

Reebok

SL8.0 DC

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

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

Europe: RFE Europa, Linprunstrasse 49, 80335 Munich, Deutschland.

serviceeuropa@rfeinternational.com

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

DE: +49 (0)89 189 39 700 / techsupporteu@rfeinternational.com

APAC (excluding Australia): RFE Asia Pacific, 26F, 2608-2609,

1 Hung To Road, Kwun Tong, Kowloon, Hong Kong.

+852 34685027 / techsupportapac@rfeinternational.com

Australia: techsupportaustralia@rfeinternational.com

China: 中国: 上海锐达健身科技发展有限公司 上海市宝山区爱辉路201号 智航创新园 1座 1601 A室.

4007037798 / techsupportchina@rfeinternational.com

USA: RFE Sporting Goods Inc. 445 Plasamour Drive, Suite 1, Atlanta, GA 30324, USA.

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



SL8.0 DC

USER MANUAL





(EN) CAUTION

- The equipment is intended for home use only (HB). Do not use the equipment in any commercial, rental, or institutional setting.
- 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.
- 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.
- The equipment should be used only by persons weighing 150 kg / 230.91 lb or less.
- 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 2 000 mm x 1 000 mm behind the equipment.
- Noise emission under load is higher than without load.

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.

This device complies with Part 15 of the FCC Rules and Industry Canada licence-exempt RSS standard(s). Operation is subject to the following two conditions:

- (1) this device may not cause harmful interference, and
- (2) this device must accept any interference received, including interference that may cause undesired operation.

NOTE: This equipment has been tested and found to comply with the limits for a Class B digital device, pursuant to Part 15 of the FCC Rules. These limits are designed to provide reasonable protection against harmful interference in a residential installation. This equipment generates, uses and can radiate radio frequency energy and, if not installed and used in accordance with the instructions, may cause harmful interference to radio communications. However, there is no guarantee that interference will not occur in a particular installation.

If this equipment does cause harmful interference to radio or television reception, which can be determined by turning the equipment off and on, the user is encouraged to try to correct the interference by one or more of the following measures:

- Reorient or relocate the receiving antenna.
- Increase the separation between the equipment and receiver.
- Connect the equipment into an outlet on a circuit different from that to which the receiver is connected.
- Consult the dealer or an experienced radio/TV technician for help.

CAN ICES-3(B) / NMB-3(B)

FCC & IC Radiation Exposure Statement:

This equipment complies with FCC and Canada radiation exposure limits set forth for an uncontrolled environment.

This equipment should be installed and operated with a minimum distance of 20cm between the radiator and your body.

This transmitter must not be co-located or operating in conjunction with any other antenna or transmitter.

IMPORTANT SAFETY INSTRUCTIONS

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

Read all instructions before using (this appliance).

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.**

SAVE THESE INSTRUCTIONS.



(EN) CAUTION

IMPORTANT ELECTRICAL INFORMATION

WARNING: This treadmill requires a right power source in order to properly operate.

For your safety, as well as the safety of others, please verify that the power source is correct before plugging the equipment.

Any incorrect power source could cause significant damage to the equipment and or user.

GROUNDING METHODS:

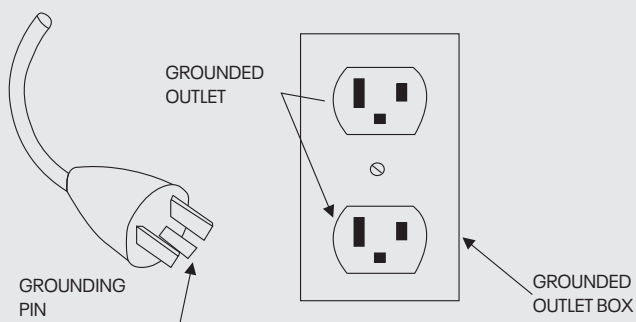
This product must be grounded. Grounding provides the least resistance for electrical current and will reduce the risk of electric shock.

The plug must be plugged into an appropriate outlet that is properly installed and grounded in accordance with all local codes and ordinances.

Ensure that the product is connected to an outlet which contains the same configuration as the plug. Do not use an adaptor for this product.

This product is for use on a nominal circuit and has a grounding plug that looks like the plug illustrated in sketch A.

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.



DANGER:

Improper connection of the equipment-grounding conductor can result in risk of electric shock.

Check with a certified electrician 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 an electrician.

WARNING!

1. NEVER use a ground fault circuit interrupt (GFCI) wall outlet with this treadmill. Route the power cord away from any moving part of the treadmill including the elevation mechanism and transport wheels.
2. NEVER operate the treadmill using a generator or UPS power supply.
3. NEVER remove any cover without first disconnecting AC power.
4. NEVER expose the treadmill to rain or moisture. This treadmill is not designed for use outdoors, near pools or in any other high humidity environment

(FR) MISE EN GARDE

- Cet équipement est conçu pour un usage domestique uniquement (classe HB). N'utilisez pas cet équipement dans un environnement commercial, locatif ou institutionnel.
- 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.
- Veillez 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.
- La machine ne doit être utilisée que par des personnes pesant 150 kg / 230.91 lb ou moins.
- Le système de cardiofréquencemètre peut être erroné. Un entraînement excessif peut entraîner des blessures graves, voire la mort. Cessez immédiatement tout effort.
- Cet équipement est destiné à une utilisation par le consommateur seulement.
- Prévoyez une zone de sécurité d'au moins 2 m x 1 m derrière l'appareil.
- Le bruit est plus important avec que sans charge.

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.

Le présent appareil est conforme aux CNR d'Industrie Canada applicables aux appareils radio exempts de licence. L'exploitation est autorisée aux deux conditions suivantes :

- (1) l'appareil ne doit pas produire de brouillage préjudiciable, et
- (2) l'appareil doit accepter tout brouillage radioélectrique subi, même si le brouillage est susceptible d'en compromettre le fonctionnement.

REMARQUE : Cet appareil a été testé et respecte les limites imposées aux appareils numériques de classe B, conformément à la partie 15 de la réglementation de la FCC. Ces limites sont conçues pour assurer une protection suffisante contre le brouillage préjudiciable dans les installations résidentielles. Cet appareil génère, utilise et peut émettre de l'énergie radiofréquence et, s'il n'est pas installé et utilisé conformément aux instructions, peut causer un brouillage préjudiciable aux communications radio. Cependant, rien ne garantit qu'une installation donnée ne produira aucun brouillage.

Si cet appareil entraîne un brouillage préjudiciable à la réception des signaux radio ou de télévision, ce qui peut être vérifié en éteignant et en rallumant l'appareil, l'utilisateur est invité à tenter de résoudre ce problème en appliquant l'une ou plusieurs des mesures suivantes :

- Réorienter ou déplacer l'antenne réceptrice.
- Augmenter la distance séparant l'appareil du récepteur.
- Brancher l'appareil dans un circuit électrique différent de celui du récepteur.
- Communiquer avec le détaillant ou un technicien radio/télévision d'expérience pour obtenir de l'aide.

CAN ICES-3(B) / NMB-3(B)

Déclaration d'ic sur l'exposition aux radiations :

Cet équipement est conforme aux limites d'exposition aux radiations définies par le Canada pour des environnements non contrôlés.

Cet équipement doit être installé et utilisé à une distance minimum de 20 cm entre l'antenne et votre corps.

Cet émetteur ne doit pas être installé au même endroit qu'une autre antenne ou qu'un autre émetteur ni être utilisé conjointement avec une autre antenne ou un autre émetteur.



(FR) MISE EN GARDE

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).

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.

CONSERVER SES CONSIGNES.

AVERTISSEMENT : Ce tapis de course nécessite une bonne source d'alimentation pour fonctionner correctement.

Pour votre sécurité, ainsi que celle des autres, veuillez vérifier que la source d'alimentation est correcte avant de brancher l'équipement.

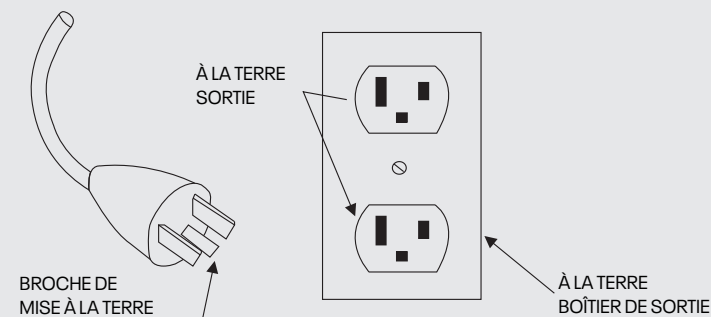
Toute source d'alimentation incorrecte pourrait causer des dommages importants à l'équipement et à l'utilisateur.

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.

Ce produit est destiné à être utilisé sur un circuit nominal de 120 V 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.



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.

AVERTISSEMENT!

1. 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.
2. 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.
3. Maintenir le cordon à l'écart des surfaces chauffées.
4. Pour débrancher, mettre toutes les commandes en position d'arrêt, puis retirer la fiche de la prise.
5. Brancher uniquement l'appareil sur une prise de courant correctement mise à la terre.



(ES) PRECAUCIÓN

- Este equipo está diseñado únicamente para ser utilizado en el hogar (uso doméstico - clase B). No utilice el equipo en ningún entorno comercial, institucional ni de alquiler.
- 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.
- 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 equipo solo debería ser utilizado por personas con un peso igual o inferior a 150 kg / 230.91 lb.
- 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.
- El nivel de ruido es mayor con carga que sin ella.

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.

Este equipo cumple con la Parte 15 de las normas de la FCC y con el(los) estándar(es) RSS [Radio Standards Specification] exento(s) de licencia del Ministerio de Industria de Canadá. La utilización está sujeta a las dos condiciones siguientes:

- (1) este dispositivo no podrá ocasionar interferencias perjudiciales, y
- (2) este dispositivo deberá admitir cualquier interferencia recibida, incluidas aquellas que puedan provocar un funcionamiento no deseado.

NOTA: Este equipo se ha sometido a pruebas y se ha determinado que cumple los límites establecidos para los dispositivos digitales de clase B, de conformidad con el apartado 15 de las normas de la FCC [Comisión Federal de Comunicaciones de EE. UU.]. Estos límites están diseñados para proporcionar una protección razonable contra interferencias perjudiciales en una instalación residencial. Este equipo genera, utiliza y puede irradiar energía de radiofrecuencia y, si no se instala y se usa como se indica en las instrucciones, podría ocasionar interferencias perjudiciales en las comunicaciones por radio. Sin embargo, no se puede garantizar que no se produzcan interferencias en una instalación en particular.

Si este equipo causa interferencias perjudiciales en la recepción de señales de radio o televisión (lo cual puede determinarse apagando y encendiendo el dispositivo), recomendamos al usuario que intente corregir dichas interferencias adoptando una o varias de las siguientes medidas:

- Cambie la orientación o la ubicación de la antena receptora.
- Aumente la distancia entre el equipo y el receptor.
- Conecte el equipo a una toma ubicada en un circuito diferente al del receptor.
- Consulte al distribuidor o a un técnico de radio/televisión experimentado para obtener ayuda.

CAN ICES-3(B) / NMB-3(B)

Declaración de exposición a la radiación de la FCC e IC [Ministerio de Industria de Canadá]:

Este equipo cumple con los límites de exposición a la radiación de Canadá y FCC establecidos para un entorno no controlado.

Este equipo debe instalarse y manejarse con una distancia mínima de 20 cm entre el radiador y el cuerpo de la persona.

Este transmisor no deberá ser colocado ni funcionar en combinación con ninguna otra antena o transmisor.

ESPECIFICACIONES ELÉCTRICAS

220-240V, 50Hz, 1865W

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).

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 obstructores 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.**

SE DEBEN GUARDAR ESTAS INSTRUCCIONES.



(ES) PRECAUCIÓN

ADVERTENCIA: Esta cinta de correr necesita una fuente de alimentación adecuada para funcionar correctamente.

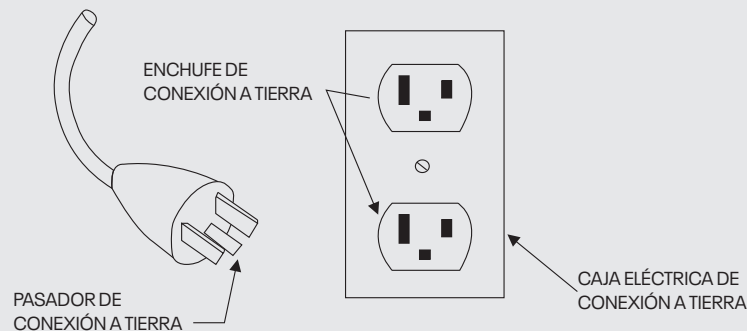
Por su seguridad y la de los demás, compruebe que la fuente de alimentación sea adecuada antes de enchufar el equipo.

Una fuente de alimentación inadecuada podría causar daños importantes al equipo o el usuario.

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.

Este producto debe utilizarse en un circuito nominal de 120 V 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.



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.

WARNING!

1. 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.
2. 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.
3. Mantenga el cable alejado de las superficies calientes.
4. Para desconectar el aparato, gire todos los controles a la posición de apagado y, a continuación, desconecte el enchufe de la toma de corriente.
5. Conecte este aparato únicamente a una toma de corriente con conexión a tierra.

(DE) ACHTUNG

- Das Gerät ist nur für den Heimgebrauch geeignet (Verwendungsklasse H, Genauigkeitsklasse B). Verwenden Sie das Gerät nicht zu gewerblichen, Vermietungs- oder institutionellen Zwecken.
- 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.
- 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.
- Das Gerät sollte nur von Personen verwendet werden, die max. 150 kg wiegen.
- 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.
- Die Geräuschentwicklung ist unter Belastung höher als ohne.

(PT) ATENÇÃO

- O equipamento destina-se exclusivamente a utilização doméstica (Utilização doméstica, Classe B). Não utilize o equipamento em qualquer ambiente comercial, de aluguer ou institucional.
- 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.
- 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 equipamento deve ser utilizado apenas por pessoas com um peso igual ou inferior a 150 kg / 230.91 lb..
- 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 ruído emitido com carga é mais elevado do que sem carga.



(ZH) 警告

- 该设备仅供家庭使用(HB)。请勿在任何商业、租赁或机构场所使用本设备。
- 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。
- 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。
- 设备只能由体重在150公斤/330.9磅以下的人员使用。
- 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。
- 确保跑步机后方应留有至少2000 mm x 1000 mm 的空间。
- 当有人在跑步机上行走时,跑步机噪声将会增大。

(JP) 注意

- 機器は家庭用として (HB) 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、医者に相談してください。
- いつでも、子供とペットを装置に近づけないでください。
- 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。
- 機器は体重が150 kg / 330.9 lb 以下の人しか使用するべきではありません。
- 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。
- 負荷があるときの騒音は、負荷がない時よりも大きいです。

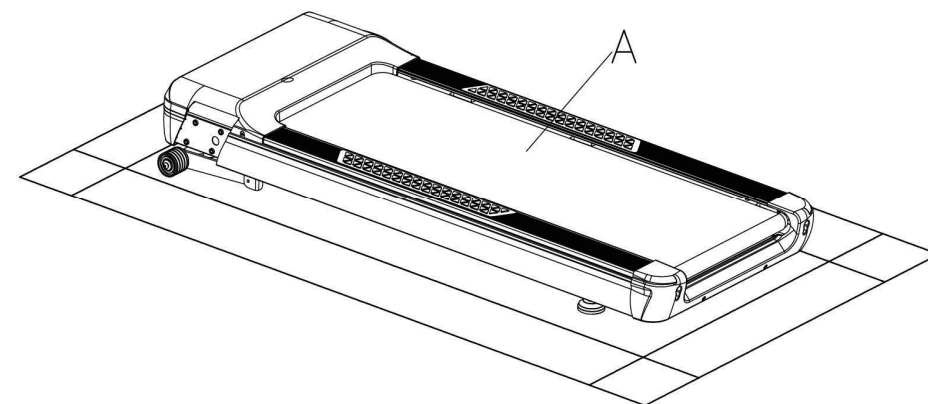
(KO) 주의

- 본 장비는 가정용으로 제작되었습니다 (가정용 B 클래스). 업체나 대여 서비스, 공공장소 등에서 사용해서는 안 됩니다.
- 매뉴얼에 명시된 방식으로만 장비를 활용해야 합니다. 운동 프로그램을 시작하기 전, 의사에게 문의하시기 바랍니다.
- 어린이와 애완동물이 절대 기기 가까이 오지 않도록 합니다.
- 기울어지지 않은 평평하고 안정적인 표면에 기기를 두되, 주변에 최소 0.6m의 여유 공간을 둡니다.
- 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.
- 본 장비는 체중이 150 kg 이하인 사람만 사용 가능합니다.
- 심장박동수 모니터링 기기의 수치가 정확하지 않을 수 있습니다. 과도한 운동으로 증상을 입거나 사망에 이를 수 있습니다. 운동을 즉각 중단하십시오.
- 본 장비는 소비자 용도로 한정합니다.
- 장비 뒤쪽으로 최대 2000mm x 1000mm의 안전 공간을 확보합니다.
- 하중이 가해진 상태에서는 하중이 없을 때보다 소음이 커집니다.

