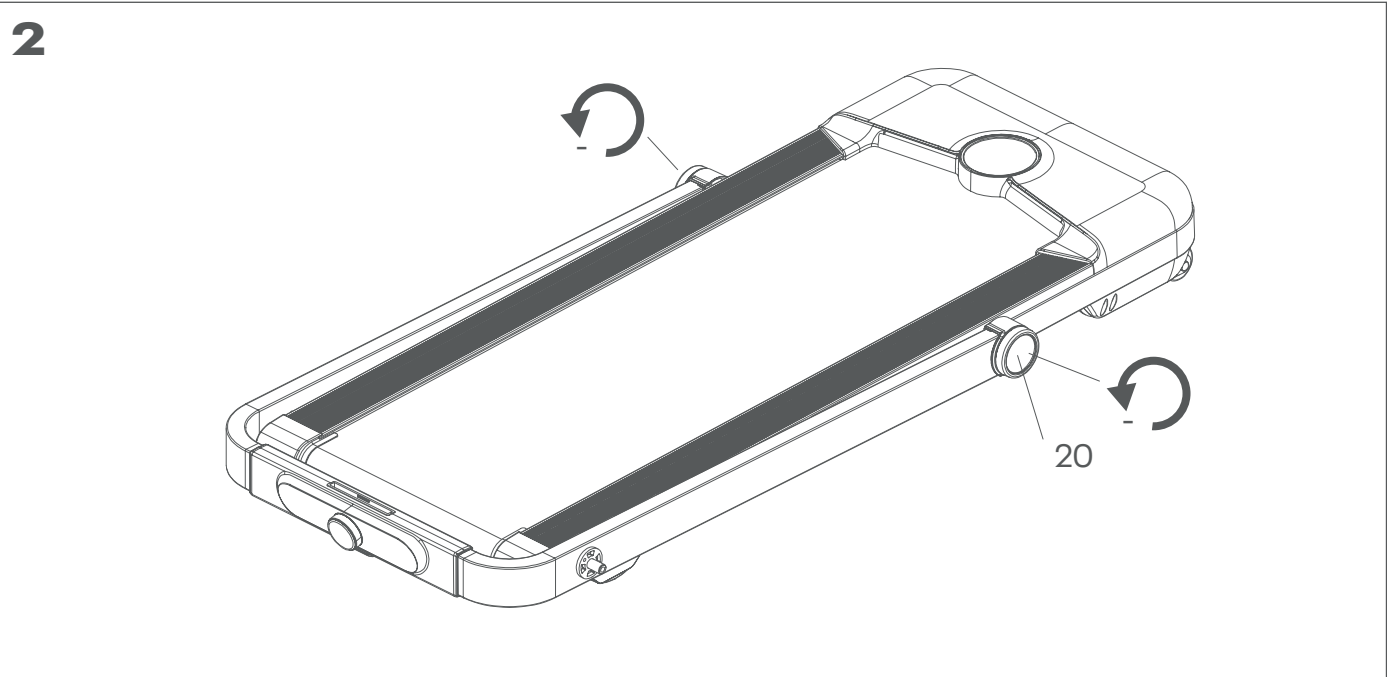
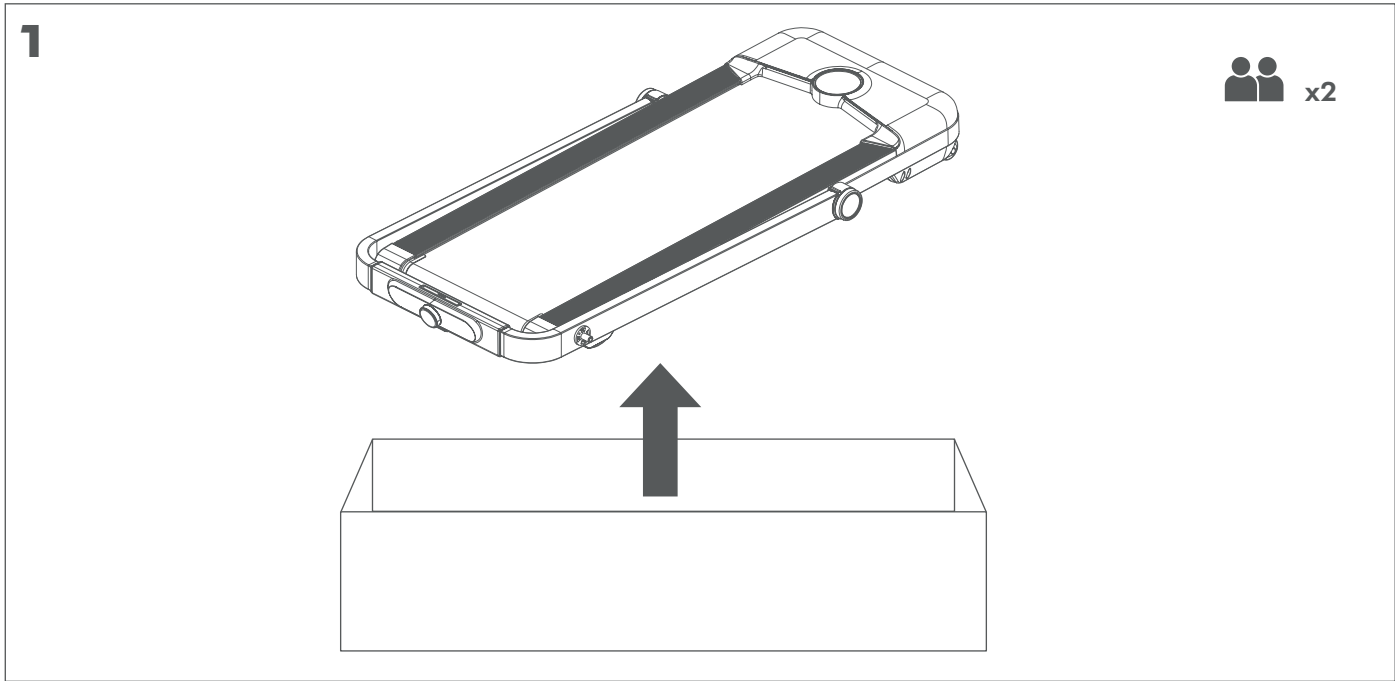
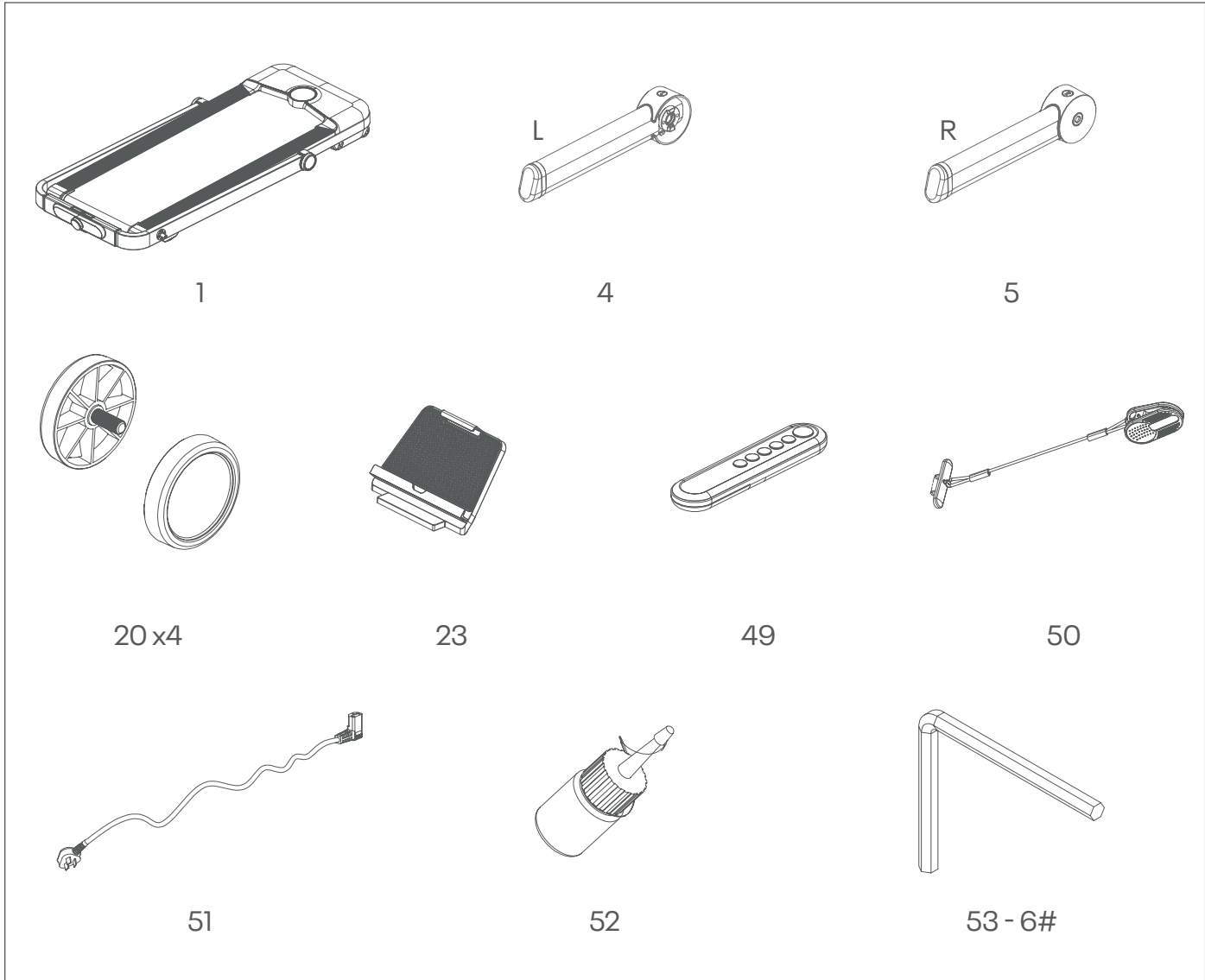
이에 따라 RFE 인터내셔널은 본 제품이 지침 2014/53/EU의 핵심 조건은 물론 기타 관련 조항을 준수함을 선포합니다.