تنبيه (AR)

- يُحظر استخدام (HB) الجهاز مخصص للاستخدام المنزلي فقط. الجهاز في أي بيئة تجارية أو إيجارية أو مؤسسية.
- لا تستخدم الجهاز إلا على النحو الموضح في هذا الدليل. استشر طبيبك قبل أداء أي برنامج تدريبي.
- احرص على إبعاد الأطفال والحيوانات الأليفة عن الجهاز طوال الوقت.
- احرص على وضع الجهاز على سطح مسطح ومستقر مع توفير مساحة خالية محيطة بالجهاز مقدارها ٠,٦ 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 وأو لا تستخدم الجهاز حتى يتم تصليحه. يُرجى الانتباه الشديد للمكونات سريعة التآكل. لا بد من قراءة كل التحذيرات والتعليمات واتباعها قبل الشروع في الاستخدام.
- أبقِ الشعر والجسم والملابس بعيدة عن كل الأجزاء المتحركة.
- إذا شعرت خلال التدريب بالإغماء أو الدوخة أو الألم، فتوقّف عن ممارسة التدريب فورًا واستشر طبيبك.
- قد يؤدي الإفراط في التدريب إلى إصابات خطيرة أو الموت.
- أبقِ 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.
- ينبغي ألا يستخدم الجهاز سوى الأشخاص الذين لا يتجاوز وزنهم كجم 330.9 / 150 رطلاً.
- ق
- احرص على ترك مسافة آمان لا تقل عن 2000 × 1000 ملم خلف الجهاز.

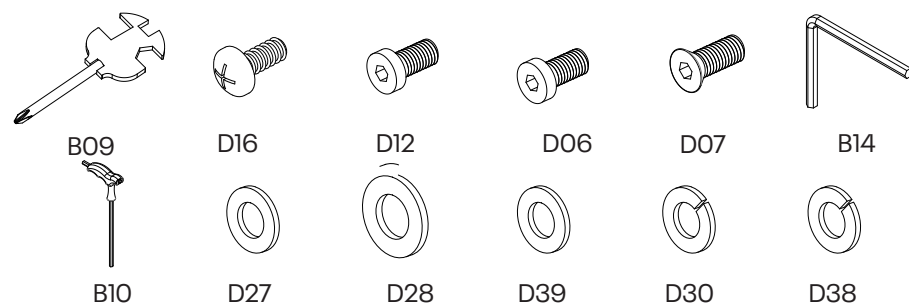
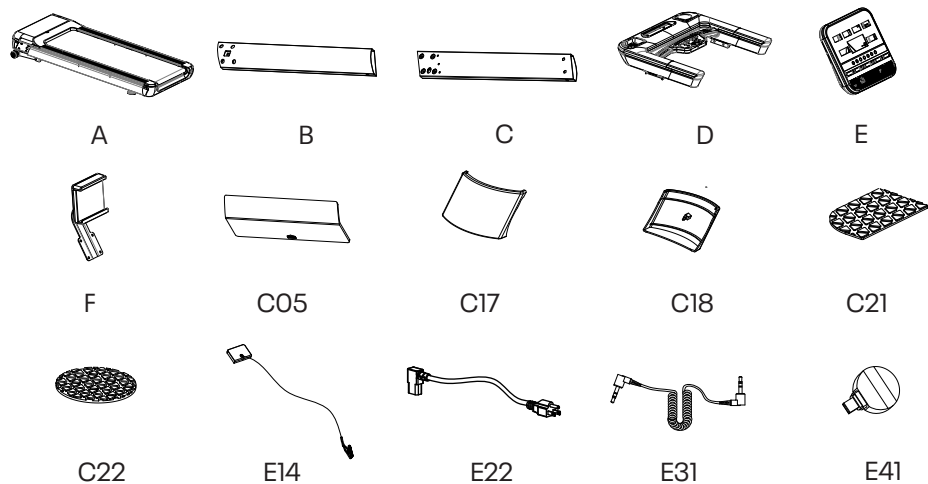
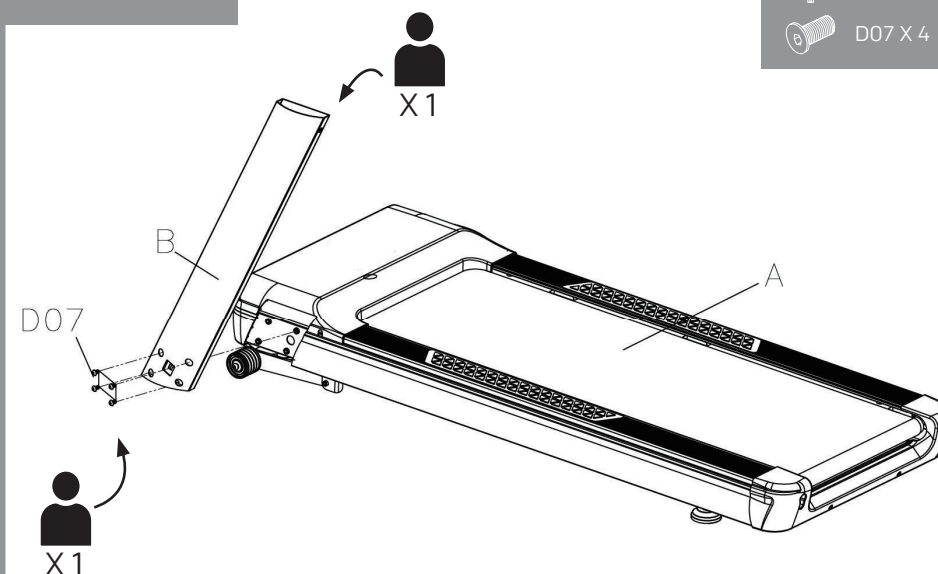
1



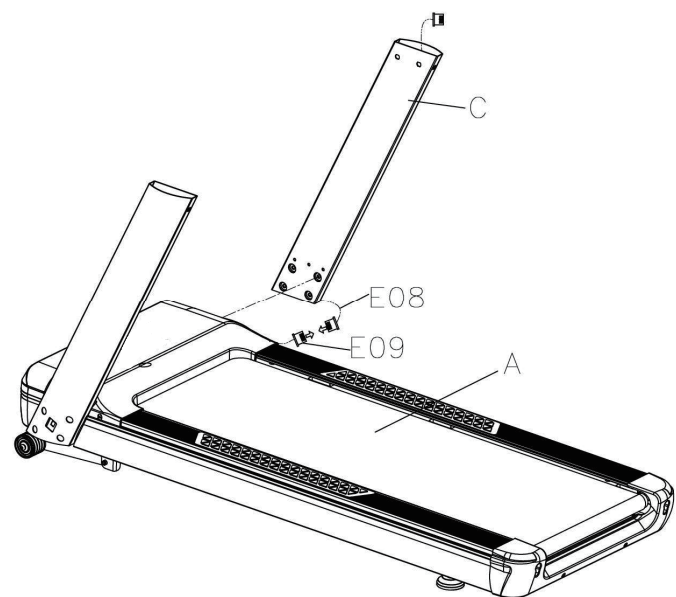
2

2 X 2

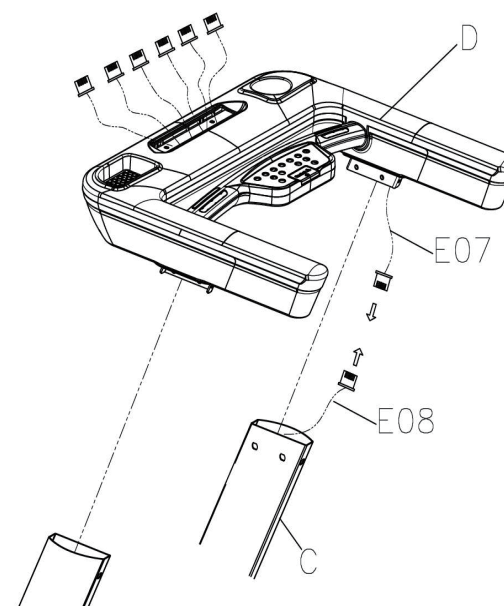
B10
D07 X 4



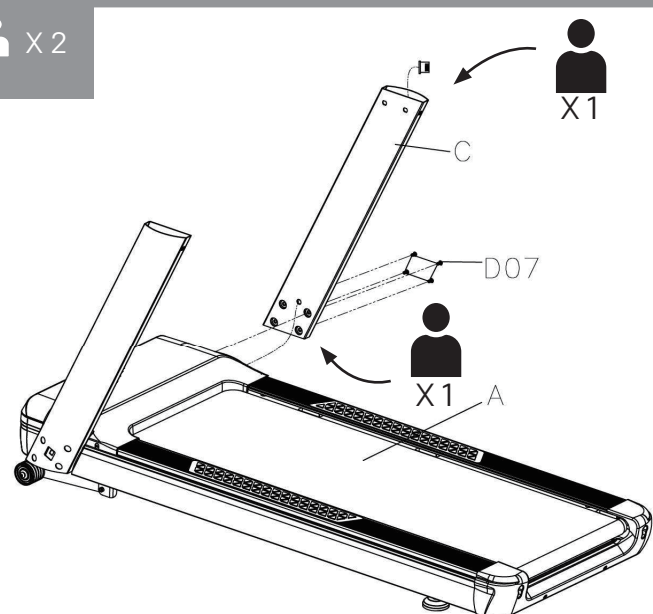
3



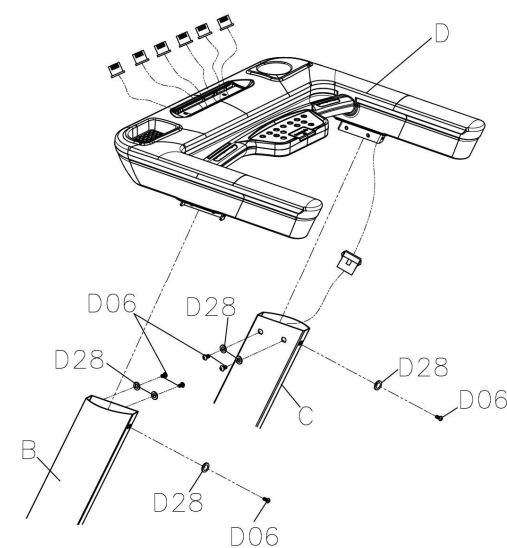
5



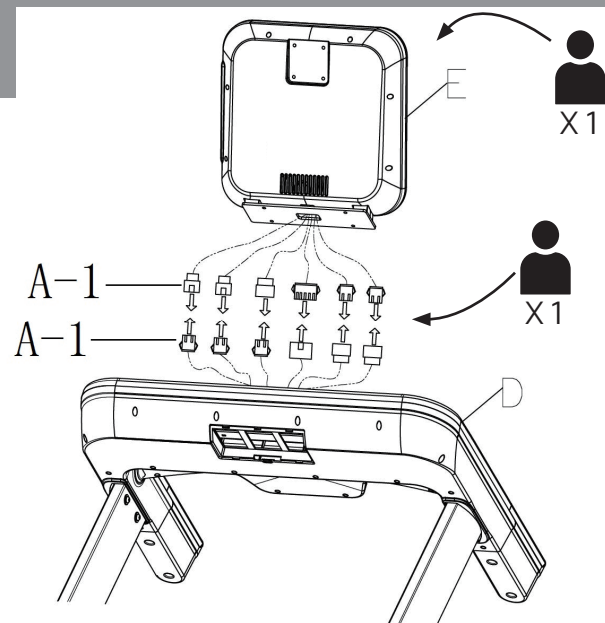
4 X 2



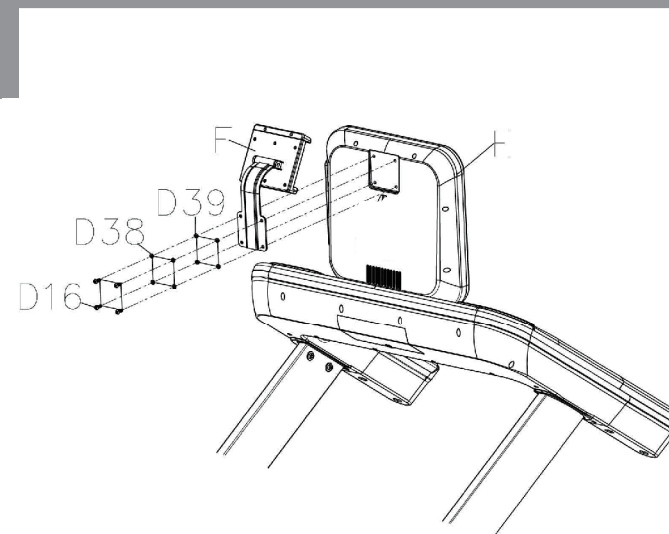
6



7 X2

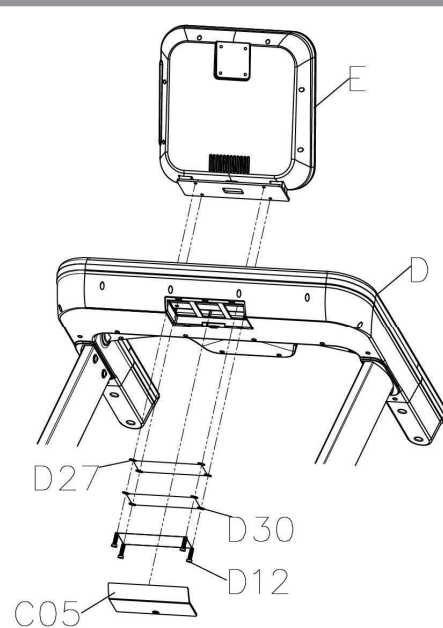


9



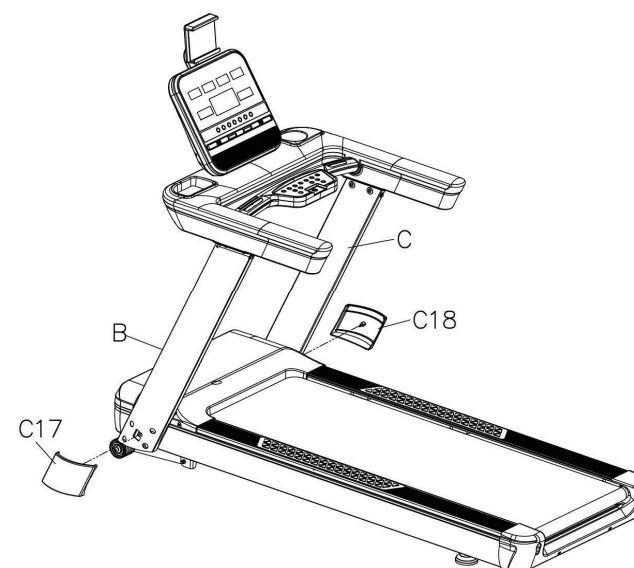
- B09
- D16 X 4
- D38 X 4
- D39 X 4

8

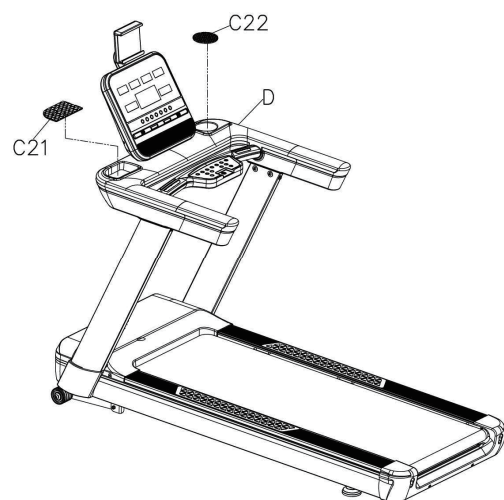


- B10
- D12 X 4
- D27 X 4
- D30 X 4

10

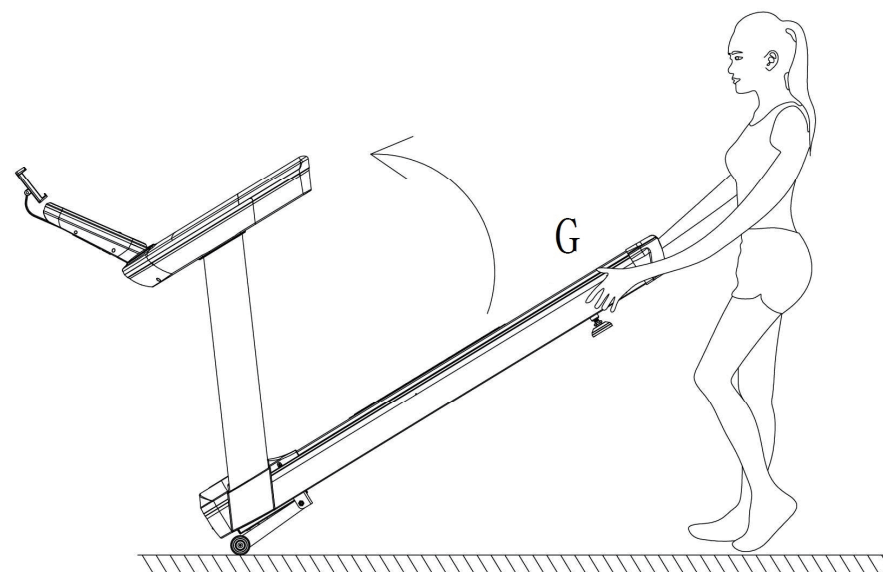
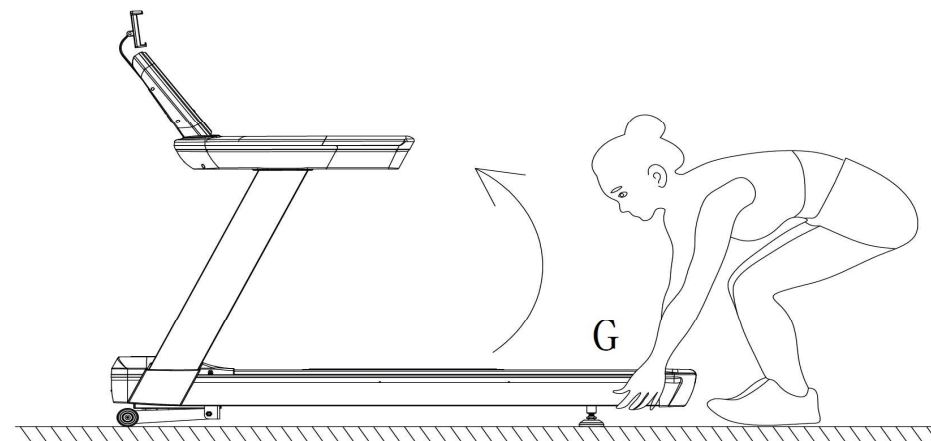
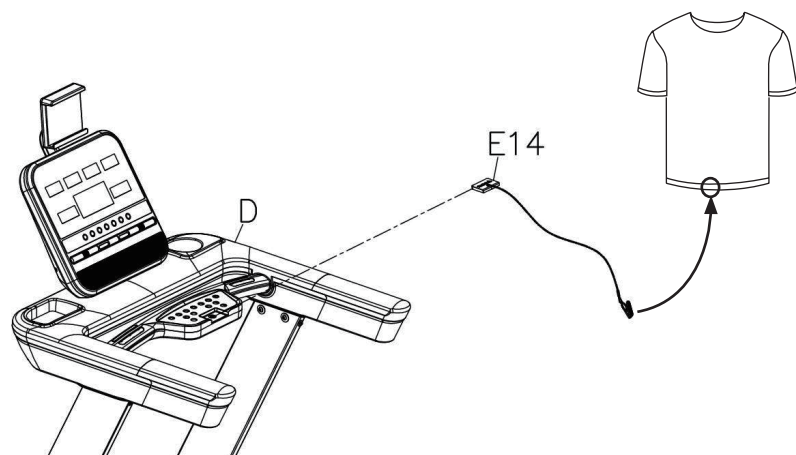


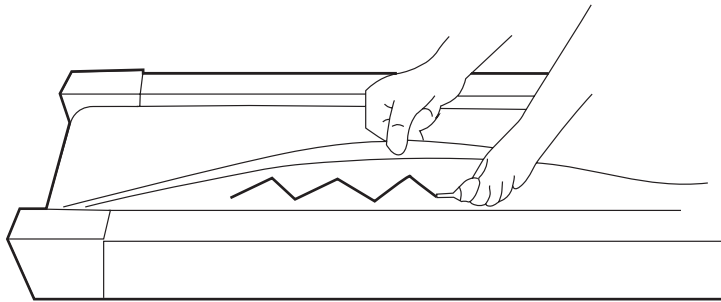
11



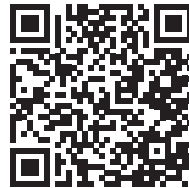
Product disassembly instructions:
Please disassemble according to the reverse steps of product assembly.

产品拆卸说明：请按照产品组装相反步骤进行拆卸。

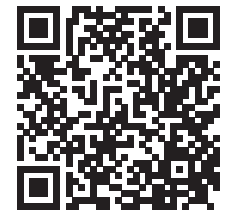




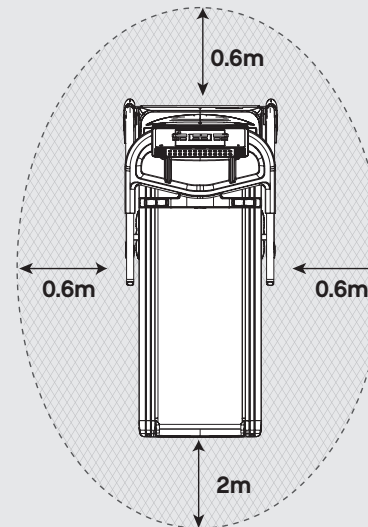
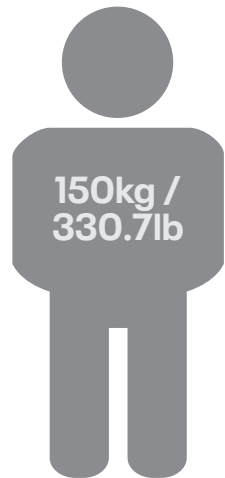
EVERY 300KM/188MILES



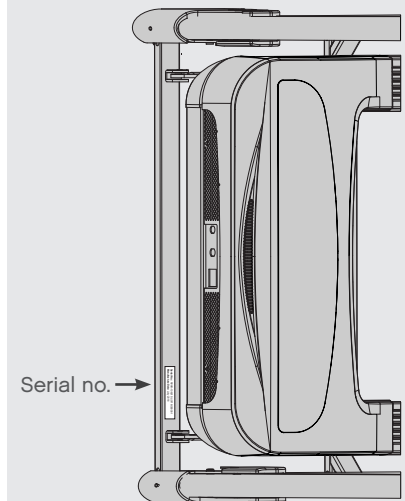
Product Registration and Support
Enregistrement des produits et assistance
Produktregistrierung und Unterstützung
Registrace produktu a podpora
Produktregistrering og support
Registro del producto y soporte
Registo e Apoio ao Produto
产品注册和支持
製品登録とサポート
제품 등록 및 지원
تسجيل المنتج ودعمه



www.reebokfitness.info/support



176cm (L) x 84.2cm (W) x 147.5cm (H)

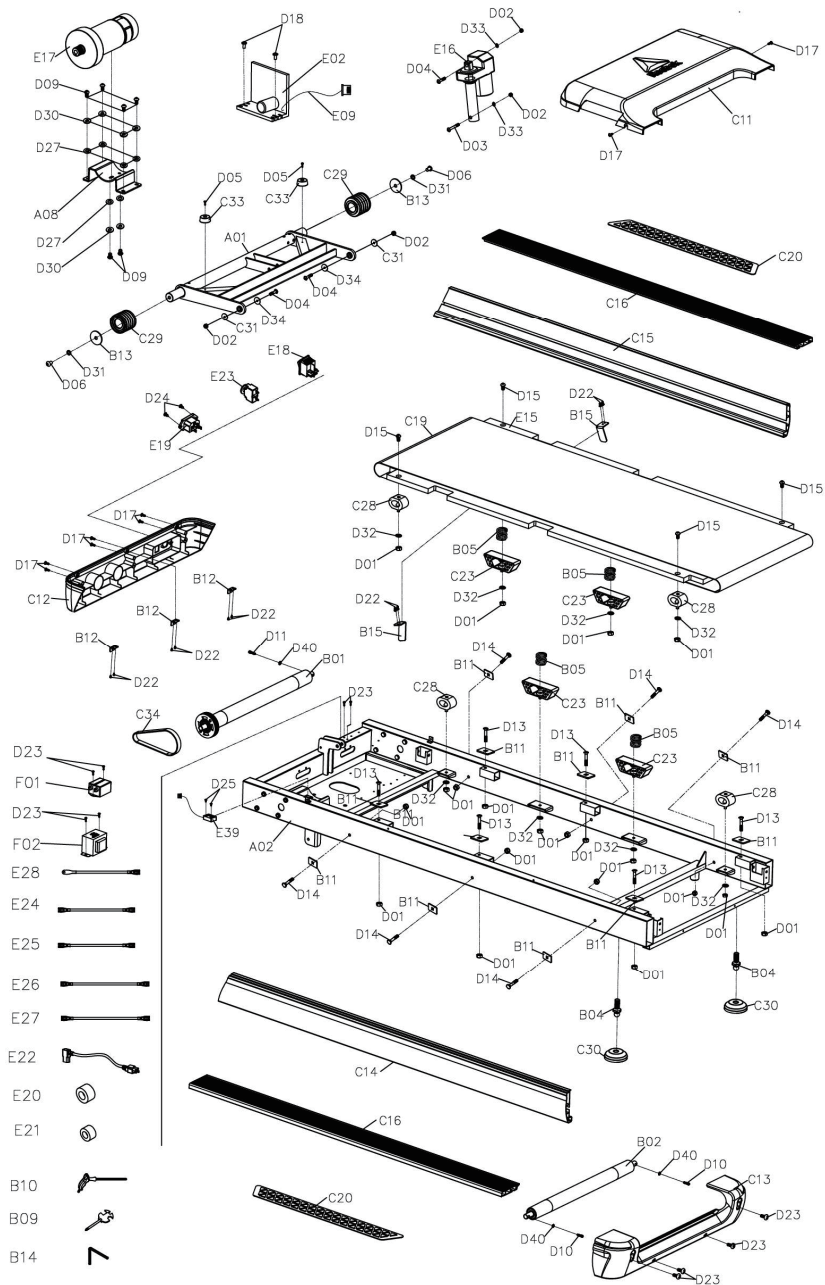


Serial no. →

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

RVSL-10821/0718/000001

REEBOKFITNESS.INFO





		QTY.
A01	Incline bracket	1
A02	Main frame	1
A03	Left upright tube	1
A04	Right upright tube	1
A05	Console bracket	1
A06	Console panel bracket	1
A07	Tablet holder bracket	1
A08	Motor bracket	1
B01	Front roller	1
B02	Back roller	1
B03	Speaker net	1
B04	Versatile adjustment screw	2
B05	Compression spring 1	4
B06	Pulse steel plate	4
B07	Tension spring	2
B08	Safety key plate	1
B09	Cross wrench with screw driver	1
B10	T shape Allen wrench	1
B11	Side rail pressing sheet	12
B12	Screw plate	3
B13	Big washer	2
B14	8# Allen wrench	1
B15	Belt hook	2
C01	Console top cover	1
C02	Console bottom cover	1
C03	Console panel top cover	1
C04	Console panel bottom cover	1
C05	Console back cover	1
C06	Left handle bar	1
C07	Holder bottom cover	1
C08	Holder top cover	1
C09	Holder sliding top cover	1
C10	Holder sliding bottom cover	1
C11	Motor top cover	1
C12	Motor front cover	1
C13	Rear cover	1
C14	Left side rail	1

		QTY.
C15	Right side rail	1
C16	Top side rail	2
C17	Left upright tube cover	1
C18	Right upright tube cover	1
C19	Running belt	1
C20	Anti-slip pad	2
C21	Accessories holder mat	1
C22	Bottle holder mat	1
C23	T shaped cushion	4
C24	Volume control button	1
C25	Base of volume control button	1
C26	Fan guide	1
C27	Fan axis	1
C28	Cushion	4
C29	Moving wheel	2
C30	Versatile foot pad	2
C31	Rubber pad	2
C32	Tube buckle	2
C33	Flat foot pad	2
C34	Motor belt	1
C35	Big silicone pad	1
C36	Small silicone pad	2
C37	Right handle bar	1
C38	Tablet holder mat (5*5*40mm)	2
C39	Tablet holder mat (13*1*120mm)	1
D01	Nut (M8)	20
D02	Nut (M10)	4
D03	Bolt (M10*65)	1
D04	Bolt (M10*45)	3
D05	Bolt (M5*16)	2
D06	Bolt (M10*20)	8
D07	Bolt (M10*25)	8
D08	Bolt (M8*85)	1
D09	Bolt (M8*15)	6
D10	Bolt (M8*65)	2
D11	Bolt (M8*55)	1
D12	Bolt (M8*30)	4

		QTY.
D13	Bolt (M8*45)	6
D14	Bolt (M8*55)	6
D15	Bolt (M8*25)	4
D16	Bolt (M6*15)	4
D17	Bolt (M5*12)	8
D18	Bolt (M4*12)	2
D19	Screw (ST4.2*40)	8
D20	Screw (ST4.2*25)	8
D21	Screw (ST4.2*20)	8
D22	Screw (ST4.2*12)	43
D23	Screw (ST4.2*20)	10
D24	Screw (ST2.9*12)	2
D25	Screw (ST2.9*8)	59
D26	Screw (ST2.9*8)	2
D27	Flat Washer (8)	10
D28	Flat Washer (10)	6
D29	Big washer (5* 13*1.0)	4
D30	Spring washer (8)	10
D31	Spring washer (10)	2
D32	Lock washer (8)	8
D33	Lock washer (10)	2
D34	Big washer (10)	2
D35	Flat washer (8)	1
D36	Nut (M8)	1
D37	Spring washer (8)	1
D38	Spring Washer(6)	4
D39	Flat washer (6)	4
D40	Big Washer (8)	3
E01	Console	1
E02	Control board	1
E03	Button board 1	1
E04	Button board 2	1
E05	Button board top signal wire	1
E06	Console top signal wire	1
E07	Console middle signal wire 1	1
E08	Console middle signal wire 2	1
E09	Console bottom signal wire	1