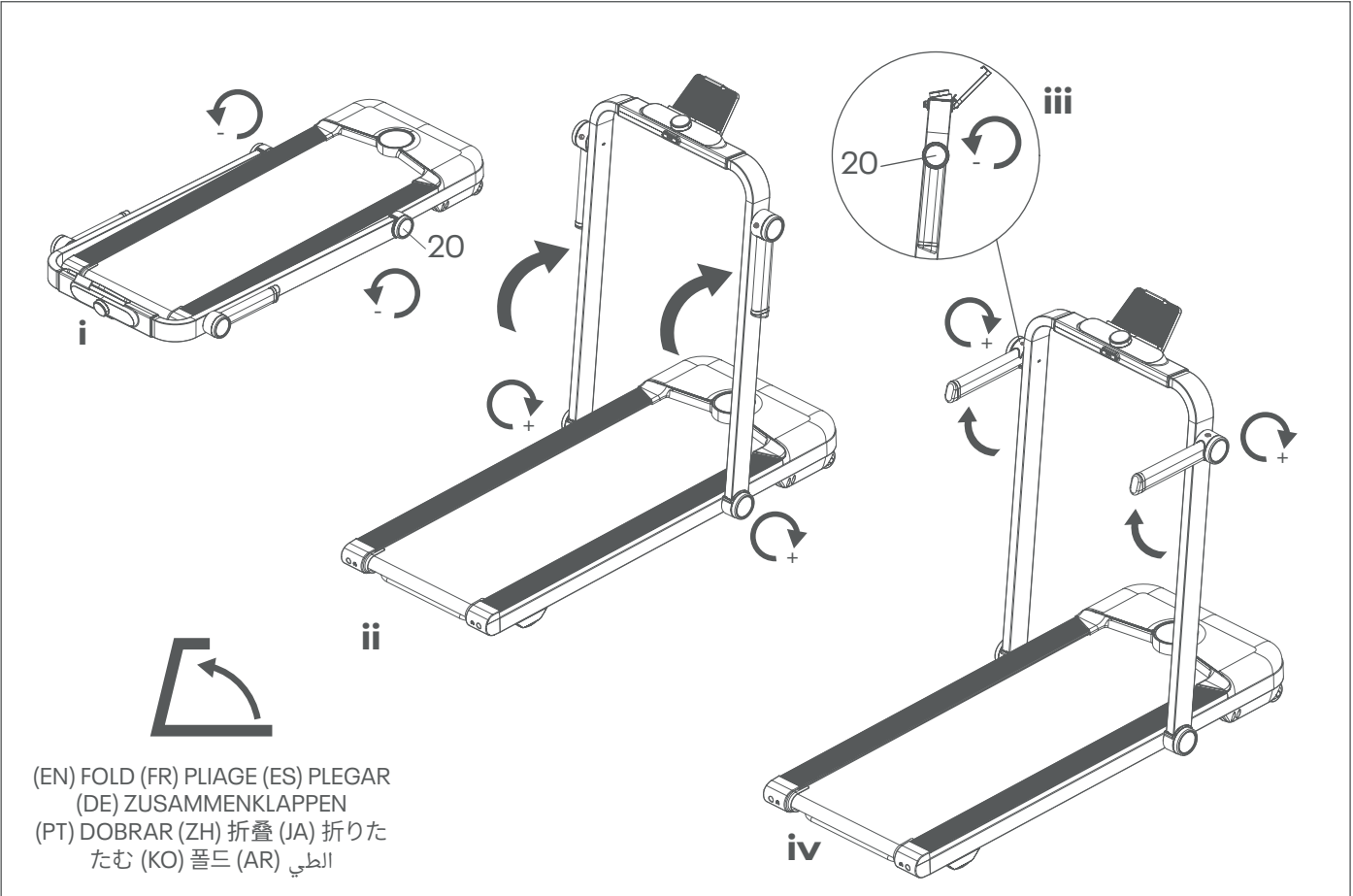
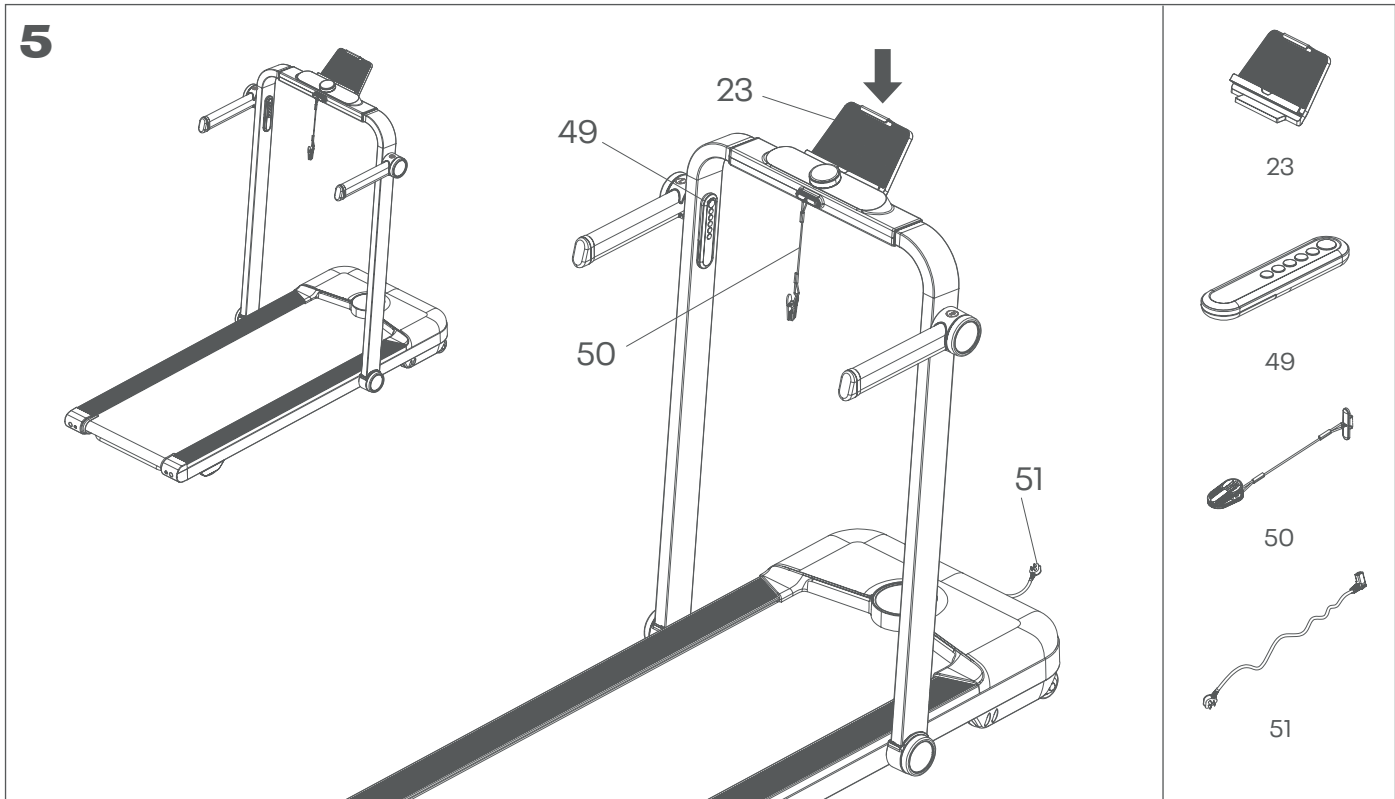
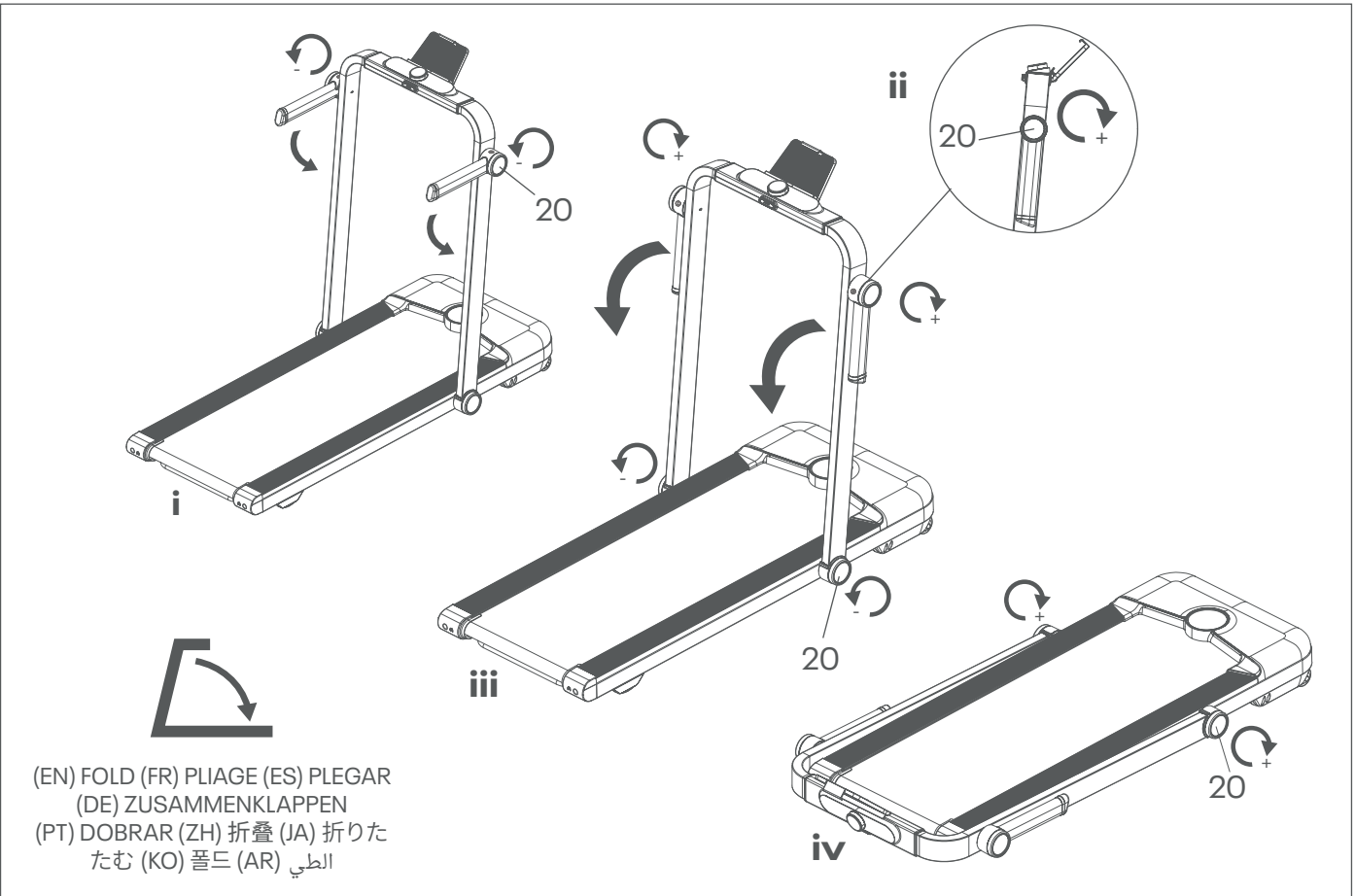
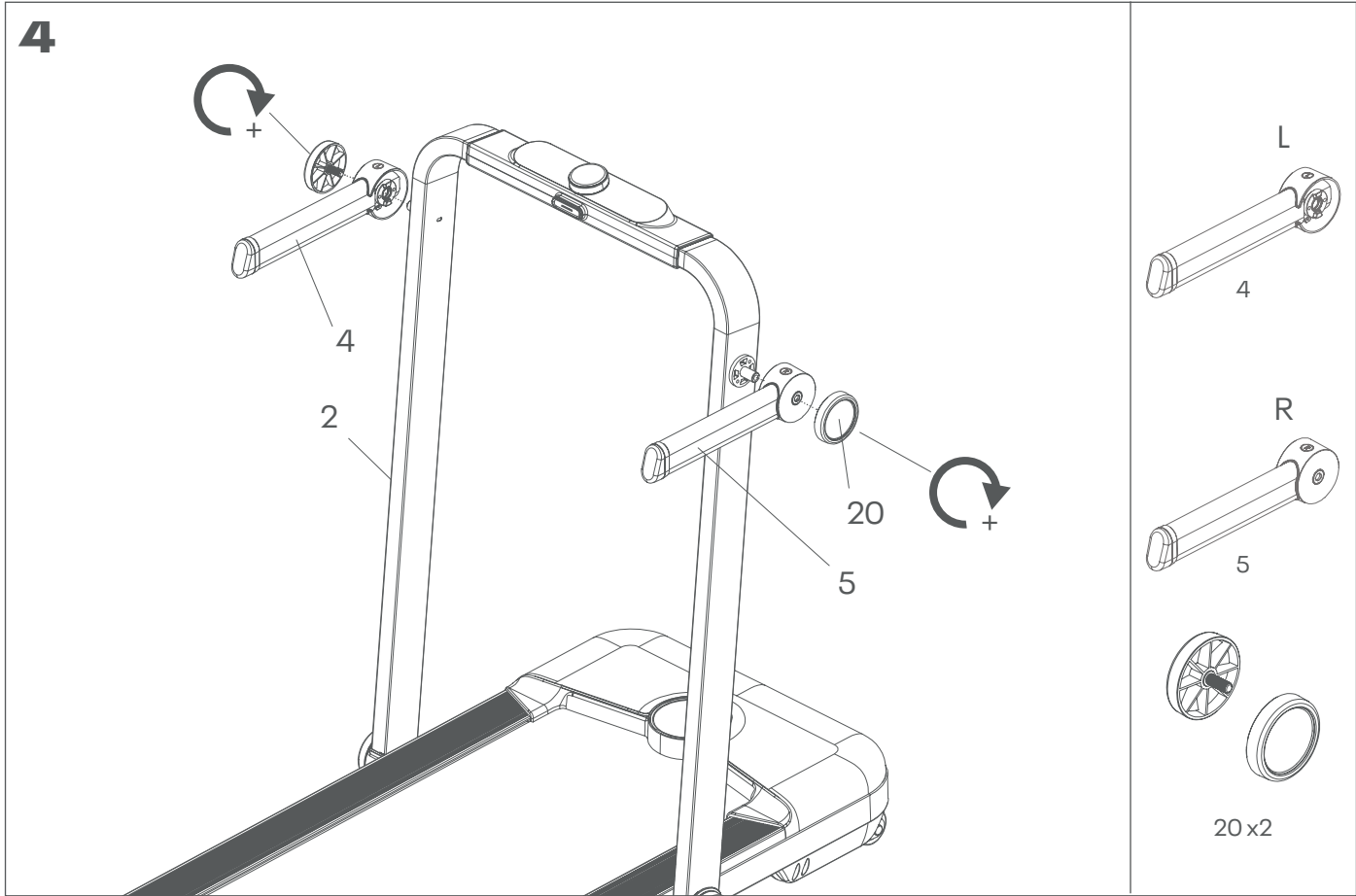
(AR)

الموجود على المنتج أن المنتج خاضع للتوجيه الأوروبي WEEE يُقصد بالشعار 2012/19/EU.

وشعاراتها علامات تجارية مُسجَّلة مملوكة Bluetooth® العلامة المكتوبة RFE وأي استخدام لهذه العلامات من طرف شركة Bluetooth SIG, Inc. لشركة RFE International يحجب أن يكون بموجب ترخيص منها

العالمية أن هذا المنتج مطابق للمتطلبات الأساسية RFE وبناء عليه، تشرح شركة 2014/53/UE. /وغيرها من الشروط ذات الصلة بالتوجيه





PRODUCT DISASSEMBLY INSTRUCTIONS: PLEASE DISASSEMBLE ACCORDING TO THE REVERSE STEPS OF PRODUCT ASSEMBLY
产品拆卸说明: 请按照产品组装相反步骤进行拆卸。



Serial number/Numéro de série/Número de serie/Seriennummer/
Numero di serie/Número de série/产品序列号/シリアル番号 /일련
번호/Número de serie/الرقم التسلسلي

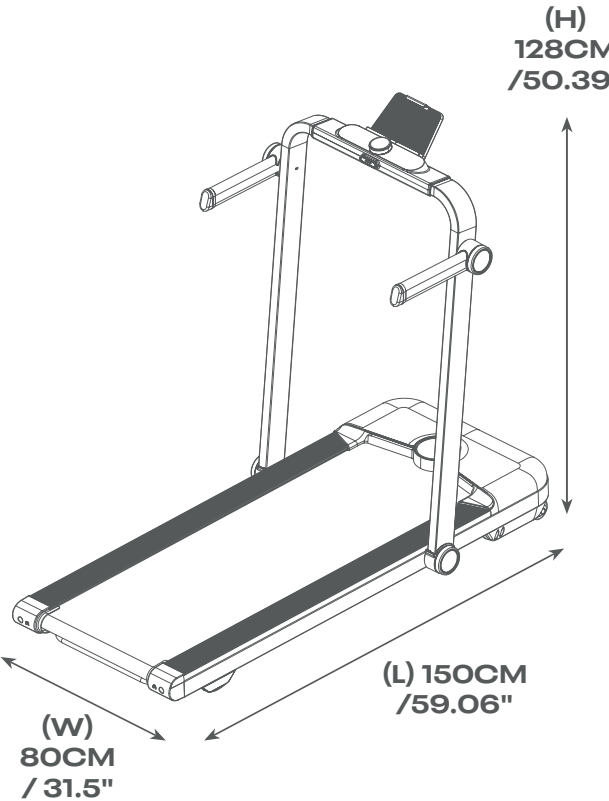
RVIR-10050/0001/000001



**110KG/
242.51LB**



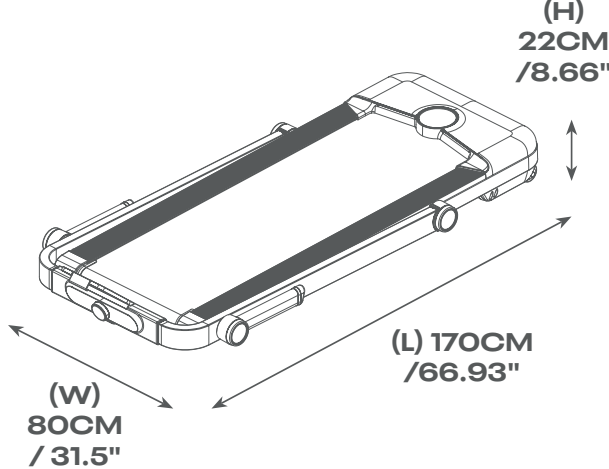
**43.5KG/
95.9LB**



(H) 128CM /50.39"

(W) 80CM / 31.5"

(L) 150CM /59.06"

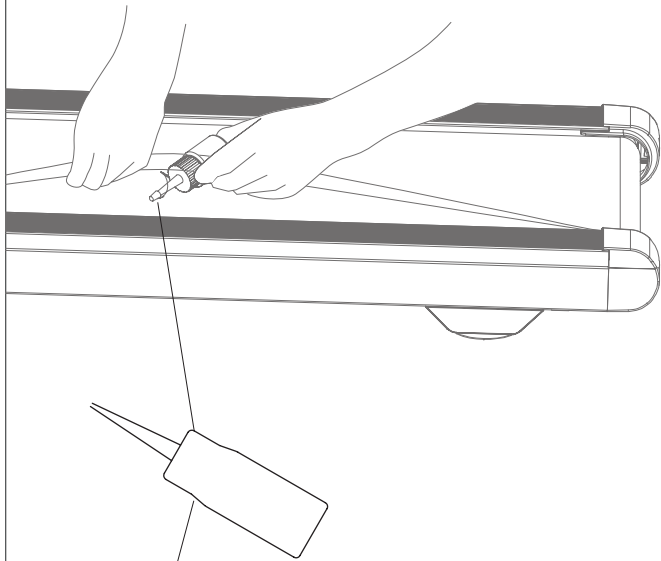


(H) 22CM /8.66"

(W) 80CM / 31.5"

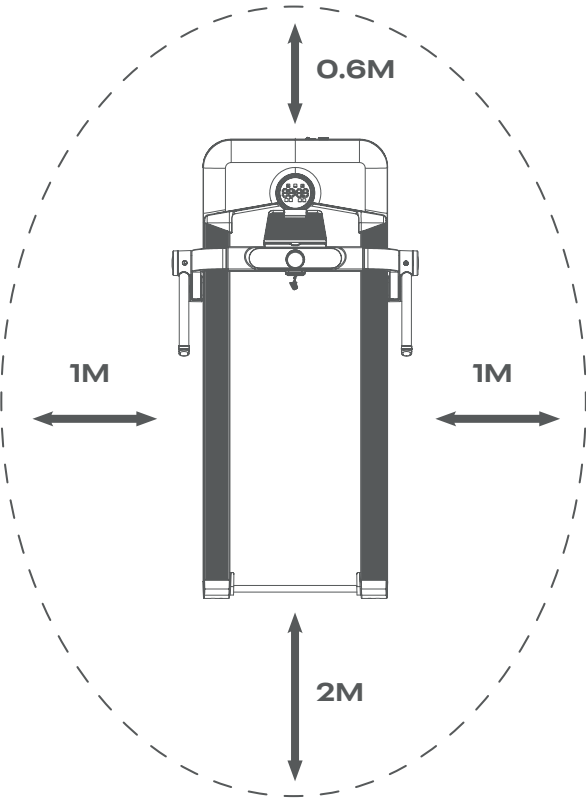
(L) 170CM /66.93"

WWW.REEBOKFITNESS.INFO/TREADMILL-WARRANTY



52

EVERY 300KM/188 MILES

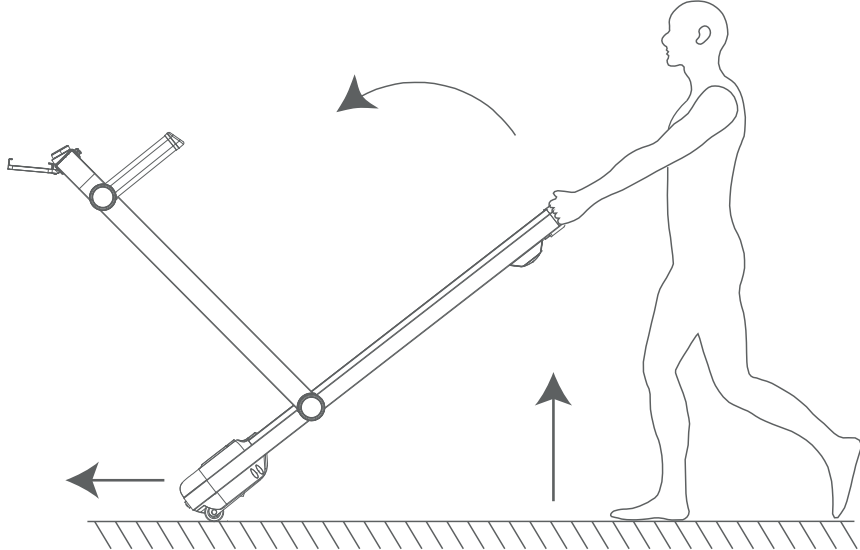


0.6M

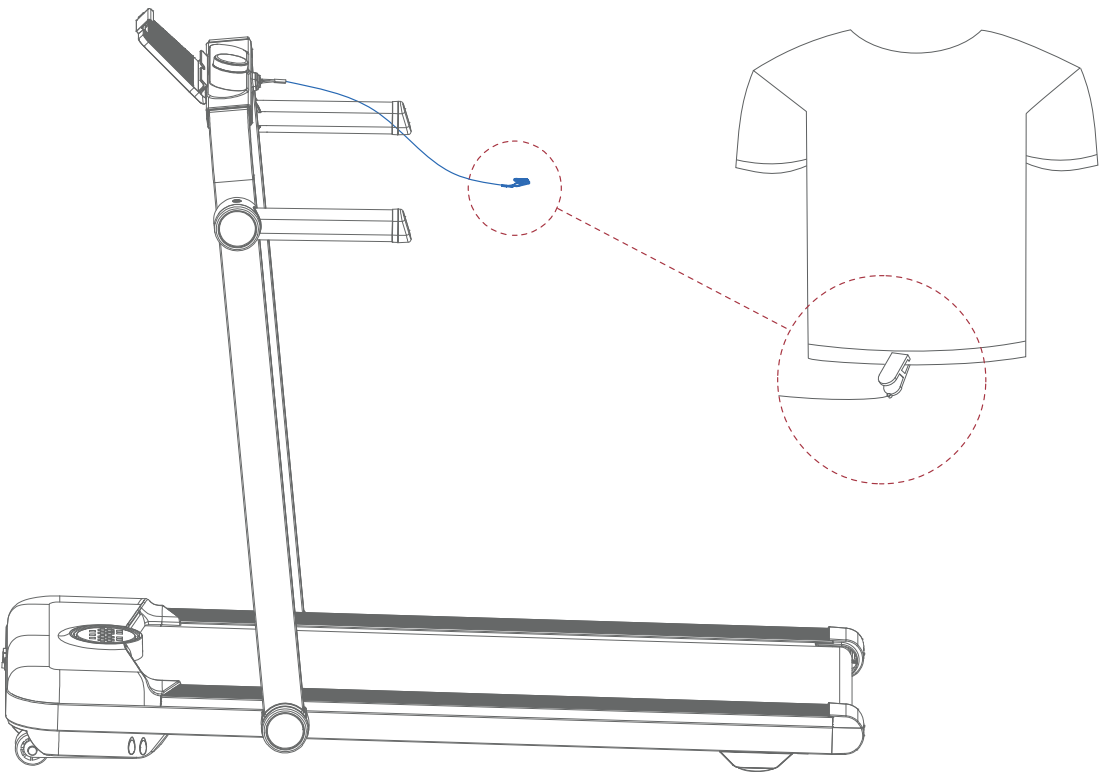
1M

1M

2M



!!!