		QTY.
E10	Hand pulse top signal wire	1
E11	Hand pulse bottom signal wire	1
E12	Top signal wire on switch button	1
E13	Bottom signal wire on switch button	1
E14	Safety key	1
E15	Running board	1
E16	Incline motor	1
E17	DC motor	1
E18	Switch button	1
E19	Power socket	1
E20	Magnet ring	1
E21	Magnet core	1
E22	Power wire	1
E23	Overload protector	2
E24	AC single wire (Blue 200mm)	4
E25	AC single wire (Brown 200mm)	4
E26	AC single wire (Blue 350mm)	2
E27	AC single wire (Brown 350 mm)	1
E28	Grounding wire (Y/G 350mm)	1
E29	Speaker	1
E30	Little speaker	12
E31	MP3 connecting wire	3
E32	Volume control board	2
E33	Volume control wire	1
E34	Audio input/output board	2
E35	Amplifier board input wire	1
E36	USB connecting board	1
E37	USB connecting wire	1
E38	Fan	1
E39	Speed sensor	1
E40	Bluetooth board	1
E41	Dongle	1
F01	Inductance	1
F02	Filter	1



TRAIN ALL OVER THE WORLD
thousands of videos available



STRUCTURED WORKOUTS
coaching & interval training



SHARE YOUR ACHIEVEMENTS
with the Kinomap community



MULTIPLAYER MODE
challenge your friends



+1m active users

www.kinomap.com



(FR) ENTRAÎNEZ-VOUS PARTOUT
DANS LE MONDE DES MILLIERS
DE VIDÉOS DISPONIBLES

(ES) ENTRENA EN CUALQUIER
PARTE DEL MUNDO MILES DE
VIDEOS DISPONIBLES

(DE) TRAINIERE ÜBERALL AUF DER
WELT TAUSENDE VON VIDEOS
VERFÜGBAR

(PT) TREINE EM TODO O MUNDO
MILHARES DE VÍDEOS
DISPONÍVEIS

(ZH) 遍及全世界的训练
数以千计的视频可用

(JP) 世界中でトレーニングしよう
数千のビデオが利用可能

(KO) 세계 어디에서든 운동할
수 있습니다. 수천여 개의
동영상을 참조하세요.

(AR) تمرن في كل أنحاء العالم
آلاف المقاطع المتاحة



(FR) ENTRAÎNEMENTS STRUCTURÉS
ACCOMPAGNEMENT ET
ENTRAÎNEMENT FRACTIONNÉ

(ES) ENTRENAMIENTOS
ESTRUCTURADOS
ASESORAMIENTO Y
ENTRENAMIENTO EN
INTERVALOS

(DE) STRUKTURIERTE WORKOUTS
COACHING UND
INTERVALLTRAINING

(PT) TREINOS ESTRUTURADOS
TREINADOR E TREINOS
INTERVALADOS

(ZH) 结构化的训练
教练和间隙训练

(JP) 構造化した運動
コーチングとインターバルトレ
ーニング

(KO) 체계적인 운동
코칭과 인터벌 트레이닝

(AR) تمارين منظمة
تدريب وتمارين متواترة



(FR) PARTAGEZ VOS RÉALISATIONS
AVEC LA COMMUNAUTÉ
KINOMAP

(ES) COMPARTE TUS LOGROS
CON LA COMUNIDAD
KINOMAP

(DE) TEILE DEINE ERFOLGE
MIT DER KINOMAP-
COMMUNITY

(PT) PARTILHE AS SUAS
CONQUISTAS COM A
COMUNIDADE KINOMAP

(ZH) 和KINOMAP社区分享您的
成就

(JP) KINOMAP コミュニティであな
たの達成を共有しよう

(KO) 자신이 성취한 결과를
KINOMAP 커뮤니티와
공유해보세요

(AR) شارك إنجازاتك
مع مجتمع KINOMAP



(FR) MODE MULTIJOUEURS
LANCEZ UN DÉFI À VOS AMIS

(ES) MODO MULTIJUGADOR
DESAFÍA A TUS AMIGOS

(DE) MEHRSPIELER-MODUS
FORDERE DEINE FREUNDE
HERAUS

(PT) MODO MULTIJOGADOR
DESAFIE OS SEUS AMIGOS

(ZH) 多人运动模式
挑战您的朋友

(JP) マルチプレイヤーモード
あなたの友達に挑戦しよう

(KO) 멀티플레이어 모드
친구에게 도전하기

(AR) نمط متعدد اللاعبين
تحداً أصدقائك



(FR) +1 MILLION
D'UTILISATEURS ACTIFS

(ES) MÁS DE 1 MILLÓN DE
USUARIOS ACTIVOS

(DE) ÜBER 1 MIO. AKTIVE NUTZER

(PT) MAIS DE 1 MILHÃO DE
UTILIZADORES ATIVOS

(ZH) +1m活跃用户

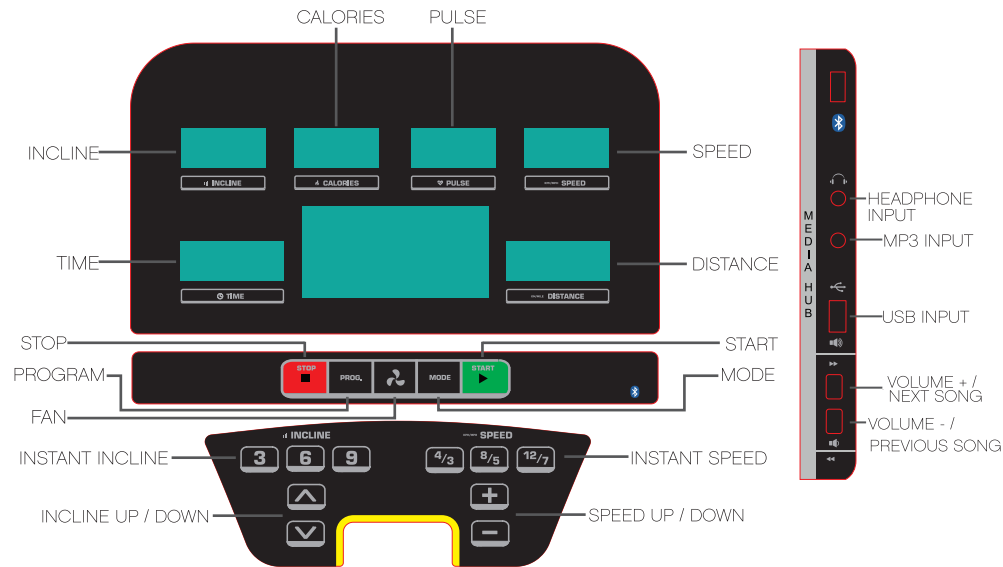
(JP) +1m アクティブユーザー

(KO) +1백만 활성 유저

(AR) أكثر من مليون مستخدم نشط



REEBOKFITNESS.INFO



Button Functions

PROG.

Press this button to choose the program; manual mode, P1-P24 pre-set programs, U1-U3 user programs, FAT body fat test.

MODE

Press this button to choose between time, distance or calories workout targets. You can press SPEED +/- and INCLINE +/- to set the value, and press START to begin.

START

Press this button at any time to start the machine.

STOP

Press this button to either pause or stop the machine.

SPEED + / SPEED -

Press this button to adjust the speed.

INCLINE + / INCLINE -

Press this button to adjust the incline.

FAN

Press this button to open or close the fan.

Computer Functions

Quick Start

- Press START, the system will count down for 3 seconds count down, and make a sound.
- Press SPEED +/- to adjust the speed of the machine.
- Press INCLINE +/- to adjust the incline of the machine.

Manual

- Press MODE to enter TIME, DISTANCE, CALORIES and INCLINE.
- Press START button, treadmill will run after 3 seconds.
- Press SPEED +/- and INCLINE +/- to adjust the speed and the incline.

Program

- Press PROG button, DISTANCE window will display 24 programs, select between program 1-24.
- Press SPEED +/- or INCLINE +/- to set the workout time.
- Each program can be divided into 10 sections, machine will beep 3 times when starting a new section.
- Press SPEED +/- and INCLINE +/- to change the speed and incline during each section.
- Machine will beep 3 times and stop when the program is finished.

User Program

- Press PROG until you get to U1, U2, U3.
- Press INCLINE +/- OR SPEED +/- to change the incline or speed.
- Press MODE button to confirm and enter next section.

From standby mode press PROG button until you see U1, U2, U3. Set the running time and press START to begin.

Body Fat Test

- Press PROG until you get to FAT.
 - Press MODE to enter information: Set value from F-1 to F-4 (F-1 GENDER, F-2 AGE, F-3 HEIGHT, F-4 WEIGHT).
 - Press MODE to enter F-5 (F-5 BODY FAT TEST) hold hands on the pulse sensors, the console will display your body fat value after 3 seconds. The body fat value is intended as a guide, and is not medical data:
- <19: Under Weight
20-25: Normal Weight
26-29: Overweight
>30: Obese

MPH to KPH conversion

The SPEED and DISTANCE can be set to operate in MPH and KPH. To switch between these.

1. In Standby mode, insert SAFETY KEY, Press SPEED + and INCLINE + for 5 seconds.
2. Speed will show "0.6" for MPH or "1.0" for KPH.
3. Repeat above process to change the speed again.

Lubrication Remind Function

After every 300km (188 miles) of running the treadmill will require lubricating. The machine will make a sound every 10 seconds and display 'OIL'. Read the user guide for lubrication instructions. After lubrication, hold STOP for 3 seconds and the warning will be removed.

Safety Lock Function

Under any mode, if you pull away the safety key, the machine will stop. The machine cannot work until the safety key is inserted back.

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 "safety key disconnected" 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.

Unplug the emergency safety key when the equipment is not in use.

Power Saving

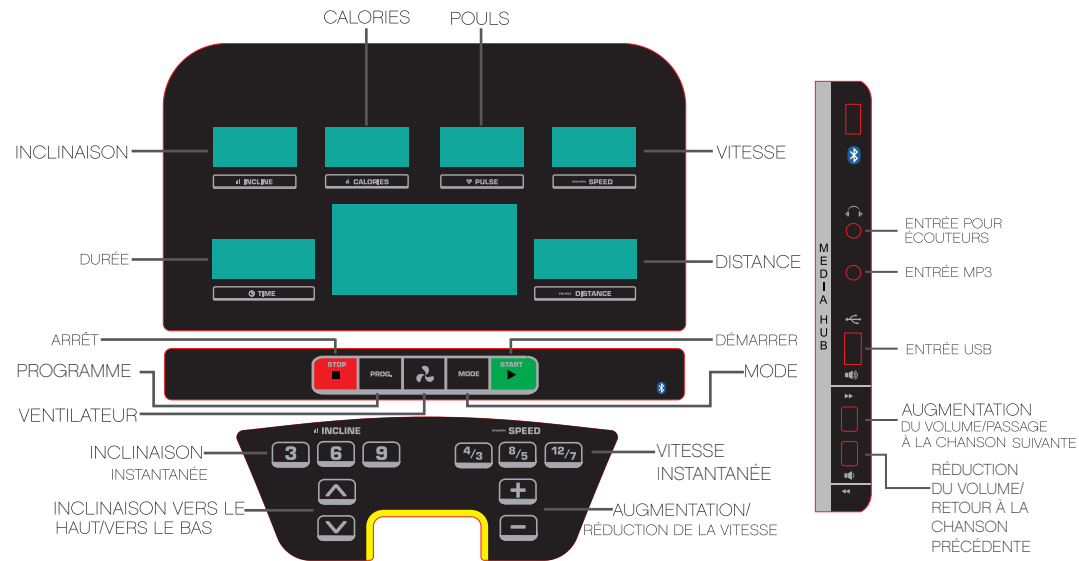
This product is fitted with a power saving mode which will activate if the Treadmill is inactive for a period of 10 minutes. To restart the treadmill simply press any button.

Power Off

You can switch off the power to stop the treadmill at any time, which will not cause any damage.

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 safety key (the magnet end of the safety pulling rope) to the console and attach the clip to your clothing.
- To end your workout safely, press the STOP button or pull out the safety key, 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.



Fonctions des boutons

PROG

Appuyez sur ce bouton pour choisir le programme ; mode manuel, programmes prédéfinis P1 à P24, programmes utilisateur U1-U3, détermination de la masse adipeuse.

MODE

Appuyez sur ce bouton pour sélectionner les objectifs d'entraînement par durée, distance ou calories. Vous pouvez appuyer sur VITESSE +/- et INCLINAISON +/- pour définir la valeur, puis sur DÉMARRER pour commencer.

DÉMARRER

Appuyez à tout moment sur ce bouton pour démarrer la machine.

ARRÊT

Appuyez sur ce bouton pour faire une pause ou arrêter la machine.

VITESSE +/- VITESSE -

Appuyez sur ce bouton pour régler la vitesse.

INCLINAISON +/- INCLINAISON -

Appuyez sur ce bouton pour régler l'inclinaison.

VENTILATEUR

Appuyez sur ce bouton pour ouvrir ou fermer le ventilateur.

Fonctions informatiques

Démarrage rapide

- Appuyez sur DÉMARRER, le système va faire un décompte pendant 3 secondes puis émettre un son.
- Appuyez sur VITESSE +/- pour régler la vitesse de la machine.
- Appuyez sur INCLINAISON +/- pour régler l'inclinaison de la machine.

Manuel

- Appuyez sur MODE pour saisir la DURÉE, la DISTANCE, les CALORIES et l'INCLINAISON.
- Appuyez sur le bouton DÉMARRER, le tapis va démarrer au bout de 3 secondes.
- Appuyez sur VITESSE +/- et INCLINAISON +/- pour régler la vitesse et l'inclinaison.

Programme

- Appuyez sur le bouton PROG, la fenêtre DISTANCE va afficher 24 programmes, sélectionnez l'un de ces programmes, de 1 à 24.
- Appuyez sur VITESSE +/- ou INCLINAISON +/- pour définir la durée de l'entraînement.
- Chaque programme peut être divisé en 10 sections, la machine va bipé 3 fois au début d'une nouvelle section.
- Appuyez sur VITESSE +/- et INCLINAISON +/- pour modifier la vitesse et l'inclinaison pendant chaque section.
- À la fin du programme, la machine va bipé 3 fois et s'arrêter.

Programme utilisateur

- Appuyez sur PROG jusqu'à atteindre U1, U2, U3.
- Appuyez sur INCLINAISON +/- ou VITESSE +/- pour modifier l'inclinaison ou la vitesse.
- Appuyez sur le bouton MODE pour confirmer et passer à la section suivante.

Depuis le mode veille, appuyez sur le bouton PROG jusqu'à afficher U1, U2, U3. Définissez la durée de la course et appuyez sur DÉMARRER pour commencer.

Détermination de la masse adipeuse

- Appuyez sur PROG jusqu'à atteindre MASSE ADIPEUSE.
- Appuyez sur MODE pour saisir les informations : Définissez les valeurs de F-1 à F-4 (F-1 SEXE, F-2 ÂGE, F-3 TAILLE, F-4 POIDS)
- Appuyez sur MODE pour passer à F-5 (F-5 DÉTERMINATION DE LA MASSE ADIPEUSE) et posez les mains sur les capteurs de pouls; la console va afficher votre masse adipeuse au bout de 3 secondes.

La masse adipeuse est une indication, pas une donnée médicale :

- < 19 : Insuffisance pondérale
- 20-25 : Poids normal
- 26-29 : Surpoids
- > 30 : Obésité

Conversion en kilomètres ou miles par heure

La VITESSE et la DISTANCE peuvent être indiquées en kilomètres ou en miles par heure.