!!!



(EN) PRODUCT REGISTRATION
AND SUPPORT
(FR) ENREGISTREMENT DU
PRODUIT ET SOUTIEN
(ES) REGISTRO DE PRODUCTOS
Y SOPORTE
(DE) BENUTZERINFORMATION
(NL) PRODUCTREGISTRATIE EN
SUPPORT

(IT) REGISTRAZIONE E ASSISTENZA
PRODOTTO
(PT) REGISTO E APOIO AO PRODUTO
(ZH) 产品注册和支持
(JA) 製品登録とサポート
(KO) 제품 등록 및 지원
(AR) تسجيل المنتج ودعمه

WWW.REEBOKFITNESS.INFO/TREADMILL-WARRANTY

!!!

(EN) WARNING - KEEP THE RUNNING BELT CENTERED. IF IT MOVES BEYOND THE YELLOW MARKERS, STOP IMMEDIATELY. CONTINUED USE COULD CAUSE DAMAGE OR INJURY. RECENTER BEFORE USING AGAIN.

(FR) AVERTISSEMENT - MAINTENEZ LA CEINTURE DE COURSE CENTRÉE. SI ELLE DÉPASSE LES REPÈRES JAUNES, ARRÊTEZ-VOUS IMMÉDIATEMENT. UNE UTILISATION PROLONGÉE POURRAIT CAUSER DES DOMMAGES OU DES BLESSURES. RECENTREZ-LA AVANT DE L'UTILISER À NOUVEAU.

(ES) ADVERTENCIA - MANTENGA LA PLATAFORMA DE CARRERA CENTRADA. SI SE DESPLAZA MÁS ALLÁ DE LAS MARCAS AMARILLAS, DETÉNGASE INMEDIATAMENTE. EL USO CONTINUADO PODRÍA CAUSAR DAÑOS O LESIONES. VUELVA A CENTRAR ANTES DE VOLVER A UTILIZARLA.

(DE) ACHTUNG - SORGEN SIE DAFÜR, DASS DER LAUFBANDGURT ZENTRIERT IST. HALTEN SIE SOFORT AN, WENN ER SICH ÜBER DIE GELBEN MARKIERUNGEN BEWEGT. EINE WEITERE NUTZUNG KANN ZU SCHÄDEN ODER VERLETZUNGEN FÜHREN. ZENTRIEREN SIE IHN, BEVOR SIE DAS LAUFBAND ERNEUT VERWENDEN.

(PT) ATENÇÃO - MANTENHA O TAPETE DE CORRIDA CENTRADO. SE SE DESLOCAR ALÉM DOS MARCADORES AMARELOS, PARE IMEDIATAMENTE. A CONTINUAÇÃO DA UTILIZAÇÃO PODE CAUSAR DANOS OU LESÕES. RECENTRE ANTES DE UTILIZAR NOVAMENTE.

(NL) WAARSCHUWINGEN - HOUD HET LOOPVLAK GECENTREREERD. ALS HET VOORBIJ DE GELE MARKERINGEN KOMT, ONMIDDELIJK STOPPEN. VERDER GEBRUIK KAN SCHADE OF LETSEL VEROORZAKEN. CENTREER OPNIEUW ALVORENS OPNIEUW TE GEBRUIKEN.

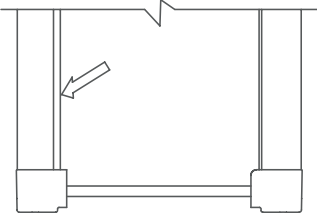
(IT) VVERTENZA! - MANTENERE SEMPRE LA CENTRATURA DEL NASTRO DA CORSA. SE IL NASTRO SUPERA I SEGNI GIALLI, FERMARSI SUBITO. L'USO PROLUNGATO POTREBBE CAUSARE DANNI O LESIONI. PRIMA DI USARE NUOVAMENTE IL NASTRO, RIPRISTINARE LA CENTRATURA.

(ZH) 警告——请保持跑带居中。如果它超过了黄色标记线，请立即停止运行。继续使用可能会造成损伤或伤害。待跑带重新居中后再使用。

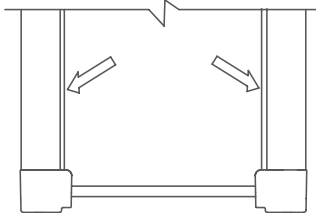
(JA) 注意 - ランニングベルトを常に中心に合わせてください。それが黄色いマークを超えたら、即座に停止してください。使い続けると損傷や怪我を引き起こす恐れがあります。再び使い始める前に、再度中心に合わせてください。

(KO) 주의 - 러닝 벨트가 중앙에 위치하도록 합니다. 벨트가 노란선을 넘어갈 경우 작동을 곧바로 중지하세요. 계속 작동시킬 경우 기기가 손상되거나 부상을 입을 수 있습니다. 벨트를 중앙에 배치한 후 다시 사용하세요.

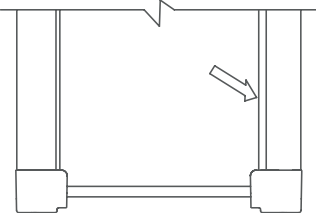
(AR) احرص على بقاء سير الركض في المنتصف. إذا تحرك إلى خلف العلامات الصفراء، سيتوقف فوراً. الاستخدام المستمر قد يسبب أضراراً أو إصابات. أعد التوسيط قبل الاستخدام مجدداً



×

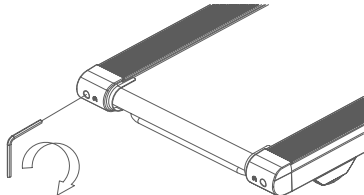
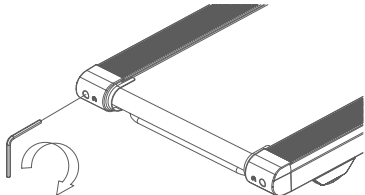
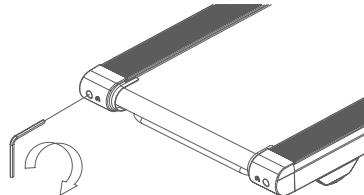
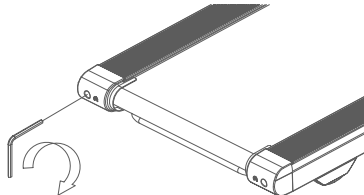
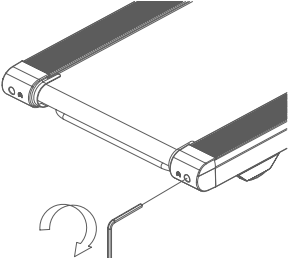
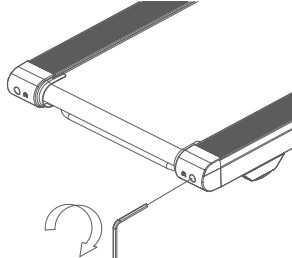
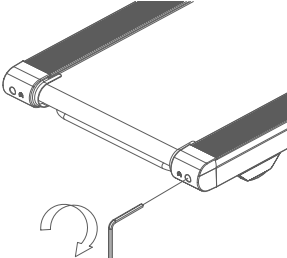
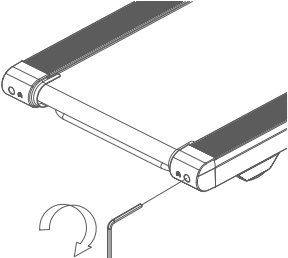
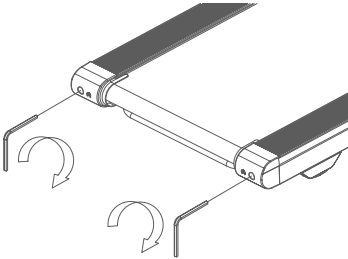
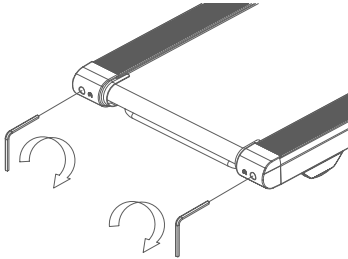
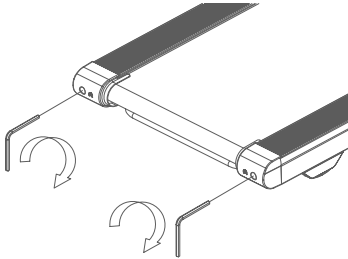
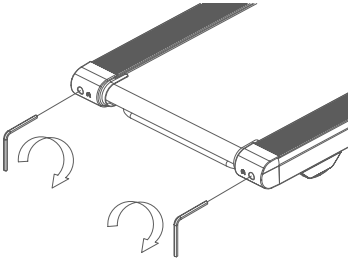


✓



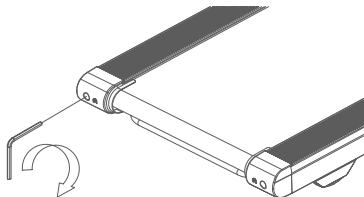
×

!!!

(EN) MAINTENANCE AND CARE	(FR) MAINTENANCE ET ENTRETIEN	(ES) MANTENIMIENTO Y CUIDADOS	(PT) MANUTENÇÃO E CUIDADOS
PLACE THE TREADMILL ON LEVEL GROUND AND SET IT AT 5-8KPH (3-5MPH) TO CHECK IF THE RUNNING BELT DRIFTS.  IF THE RUNNING BELT MOVES TO THE LEFT, TURN THE BOLTS ON THE LEFT SIDE ¼ OF A TURN CLOCKWISE, THEN TURN THE RIGHT BOLT ¼ TURN COUNTER-CLOCKWISE. IF THE BELT DOES NOT MOVE, REPEAT UNTIL IT CENTRES.	PLACEZ LE TAPIS SUR UNE SURFACE PLANE ET PARAMÉTRÉZ-LE SUR 5-8 KM/H (3-5 M/H) POUR VÉRIFIER SI LE TAPIS DÉVIE.  SI LE TAPIS ROULANT SE DÉPLACE VERS LA GAUCHE : TOURNER LES BOULONS DE GAUCHE D'UN QUART DE TOUR DANS LE SENS DES AIGUILLES D'UNE MONTRE, PUIS TOURNER LE BOULON DE DROITE D'UN QUART DE TOUR DANS LE SENS INVERSE DES AIGUILLES D'UNE MONTRE. SI LE TAPIS NE BOUGE PAS, RÉPÉTER L'OPÉRATION JUSQU'À CE QU'IL SOIT CENTRÉ.	COLOQUE LA MÁQUINA SOBRE SUELO NIVELADO Y AJUSTE UNA VELOCIDAD DE 5-8 KM/H (3-5MPH) PARA COMPROBAR SI LA CINTA DE CORRER (TAPIZ) SE DESVÍA.  SI LA CINTA DE CORRER SE DESPLAZA A LA IZQUIERDA: GIRE LOS PERNOS DEL LADO IZQUIERDO ¼ DE VUELTA EN SENTIDO HORARIO, A CONTINUACIÓN GIRE EL PERNO DERECHO ¼ DE VUELTA EN SENTIDO ANTIHORARIO. SI LA CINTA NO SE DESPLAZA, REPETIR HASTA CENTRARLA.	COLOQUE A PASSADEIRA AO NÍVEL DO SOLO E DEFINA-A PARA 5-8 KPH (3-5 MPH) PARA VERIFICAR SE O TAPETE DE CORRIDA SE DESVIA.  SE O TAPETE DE CORRIDA SE MOVER PARA A DIREITA: RODE O PARAFUSO À DIREITA ¼ DE VOLTA NO SENTIDO DOS PONTEIROS DO RELÓGIO, DEPOIS, RODE O PARAFUSO À ESQUERDA ¼ DE VOLTA NO SENTIDO CONTRÁRIO AO DOS PONTEIROS DO RELÓGIO. SE O TAPETE NÃO SE MOVER, REPITA ATÉ QUE FIQUE CENTRADO.
IF THE RUNNING BELT MOVES TO THE RIGHT, TURN THE BOLT ON THE RIGHT SIDE ¼ TURN CLOCKWISE, THEN TURN THE LEFT BOLT ¼ TURN COUNTER-CLOCKWISE. IF THE BELT DOES NOT MOVE, REPEAT UNTIL IT CENTRES. 	SI LE TAPIS ROULANT SE DÉPLACE VERS LA DROITE : TOURNER LE BOULON DE DROITE D'UN QUART DE TOUR DANS LE SENS DES AIGUILLES D'UNE MONTRE, PUIS TOURNER LE BOULON DE GAUCHE D'UN QUART DE TOUR DANS LE SENS INVERSE DES AIGUILLES D'UNE MONTRE. SI LE TAPIS NE BOUGE PAS, RÉPÉTER L'OPÉRATION JUSQU'À CE QU'IL SOIT CENTRÉ. 	SI LA CINTA DE CORRER SE DESPLAZA A LA DERECHA: GIRE EL PERNO DEL LADO DERECHO ¼ DE VUELTA EN SENTIDO HORARIO, A CONTINUACIÓN GIRE EL PERNO IZQUIERDO ¼ DE VUELTA EN SENTIDO ANTIHORARIO. SI LA CINTA NO SE DESPLAZA, REPETIR HASTA CENTRARLA. 	SE O TAPETE DE CORRIDA SE MOVER PARA A ESQUERDA: RODE OS PARAFUSOS À ESQUERDA ¼ DE VOLTA NO SENTIDO DOS PONTEIROS DO RELÓGIO, DEPOIS, RODE O PARAFUSO À DIREITA ¼ DE VOLTA NO SENTIDO CONTRÁRIO AO DOS PONTEIROS DO RELÓGIO. SE O TAPETE NÃO SE MOVER, REPITA ATÉ QUE FIQUE CENTRADO. 
OVER TIME THE RUNNING BELT WILL LOOSEN. TO TIGHTEN THE BELT TURN THE LEFT & RIGHT SIDE BOLTS ONE FULL TURN CLOCKWISE, CHECK THE TENSION OF THE BELT. CONTINUE PROCESS UNTIL BELT IS THE CORRECT TENSION. ENSURE TO ADJUST BOTH SIDES EQUALLY TO CORRECT BELT ALIGNMENT. 	LE TAPIS ROULANT VA SE DÉTENDRE AU FIL DU TEMPS. POUR LE RETENDRE, TOURNER LES BOULONS DE GAUCHE ET DE DROITE D'UN TOUR COMPLET DANS LE SENS DES AIGUILLES D'UNE MONTRE. VÉRIFIER LA TENSION DU TAPIS. CONTINUER LE PROCESSUS JUSQU'À CE QUE LE TAPIS SOIT À LA BONNE TENSION. VEILLER À AJUSTER LES DEUX CÔTÉS DE LA MÊME FAÇON POUR CORRIGER L'ALIGNEMENT DU TAPIS. 	LA CINTA DE CORRER SE AFLOJARÁ CON EL TIEMPO. PARA TENSAR LA CINTA GIRE LOS PERNOS DE LOS LADOS DERECHO E IZQUIERDO UNA VUELTA COMPLETA EN SENTIDO HORARIO, COMPRUEBE LA TENSIÓN DE LA CINTA. CONTINÚE CON EL PROCESO HASTA QUE LA CINTA ESTÉ CORRECTAMENTE TENSADA. ASEGÚRESE DE AJUSTAR AMBOS LADOS POR IGUAL PARA UNA ALINEACIÓN CORRECTA DE LA CINTA. 	AO LONGO DO TEMPO, O TAPETE DE CORRIDA FICA SOLTO. PARA APERTAR O TAPETE, RODE OS PARAFUSOS À ESQUERDA E DIREITA UMA VOLTA COMPLETA NO SENTIDO DOS PONTEIROS DO RELÓGIO E VERIFIQUE A TENSÃO DO TAPETE. REPITA O PROCESSO ATÉ QUE O TAPETE TENHA A TENSÃO CORRETA. CERTIFIQUE-SE DE QUE AJUSTA AMBOS OS LADOS DA MESMA FORMA PARA OBTER UM ALINHAMENTO CORRETO DO TAPETE. 