Pour basculer entre ces deux mesures, procédez comme suit :

1. En mode veille, insérez la CLÉ DE SÉCURITÉ, puis appuyez sur les boutons d'AUGMENTATION DE LA VITESSE et de l'INCLINAISON pendant 5 secondes.
2. En mode kilomètres, la vitesse indiquée est 1,0. En mode miles, la vitesse indiquée est 0,6.
3. Répétez la procédure ci-dessous pour modifier la vitesse une nouvelle fois.

Fonction de Rappel de la Lubrification

Cette machine est équipée d'une fonction de rappel de la lubrification. Après 300 km de course (188 miles), vous devrez mettre de l'huile dans votre machine. Le système va vous le rappeler en émettant un son toutes les 10 secondes et l'écran va afficher « OIL » (HUILE). Cela indique que vous devez lubrifier votre tapis avec de l'huile. Veuillez tout d'abord lire le manuel utilisateur. Ensuite ajoutez l'huile sur la partie médiane du tapis de course. Une fois la lubrification terminée, veuillez appuyer sur le bouton « ARRÊT » pendant 3 secondes. Le son d'alerte du système va disparaître.

Fonction Verrouillage de Sécurité

Quel que soit le mode, la machine va s'arrêter si vous retirez la clé de sécurité. La fenêtre va afficher « "safety key disconnected" » et un son de rappel se fera entendre. La machine ne pourra pas fonctionner tant que vous n'aurez pas remis la clé de sécurité."

Clé de Sécurité

Une clé de sécurité rouge est fournie avec cette machine. Si elle n'est pas insérée, cette dernière ne peut pas être démarrée. Elle permet en outre d'interrompre immédiatement la machine en cas d'urgence. Si la clé n'est pas correctement insérée, le message « safety key disconnected » (Clé de sécurité déconnectée) s'affiche sur la console. La pince située à l'autre extrémité de la clé de sécurité doit être fixée sur l'utilisateur à tout moment pendant un exercice. Ainsi, la machine s'interrompt automatiquement en cas d'urgence. Débranchez la clé de sécurité d'urgence lorsque l'équipement n'est pas utilisé.

Fonction Économie D'énergie

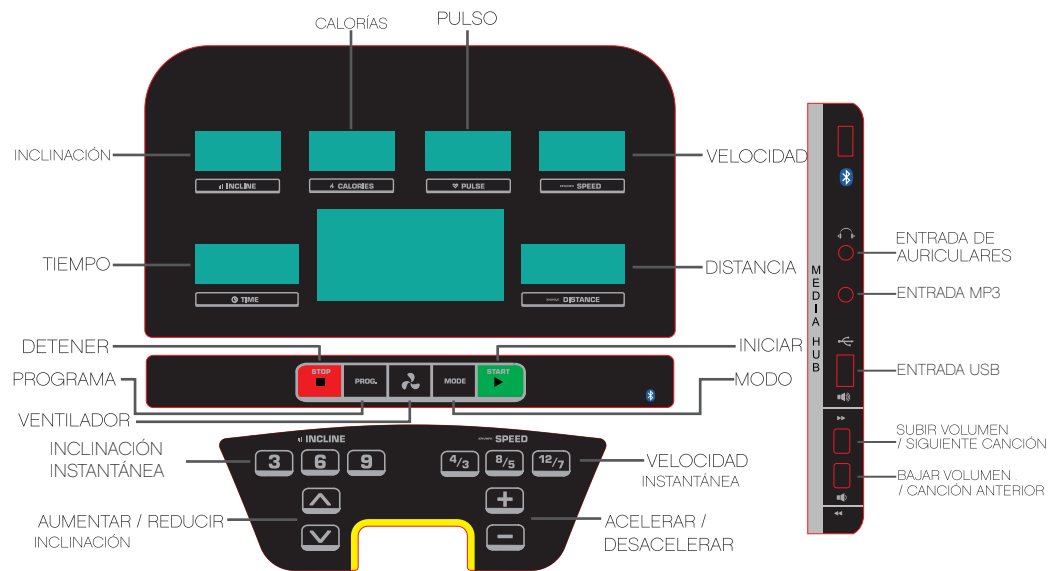
La machine est dotée d'une fonction d'économie d'énergie. En mode veille, quand la machine attend de fonctionner, la fonction d'économie d'énergie se déclenchera au bout de 10 minutes sans utilisation, puis l'écran va s'éteindre. Vous pouvez appuyer sur n'importe quel bouton pour allumer l'écran.

Éteindre la machine :

Vous pouvez couper l'électricité pour arrêter le tapis, qui ne sera aucunement endommagé.

Attention

- Nous vous conseillons de rester à faible vitesse au démarrage d'une séance et de tenir les poignées jusqu'à vous être familiarisé avec le tapis.
- Fixez l'extrémité magnétique du cordon de sécurité à l'ordinateur et fixez le clip du cordon de sécurité à vos vêtements.
- Pour terminer votre séance en toute sécurité, appuyez sur le bouton ARRÊT ou tirez sur le cordon de sécurité. Le tapis s'arrête immédiatement.
- Si vous devez rapidement évacuer l'équipement en cas d'urgence pendant l'exercice, saisissez les mains courantes et posez les deux pieds sur les plates-formes droite et gauche à côté de la ceinture de course.



Funciones de los botones

PROG

Pulse este botón para elegir programa; modo manual, programas predefinidos P1-P24, programas de usuario U1-U3, test de grasa corporal.

MODO

Pulse este botón para elegir entre objetivos de entrenamiento por calorías, distancia o tiempo. Puede pulsar VELOCIDAD +/-, así como INCLINACIÓN +/- para ajustar el valor y pulsar INICIAR para comenzar.

INICIAR

Pulse este botón en cualquier momento para poner en marcha la máquina.

DETENER

Pulse este botón para pausar o detener la máquina.

+ VELOCIDAD/- VELOCIDAD

Pulse este botón para ajustar la velocidad.

+ INCLINACIÓN/- INCLINACIÓN

Pulse este botón para ajustar la inclinación.

VENTILADOR

Pulse este botón para abrir o cerrar el ventilador.

Funciones de la computadora

Inicio rápido

- Pulse INICIAR, el sistema comenzará una cuenta regresiva de 3 segundos y emitirá un sonido.
- Pulse VELOCIDAD +/- para ajustar la velocidad de la máquina.
- Pulse INCLINACIÓN +/- para ajustar la inclinación de la máquina.

Manual

- Pulse MODO para introducir TIEMPO, DISTANCIA, CALORÍAS e INCLINACIÓN.
- Pulse el botón INICIAR, la cinta se pondrá en marcha una vez transcurridos 3 segundos.
- Pulse VELOCIDAD +/- e INCLINACIÓN +/- para ajustar la velocidad y la inclinación.

Programa

- Pulse el botón PROG, la ventana DISTANCIA mostrará 24 programas, seleccione entre los programas 1-24.
- Pulse VELOCIDAD +/- o bien INCLINACIÓN +/- para ajustar el tiempo de entrenamiento.
- Cada programa puede dividirse en 10 secciones, la máquina emitirá 3 pitidos al iniciar una nueva sección.
- Pulse VELOCIDAD +/- e INCLINACIÓN +/- para modificar la velocidad y la inclinación durante cada sección.
- La máquina emitirá 3 pitidos y se parará cuando el programa haya finalizado.

Programa de usuario

- Pulse PROG hasta que aparezca U1, U2, U3.
- Pulse INCLINACIÓN +/- o bien VELOCIDAD +/- para cambiar la inclinación o la velocidad.
- Pulse el botón MODO para confirmar y acceder a la siguiente sección.

A partir del modo standby, pulse el botón PROG hasta que aparezca U1, U2, U3. Ajuste el tiempo de carrera y pulse INICIAR para comenzar.

Test de grasa corporal

- Pulse PROG hasta que aparezca GRASA.
- Pulse MODO para introducir información: Ajuste los valores de F-1 a F-4 (F-1 SEXO, F-2 EDAD, F-3 ALTURA, F-4 PESO).
- Pulse MODO para acceder a F-5 (F-5 TEST DE GRASA CORPORAL), mantenga las manos sobre los sensores de pulso, la consola le mostrará el valor de grasa corporal a los 3 segundos.

El valor de grasa corporal es orientativo, no es información médica:

- <19: Bajo peso
- 20-25: Peso normal
- 26-29: Sobrepeso
- > 30: Obesidad

Conversión de MPH a KM/H

La velocidad y la distancia pueden fijarse para proporcionar valores en MPH y en KM/H.

Para alternar entre ambas:

1. En modo Standby, inserte la LLAVE DE SEGURIDAD y pulse VELOCIDAD + e INCLINACIÓN + durante 5 segundos.
2. El valor de velocidad que aparecerá será "0.6" para MPH o "1.0" para KM/H.
3. Repita los pasos anteriores para volver a cambiar la velocidad.

Recordatorio de lubricación

Esta máquina cuenta con función de recordatorio de lubricación. Cada vez que se recorra una distancia total de 300 km (188 millas), su cinta de correr precisará mantenimiento con aceite. El sistema emitirá un recordatorio acústico cada 10 segundos y en la ventana aparecerá "OIL" ("aceite"). Esto quiere decir que su cinta de correr precisa ser lubricada con aceite. Lea primero el manual de usuario y aplique el aceite a la zona central de la banda de carrera. Una vez finalizada la lubricación, mantenga pulsado el botón de "STOP" (parar) durante 3 segundos y la alerta acústica del sistema desaparecerá.

Función de Bloqueo de Seguridad

Sea cual sea el modo seleccionado, si se saca la llave de seguridad, la máquina se parará. En la ventana aparecerá "safety key disconnected", emitiéndose un recordatorio acústico. 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 «llave de seguridad desconectada» 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. Desconecte la llave de seguridad de emergencia cuando el equipo no esté en uso.

Función de Ahorro de Energía

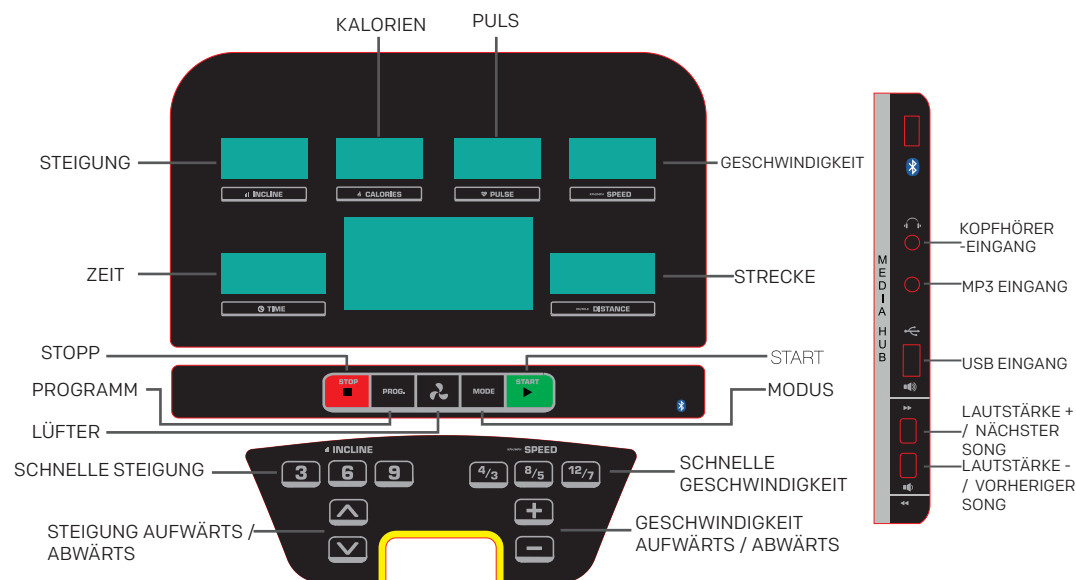
La máquina incorpora función de ahorro de energía. En modo standby, a la espera de entrar en servicio, en caso de no hallarse en funcionamiento, la función de ahorro de energía se hallará disponible transcurridos 10 minutos y la pantalla se cerrará. Puede pulsar cualquier botón para encender la pantalla.

Desconexión eléctrica:

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

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 al ordenador y fije también el clip del cable de seguridad a su ropa.
- Para finalizar su entrenamiento de forma segura, pulse el botón de "PARAR" o tire del cable de seguridad, y 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.



Tastenfunktionen

PROG

Drücken Sie diese Taste, um ein Programm auszuwählen, den manuellen Modus, die voreingestellten Programme P1 – P4, die Anwenderprogramme U1 – U3 oder den Körperfetttest FAT.

MODE

Drücken Sie diese Taste, um die Workout-Ziele Zeit, Distanz oder Kalorien auszuwählen. Legen Sie den Wert mit SPEED +/- und INCLINE +/- fest und drücken Sie dann START, um zu beginnen.

START

Mit dieser Taste können Sie das Laufband jederzeit in Betrieb nehmen.

STOP

Drücken Sie diese Taste, um das Laufband anzuhalten oder auszuschalten.

SPEED + / SPEED -

Mit dieser Taste können Sie die Geschwindigkeit einstellen.

INCLINE + / INCLINE -

Mit dieser Taste können Sie die Steigung einstellen.

FAN

Drücken Sie diese Taste, um den Lüfter zu öffnen oder zu schließen.

Computer-funktionen

Schnellstart

- Drücken Sie START, nach einem 3-Sekunden-Countdown ist ein Ton zu hören.
- Drücken Sie SPEED +/-, um die Geschwindigkeit einzustellen.
- Drücken Sie INCLINE +/-, um die Steigung einzustellen.

Manuell

- Drücken Sie MODE, um die Parameter ZEIT, DISTANZ, KALORIEN und STEIGUNG einzugeben.
- Drücken Sie START, das Laufband startet nach 3 Sek.
- Drücken Sie SPEED +/- und INCLINE +/-, um die Geschwindigkeit bzw. die Steigung einzustellen.

Programm

- Drücken Sie die Taste PROG, in der Anzeige DISTANCE erscheinen 24 Programme, Sie können zwischen den Programmen 1 – 24 auswählen.
- Drücken Sie SPEED +/- oder INCLINE +/-, um die Workout-Zeit einzustellen.
- Jedes Programm kann in 10 Abschnitte unterteilt werden, der Beginn eines neuen Abschnitts wird durch 3 Pieptöne signalisiert.

- Drücken Sie SPEED +/- und INCLINE +/-, um in jedem Abschnitt die Geschwindigkeit und Steigung zu ändern.
- Nach Abschluss des Programms ertönen 3 Pieptöne, anschließend stoppt das Laufband.

Anwenderprogramm

- Drücken Sie PROG, bis die Programme U1, U2, U3 angezeigt werden.
- Drücken Sie INCLINE +/- ODER SPEED +/-, um die Steigung oder Geschwindigkeit zu ändern.
- Drücken Sie MODE, um zu bestätigen und den nächsten Abschnitt aufzurufen.

Drücken Sie im Standby-Modus die Taste PROG, bis U1, U2, U3 angezeigt wird. Stellen Sie die Laufzeit ein und drücken Sie START, um das Laufband zu starten.

Körperfetttest

- Drücken Sie PROG, bis FAT angezeigt wird.
 - Drücken Sie MODE für die Eingabe von Informationen:
Stellen Sie die Werte für F-1 bis F-4 ein (F-1 GENDER (GESCHLECHT), F-2 AGE (ALTER), F-3 HEIGHT (GRÖSSE), F-4 WEIGHT (GEWICHT)).
 - Drücken Sie MODE zur Eingabe von F-5 (F-5 BODY FAT TEST (KÖRPERFETTTEST)), halten Sie die Hände an den Pulssensor, Ihr Körperfettanteil wird nach 3 Sek. angezeigt.
- Der Körperfettanteil ist nur als Richtwert zu betrachten und stellt keinen medizinischen Wert dar:
- <19 Untergewicht
 - 20 – 25: Normalgewicht
 - 26 – 29: Übergewicht
 - >30 Adipositas

Umrechnung zwischen MPH und KPH

Die Geschwindigkeit kann in Kilometern pro Stunde (km/h) oder Meilen pro Stunde (mph) angegeben werden. So wechseln Sie zwischen den Einheiten.