(DE) WARTUNG UND PFLEGE

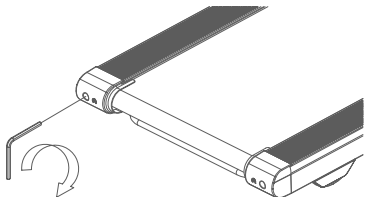
STELLEN SIE DAS LAUFBAND AUF EINEM GERADEN UNTERGRUND AUF UND STELLEN SIE DIE GESCHWINDIGKEIT AUF 5 – 8 KM/H, UM ZU SEHEN, OB SICH DER LAUFBANDGURT BEWEGT.



WENN SICH DAS LAUFBAND RECHTSHERUM BEWEGT: DREHEN SIE DIE SCHRAUBE AUF DER RECHTEN SEITE UM 90 GRAD IM UHRZEIGERSINN UND DANN DIE SCHRAUBE AUF DER LINKEN SEITE UM 90 GRAD GEGEN DEN UHRZEIGERSINN. BEWEGT SICH DAS LAUFBAND NICHT, WIEDERHOLEN SIE DEN VORHERIGEN SCHRITT, BIS ES SICH ZENTRIERT.

(NL) ONDERHOUD EN VERZORGEN

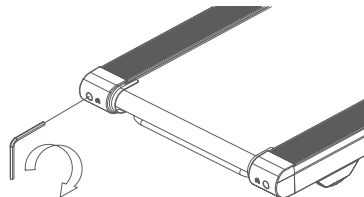
PLAATS DE LOOPBAND OP EEN EFFEN ONDERGROND EN ZET HEM OP 5-8KPH (3-5MPH) OM TE CONTROLEREN OF HET LOOPVLAK VERSCHUIFT.



ALS HET LOOPVLAK NAAR LINKS BEWEEGT, DRAAIT U DE BOUTEN AAN DE LINKERZIJD EEN KWARTSLAG MET DE WIJZERS VAN DE KLOK MEE, DRAAI DAARNA DE RECHTER BOUT EEN KWARTSLAG TEGEN DE WIJZERS VAN DE KLOK IN. ALS DE BAND NIET BEWEEGT, HERHAALT U DIT TOTDAT HIJ IS GECENTREERD.

(IT) MANUTENZIONE E CURA

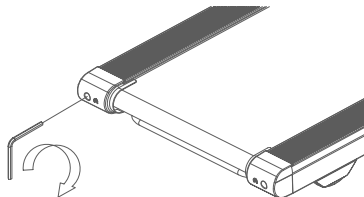
POSIZIONARE IL TAPIS ROULANT SU UN PIANO E IMPOSTARLO A 5 - 8 KM / H. (3-5 MIGLIA/H) PER CONTROLLARE CHE IL NASTRO NON SI SPOSTI.



SE IL NASTRO SI SPOSTA VERSO SINISTRA, RUOTARE DI ¼ DI GIRO IN SENSO ORARIO I BULLONI SULLA SINISTRA, QUINDI RUOTARE DI ¼ DI GIRO IN SENSO ANTIORARIO IL BULLONE DESTRO. SE IL NASTRO NON SI MUOVE, RIPETERE L'OPERAZIONE FINCHÉ RISULTERÀ CENTRATO.

(ZH) 维护与保养

将跑步机放在平整的地面上，将其设置为约5-8kph (3-5mph)的速度运行，观察跑带是否偏移。



如果跑带左移，则顺时针旋转左侧螺栓 ¼ 圈，然后逆时针旋转右侧螺栓 ¼ 圈。如果跑带没有移动，重复操作直至其居中。

WENN SICH DAS LAUFBAND LINKSHERUM BEWEGT: DREHEN SIE DIE SCHRAUBEN AUF DER LINKEN SEITE UM 90 GRAD IM UHRZEIGERSINN UND DANN DIE SCHRAUBE AUF DER RECHTEN SEITE UM 90 GRAD GEGEN DEN UHRZEIGERSINN. BEWEGT SICH DAS LAUFBAND NICHT, WIEDERHOLEN SIE DEN VORHERIGEN SCHRITT, BIS ES SICH ZENTRIERT.

ALS HET LOOPVLAK NAAR RECHTS BEWEEGT, DRAAIT U DE BOUTEN AAN DE RECHTERZIJD EEN KWARTSLAG MET DE WIJZERS VAN DE KLOK MEE, DRAAI DAARNA DE LINKER BOUT EEN KWARTSLAG TEGEN DE WIJZERS VAN DE KLOK IN. ALS DE BAND NIET BEWEEGT, HERHAALT U DIT TOTDAT HIJ IS GECENTREERD.

SE IL NASTRO SI SPOSTA VERSO DESTRA, RUOTARE DI ¼ DI GIRO IN SENSO ORARIO IL BULLONE DI DESTRA, QUINDI RUOTARE DI ¼ DI GIRO IN SENSO ANTIORARIO IL BULLONE SINISTRO. SE IL NASTRO NON SI MUOVE, RIPETERE L'OPERAZIONE FINCHÉ RISULTERÀ CENTRATO.

如果跑带右移，则顺时针旋转右侧螺栓 ¼ 圈，然后逆时针旋转左侧螺栓 ¼ 圈。如果跑带没有移动，重复操作直至其居中。

MIT DER ZEIT WIRD SICH DAS LAUFBAND LOCKERN. UM DAS LAUFBAND ZU SPANNEN, DREHEN SIE DIE SCHRAUBENDER RECHTEN UND LINKEN SEITE EINMAL UM 360 GRAD IM UHRZEIGERSINN HERUM UND ÜBERPRÜFEN SIE DANN DIE SPANNKRAFT DES LAUFBANDS. FÜHREN SIE DIESEN PROZESS FORT, BIS DAS LAUFBAND DIE RICHTIGE SPANNKRAFT HAT. STELLEN SIE SICHER, DASS BEIDE SEITEN GLEICH EINGESTELLT SIND, UM DIE AUSRICHTUNG DES LAUFBANDS ZU KORRIGIEREN.

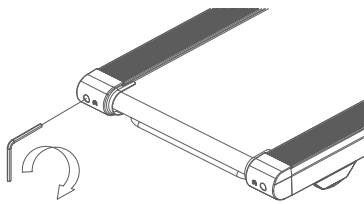
NA VERLOOP VAN TIJD REKT HET LOOPVLAK UIT. DRAAI DE BOUTEN AAN DE LINKER EN RECHTER ZIJD EEN HELE SLAG MET DE WIJZERS VAN DE KLOK MEE OM DE BAND AAN TE SPANNEN, CONTROLEER DE SPANNING VAN DE BAND. HERHAAL HET PROCES TOTDAT DE BAND DE CORRECTE SPANNING HEEFT. ZORG ERVOOR DAT U BEIDE ZIJDEN EVENVEEL VERSTELT VOOR EEN CORRECTE LOOPVLAKUITLIJNING.

CON IL TEMPO IL NASTRO SI ALLENTA. PER STRINGERE IL NASTRO, RUOTARE I BULLONI LATERALI DESTRO E SINISTRO DI UN GIRO COMPLETO IN SENSO ORARIO E CONTROLLARE LA TENSIONE DEL NASTRO. CONTINUARE IL PROCESSO FINO A QUANDO LA TENSIONE DEL NASTRO RISULTA CORRETTA. REGOLARE IN EGUAL MISURA I DUE LATI PER ALLINEARE CORRETTAMENTE IL NASTRO.

随着时间推移，跑带将变松。若要上紧跑带，则顺时针拧动左右螺栓一整圈，然后检查跑带张力。继续此操作，直至跑带正确张紧。确保两侧均等调节以便跑带正确对正。

(JA) メンテナンスとお手入れ

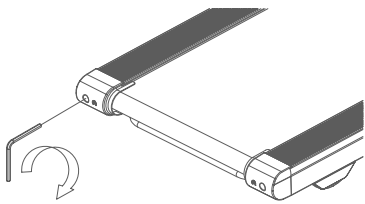
トレッドミルを地面レベルに配置し、それを 5-8kph (3-5mph) に設定し、ランニングベルトがドリフトするがチェックします。



ランニングベルトが右に動く場合: 右側のボルトを 時計回りに ¼ 回転、回し、その後、左のベルトが動かない場合、それが中心に来るまで繰り返してください。 ボルトを逆時計回りに ¼ 回転、回してください。

(KO) 유지보수 및 관리

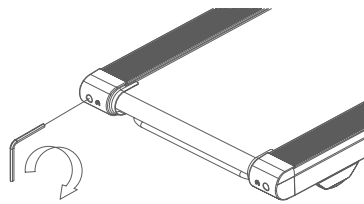
트레드밀을 평평한 지면에 배치하고 5-8km/h (3-5m/h)의 속도로 설정한 후 러닝 벨트가 돌아가는지 점검합니다.



러닝 벨트가 오른쪽으로 움직이면, 오른쪽에 있는 볼트를 시계 방향으로 ¼ 바퀴 돌리고 왼쪽의 볼트를 반시계 방향으로 ¼ 바퀴 돌립니다. 벨트가 움직이지 않으면 중심에 올 때까지 반복합니다.

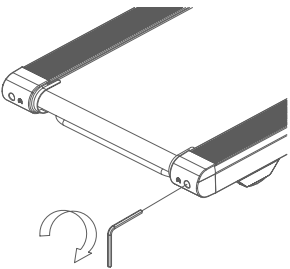
(AR) الصيانة والعناية

ضع المشاية الكهربائية على أرض مستوية، واضبطها على سرعة 5-8 كيلو متر في الساعة (3-5 ميل في الساعة) للتأكد من أن سير الركض لا ينحرف.

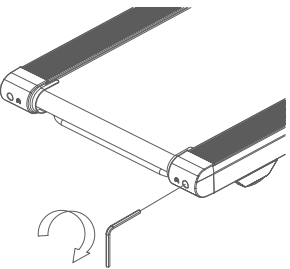


إذا تحرك سير الحري ناحية اليسار: فأدر البراغي على الجانب الأيسر باتجاه عقارب الساعة بمقدار ربع دورة، ثم أدر البرغي الأيمن عكس اتجاه عقارب الساعة بمقدار ربع دورة. إذا لم يتحرك السير، فكرر ذلك حتى يستقر السير في المنتصف.

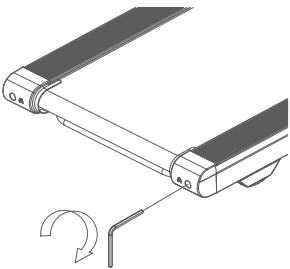
ランニングベルトが左に動く場合: 左側の ボルトを時計回りに ¼ 回転、回し、その後、右のボルトを逆時計回りに ¼ 回転、回してください。 ベルトが動かない場合、それが中心に来るまで繰り返してください。



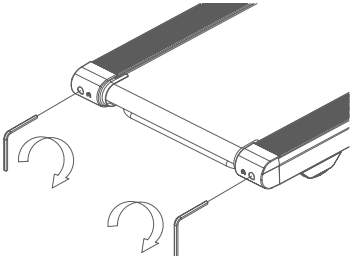
러닝 벨트가 왼쪽으로 움직이면, 왼쪽에 있는 볼트를 시계 방향으로 ¼ 바퀴 돌리고 오른쪽의 볼트를 반시계 방향으로 ¼ 바퀴 돌립니다. 벨트가 움직이지 않으면 중심에 올 때까지 반복합니다.



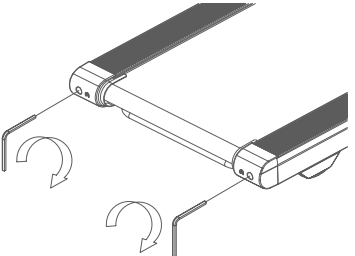
إذا تحرك سير الحري ناحية اليمين: فأدر البرغي على الجانب الأيمن باتجاه عقارب الساعة بمقدار ربع دورة، ثم أدر البرغي على الجانب الأيسر عكس اتجاه عقارب الساعة بمقدار ربع دورة.



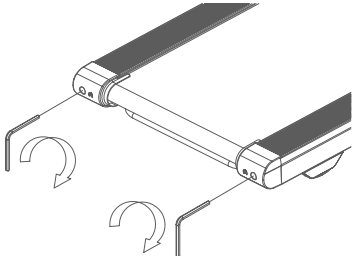
時間がたつと、ランニングベルトは緩んできます。ベルトを締め付けるには、左右のボルトを時計回りに1回転、回し、ベルトの張力をチェックしてください。ベルトが正しい張力になるまで、このピロセスを繰り返してください。ベルトが正しく位置合わせされるように、必ず両側を均一に調節してください。

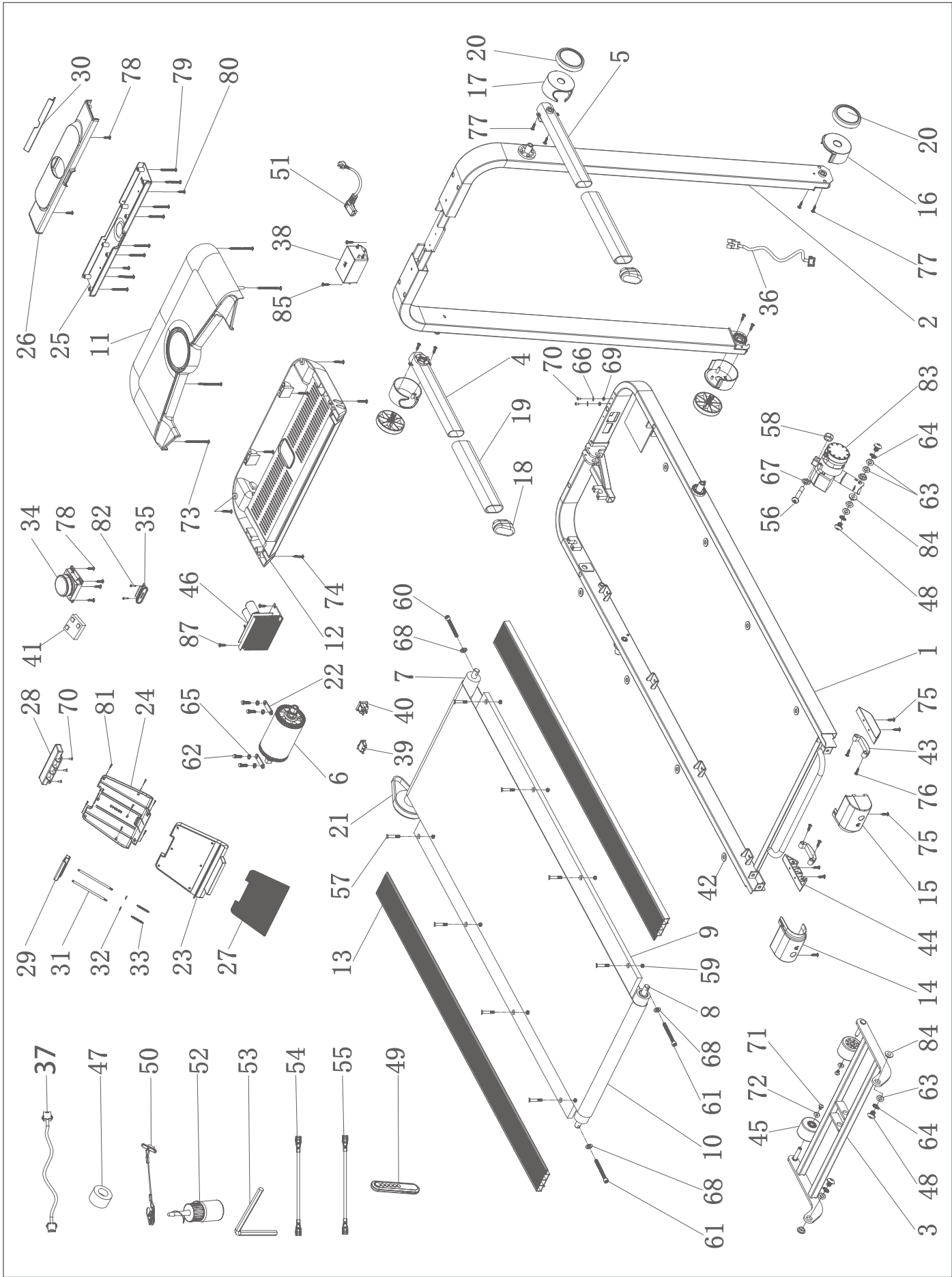


제품을 오래 사용하면 러닝 벨트가 느슨해질 수 있습니다. 벨트를 단단하게 조이려면 왼쪽과 오른쪽의 사이드 볼트를 시계 방향으로 한 바퀴 돌린 후 벨트의 조임 상태를 확인합니다. 벨트의 조임 상태가 적절해질 때까지 이 과정을 이어갑니다. 반드시 양쪽을 동일하게 조절해야 벨트의 문제를 해결할 수 있습니다.