1. Setzen Sie in standby-Modus den SAFETY KEY (SICHERHEITSSCHLÜSSEL) ein. Drücken Sie anschließend 5 Sekunden lang SPEED (GESCHWINDIGKEIT) + und INCLINE (STEIGUNG) +.
2. Die Geschwindigkeit wird für mph mit „0.6“ oder mit „1.0“ für km/h angegeben.
3. Wiederholen Sie die obigen Schritte, um die Einstellung für die Geschwindigkeit erneut zu ändern.

Erinnerung Zur Regelmässigen Schmierung

Das Gerät hat eine Erinnerungsfunktion für die regelmäßige Schmierung. Immer wenn Sie 300 km auf dem Gerät zurückgelegt haben, sollte Ihr Laufband mit Öl geschmiert werden. Das System erinnert Sie durch einen Ton alle 10 Sekunden daran, während auf dem Display „OIL“ (ÖL) angezeigt wird. Das bedeutet, Ihr Laufband muss mit Öl geschmiert werden. Zuvor sollten Sie allerdings das Benutzerhandbuch lesen und dann das Öl in die Mitte des Laufgürtels verteilen. Nachdem Sie das Band geschmiert haben, halten Sie die Taste „STOP“ (STOPP) für 3 Sekunden gedrückt. Das Warnsignal hört dann auf.

Sicherheitsfunktion

Wenn Sie den Sicherheitsschlüssel herausziehen, hält das Gerät in jedem Modus an. Das Display zeigt dann „safety key disconnected“ an und ein Erinnerungston ist zu hören. Das Gerät funktioniert erst wieder, wenn Sie den Sicherheitsschlüssel erneut einführen.

Sicherheitsschloss

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 „Sicherheitsschloss nicht eingesetzt“. 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. Ziehen Sie den Notfallsicherheitsschlüssel, wenn das Gerät nicht verwendet wird.

Energiesparfunktion

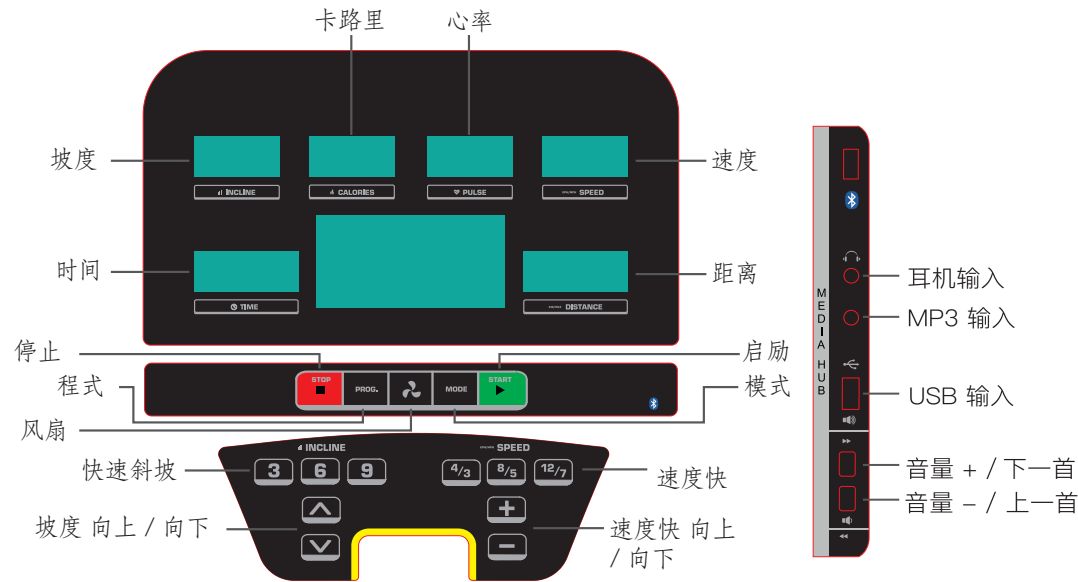
Das Gerät verfügt über eine Energiesparfunktion. Nach 10 Minuten im Standby-Modus (während das Gerät darauf wartet, bedient zu werden bzw. es gerade nicht bedient wird) schaltet das Gerät in den Energiesparmodus und das Display schaltet sich aus. Sie können jede beliebige Taste drücken, um das Display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

Schalten Sie das Gerät aus:

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

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 magnetische Ende der Sicherheitsleine am Computer und den Clip an Ihrer Kleidung. Um Ihr Workout sicher zu beenden, drücken Sie die Taste STOPP oder ziehen Sie die Sicherheitsleine 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.



按钮功能

PROG

按此按钮选择程序；手动模式、P1-P4 预设程序、U1-U3 用户程序、FAT 体脂测试

模式

按此按钮选择时间、距离或卡路里训练目标。可按 SPEED +/- 和 INCLINE +/- 设置值，然后按 START 开始。

START :

随时按此按钮可启动跑步机。

STOP

按此按钮可暂停或停止跑步机。

SPEED + / SPEED -

按此按钮可调节速度。

INCLINE + / INCLINE -

按此按钮可调节坡度。

FAN

按此按钮可开关风扇。

电脑功能

快速启动

- 按 START，系统将倒计时 3 秒，然后发出提示音。
- 按 SPEED +/- 调节跑步机速度。
- 按 INCLINE +/- 调节跑步机坡度。

手动

- 按 MODE 进入 TIME、DISTANCE、CALORIES 和 INCLINE。
- 按 START 按钮，跑步机将在 3 秒后开始运行。
- 按 SPEED +/- 和 INCLINE +/- 调节速度和坡度。

程序

- 按 PROG 按钮，DISTANCE 窗口将显示 24 个程序，选择程序 1-24。
- 按 SPEED +/- 或 INCLINE +/- 设置训练时间。
- 每个程序分为 10 部分，跑步机将在开始新部分时发出 3 声蜂鸣音。
- 按 SPEED +/- 和 INCLINE +/- 可在每个部分期间更改速度和坡度。
- 跑步机将在程序完成时发出 3 声蜂鸣音并停止。

用户程序

- 按 PROG 直至看到 U1、U2、U3。
- 按 INCLINE +/- 或 SPEED +/- 更改坡度或速度。
- 按 MODE 按钮确认并进入下一部分。

在待机模式下，按 PROG 按钮直至看到 U1、U2、U3。设置跑步时间并按 START 开始。

体脂测试

- 按 PROG 直至看到 FAT。
- 按 MODE 输入信息：设置从 F-1 至 F-4 各值 (F-1 GENDER (性别) · F-2 AGE (年龄) · F-3 HEIGHT (身高) · F-4 WEIGHT (体重))。
- 按 MODE 进入 F-5 (F-5 BODY FAT TEST)，将手放在心率传感器上，控制台将在 3 秒后显示您的体脂。

体脂值仅供参考，不可作为医疗数据：

- <19 体重不足
- 20-25：<19 体重正常
- 26-29：体重过重
- > 30 肥胖

MPH/KPH 转换

可将速度和距离设置为 MPH 和 KPH 模式。如要进行两者切换：

1. 在待机模式下，插入“安全开关”，按下“SPEED+ (速度+)”和“INCLINE (坡度+)”5 秒钟。
2. 速度将会显示 MPH “0.6” 或 KPH “1.0”。
3. 重复上述过程以再次更改速度。

加油提醒功能

本机有加油提醒功能。跑步机每运行 300 公里 (188 英里) 时，电子表每隔 10 秒发出“滴滴滴”的响声，同时窗口显示“OIL”，当看到此提示时，代表跑步机需要加油保养。加油方法请参照跑步机说明书的维护指南部分。必须将润滑油加到跑步板中间位置。加好润滑油后，待机状态下按住“STOP”键 3 秒，系统会清除加油提醒。

安全锁功能

在任何模式下，拔出安全锁，跑步机都会停止。窗口将显示“---”并伴有警示音。需重新插入安全锁，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“safety key disconnected”。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。不使用跑步机时，请拔下红色安全开关。

节能功能

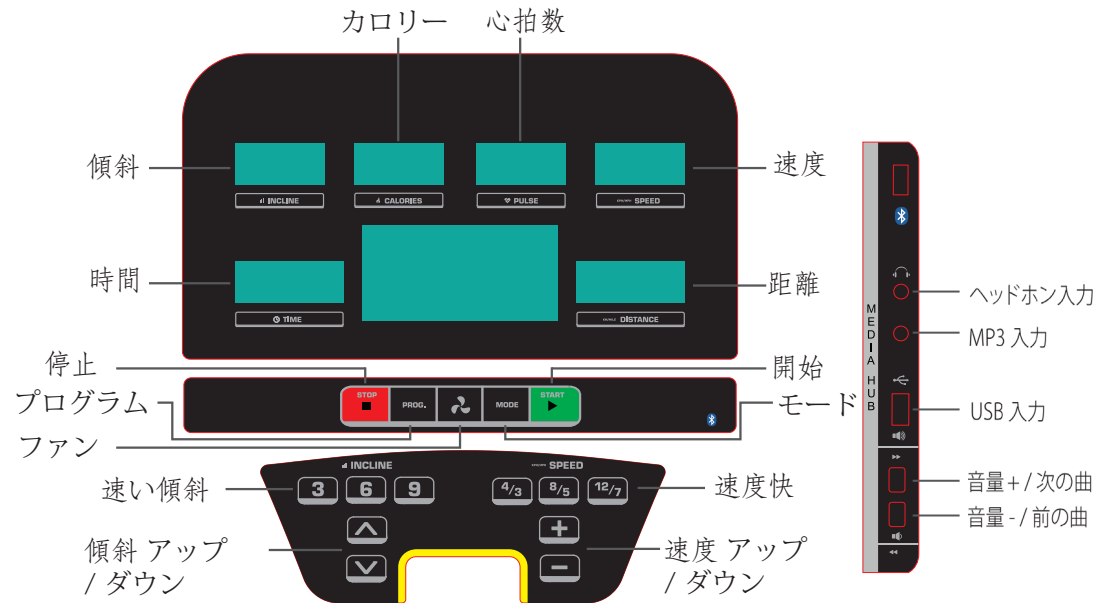
本系统具有节能功能，在待机状态下，如果 10 分钟内没有任何按键指令输入，系统进入节电模式，自动关闭显示，按任意键可重新唤醒系统。

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。

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。将安全锁带有磁性那一头连接到跑步机上，另一头夹到衣服上。结束锻炼时，可按 STOP (停止) 按钮或拔出安全锁，跑步机就会停止。当训练过程中，遇到危险情况需要紧急跳离跑步机，请拔掉红色急停开关，借助双侧扶手，逃离跑步机。



ボタン機能

- PROG:
このボタンを押してプログラムを選んでください。マニュアルモード、P1-P4 事前設定プログラム、U1-U3 ユーザープログラム、FAT 体脂肪テスト

- MODE:
このボタンを押して、時間、距離、カロリーのトレーニング目標を選んでください。SPEED +/- と INCLINE +/- を押して値を設定し、START を押して開始します。

- START:
このボタンを押して、いつでも器械をスタートできます。

- STOP:
このボタンを押して、器械を休止するか、ストップします。

- SPEED + / SPEED -:
このボタンを押して、スピードを調節します。

- INCLINE + / INCLINE -:
このボタンを押して、傾斜を調節します。

- FAN:
このボタンを押して、ファンを開くか、閉じます。

コンピュータ機能

Quick START

- START を押すと、システムは3秒間カウントダウンし、その後音が鳴ります。
- SPEED +/- を押して、器械のスピードを調節します。
- INCLINE +/- を押して、器械の傾斜を調節します。

マニュアル

- MODE を押して、TIME、DISTANCE、CALORIES と INCLINE を入力します。
- START ボタンを押すと、3秒後にトレッドミルが動き始めます。
- SPEED +/- と INCLINE +/- を押して、スピードと傾斜を調節します。

プログラム

- PROG ボタンを押すと、DISTANCE ウィンドウが24個のプログラムを表示します。1~24の中から1つ選んでください。
- SPEED +/- と INCLINE +/- を押して、トレーニング時間を設定します。
- 各プログラムは10個のセクションに分けることができ、器械は新しいセクションが始まるときに3回ブザーを鳴らします。
- SPEED +/- と INCLINE +/- を押して、各セクションの間にスピードと傾斜を変更します。
- プログラムが終了すると、器械は3回ブザーを鳴らし、停止します。

ユーザープログラム

- U1、U2、U3に達するまでPROG を押します。
- INCLINE +/- または SPEED +/- を押して、傾斜またはスピードを変更します。
- MODE ボタンを押して確定し、次のセクションに入ります。

スタンバイモードから、U1、U2、U3に達するまでPROG ボタンを押します。ランニング時間を設定し、START を押して開始します。

体脂肪テスト

- FATに達するまでPROG を押します。
- MODE を押して、情報を入力します。
F-1 ~ F-4 (F-1 GENDER (性別)、F-2 AGE (年齢)、F-3 HEIGHT (身長)、F-4 WEIGHT (体重)) から値を設定します。
- MODE を押してF-5 (F-5 BODY FAT TEST (体脂肪テスト)) を入力し、脈拍センサの上に両手を置くと、コンソールが3秒後に体脂肪値を表示します。

体脂肪値は目安として意図されており、医療データではありません。
<19 重量不足
20-25:標準体重
26-29:太りすぎ
> 30 肥満

MPH からKPH への変換

速度/距離の設定をMPH からKPH に切り替えることができます。

切り替えるには次の手順に従ってください。

1. スタンバイモードで安全キーを挿入し、SPEED +/- と INCLINE +/- を約5 秒間押します。
2. スピードの画面には、MPH では「0.6」、KPH では「1.0」が表示されます。
3. もう一度速度を変更するには上記の手順を繰り返します。

潤滑リマインド機能

器械は潤滑リマインド機能を有しています。合計のランニング距離が 300km (188miles) を超えるたびに、トレッドミルはオイルでメンテナンスをする必要があります。システムは10秒間ずつ音でリマインドし、ウィンドウが「OIL」と表示します。これは、トレッドミルがオイルで潤滑されなければならないことを意味します。まずユーザーマニュアルを読み、その後で、ランニングボードの中央部分にオイルを追加してください。潤滑が終わったら、「STOP」(ストップ) ボタンを3秒間押し続けてください。システムの警告音が消えます。

安全ロック機能

どんなモードでも、安全キーを引き抜くと、器械は停止します。ウィンドウは、残りの音とともに「---」を表示します。安全キーが再び挿入されるまで、器械は作動することができません。

安全キー

このマシンには赤い安全キーが付属しており、これを挿入しなければマシンは可動しません。この安全キーはトレーニング中思わぬ緊急事態が発生した時に即時停止する装置です。安全キーが正しく取り付けられていない場合、コンピューターに「safety key disconnected (安全キーが取り外されています)」と表示されます。安全上の理由から、運動中は常に安全キーの逆側端のクリップを衣装の胸元あたりに装着してください。これにより緊急時に安全キーが外れると機械が緊急停止します。機器を使用していないとき、非常安全キーを抜いてください。