سيتعرض سير الحري للارتخاء مع الوقت. ولربط السير بإحكام، أدر البراغي الموحدة على الجانبين الأيسر والأيمن بمقدار دورة كاملة باتجاه عقارب الساعة، وافحص شد السير، ثم استمر في إحكام الربط حتى تصل إلى الشد الصحيح للسير. تأكد من ضبط كلا الجانبين بالتساوي لتصحيح محاذاة السير.



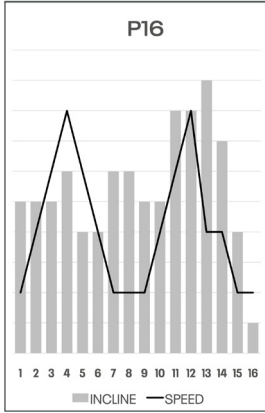
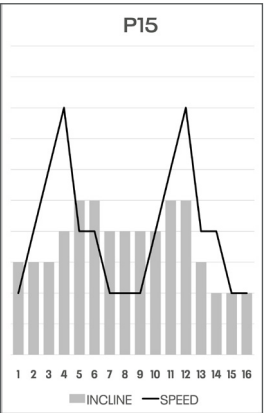
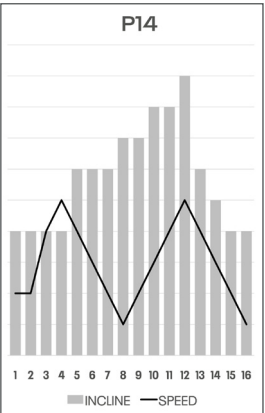
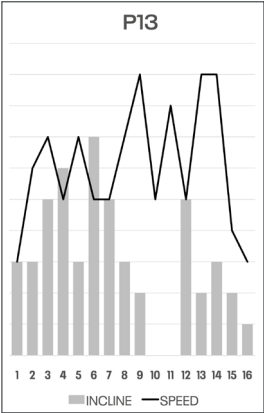
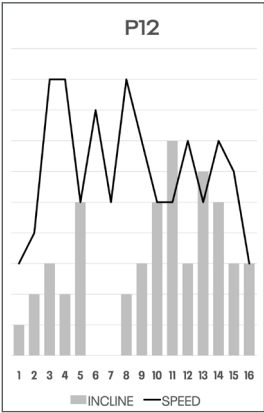
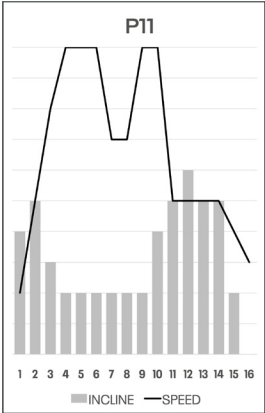
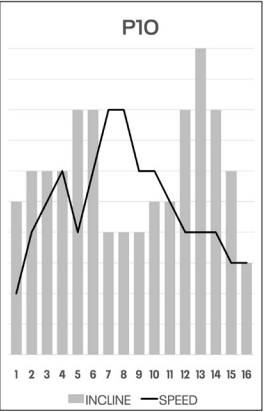
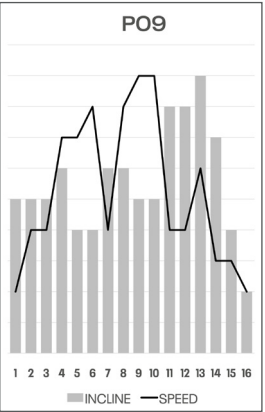
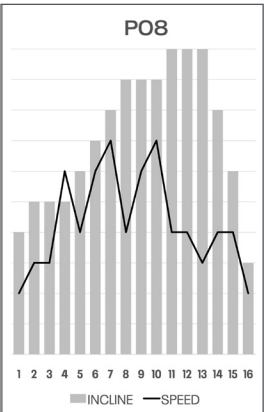
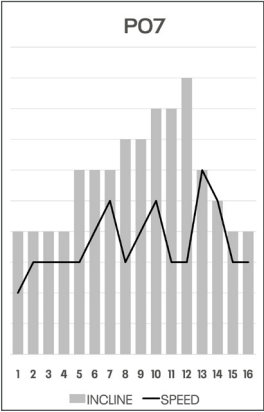
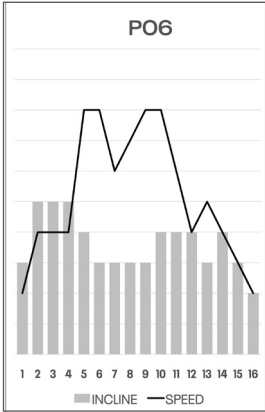
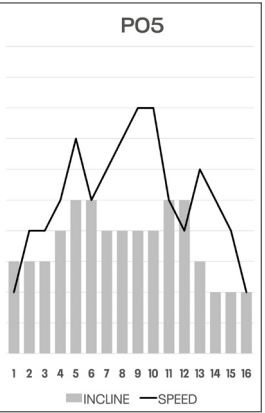
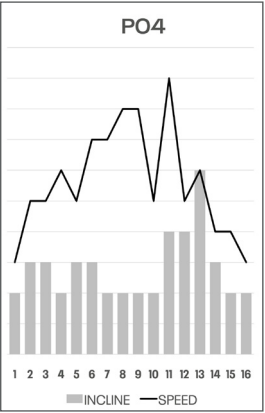
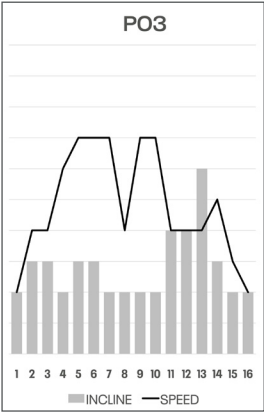
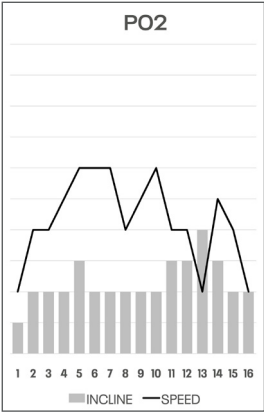
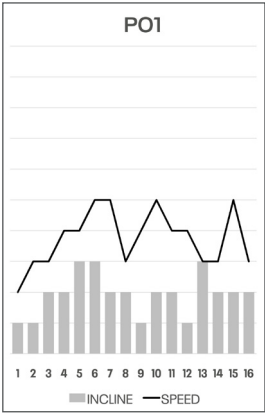


	(EN)	(FR)	(ES)		QTY/QTE. CANT
1	Main frame	Châssis principal	Estructura principal		1
2	Upright tube	Tube du montant	Tubo vertical		1
3	Incline bracket	Support d'inclinaison	Soporte de inclinación		1
4	Left handlebar	Poignée gauche	Barra de sujeción izquierda		1
5	Right handlebar	Poignée droite	Barra de sujeción derecha		1
6	Motor	Moteur	Motor		1
7	Front roller	Rouleau avant	Rodillo frontal		1
8	Rear roller	Rouleau arrière	Rodillo trasero		1
9	Running board	Planche de course	Tablero para correr		1
10	Running belt	Tapis de course	Cinta para correr		1
11	Motor top cover	Cache supérieur du moteur	Cubierta superior del motor		1
12	Motor bottom cover	Cache inférieur du moteur	Cubierta inferior del motor		1
13	Side rail	Rail latéral	Carril lateral		2
14	Left rear corner protector	Protecteur d'angle arrière gauche	Protector de esquina trasera izquierda		1
15	Right rear corner protector	Protecteur d'angle arrière droit	Protector de esquina trasera derecha		1
16	Lower hinge cover	Cache de charnière inférieur	Cubierta de bisagra inferior		2
17	Upper hinge cover	Cache de charnière supérieur	Cubierta de bisagra superior		2
18	Handlebar plug	Bouchon de repose-main	Tapón manillar		2
19	Grip cover	Cache du guidon	Cubierta agarre		1
20	Hinge end cap	Cache d'extrémité de charnière	Cubierta del extremo de la bisagra		4
21	Motor belt	Courroie du moteur	Correa del motor		1
22	Motor fixing plate	Plaque de fixation du moteur	Placa de fijación del motor		2
23	Tablet holder top cover	Couvercle du porte-tablette	Cubierta superior del soporte de la tableta		1
24	Tablet holder bottom cover	Couvercle inférieur du porte-tablette	Cubierta inferior del soporte de la tableta		1
25	Console panel bottom cover	Cache inférieur du panneau de la console	Cubierta inferior del panel de la consola		1
26	Console panel top cover	Cache supérieur du panneau de la console	Cubierta superior del panel de la consola		1
27	Tablet holder anti-slip pad	Patin antidérapant du porte-tablette	Almohadilla antideslizante del soporte para tableta		1
28	Tablet holder base	Base du porte-tablette	Base del soporte de la tableta		1
29	Tablet holder pull plate	Plaque de traction du porte-tablette	Placa de tracción del soporte de la tableta		1
30	Tablet holder fix plate	Plaque de fixation du porte-tablette	Placa de fijación del soporte de la tableta		1
31	Pull rod	Tige de traction	Varilla de tracción		2
32	Spring pin	Goupille élastique	Pasador elástico		2
33	Tension spring	Ressort de tension	Resorte tensor		2
34	Dial	Cadran	Dial		1
35	Safety key base	Base de la clé de sécurité	Base de la llave de seguridad		1
36	Bottom wire	Câble bas	Cable inferior		1
37	Top wire	Câble supérieur	Cable superior		1
38	Inductive filter	Filtre inductif	Filtro inductivo		1
39	Switch	Interrupteur	Interruptor		1

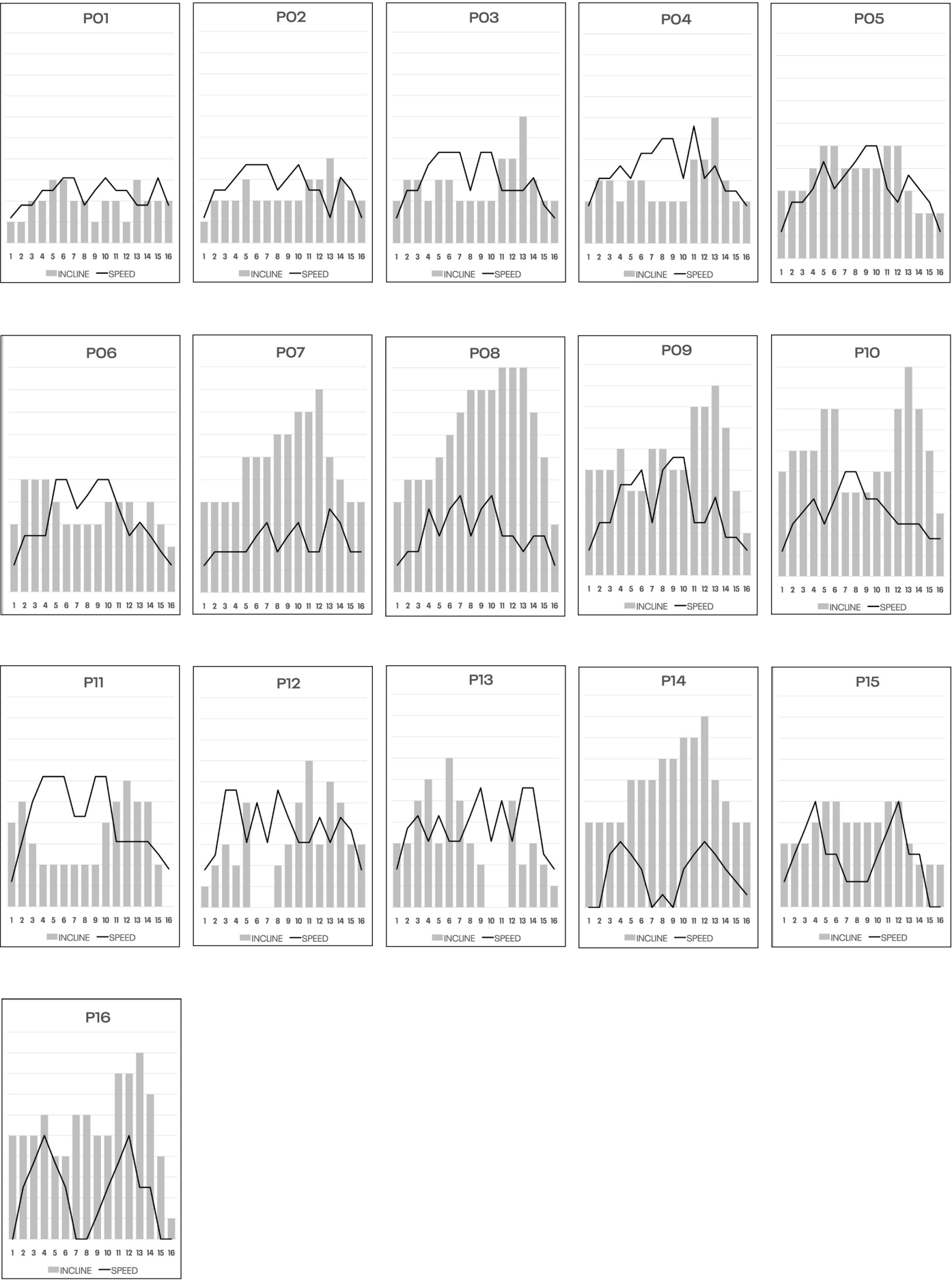
	(EN)	(FR)	(ES)		QTY/QTE. CANT
40	Power socket	Prise d'alimentation	Caja tomacorriente		1
41	Bluetooth module	Module bluetooth	Módulo bluetooth		1
42	Rubber pad	Coussinet en caoutchouc	Almohadilla de goma		8
43	Rear foot pad	Patin de pied arrière	Contera base posterior		2
44	Rear foot pad cover	Couvercle de repose-pieds arrière	Tapa del posapiés posterior		2
45	Wheel	Roue	Rueda		2
46	Control board	Panneau de commande	Tablero de control		1
47	Magnetic ring	Bague magnétique	Anillo magnético		1
48	Screw	Vis	Tornillo	M10*20	4
49	Remote control	Télécommande	Control remoto		1
50	Safety key	Plaque de clé de sécurité	llave de seguridad		1
51	Power cable	Câble d'alimentation	Cable de alimentación		1
52	Silicone oil	Huile de silicone	Aceite de silicona		1
53	Allen wrench	Clé Allen	Llave Allen	6#	1
54	Blue single wire	Câble simple bleu	Monocable azul de corriente alterna		1
55	Brown single wire	Câble simple brun	Monocable marrón de corriente alterna		1
56	Screw	Vis	Tornillo	M10*42	1
57	Screw	Vis	Tornillo	M8*48	8
58	Nut	Écrou	Tuerca	M10	1
59	Nut	Écrou	Tuerca	M8	8
60	Screw	Vis	Tornillo	M8*45	1
61	Screw	Vis	Tornillo	M8*55	2
62	Screw	Vis	Tornillo	M6*20	4
63	Flat washer	Rondelle plate	Arandela plana	Φ10	6
64	Spring washer	Rondelle élastique	Arandela elástica	Φ10	4
65	Spring washer	Rondelle élastique	Arandela elástica	Φ6	4
66	Spring washer	Rondelle élastique	Arandela elástica	Φ5	2
67	Lock washer	Rondelle de blocage	Arandela de seguridad	Φ10	1
68	Lock washer	Rondelle de blocage	Arandela de seguridad	Φ8	3
69	Lock washer	Rondelle de blocage	Arandela de seguridad	Φ5	2
70	Screw	Vis	Tornillo	M5*8	5
71	Screw	Vis	Tornillo	M6*10	2
72	Flat washer	Rondelle plate	Arandela plana		2
73	Screw	Vis	Tornillo	ST4.2*50	4
74	Screw	Vis	Tornillo	ST4.2*19	6
75	Screw	Vis	Tornillo	ST4.2*15	6
76	Screw	Vis	Tornillo	ST4.2*12	4
77	Screw	Vis	Tornillo	ST4.2*12	8
78	Screw	Vis	Tornillo	ST4.2*13	6
79	Screw	Vis	Tornillo	ST4.2*35	8
80	Screw	Vis	Tornillo	ST4.2*15	2
81	Screw	Vis	Tornillo	ST2.6*6	8