パワーセーブ機能

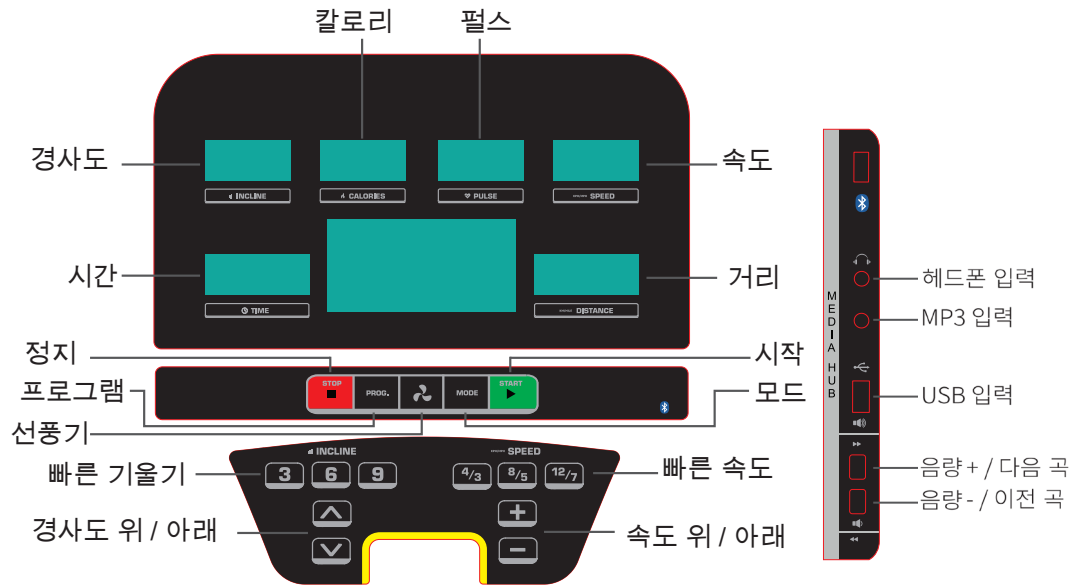
器械は省エネ機能を有しています。スタンバイモードで、運転を待っている状態で、他の運転がなければ、10分後にパワーセーブ機能が利用可能になり、ディスプレイは閉じます。どんなボタンを押しても、ディスプレイのスイッチを入れることができます。

電源のスイッチを切る:

トレッドミルの電源をいつでも切ることができます。トレッドミルはいつでも損傷しません。

注意

1. セッションの初めはゆっくりの速度を維持し、快適に感じ、トレッドミルに慣れるまで、ハンドレールをつかみ続けることをお勧めします。
2. 安全引きロープの末端の磁石をコンピュータに取り付け、安全引きロープのクリップをあなたの衣類に取り付けてください。
3. トレーニングを安全に終えるために、STOP (ストップ) ボタンを押すか、安全引きロープを引き抜くと、トレッドミルは即座に停止します。トレーニング中に緊急事態がおき、機器から逃れなければならない場合、ハンドレールを掴み、ランニングベルトの横の右足と左足のプラットフォームに両足を置いてください。



버튼 기능

PROG

수동 모드, P1-P4 사전 설정 프로그램, U1-U3 유저 프로그램, FAT 체지방 검사 등의 프로그램을 선택하려면 이 버튼을 눌러주세요.

MODE

시간이나 거리, 칼로리 소모량 등을 선택하려면 이 버튼을 눌러주세요. SPEED +/- 와 INCLINE +/- 버튼으로 숫자를 정한 후 START를 누르면 작동이 시작됩니다.

START

기계의 작동을 시작하려면 어느 때건 이 버튼을 눌러주세요.

STOP

기계를 잠시 멈추거나 작동을 중단하려면 이 버튼을 눌러주세요.

SPEED + / SPEED -

속도를 조절하려면 이 버튼을 눌러주세요.

INCLINE + / INCLINE -

기울기를 조절하려면 이 버튼을 눌러주세요.

FAN

선풍기를 켜거나 끄려면 이 버튼을 눌러주세요.

컴퓨터 기능

빠른 시작

- START를 누르면 시스템이 3초 동안 카운트다운을 시작하고 소리가 나옵니다.
- SPEED +/- 를 눌러서 기계의 속도를 조절하세요.
- INCLINE +/- 를 눌러서 기계의 기울기를 조절하세요.

수동 모드

- MODE를 누르고 시간과 거리, 칼로리, 기울기를 입력하세요.
- START 버튼을 누르면 3초 후 러닝머신이 작동합니다.
- SPEED +/- 와 INCLINE +/- 을 눌러서 속도와 기울기를 조절하세요.

프로그램

- PROG 버튼을 누르면, DISTANCE 창에 1~24 번까지 24개의 프로그램이 나오는데 이 중 하나를 선택하세요.
- SPEED +/- 나 INCLINE +/- 을 눌러서 운동 시간을 설정하세요.
- 모든 프로그램은 10개의 섹션으로 나누어지는데 새로운 섹션이 시작될 때마다 기계에서 삐 소리가 3 번 나옵니다.
- 섹션이 시작될 때마다 SPEED +/- 와 INCLINE +/- 을 눌러서 속도와 기울기를 바꿀 수 있습니다.
- 프로그램이 끝나면 기계에서 삐 소리가 3번 나오고 작동이 멈춥니다.

유저 프로그램

- U1, U2, U3가 나올 때까지 PROG를 누릅니다.
- INCLINE +/- 이나 SPEED +/- 을 눌러서 기울기나 속도를 변경합니다.
- MODE 버튼을 눌러서 입력사항을 확인한 후 다음 섹션으로 넘어갑니다.

대기 모드에서 U1, U2, U3가 나올 때까지 PROG 버튼을 누릅니다. 달리기 시간을 설정한 후 START를 눌러서 작동을 시작합니다.

체지방 검사

- FAT가 나올 때까지 PROG를 누릅니다.
- MODE를 눌러서 정보를 입력합니다:
F-1에서 F-4까지 정보를 입력합니다 (F-1 GENDER (성별), F-2 AGE (연령), F-3 HEIGHT (신장), F-4 WEIGHT (체중)).
- MODE를 눌러 F-5 (F-5 BODY FAT TEST)를 선택한 후, 손을 맥박 측정기에 올려두면 콘솔이 3 초 후 체지방 측정치를 보여줍니다.

체지방 수치는 참고사항일 뿐 의학자료가 아닙니다:

<19 저체중
20-25: 정상 체중
26-29: 과체중
> 30 비만

MPH to KPH conversion 변환

속도와 거리는 MPH 및 KPH 으로 작동하도록 설정할 수 있습니다.

둘사이를 전환하려면

1. 대기 모드에서 삽입 키를 삽입하고 SPEED (속도) + 및 INCLINE (경사도) + 를 5초 동안 누릅니다.
2. 속도가 MPH 에서는 "0.6" 또는 KPH 에서는 "LO"를 표시합니다.
3. 속도를 다시 변경하려면 위의 프로세스를 반복합니다.

윤활제 알림 기능

본 기계에는 윤활제 알림 기능이 있습니다. 매번 300km (188마일)를 달릴 때마다, 트레드밀에 오일 작업이 필요합니다. 시스템이 매 10초마다 소리를 울려 이를 알려주며, 화면에 "OIL (오일)"이라는 메시지가 뜹니다. 이는 트레드밀에 오일을 이용한 윤활유 작업이 필요하다는 뜻입니다. 사용 설명서를 먼저 읽어본 후, 발판의 중간 부분에 오일 작업을 해주시기 바랍니다. 윤활유 작업이 끝나고 나서 "STOP (정지)" 버튼을 3초간 누르고 있으면 시스템의 경고음이 사라집니다.

안전 잠금 기능

어떤 모드에서든 안전 키를 잡아당기면 기계가 멈춥니다.
화면에는 알림음과 함께 "----"이라고 뜹니다. 안전 키를 다시 삽입하지 않으면 기계가 작동하지 않습니다.

안전키

제품에 포함된 빨간색 안전 키로 이 키를 삽입하지 않으면 제품이 동작하지 않습니다. 긴급 상황 시 제품을 즉시 정지하는 용도입니다. 키가 러닝머신에 올바르게 연결되지 않으면 컴퓨터에 "안전 키 연결 없음"이 표시됩니다. 안전 키 다른 쪽 끝의 클립은 운동하는 동안 항상 사용자에게 연결되어야 하며 긴급 상황 시 제품이 즉시 멈춥니다. 기기를 사용하지 않을 때는 비상용 안전 키를 빼놓으시기 바랍니다.

에너지 절약 기능

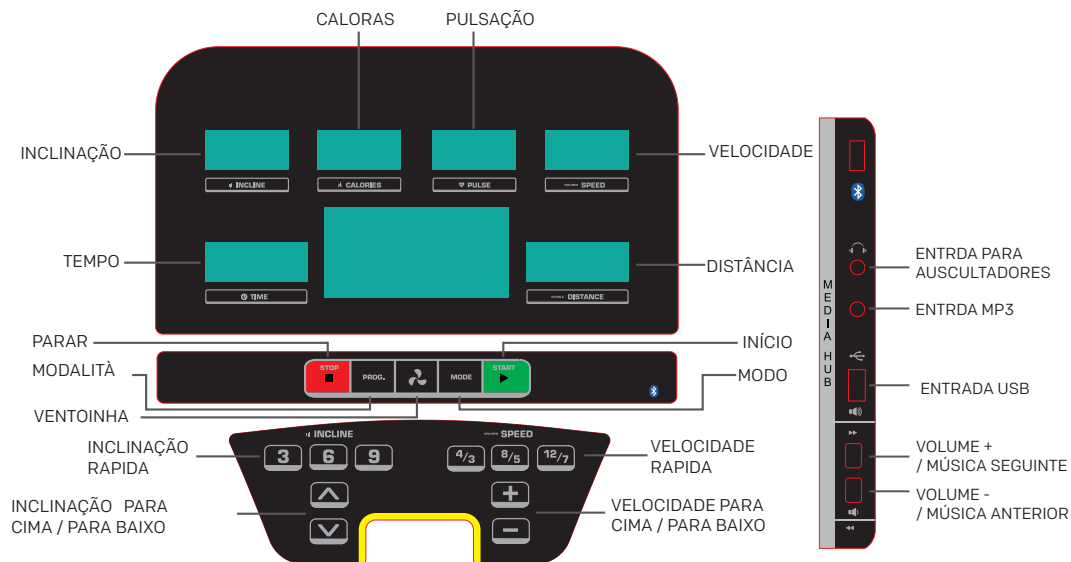
본 기계에는 에너지 절약 기능이 있습니다. 대기 모드에서 작동을 기다리는 동안 아무런 작동을 하지 않으면, 10분 후 절전 기능이 시작되고, 화면이 닫힙니다. 아무 버튼이나 누르면 화면이 켜집니다.

전원 스위치 끄기:

전원 스위치를 끄면 어느 때건 트레드밀을 중단할 수 있으며, 이렇게 하더라도 기계가 손상되지 않습니다.

주의

세션이 시작될 때는 느린 속도를 유지하다가, 트레드밀의 작동 환경에 익숙해질 때까지 손잡이를 붙들고 있는 것이 좋습니다.
비상 정지 스위치의 끝에 달린 자석은 컴퓨터에 부착해두고 스위치의 클립은 자신의 옷에 끼웁니다. 운동을 안전하게 마무리하기 위해 STOP (정지) 버튼을 누르거나 비상 정지 스위치를 잡아당기면 트레드밀이 곧바로 멈춥니다.
운동 도중 비상 사태 발생으로 기기에서 재빨리 벗어나야 할 경우, 손잡이를 붙들고 러닝 벨트 옆에 있는 왼쪽과 오른쪽 발 플랫폼에다 발을 하나씩 걸치시기 바랍니다.



Funções dos botões

PROG

Prima este botão para escolher o programa; modo manual, programas predefinidos P1-P4, programas do utilizador U1-U3, teste de gordura corporal FAT

MODE

Prima este botão para escolher os objetivos de treino entre o tempo, a distância ou as calorias. Prima SPEED +/- e INCLINE +/- para definir o valor e, em seguida, prima START para iniciar.

START

Prima este botão em qualquer altura para iniciar a máquina.

STOP

Prima este botão para interromper ou parar a máquina.

SPEED + / SPEED -

Prima este botão para ajustar a velocidade.

INCLINE + / INCLINE -

Prima este botão para ajustar a inclinação.

FAN

Prima este botão para abrir ou fechar a ventoinha.

FUNÇÕES DO COMPUTADOR

Início rápido- Prima START, o sistema contará 3 segundos em contagem decrescente e emitirá um sinal sonoro.

- Prima SPEED +/- para ajustar a velocidade da máquina.
- Prima INCLINE +/- para ajustar a inclinação da máquina.

Manual

- Prima MODE para inserir TIME, DISTANCE, CALORIES e INCLINE.
- Prima o botão START e a passadeira começará a funcionar após 3 segundos.
- Prima SPEED +/- e INCLINE +/- para ajustar a velocidade e a inclinação.

Programa

- Prima o botão PROG e a janela DISTANCE apresentará 24 programas que poderá selecionar entre 1-24.
- Prima SPEED +/- ou INCLINE +/- para ajustar o tempo de treino.
- Cada programa pode ser dividido em 10 secções. A máquina emitirá um sinal sonoro 3 vezes ao iniciar uma nova secção.
- Prima SPEED +/- e INCLINE +/- para alterar a velocidade e a inclinação durante cada secção.
- A máquina emitirá um sinal sonoro 3 vezes e irá parar quando o programa tiver terminado.

Programa do utilizador

- Prima PROG até aceder a U1, U2, U3.
- Prima INCLINE +/- OU SPEED +/- para alterar a inclinação ou velocidade.
- Prima o botão MODE para confirmar e inserir a próxima secção.

A partir do modo de espera, prima o botão PROG até aceder a U1, U2, U3. Defina o tempo de corrida e prima START para iniciar.

Teste de gordura corporal

- Prima PROG até aceder a FAT.
- Prima MODE para inserir as informações: Defina o valor de F-1-a F-4 (F-1 GENDER, F-2 AGE, F-3 HEIGHT, F-4 WEIGHT)
- Prima MODE para inserir F-5 (F-5 BODY FAT TEST), coloque as mãos sobre os sensores de pulso e a consola irá apresentar o seu valor de gordura corporal após 3 segundos.

O valor de gordura corporal serve apenas como orientação:
 <19 Baixo peso
 20-25: Peso normal
 26-29: Excesso de peso
 > 30 Obeso

Conversão de MPH para KPH

A velocidade e a distância podem ser definidas para funcionar em MPH (milhas por hora) e KPH (quilómetros por hora)

Para alternar entre estes dois modos

1. No modo de Espera, insira a CHAVE DE SEGURANÇA e prima os botões SPEED (VELOCIDADE) + e INCLINE (INCLINAÇÃO) + durante 5 segundos.
2. O visor da velocidade indica "0,6" para MPH ou "1,0" para KPH.
3. Repita o processo acima para alterar de novo a velocidade.

Função De Lembrete De Lubrificação

Esta passadeira possui uma função de lembrete de lubrificação. Depois de uma distância de corrida total de 300 km (188 milhas), a sua passadeira tem de ser submetida a uma manutenção com óleo. O sistema irá emitir um lembrete sonoro a cada 10 segundos e aparecerá uma janela com a palavra "OIL" (Óleo). Isto significa que a sua passadeira tem de ser lubrificada com óleo. Leia o manual de instruções primeiro e acrescente óleo na parte do meio da plataforma de corrida. Depois de terminar a lubrificação, prima e mantenha premido o botão "STOP" (Parar) durante 3 segundos e o som de aviso do sistema deixará de ser emitido.

Função de Bloqueio de Segurança

Em qualquer modo, se a chave de segurança for puxada, a máquina irá parar. A janela irá apresentar "safety key disconnected" com o som de lembrete. A passadeira não funciona até que a chave de segurança seja novamente introduzida.