	(EN)	(FR)	(ES)		QTY/QTE. CANT
82	Screw	Vis	Tornillo	ST3.5*12	2
83	Incline motor	Moteur d'inclinaison	Motor de inclinación		1
84	Spacer sleeve	Manche espaceur	Collar separador		4
85	Screw	Vis	Tornillo	ST4.2*12	6

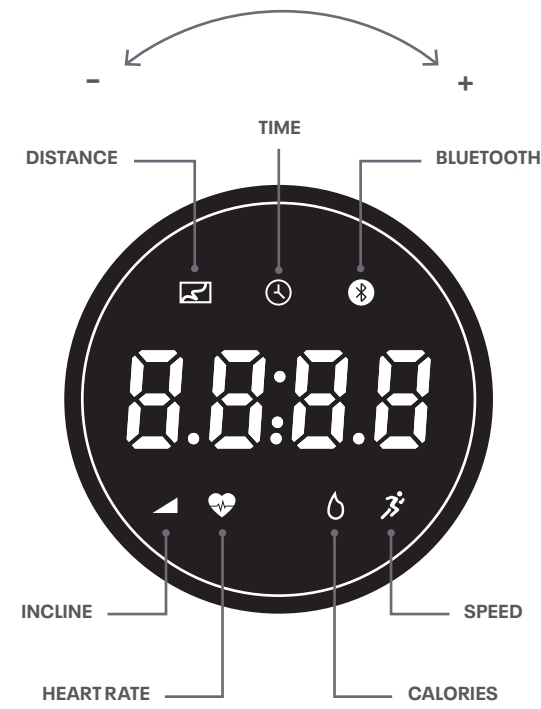
(EN) PRESET PROGRAMS (FR) PROGRAMMES PRÉRÉGLÉS (ES) PROGRAMAS PREDEFINIDOS (DE) VOREINGESTELLTE PROGRAMME (PT) PROGRAMAS PREDEFINIDOS (NL) VOORINGESTELDE PROGRAMMA'S (IT) PROGRAMMI PREDEFINITI (ZH) 预设置程序模式 (JA) プリセットプログラム (KO) 사전 설정 프로그램 (AR) البرامج المعيّنة مسبقًا																	
PO1 – P16 KPH		(EN) WORK OUT STAGES (FR) ÉTAPES DE L'ENTRAÎNEMENT (ES) ETAPAS DEL ENTRENAMIENTO (DE) WORKOUT-STUFEN (PT) FASES DO TREINO (NL) WORK-OUTFASES (IT) FASI DI ALLENAMENTO (ZH) 锻炼阶段 (JA) トレーニングステージ (KO) 운동 단계 (AR) مراحل التمرين															
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
PO1	SPEED	2	3	3	4	4	5	5	3	4	5	4	4	3	3	5	3
	INCLINE	1	1	2	2	3	3	2	2	1	2	2	1	3	2	2	2
PO2	SPEED	2	4	4	5	6	6	6	4	5	6	4	4	2	5	4	2
	INCLINE	1	2	2	2	3	2	2	2	2	2	3	3	4	3	2	2
PO3	SPEED	2	4	4	6	7	7	7	4	7	7	4	4	4	5	3	2
	INCLINE	2	3	3	2	3	3	2	2	2	2	4	4	6	3	2	2
PO4	SPEED	3	5	5	6	5	7	7	8	8	5	9	5	6	4	4	3
	INCLINE	2	3	3	2	3	3	2	2	2	2	4	4	6	3	2	2
PO5	SPEED	2	4	4	5	7	5	6	7	8	8	5	4	6	5	4	2
	INCLINE	3	3	3	4	5	5	4	4	4	4	5	5	3	2	2	2
PO6	SPEED	2	4	4	4	8	8	6	7	8	8	6	4	5	4	3	2
	INCLINE	3	5	5	5	4	3	3	3	3	4	4	4	3	4	3	2
PO7	SPEED	2	3	3	3	3	4	5	3	4	5	3	3	6	5	3	3
	INCLINE	4	4	4	4	6	6	6	7	7	8	8	9	6	5	4	4
PO8	SPEED	2	3	3	6	4	6	7	4	6	7	4	4	3	4	4	2
	INCLINE	4	5	5	5	6	7	8	9	9	9	10	10	10	8	6	3
PO9	SPEED	2	4	4	7	7	8	4	8	9	9	4	4	6	3	3	2
	INCLINE	5	5	5	6	4	4	6	6	5	5	8	8	9	7	4	2
P10	SPEED	2	4	5	6	4	6	8	8	6	6	5	4	4	4	3	3
	INCLINE	5	6	6	6	8	8	4	4	4	5	5	8	10	8	6	3
P11	SPEED	2	5	8	10	10	10	7	7	10	10	5	5	5	5	4	3
	INCLINE	4	5	3	2	2	2	2	2	2	4	5	6	5	5	2	0
P12	SPEED	3	4	9	9	5	8	5	9	7	5	5	7	5	7	6	3
	INCLINE	1	2	3	2	5	0	0	2	3	5	7	3	6	5	3	3
P13	SPEED	3	6	7	5	7	5	5	7	9	5	8	5	9	9	4	3
	INCLINE	3	3	5	6	3	7	5	3	2	0	0	5	2	3	2	1
P14	SPEED	2	2	4	5	4	3	2	1	2	3	4	5	4	3	2	1
	INCLINE	4	4	4	4	6	6	6	7	7	8	8	9	6	5	4	4
P15	SPEED	2	4	6	8	4	4	2	2	2	4	6	8	4	4	2	2
	INCLINE	3	3	3	4	5	5	4	4	4	4	5	5	3	2	2	2
P16	SPEED	2	4	6	8	6	4	2	2	2	4	6	8	4	4	2	2
	INCLINE	5	5	5	6	4	4	6	6	5	5	8	8	9	7	4	1



(EN) PRESET PROGRAMS (FR) PROGRAMMES PRÉRÉGLÉS (ES) PROGRAMAS PREDEFINIDOS (DE) VOREINGESTELLTE PROGRAMME (PT) PROGRAMAS PREDEFINIDOS (NL) VOORINGESTELDE PROGRAMMA'S (IT) PROGRAMMI PREDEFINITI (ZH) 预设置程序模式 (JA) プリセットプログラム (KO) 사전 설정 프로그램 (AR) البرامج المَعَيَّنَة مسبقًا																	
PO1 – P16 MPH		(EN) WORK OUT STAGES (FR) ÉTAPES DE L'ENTRAÎNEMENT (ES) ETAPAS DEL ENTRENAMIENTO (DE) WORKOUT-STUFEN (PT) FASES DO TREINO (NL) WORK-OUTFASES (IT) FASI DI ALLENAMENTO (ZH) 锻炼阶段 (JA) トレーニングステージ (KO) 운동 단계 (AR) مراحل التمرين															
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
PO1	SPEED	1.2	1.8	1.8	2.5	2.5	3.1	3.1	1.8	2.5	3.1	2.5	2.5	1.8	1.8	3.1	1.8
	INCLINE	1	1	2	2	3	3	2	2	1	2	2	1	3	2	2	2
PO2	SPEED	1.2	2.5	2.5	3.1	3.7	3.7	3.7	2.5	3.1	3.7	2.5	2.5	1.2	3.1	2.5	1.2
	INCLINE	1	2	2	2	3	2	2	2	2	2	3	3	4	3	2	2
PO3	SPEED	1.2	2.5	2.5	3.7	4.3	4.3	4.3	2.5	4.3	4.3	2.5	2.5	2.5	3.1	1.8	1.2
	INCLINE	2	3	3	2	3	3	2	2	2	2	4	4	6	3	2	2
PO4	SPEED	1.8	3.1	3.1	3.7	3.1	4.3	4.3	5	5	3.1	5.6	3.1	3.7	2.5	2.5	1.8
	INCLINE	2	3	3	2	3	3	2	2	2	2	4	4	6	3	2	2
PO5	SPEED	1.2	2.5	2.5	3.1	4.3	3.1	3.7	4.3	5	5	3.1	2.5	3.7	3.1	2.5	1.2
	INCLINE	3	3	3	4	5	5	4	4	4	4	5	5	3	2	2	2
PO6	SPEED	1.2	2.5	2.5	2.5	5	5	3.7	4.3	5	5	3.7	2.5	3.1	2.5	1.8	1.2
	INCLINE	3	5	5	5	4	3	3	3	3	4	4	4	3	4	3	2
PO7	SPEED	1.2	1.8	1.8	1.8	1.8	2.5	3.1	1.8	2.5	3.1	1.8	1.8	3.7	3.1	1.8	1.8
	INCLINE	4	4	4	4	6	6	6	7	7	8	8	9	6	5	4	4
PO8	SPEED	1.2	1.8	1.8	3.7	2.5	3.7	4.3	2.5	3.7	4.3	2.5	2.5	1.8	2.5	2.5	1.2
	INCLINE	4	5	5	5	6	7	8	9	9	9	10	10	10	8	6	3
PO9	SPEED	1.2	2.5	2.5	4.3	4.3	5	2.5	5	5.6	5.6	2.5	2.5	3.7	1.8	1.8	1.2
	INCLINE	5	5	5	6	4	4	6	6	5	5	8	8	9	7	4	2
P10	SPEED	1.2	2.5	3.1	3.7	2.5	3.7	5	5	3.7	3.7	3.1	2.5	2.5	2.5	1.8	1.8
	INCLINE	5	6	6	6	8	8	4	4	4	5	5	8	10	8	6	3
P11	SPEED	1.2	3.1	5	6.2	6.2	6.2	4.3	4.3	6.2	6.2	3.1	3.1	3.1	3.1	2.5	1.8
	INCLINE	4	5	3	2	2	2	2	2	2	4	5	6	5	5	2	0
P12	SPEED	1.8	2.5	5.6	5.6	3.1	5	3.1	5.6	4.3	3.1	3.1	4.3	3.1	4.3	3.7	1.8
	INCLINE	1	2	3	2	5	0	0	2	3	5	7	3	6	5	3	3
P13	SPEED	1.8	3.7	4.3	3.1	4.3	3.1	3.1	4.3	5.6	3.1	5	3.1	5.6	5.6	2.5	1.8
	INCLINE	3	3	5	6	3	7	5	3	2	0	0	5	2	3	2	1
P14	SPEED	1.2	1.2	2.5	3.1	2.5	1.8	1.2	0.6	1.2	1.8	2.5	3.1	2.5	1.8	1.2	0.6
	INCLINE	4	4	4	4	6	6	6	7	7	8	8	9	6	5	4	4
P15	SPEED	1.2	2.5	3.7	5	2.5	2.5	1.2	1.2	1.2	2.5	3.7	5	2.5	2.5	1.2	1.2
	INCLINE	3	3	3	4	5	5	4	4	4	4	5	5	3	2	2	2
P16	SPEED	1.2	2.5	3.7	5	3.7	2.5	1.2	1.2	1.2	2.5	3.7	5	2.5	2.5	1.2	1.2
	INCLINE	5	5	5	6	4	4	6	6	5	5	8	8	9	7	4	1



(EN) DIAL FUNCTIONS



SPEED+/-

In running mode, rotate the DIAL clockwise to increase speed and counter clockwise to decrease speed.

INCLINE+/-

Levels: 1-10
In running mode, press and hold DIAL for 3 seconds to enter incline mode. Rotate the DIAL clockwise to increase incline and counter clockwise to decrease incline.

START/PAUSE/STOP

In standby mode, press the DIAL to start. The speed window will countdown "3, 2, 1", and the treadmill will start at the lowest speed. During exercise, press the DIAL to pause. When paused, press and hold the DIAL to stop the treadmill.

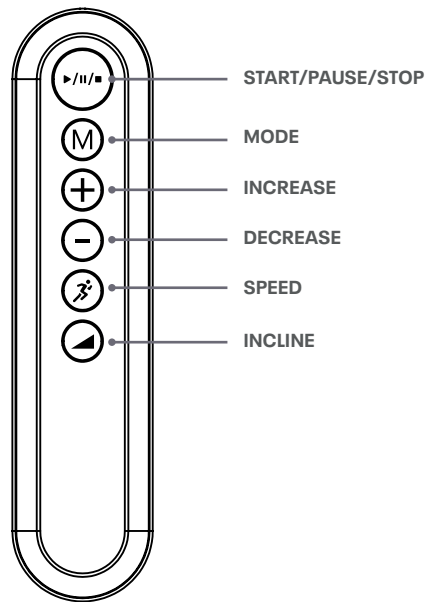
CONFIRM

During program setup, press the DIAL to confirm settings and start.

BLUETOOTH APP

The console supports the Reebok Console, Zwift and Kinomap APPs. Connect to machine via Bluetooth using the APP. Once connected, the indicator light will turn on.

(EN) REMOTE CONTROL



START/PAUSE/STOP

In standby mode, press ►/II/■ to start. The speed window will countdown "3, 2, 1", and the treadmill will start at the lowest speed. During exercise, press ►/II/■ to pause. When paused, press and hold ►/II/■ to stop the treadmill.

MODE

Press this button to choose between time, distance, calories workout targets and 16 built-in programs (P01–P16).

+/-

During exercise, press SPEED or INCLINE, then press +/- to adjust the value. Press and hold for more than 2 seconds for continuous adjustment. In setting mode, press +/- to adjust the selected value.

(EN) COMPUTER PROGRAMS

MANUAL MODE

QUICK START

- In standby mode, press ►/II/■ or DIAL to start the treadmill. The speed window will countdown "3, 2, 1", and the treadmill will start at the lowest speed
- During exercise, press ►/II/■ or DIAL again to slow the treadmill to a stop and enter pause mode
- Each value is displayed cyclically every 5 seconds
- Press and hold ►/II/■ or DIAL to stop the treadmill and return to standby mode

COUNTDOWN MODES: TIME/DISTANCE/CALORIES

- In standby mode, press M to select TIME, DISTANCE or CALORIE countdown modes
- Use SPEED +/- or INCLINE +/- to set the countdown value
- Press ►/II/■ once to start
- Each value is displayed cyclically every 5 seconds

16 PRESET PROGRAMS (P01 – P16)

- In standby mode, press M, on the remote, until you see P01– P16, select a program. Press ►/II/■ or DIAL to confirm
- Use +/- on the remote or rotate the DIAL to set the workout TIME
- Press ►/II/■ or DIAL to confirm settings. The speed window will countdown "3, 2, 1" and the treadmill will start.
- Each value is displayed cyclically every 5 seconds
- During the workout, press ►/II/■ or DIAL to pause. Press ►/II/■ or DIAL once more to resume. The speed window will countdown "3, 2, 1" and the treadmill will start.
- When paused, press and hold ►/II/■ or DIAL to slow the treadmill to a stop and enter standby mode

BLUETOOTH HEART RATE

This product is compatible with wearable heart rate detector, to receive an accurate reading, the chest strap needs to be in direct contact with your skin. After you put on the chest strap, face the display console for a minimum of 15 seconds. This allows the receiver in the console to recognize the signal from the chest strap. The heartrate monitor is a guide for reference only and not for medical use or monitoring.

SAFETY LOCK FUNCTION

In any mode, if you pull away the safety key, the machine will stop. The machine cannot work until safety key is reinserted.

SAFETY KEY

Included with this machine is a red safety key, the machine will not operate unless this is inserted. Its purpose is to immediately stop the machine in the event of an emergency. The computer will display "---" if not correctly attached to the treadmill. The clip on the other end of the safety key must be attached to the user at all times during your workout to ensure the machine stops immediately in the event of an emergency.

POWER ON AND OFF

You may turn off the power at any time to stop the treadmill. Doing so will not cause any damage to the equipment.

POWER SAVING (ERP)

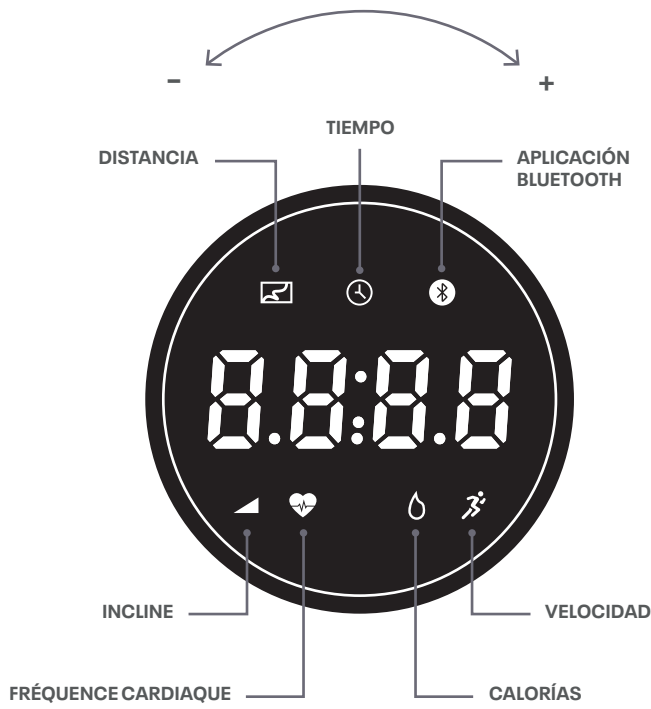
This product has a power saving mode that activates after 10 minutes of inactivity. To restart the machine, simply press any button.