Chave de Segurança

Esta máquina é fornecida com uma chave de segurança vermelha. Para que a máquina funcione, a chave deve estar inserida. A sua finalidade é desligar de imediato a máquina numa situação de urgência. O computador apresenta a mensagem ""chave de segurança desligada"" no caso de não estar corretamente ligado à passadeira. O clip na outra extremidade da chave de segurança deve estar fixado ao utilizador em todos os momentos durante o exercício para garantir que a máquina para de imediato numa situação de urgência. Remova a chave de segurança de emergência quando o equipamento não estiver a ser utilizado.

Função de Poupança de Energia

A passadeira possui a função de poupança de energia. No modo de standby, no estado de espera pelo funcionamento, sem qualquer operação, a função de poupança de energia estará disponível após 10 minutos e o ecrã será desligado. Pode premir qualquer botão para ligar o ecrã.

Desligar a ficha de alimentação

Pode desligar a ficha de alimentação da passadeira a qualquer momento sem danificar a passadeira.

Atenção

Recomendamos que mantenha uma velocidade baixa no início de uma sessão e se segure nos corrimões até se sentir familiarizado com a passadeira.

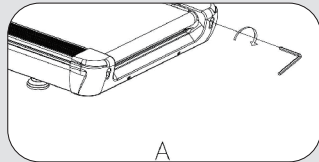
Fixe a extremidade com íman do fio de segurança no computador e prenda também o clipe do fio de segurança à sua roupa. Para terminar o seu treino de forma segura, prima o botão STOP (Parar) ou puxe o fio de segurança e a passadeira irá parar imediatamente.

Caso tenha que sair do equipamento numa situação de emergência durante a prática de exercício, coloque as mãos nos corrimões e os pés nas respetivas plataformas direita e esquerda junto ao tapete de corrida.



(EN) MAINTENANCE AND CARE

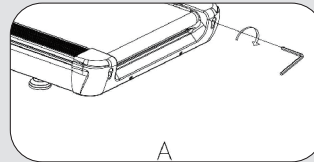
Place the treadmill on level ground and set it at 5-8kph (3-5mph) to check if the running belt drifts.



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.

(FR) MAINTENANCE ET ENTRETIEN

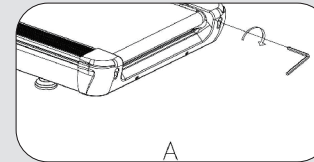
Placez le tapis sur une surface plane et paramétrez-le sur 5-8 km/h (3-5 m/h) pour vérifier si le tapis dévie.



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.

(ES) MANTENIMIENTO Y CUIDADOS

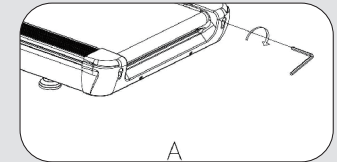
Coloque la máquina sobre suelo nivelado y ajuste una velocidad de 5-8 km/h (3-5mph) para comprobar si la cinta de correr (tapiz) se desvía.



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.

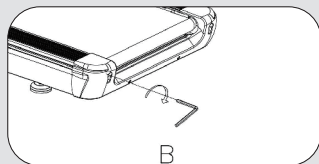
(DE) WARTUNG UND PFLEGE

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.

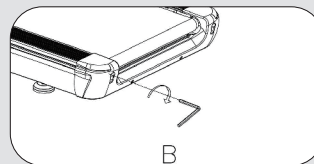


Wenn sich das laufband rechtsherum bewegt: drehen sie die schraube auf der rechten seite um 90 grad im uhrzeigersinn und dann die schraube auf der linken seite um 90 grad gegen den uhrzeigersinn. Bewegt sich das laufband nicht, wiederholen sie den vorherigen schritt, bis es sich zentriert.

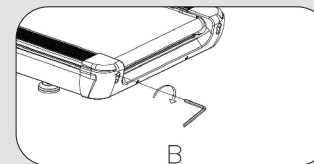
If the running belt moves to the right, turn the bolt on the right side ¼ turn clockwise, then turn the left bolt ¼ turn counter-clockwise. If the belt does not move, repeat until it centres.



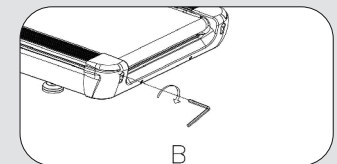
Si le tapis roulant se déplace vers la droite : tourner le boulon de droite d'un quart de tour dans le sens des aiguilles d'une montre, puis tourner le boulon de gauche d'un quart de tour dans le sens inverse des aiguilles d'une montre. Si le tapis ne bouge pas, répéter l'opération jusqu'à ce qu'il soit centré.



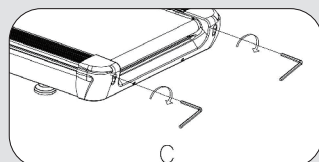
Si la cinta de correr se desplaza a la derecha: gire el perno del lado derecho ¼ de vuelta en sentido horario, a continuación gire el perno izquierdo ¼ de vuelta en sentido antihorario. Si la cinta no se desplaza, repetir hasta centrarla.



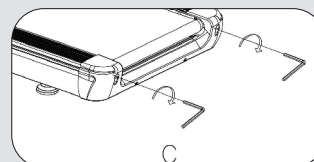
Wenn sich das laufband linksherum bewegt: drehen sie die schrauben auf der linken seite um 90 grad im uhrzeigersinn und dann die schraube auf der rechten seite um 90 grad gegen den uhrzeigersinn. Bewegt sich das laufband nicht, wiederholen sie den vorherigen schritt, bis es sich zentriert.



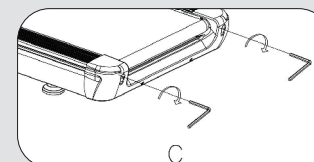
Over time the running belt will loosen. To tighten the belt turn the left & right side bolts one full turn clockwise, check the tension of the belt. Continue process until belt is the correct tension. Ensure to adjust both sides equally to correct belt alignment.



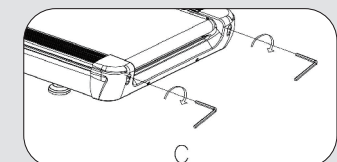
Le tapis roulant va se détendre au fil du temps. Pour le retendre, tourner les boulons de gauche et de droite d'un tour complet dans le sens des aiguilles d'une montre. Vérifier la tension du tapis. Continuer le processus jusqu'à ce que le tapis soit à la bonne tension. Veiller à ajuster les deux côtés 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.



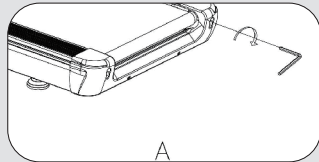
Mit der zeit wird sich das laufband lockern. Um das laufband zu spannen, drehen sie die schraubender rechten und linken seite einmal um 360 grad im uhrzeigersinn herum und überprüfen sie dann die spannkraft des laufbands. Führen sie diesen prozess fort, bis das laufband die richtige spannkraft hat. Stellen sie sicher, dass beide seiten gleich eingestellt sind, um die ausrichtung des laufbands zu korrigieren.





(PT) MANUTENÇÃO E CUIDADOS

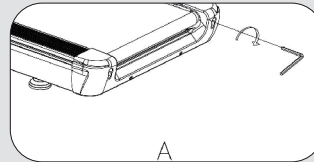
COLOQUE A PASSADEIRA AO NÍVEL DO SOLO E DEFINA-A PARA 5-8 KPH (3-5 MPH) PARA VERIFICAR SE O TAPETE DE CORRIDA SE DESVIA.



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.

(ZH) 维护与保养

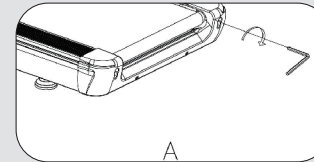
将跑步机放在平整的地面上, 将其设置为约5-8KPH (3-5MPH)的速度运行, 观察跑带是否偏移。



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。

(JP) メンテナンスとお手入れ

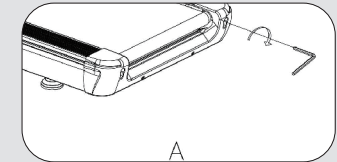
トレッドミルを地面レベルに配置し、それを 5-8KPH (3-5MPH) に設定し、ランニングベルトがドリフトするかチェックします。



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。

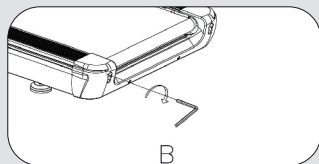
(KO) 유지보수 및 관리

트레드밀을 평평한 지면에 배치하고 5-8KM/H (3-5M/H)의 속도로 설정한 후 러닝 벨트가 돌아가는지 점검합니다.

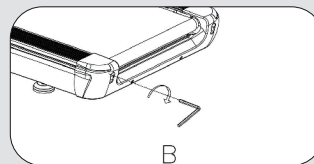


러닝 벨트가 오른쪽으로 움직이면, 오른쪽에 있는 볼트를 시계 방향으로 ¼ 바퀴 돌리고 왼쪽의 볼트를 반시계 방향으로 ¼ 바퀴 돌립니다. 벨트가 움직이지 않으면 중심에 올 때까지 반복합니다.

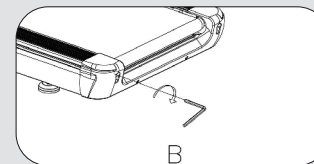
SE O TAPETE DE CORRIDA SE MOVER PARA A ESQUERDA: RODE OS PARAFUSOS À ESQUERDA ¼ DE VOLTA NO SENTIDO DOS PONTEIROS DO RELÓGIO, DEPOIS, RODE O PARAFUSO À DIREITA ¼ DE VOLTA NO SENTIDO CONTRÁRIO AO DOS PONTEIROS DO RELÓGIO. SE O TAPETE NÃO SE MOVER, REPITA ATÉ QUE FIQUE CENTRADO.



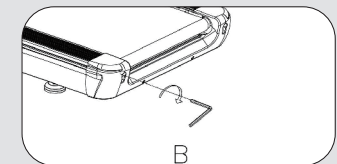
如果跑带左移, 则顺时针旋转左侧螺栓 ¼ 圈, 然后逆时针旋转右侧螺栓 ¼ 圈。如果跑带没有移动, 重复操作直至其居中。



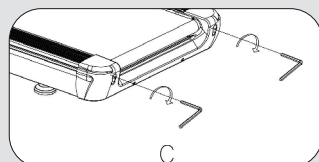
ランニングベルトが左に動く場合: 左側のボルトを時計回りに ¼ 回転、回し、その後、右のボルトを逆時計回りに ¼ 回転、回してください。ベルトが動かない場合、それが中心に来るまで繰り返してください。



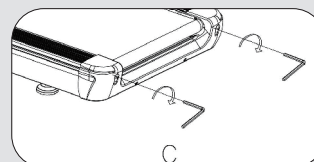
러닝 벨트가 왼쪽으로 움직이면, 왼쪽에 있는 볼트를 시계 방향으로 ¼ 바퀴 돌리고 오른쪽의 볼트를 반시계 방향으로 ¼ 바퀴 돌립니다. 벨트가 움직이지 않으면 중심에 올 때까지 반복합니다.



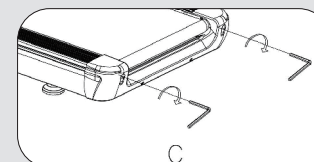
AO LONGO DO TEMPO, O TAPETE DE CORRIDA FICA SOLTTO. PARA APERTAR O TAPETE, RODE OS PARAFUSOS À ESQUERDA E DIREITA UMA VOLTA COMPLETA NO SENTIDO DOS PONTEIROS DO RELÓGIO E VERIFIQUE A TENSÃO DO TAPETE. REPITA O PROCESSO ATÉ QUE O TAPETE TENHA A TENSÃO CORRETA. CERTIFIQUE-SE DE QUE AJUSTA AMBOS OS LADOS DA MESMA FORMA PARA OBTEN UM ALINHAMENTO CORRETO DO TAPETE.



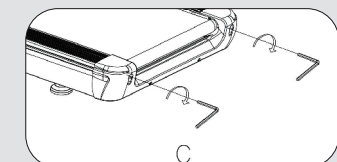
随着时间推移, 跑带将变松。若要上紧跑带, 则顺时针拧动左右螺栓一整圈, 然后检查跑带张力。继续此操作, 直至跑带正确张紧。确保两侧均等调节以便跑带正确对正。



時間がたつと、ランニングベルトは緩んでいきます。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、このプ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。



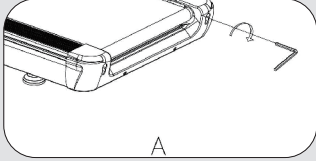
제품을 오래 사용하면 러닝 벨트가 느슨해질 수 있습니다. 벨트를 단단하게 조하려면 왼쪽과 오른쪽의 사이드 볼트를 시계 방향으로 한 바퀴 돌린 후 벨트의 조임 상태를 확인합니다. 벨트의 조임 상태가 적절해질 때까지 이 과정을 이어갑니다. 반드시 양쪽을 동일하게 조절해야 벨트의 문제를 해결할 수 있습니다.





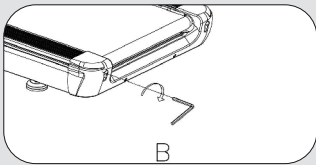
الصيانة والعناية (AR)

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.

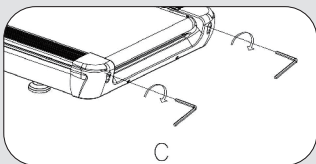


إذا تحرك سير الجري ناحية اليسار: فأدر البرغي على الجانب الأيسر باتجاه عقارب الساعة بمقدار ربع دورة، ثم أدر البرغي الأيمن عكس اتجاه عقارب الساعة بمقدار ربع دورة. إذا لم يتحرك السير، فكرر ذلك حتى يستقر السير في المنتصف.

إذا تحرك سير الجري 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.



سيتعرض سير الجري للاختداء مع الوقت، ولربط السير بإحكام، أدر البرغي الموجودة 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.



?

PL Więcej informacji znajduję się tutaj:
www.reebokfitness.info

CZ Další informace najdete na:
www.reebokfitness.info

DK For ytterligere informasjon, gå til: www.reebokfitness.info

FI Lisätietoja on osoitteessa:
www.reebokfitness.info

NO For ytterligere informasjon, gå til: www.reebokfitness.info

SE För mer information kan du gå till: www.reebokfitness.info

(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/RVSL-10821_SL8.0%20Treadmill%20\(DC\)_RED%20DOC.docx](https://library.rfeinternational.com/RVSL-10821_SL8.0%20Treadmill%20(DC)_RED%20DOC.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/RVSL-10821_SL8.0%20Treadmill%20\(DC\)_RED%20DOC.docx](https://library.rfeinternational.com/RVSL-10821_SL8.0%20Treadmill%20(DC)_RED%20DOC.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/RVSL-10821_SL8.0%20Treadmill%20\(DC\)_RED%20DOC.docx](https://library.rfeinternational.com/RVSL-10821_SL8.0%20Treadmill%20(DC)_RED%20DOC.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 Funkanlagentyp „Motorisiertes Laufband“ der Richtlinie 2014/53/EU entspricht. Der vollständige Text der EU-Konformitätserklärung ist unter der folgenden Internetadresse verfügbar: [https://library.rfeinternational.com/RVSL-10821_SL8.0%20Treadmill%20\(DC\)_RED%20DOC.docx](https://library.rfeinternational.com/RVSL-10821_SL8.0%20Treadmill%20(DC)_RED%20DOC.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 máxima 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/RVSL-10821_SL8.0%20Treadmill%20\(DC\)_RED%20DOC.docx](https://library.rfeinternational.com/RVSL-10821_SL8.0%20Treadmill%20(DC)_RED%20DOC.docx)

(ZH) 产品上的WEEE标志表示该产品符合欧盟指令2012/19/UE。

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的基本要求和其他相关规定。

(JP) 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準拠し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 WEEE يُقصد بالشعار "2012/19/UE".

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

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