Standby mode = 0.5W
Off mode = 0.0W

CAUTION

- We recommend that you maintain a slow speed at the beginning of a session and hold on to the handrails until you become comfortable and familiar with the treadmill
- Attach the magnet end of the safety pulling rope to the console and also attach the clip of the safety pulling rope to your clothing
- To end your workout safely, press the STOP button or pull out the safety pulling rope, then the treadmill will stop immediately
- In case you must escape the equipment in an emergency situation during exercising , grab the handrails and set both feet on the right and left foot platform beside the running belt
- Unplug the emergency safety key when the equipment is not in use

(ES) FUNCIONES DEL DIAL



VELOCIDAD+/-

En modo de carrera: Gire el DIAL en sentido contrario a las agujas del reloj para disminuir el valor de la función. Gire el DIAL en el sentido de las agujas del reloj para aumentar el valor de la función.

INCLINACIÓN+/-

Nivell: 1-10
En modo de carrera, mantenga pulsado el DIAL durante 3 segundos para entrar en el modo de inclinación. Gire el DIAL en el sentido de las agujas del reloj para aumentar la inclinación y en sentido contrario a las agujas del reloj para disminuirla.

INICIAR/PAUSAR/DETENER

En modo de espera, pulse el DIAL para iniciar. En la ventana de velocidad aparecerá una cuenta atrás "3, 2, 1" y la cinta de correr se pondrá en marcha a la velocidad más baja. Durante el ejercicio, pulse el DIAL para pausar. Estando pausada, pulse y mantenga pulsado el DIAL para detener la cinta de correr.

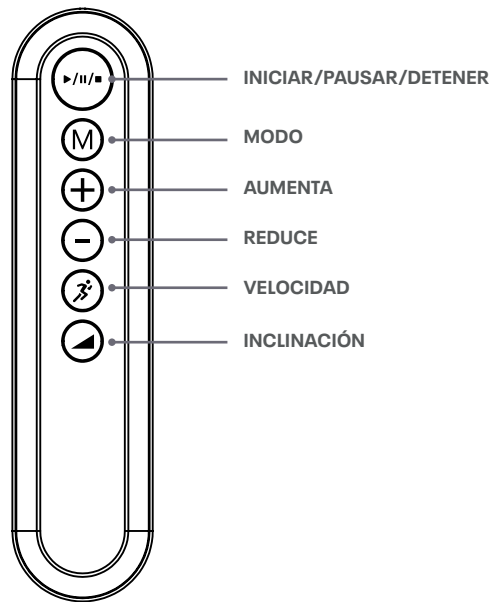
CONFIRMAR

Durante la configuración de programas, pulse el DIAL para confirmar los ajustes e iniciar.

APLICACIÓN BLUETOOTH

La consola es compatible con Reebok Console, Zwift y Kinomap. Conéctese a la máquina mediante Bluetooth usando la aplicación. Cuando esté conectado, el icono de Bluetooth se iluminará.

(ES) MANDO A DISTANCIA



INICIAR/PAUSAR/DETENER

En modo de espera, pulse ►/II/■ para iniciar. En la ventana de velocidad aparecerá una cuenta atrás "3, 2, 1" y la cinta de correr se pondrá en marcha a la velocidad más baja. Durante el ejercicio, pulse ►/II/■ para pausar. Estando pausada, pulse y mantenga pulsado ►/II/■ para detener la cinta de correr.

MODO

Pulse este botón para elegir entre objetivos de entrenamiento por tiempo, distancia o calorías, así como los 16 programas integrados (P01-P16).

+/-

Durante el ejercicio, pulse VELOCIDAD o PENDIENTE y, a continuación, pulse +/- para ajustar el valor. Pulse y mantenga pulsado durante más de 2 segundos para un ajuste continuo.

En el modo de ajustes, pulse +/- para ajustar el valor seleccionado.

(ES) COMPUTER PROGRAMS

MODOS MANUAL

INICIO RÁPIDO

- En modo de espera, pulse ►/II/■ o el DIAL para poner en marcha la cinta de correr. En la ventana de velocidad aparecerá una cuenta atrás "3, 2, 1" y la cinta de correr se pondrá en marcha a la velocidad más baja
- Durante el ejercicio, pulse nuevamente ►/II/■ o el DIAL para ralentizar la cinta de correr hasta detenerse y pasar al modo pausa
- Cada valor se muestra cíclicamente cada 5 segundos
- Pulse y mantenga pulsado ►/II/■ o el DIAL para detener la cinta de correr y volver al modo de espera

CUENTA ATRÁS: TIEMPO/DISTANCIA/CALORÍAS

- En modo de espera, pulse M para seleccionar los modos de cuenta atrás por TIEMPO, DISTANCIA o CALORÍAS
- Use VELOCIDAD +/- o bien PENDIENTE +/- para ajustar el valor de cuenta atrás
- Pulse ►/II/■ una vez para iniciar.
- Cada valor se muestra cíclicamente cada 5 segundos.

PROGRAMAS PREDEFINIDOS (P01 – P16)

- En modo de espera, pulse M, en el mando a distancia, hasta que aparezca P01 – P16, seleccione un programa. Pulse ►/II/■ o el DIAL para confirmar
- Use +/- en el mando a distancia o gire el DIAL para ajustar el TIEMPO de entrenamiento
- Pulse ►/II/■ o el DIAL para confirmar ajustes. En la ventana de velocidad aparecerá una cuenta atrás "3, 2, 1" y la cinta de correr se pondrá en marcha
- Cada valor se muestra cíclicamente cada 5 segundos
- Durante el entrenamiento, pulse ►/II/■ o el DIAL para pausar. Pulse ►/II/■ o el DIAL una vez más para reanudar. En la ventana de velocidad aparecerá una cuenta atrás "3, 2, 1" y la cinta de correr se pondrá en marcha
- Estando pausada, pulse y mantenga pulsado ►/II/■ o el DIAL para ralentizar la cinta de correr hasta detenerse y pasar al modo de espera

SEGUIMIENTO DE LA FRECUENCIA CARDÍACA POR BLUETOOTH

Este producto es compatible con el sensor de frecuencia cardíaca portátil. Para obtener una lectura precisa, la banda pectoral debe estar en contacto directo con la piel. Después de colocarte la banda pectoral, ponte frente a la consola de visualización durante un mínimo de 15 segundos. Esto permite que el receptor de la consola reconozca la señal de la banda pectoral. El pulsómetro es sólo una guía de referencia y no para uso médico o monitorización.

FUNCIÓN DE BLOQUEO DE SEGURIDAD

Sea cual sea el modo seleccionado, si se saca la llave de seguridad, la máquina se parará. La máquina no podrá funcionar hasta que la llave de seguridad vuelva a estar puesta.

LLAVE DE SEGURIDAD

La máquina incluye una llave de seguridad roja que debe insertarse en el lugar habilitado a tal efecto para que funcione el equipo. Su misión es detener inmediatamente la máquina en caso de emergencia. En el ordenador aparecerá el mensaje «---» si no se ha insertado correctamente en la cinta de correr. Para garantizar la detención inmediata de la máquina en caso de emergencia, el usuario debe llevar sujeto a su cuerpo en todo momento el clip que se encuentra al otro extremo de la llave de seguridad.

DESCONEXIÓN ELÉCTRICA

Puede desconectar la alimentación para detener la cinta de correr, sin que esta resulte dañada en ningún momento.

FUNCIÓN DE AHORRO DE ENERGÍA (ERP)

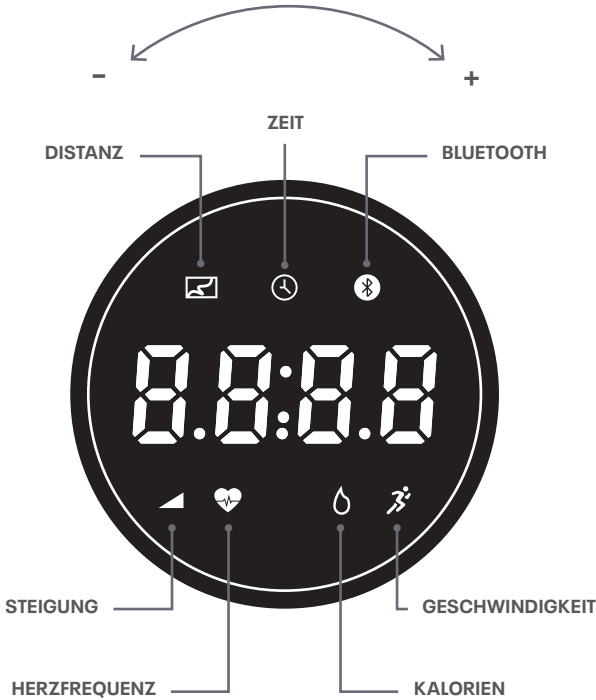
La máquina incorpora función de ahorro de energía. En modo standby, a la espera de entrar en servicio, en caso de no hallarse en funcionamiento, la función de ahorro de energía se hallará disponible transcurridos 10 minutos y la pantalla se cerrará. Puede pulsar cualquier botón para encender la pantalla.

Modo de espera: 0.5W
Modo apagado: 0.0W

PRECAUCIÓN

- Le recomendamos que mantenga una baja velocidad al comienzo de la sesión y que se agarre al pasamanos hasta que se sienta cómodo/a y se familiarice con la cinta de correr.
- Fije el extremo magnético del cable de seguridad a la consola y sujete también el clip del cable de seguridad a su ropa
- Para finalizar su entrenamiento de forma segura, pulse el botón de "STOP" (PARAR) o saque la llave de seguridad, la cinta de correr se parará de inmediato
- En caso de que deba bajarse del equipo en una situación de emergencia mientras se ejercita, sujétese a las barandas y coloque ambos pies en las plataformas para pies a la derecha e izquierda de la cinta de correr
- Desconecte la llave de seguridad de emergencia cuando el equipo no esté en uso

(DE) FUNKTIONEN DES EINSTELLRADS



GESCHWINDIGKEIT+/-

Im Laufmodus: Drehen Sie das EINSTELLRAD gegen den Uhrzeigersinn, um die Funktionswerte zu verringern. Drehen Sie das EINSTELLRAD im Uhrzeigersinn, um die Funktionswerte zu erhöhen.

STEIGUNG+/-

Stufe: 1-10
Im Laufmodus halten Sie das EINSTELLRAD für 3 Sekunden gedrückt, um in den Steigungsmodus zu gelangen. Drehen Sie das EINSTELLRAD im Uhrzeigersinn, um die Steigung zu erhöhen, und gegen den Uhrzeigersinn, um die Steigung zu verringern.

START/PAUSE/STOP

Drücken Sie im Standby-Modus das EINSTELLRAD, um zu beginnen. Im Fenster für Geschwindigkeit beginnt dann der Countdown „3, 2, 1“ und das Laufband startet in der niedrigsten Geschwindigkeit. Drücken Sie während des Workouts das EINSTELLRAD, um zu pausieren. Halten Sie das EINSTELLRAD gedrückt, wenn pausiert wurde, um das Laufband anzuhalten.

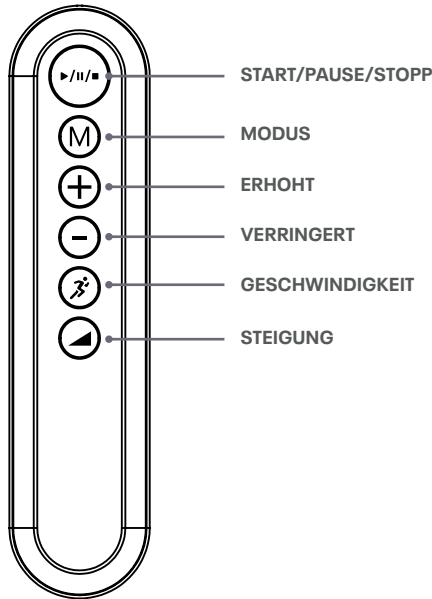
BESTÄTIGEN

Drücken Sie während der Programmeinrichtung das EINSTELLRAD, um die Einstellungen zu bestätigen und mit dem Workout zu beginnen.

BLUETOOTH-APP

Die Konsole unterstützt die Reebok Console, Kinomap-. Stellen Sie über die App eine Verbindung zum Gerät via Bluetooth her. Wenn eine Verbindung besteht, leuchtet das Bluetooth-Symbol auf.

(DE) FERNBEDIENUNG



START/PAUSE/STOPP

Drücken Sie im Standby-Modus ►/II/■, um zu beginnen. Im Fenster für Geschwindigkeit beginnt dann der Countdown „3, 2, 1“ und das Laufband startet in der niedrigsten Geschwindigkeit. Drücken Sie während des Workouts ►/II/■, um zu pausieren. Halten Sie ►/II/■ gedrückt, wenn pausiert wurde, um das Laufband anzuhalten.

MODUS

Drücken Sie diese Taste, um zwischen ZEIT, DISTANZ, KALORIENZIELEN und 16 integrierten Programmen zu wählen. (P01–P16).

+/-

Drücken Sie während des Workouts erst GESCHWINDIGKEIT oder STEIGUNG und anschließend +/-, um den jeweiligen Wert anzupassen. Halten Sie die Taste für weitere Anpassungen länger als 2 Sekunden gedrückt. Drücken Sie im Einstellungsmodus +/-, um den ausgewählten Wert anzupassen.

(DE) COMPUTER PROGRAMMS

MANUELLER MODUS

SCHNELLSTART

- Drücken Sie im Standby-Modus ►/II/■ oder das EINSTELLRAD, um das Laufband zu starten. Im Fenster für Geschwindigkeit beginnt dann der Countdown „3, 2, 1“ und das Laufband startet in der niedrigsten Geschwindigkeit
- Drücken Sie während des Workouts erneut ►/II/■ oder das EINSTELLRAD, um das Laufband anzuhalten und in den Pausenmodus zu wechseln
- Jeder Wert wird periodisch alle 5 Sekunden angezeigt
- Halten Sie ►/II/■ oder das EINSTELLRAD gedrückt, um das Laufband anzuhalten und in den Standby-Modus zurückzukehren

COUNTDOWN-MODI: ZEIT/DISTANZ/KALORIEN

- Drücken Sie im Standby-Modus M, um den Countdown-Modus für ZEIT, DISTANZ oder KALORIEN auszuwählen
- Drücken Sie GESCHWINDIGKEIT +/- oder STEIGUNG +/-, um den Countdown-Wert festzulegen
- Drücken Sie ►/II/■ einmal, um mit dem Workout zu beginnen.
- Jeder Wert wird periodisch alle 5 Sekunden angezeigt

16 PVOREINGESTELLTE PROGRAMME (P01 – P16)

- Drücken Sie im Standby-Modus auf der Fernbedienung M, bis P01– P16 angezeigt wird, und wählen Sie dann eines dieser Programme aus. Drücken Sie ►/II/■ oder das EINSTELLRAD, um zu bestätigen
- Drücken Sie auf der Fernbedienung +/- oder drehen Sie das EINSTELLRAD, um die Workout-DAUER einzustellen
- Drücken Sie ►/II/■ oder das EINSTELLRAD, um die Einstellungen zu bestätigen. Im Fenster für Geschwindigkeit beginnt dann der Countdown „3, 2, 1“ und das Laufband startet
- Jeder Wert wird periodisch alle 5 Sekunden angezeigt
- Drücken Sie während des Workouts ►/II/■ oder das EINSTELLRAD, um zu pausieren. Drücken Sie erneut ►/II/■ oder das EINSTELLRAD, um weiterzumachen. Im Fenster für Geschwindigkeit beginnt dann der Countdown „3, 2, 1“ und das Laufband startet.
- Halten Sie ►/II/■ oder das EINSTELLRAD gedrückt, wenn pausiert wurde, um das Laufband anzuhalten und in den Standby-Modus zu wechseln

BLUETOOTH-HERZFREQUENZMESSUNG

Dieses Produkt ist mit einem tragbaren Herzfrequenzmesser kompatibel. Für eine genaue Auslesung muss der Brustgurt direkten Hautkontakt haben. Stellen Sie sich mind. 15 Sekunden in die Nähe die Konsole, nachdem Sie den Brustgurt angelegt haben. So kann der Empfänger in der Konsole das Signal des Brustgurtes erkennen. Die Pulsanzeige dient als Richtlinie und sollte nicht zu medizinischen Zwecken oder zur Überwachung verwendet werden.

SICHERHEITSFUNKTION

Wenn Sie den Sicherheitsschlüssel herausziehen, hält das Gerät in jedem Modus an. Das Gerät funktioniert erst wieder, wenn Sie den Sicherheitsschlüssel erneut einführen.

SSICHERHEITSSCHLOSSEL

Diesem Gerät liegt ein roter Sicherheitsschlüssel bei, ohne den das Laufband nicht in Betrieb genommen werden kann. Mit diesem Schlüssel können Sie das Gerät im Notfall sofort anhalten. Wenn der Schlüssel nicht korrekt am Laufband angeschlossen ist, erscheint auf der Anzeige “---”. Der Clip an der anderen Seite des Sicherheitsschlüssels muss jederzeit während des Trainings mit der Kleidung verbunden sein um sicherzustellen, dass das Gerät im Notfall unverzüglich ausschaltet.

SCHALTEN SIE DAS GERÄT AUS

Sie können das Laufband ausschalten, um es zu anzuhalten, ohne es dadurch zu beschädigen.

ENERGIESPARFUNKTION

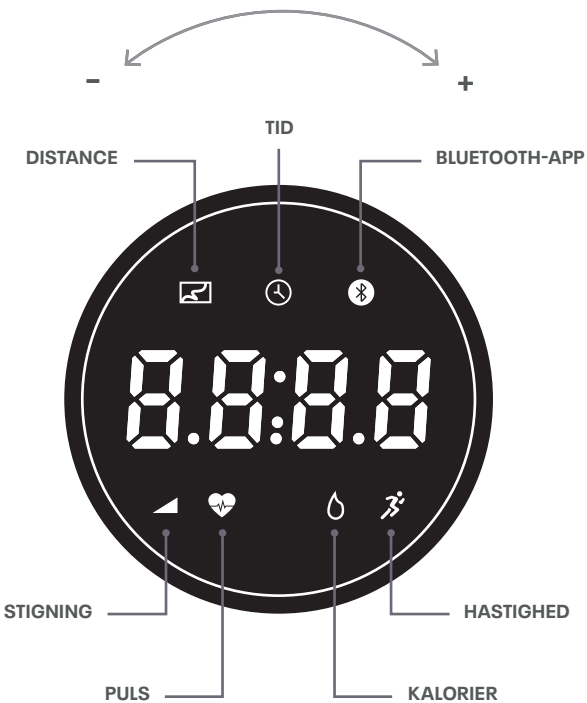
Das Gerät verfügt über eine Energiesparfunktion. Nach 10 Minuten im Standby-Modus (während das Gerät darauf wartet, bedient zu werden bzw. es gerade nicht bedient wird) schaltet das Gerät in den Energiesparmodus und das Display schaltet sich aus. Sie können jede beliebige Taste drücken, um das Display wieder einzuschalten.

Standby-Modus: 0.5W
Aus-Modus: 0.0W

VORSICHT

- Wir empfehlen, Ihr Workout mit einer niedrigen Geschwindigkeit zu beginnen und die Handläufe festzuhalten, bis Sie sich mit dem Laufband wohl und vertraut fühlen
- Befestigen Sie das Magnetende des Sicherheitszugschnurs am Computer und befestigen Sie den Clip des Sicherheitszugschnurs an Ihrer Kleidung.
- Um Ihr Workout sicher zu beenden, drücken Sie die Taste STOPP oder ziehen Sie den Sicherheitsschlüssel heraus. Daraufhin hält das Laufband umgehend an.
- Falls Sie das Gerät im Notfall während des Trainings verlassen müssen, halten Sie die Handläufe fest und stellen beide Füße auf die Plattformen rechts und links des Laufbands
- Ziehen Sie den Notfallsicherheitsschlüssel, wenn das Gerät nicht verwendet wird.

(DK) DREJEKNAPPENS FUNKTIONER



HASTIGHED+/-

Under træningen: Drej DREJEKNAPPEN mod uret for at reducere hastighed. Drej DREJEKNAPPEN med uret for at øge hastighed.

INCLINE+/-

Niveau: 1-10
Under træningen: Hold DREJEKNAPPEN inde i 3 sekunder for at gå til hældningstilstand. Drej DREJEKNAPPEN med uret for at øge hældning. Drej DREJEKNAPPEN mod uret for at reducere hældning.

START/PAUSE/STOP

I standbytilstand skal du trykke på DREJEKNAPPEN for at starte. Hastighedsdisplayet tæller ned fra "3, 2, 1", og løbebåndet begynder at køre på laveste hastighed. Under træningen kan du trykke på DREJEKNAPPEN for at sætte løbebåndet på pause. Når løbebåndet er på pause, kan du holde DREJEKNAPPEN nede for at stoppe løbebåndet.

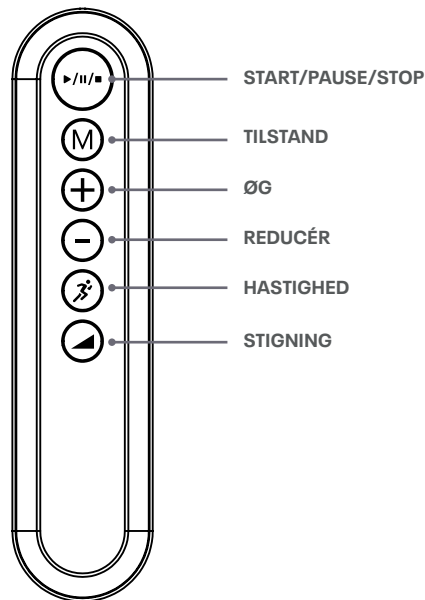
BEKRÆFTE

Under programopsætning kan du trykke på DREJEKNAPPEN for at bekræfte indstillingerne og starte.

BLUETOOTH-APP

Computeren understøtter disse apps: Reebok Console, Zwift og Kinomap. Forbind til maskinen via Bluetooth ved hjælp af appen. Når der er oprettet forbindelse, lyser Bluetooth-ikonet.

(DK) FJERNBETJENING



START/PAUSE/STOP

I standbytilstand skal du trykke på DREJEKNAPPEN for at starte. Hastighedsdisplayet tæller ned fra "3, 2, 1", og løbebåndet begynder at køre på laveste hastighed. Under træningen kan du trykke på DREJEKNAPPEN for at sætte løbebåndet på pause. Når løbebåndet er på pause, kan du holde DREJEKNAPPEN nede for at stoppe løbebåndet.

TILSTAND

Tryk på denne knap for at vælge mellem træningsmål for tid, distance eller kalorier samt 16 indbyggede programmer (P01-P16).

+/-

Under træning kan du trykke på knapperne HASTIGHED eller STIGNING og derefter trykke på knapperne +/- for at indstille værdien. Hvis du holder knappen inde i mere end 2 sekunder, ændres værdien kontinuert.

I indstillingstilstand kan du trykke på knapperne +/- for at indstille den valgte værdi.

(DK) COMPUTER PROGRAMS

MANUEL TILSTAND

KVIKSTART

- I standbytilstand kan du trykke på knappen ►/II/■ eller DREJEKNAPPEN for at starte løbebåndet. Hastighedsdisplayet tæller ned fra "3, 2, 1", og løbebåndet begynder at køre på laveste hastighed
- Under træningen kan du trykke på knappen ►/II/■ eller DREJEKNAPPEN igen for at sænke løbebåndets hastighed til nul og gå i pausetilstand
- Jednotlivé hodnoty se budou cyklicky zobrazovat vřdy na dobu 5 sekund
- Hold knappen ►/II/■ eller DREJEKNAPPEN inde for at stoppe løbebåndet og gå tilbage til standbytilstand

NEDTÆLLINGSTILSTANDE: TID/DISTANCE/KALORIER

- I standbytilstand kan du trykke på knappen M for at vælge nedtælling baseret på TID, DISTANCE eller KALORIER
- Indstil nedtællingsværdien med knapperne HASTIGHED+/- eller STIGNING +/-
- Tryk én gang på knappen ►/II/■ for at starte
- Jednotlivé hodnoty se budou cyklicky zobrazovat vřdy na dobu 5 sekund

16 FORUDINDSTILLEDE PROGRAMMER (P01 – P16)

- I standbytilstand kan du trykke på knappen M på fjernbetjeningen, til P01-P16 vises. Vælg et program. Tryk på knappen ►/II/■ eller DREJEKNAPPEN for at bekræfte
- Tryk på knappen +/- på fjernbetjeningen, eller drej på DREJEKNAPPEN for at indstille træningsTIDEN
- Tryk på knappen ►/II/■ eller DREJEKNAPPEN for at bekræfte indstillingerne. Hastighedsdisplayet tæller ned fra "3, 2, 1", og løbebåndet begynder at køre
- Jednotlivé hodnoty se budou cyklicky zobrazovat vřdy na dobu 5 sekund
- Under træningen kan du trykke på knappen ►/II/■ eller DREJEKNAPPEN for at sætte løbebåndet på pause. Tryk på knappen ►/II/■ eller DREJEKNAPPEN igen for at genoptage. Hastighedsdisplayet tæller ned fra "3, 2, 1", og løbebåndet begynder at køre
- Når løbebåndet er sat på pause, kan du holde knappen ►/II/■ eller DREJEKNAPPEN inde for at sænke løbebåndets hastighed til nul og gå i standbytilstand

PULSMÅLING VIA BLUETOOTH

Dette produkt er kompatibelt med en pulsmåler, som du kan sætte på kroppen. For at opnå en nøjagtig måling skal brystbæltet være i direkte kontakt med din hud. Når du har taget brystbæltet på, skal du stå med front mod displaykonsollen i mindst 15 sekunder. Det giver modtageren i konsollen mulighed for at registrere signalet fra brystbæltet. Målingerne er alene vejledende og er ikke tiltænkt medicinsk brug eller overvågning.

SIKKERHEDSLÅS

Hvis du trækker sikkerhedsnøglen ud, stopper maskinen uanset den aktuelle funktion. Maskinen kan ikke bruges, før sikkerhedsnøglen sættes i igen.

SIKKERHEDNØGLE

Løbebåndet kan ikke bruges, medmindre den medfølgende røde sikkerhedsnøgle er isat. Formålet med sikkerhedsnøglen er at stoppe løbebåndet i tilfælde af en nødsituation. Hvis sikkerhedsnøglen ikke er isat korrekt, vises fejlmeddelelsen ""---"". Klemmen i den anden ende af sikkerhedsnøglen skal til enhver tid være fastgjort til brugeren under træningen for at sikre, at løbebåndet stopper øjeblikkeligt i tilfælde af en nødsituation.

SLUKKE

Du kan til enhver tid slukke for løbebåndet, uden at det tager skade.

STRØMSPAREFUNKTION (ERP)

Løbebåndet går på strømsparefunktion, hvis det ikke har været brugt i 10 minutter. Displayet slukkes. Tryk på en knap for at tænde det igen.

Standbytilstand = 0,5 W
Slukket tilstand = 0,0 W

FORSIGTIG

- Vi anbefaler, at du starter med lav hastighed ved hver træningspas og holder ved håndtagene, indtil du føler dig tryk ved at bruge løbebåndet
- Fastgør den magnetiske ende af sikkerhedssnoren til konsollen, og fastgør klemmen til dit tøj
- Tryk på knappen STOP, eller træk sikkerhedssnorens magnet af computeren for omgående at stoppe løbebåndet
- Hvis du er nødt til at komme væk fra udstyret i en nødsituation under træningen, skal du tage ved håndtagene og sætte fødderne på fladen på hver side af løbebåndet
- Sikkerhedsnøglen skal tages af, når udstyret ikke er i brug

(ZH) 旋钮功能



速度+/-

在运行模式下，顺时针旋转旋钮可增加速度，逆时针旋转旋钮可降低速度。

坡度+/-

等级: 1-10
在跑步模式下，按住旋钮 3 秒钟进入坡度调节模式。顺时针旋转旋钮增加坡度，逆时针旋转旋钮减小坡度。

启动/暂停/停止

待机模式下，按下旋钮即可启动。速度显示窗口将倒计时“3、2、1”，跑步机将以最低速度启动。运动过程中，按下旋钮即可暂停。暂停后，按住旋钮即可停止跑步机。

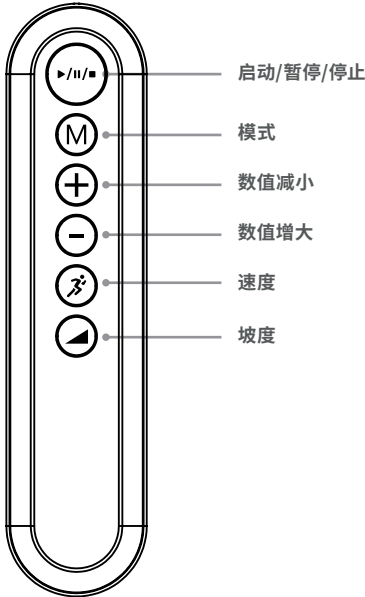
确认

在程序设置过程中，按下旋钮确认设置并开始。

蓝牙应用程序

电子表支持APP有Reebok Console, Zwift, Kinomap, 连接后蓝牙图标会亮起。

(ZH) 遥控器按键功能



启动/暂停/停止

待机模式下，按 ►/||/■启动。速度窗口将倒计时“3、2、1”，跑步机将以最低速度启动。运动过程中，按 ►/||/■暂停。暂停后，按住 ►/||/■停止跑步机。

模式

按此按钮选择时间、距离或卡路里训练目标和 P01–P16

+/-

运动过程中，按“速度”或“坡度”按钮，然后按“+/-”按钮调整数值。按住 2秒以上可进行连续调整。在设置模式下，按“+/-”按钮调整所选数值。

(ZH) 电子表功能

手动模式

快速启动

- 在待机模式下，按一次 ►/||/■或旋钮即可启动跑步机。速度窗口将倒计时“3、2、1”，跑步机将以最低速度启动
- 运动过程中，再次按一次 ►/||/■或旋钮即可使跑步机减速停止并进入暂停模式
- 各数值每5秒循环显示
- 按住 ►/||/■或旋钮，即可停止跑步机并返回待机模式

倒计时模式: 时间/距离/卡路里

- 在待机模式下，按 M 键选择时间、距离或卡路里倒计时模式
- 使用速度 +/- 或坡度 +/- 键设置倒计时值
- 按一次 ►/||/■键开始启动
- 各数值每5秒循环显示

16 个预设程序 (P01 – P16)

- 在待机模式下，按遥控器上的 M 键，直到屏幕上显示 P01 至 P16，然后选择一个程序。按 ►/||/■或旋钮确认
- 使用遥控器上的 +/- 键或旋钮设置锻炼时间
- 按 ►/||/■或旋钮确认设置。速度窗口将倒计时“3、2、1”，跑步机将启动
- 各数值每5秒循环显示
- 锻炼过程中，按 ►/||/■或旋钮暂停。再次按 ►/||/■或旋钮恢复锻炼速度窗口将倒计时“3、2、1”，跑步机随即启动
- 暂停时，按住 ►/||/■或旋钮，使跑步机减速停止并进入待机模式

蓝牙心率

本产品可与带蓝牙心率功能的胸带兼容，为了获得准确的读数，胸带需要与皮肤直接接触。系上胸带后，请面向电子表至少15秒。这允许电子表上的接收器识别来自胸带的信号。心率监测器仅供参考，不用于医疗用途或监测。

安全锁功能

在任何模式下，拔出安全锁，跑步机都会停止。需重新插回安全锁，跑步机才能运行。

安全锁

本设备附带红色安全锁，将其插入设备后，跑步机才能运行。其目的是在出现紧急情况时立即停止设备。如未将其正确连接至跑步机，电子表将会显示“---”。在健身时必须始终将安全锁的另一端夹子夹在用户身上，以确保出现紧急情况时立即停止设备。

接通和关闭电源

在任何时候都可通过关闭电源开关的方式来关闭跑步机，这样并不会损坏跑步机。

节电功能 (ERP)

如果在暂停状态下是5分钟回到待机界面，然后在主界面的时候没有任何操作的话10分钟会进入休眠。

待机模式: 0.5W
关机模式: 0.0W

注意事项

- 我们建议您在刚开始锻炼时保持低速并握住扶手，直到您可熟练使用跑步机
- 将安全锁夹子夹到衣服上
- 结束锻炼时，可按飞梭旋钮或拔出安全锁，跑步机就会停止
- 当训练过程中，遇到危险情况需要紧急脱离跑步机，请拔掉红色安全锁，借助双侧扶手，逃离跑步机
- 不使用跑步机时，请拔下红色安全锁

NOTES/REMARQUES/NOTAS/HINWEIS/NOTA/注/注/주의/ملاحظة/UWAGA/POZNÁMKA/
BEMÆRK/HUOMAA/MERK/OBS/NOTA/NOT/OPMERKINGEN