TOORX

FITNESS IN MOTION

BEDIENUNGSANLEITUNG



APP READY 3.0

⟨EXPERIENCE PLUS AC⟩

Übersetzung der Originalanleitung (Original in italienischer Sprache). Lesen Sie die Anleitung sehr aufmerksam und bewahren Sie sie stets griffbereit in der Nähe des Produkts auf.

Code: GRLDTOORXEXPLAC

Revision: 00

Ausgabe: 08/21

CE

INHALTSVERZEICHNIS

1.0 SICHERHEITSHINWEISE.....S. 1.1 3
BESTIMMUNGSGEMÄSSER GEBRAUCH UND GEGENANZEIGEN - KONVENTIONEN.....S. 4
1.2 SICHERHEITSEINRICHTUNGEN.....S. 1.3 AUFKLEBER AM PRODUKT.....S. 1.4 TECHNISCHE DATEN.....S. 5 6 7

2.0 AUFSTELLUNGSORT DES PRODUKTS.....S. 8 2.1 AUSPACKEN – PACKUNGSINHALT.....S. 9 2.2 MONTAGE DES PRODUKTS.....S. 10 2.3 AUSRICHTEN.....S. 13 2.4 LAUFBRETT IN PLATZSPARENDER POSITION.....S. 14 2.5 LAUFBRETT IN BETRIEBSPOSITION.....S. 15 2.6 TRANSPORT DES PRODUKTS.....S. 16 2.7 ELEKTRISCHER ANSCHLUSS.....S. 17

3.0 TRAININGSPROGRAMM.....S. 18 3.1 VERWENDUNG DES BRUSTGURTS.....S. 19 3.2 SONDERAUSSTATTUNG.....S. 20 3.3 PRAKTISCHE TIPPS UND HINWEISE ZUR BENUTZUNG.....S. 21 3.4 KONSOLE – (DISPLAY).....S. 22 3.5 KONSOLE – (TASTEN).....S. 23 3.6 EINSCHALTEN / PAUSE / STOPP – MANUELLER MODUS.....S. 25 3.7 TARGET-MODUS.....S. 26 3.8 VORDEFINIERTE PROGRAMME (P01÷P24).....S. 27 3.9 BENUTZERPROGRAMM (U01÷U04).....S. 28 3.10 CARDIO-PROGRAMM (HP1÷HP4).....S. 29 3.11 BODY FAT TEST.....S. 30

4.0 WARTUNG.....S. 31 4.1 SCHMIERUNG DES LAUFBRETTS.....S. 32 4.2 SPANNEN – ZENTRIEREN DES LAUFBANDS.....S. 33

5.0 AUSSERBETRIEBNAHME – ENTSORGUNG.....S. 34

6.0 ERSATZTEILKATALOG – ERSATZTEILBESTELLUNG.....S. 34 6.1 EXPLOSIONSZEICHNUNG.....S. 35 6.2 ERSATZTEILLISTE.....S. 36

7.0 GARANTIE UND GEWÄHRLEISTUNG..... S. 37

1.0 SICHERHEITSHINWEISE

• Vor Montage und Benutzung diese Anleitung und eventuell beiliegende weitere Anleitungsblätter aufmerksam lesen.

• Das Gerät nur in Innenräumen im häuslichen Bereich verwenden. Benutzung und Warnhinweise müssen allen Familienmitgliedern und Freunden erklärt werden, denen die Benutzung des Geräts erlaubt wird.

• Verwenden Sie das Gerät nur auf ebenem Untergrund und decken Sie Boden oder Teppich unter dem Gerät ab, um Schäden zu vermeiden.

• Sicherstellen, dass jeder Benutzer die Anweisungen verstanden hat; die ersten Trainingseinheiten beaufsichtigen. Die Bedienungsanleitung immer griffbereit beim Gerät aufbewahren.

• Stellen Sie sicher, dass das Gerät nur von Personen über 16 Jahren benutzt wird, die sich in guter körperlicher Verfassung befinden.

• Trinkflaschen nur in den dafür vorgesehenen Ablage-/Flaschenfächern abstellen.

• Stets geeignete Sportkleidung tragen, die die Bewegungen nicht behindert.

• Turn- oder Laufschuhe mit sauberer Sohle ohne Erde oder Steinchen tragen.

• Beim Starten und Anhalten des Laufbands die Handläufe festhalten, um das Gleichgewicht zu halten. Während des Trainings die Herzfrequenz überwachen und die Trainingsintensität entsprechend anpassen.

• Bei Schwindel, Brustschmerzen oder Atemnot während des Laufens das Training sofort abbrechen und ärztlichen Rat einholen.

• Prüfen Sie regelmäßig den einwandfreien Zustand aller Teile des Geräts.

• Stellen Sie das Gerät NICHT in Fitnessstudios oder in gewerblich bzw. zur Vermietung genutzten Räumen auf; es ist nicht für die intensive gewerbliche Nutzung oder für Rehabilitationszwecke ausgelegt.

• Schließen Sie das Gerät NICHT an das Stromnetz an, bevor die Montage vollständig abgeschlossen ist.

• Bedienfeld und Kunststoffteile NICHT mit spitzen Gegenständen, Bürsten, Scheuerschwämmen oder aggressiven Chemikalien beschädigen.

• Bauen Sie KEINE Teile des Geräts ab, außer wenn dieser Vorgang in der Bedienungsanleitung beschrieben ist.

• Das Gerät NICHT mit eingestecktem Netzstecker bewegen.

• NICHT am Netzkabel ziehen, um den Netzstecker aus der Steckdose zu ziehen.

• Stellen Sie das Gerät NICHT im Freien auf und setzen Sie es keinen Witterungseinflüssen (Regen, Sonne usw.) aus.

• Kinder und Haustiere NICHT in die Nähe des Geräts lassen. Den Sicherheitsschlüssel nach jeder Benutzung von der Konsole abnehmen. • Das Gerät NIE benutzen, wenn es beschädigt oder das Netzkabel defekt ist. Bei Defekt und/oder Fehlfunktion das Gerät ausschalten und keine Eingriffe vornehmen. Für Reparaturen nur an einen Fachkundendienst wenden.

• Das Gerät NICHT über längere Zeit als Gehsimulator (Gehen mit niedriger Geschwindigkeit - 3 km/h) verwenden: Gefahr von Überhitzung und Motorschaden.

• Beim Training KEINE Kleidung aus Kunstfaser oder Wollmischgewebe tragen. Ungeeignete Kleidung kann hygienische Probleme verursachen und zu elektrostatischer Aufladung führen.

• NIEMALS verschmutzte, im Freien zum Laufen benutzte Schuhe verwenden.

• KEINE Schuhe mit profilierter Sohle verwenden, wie sie für Trekking oder Trailrunning üblich sind.

1.1 BESTIMMUNGSGEMÄSSER GEBRAUCH, GEGENANZEIGEN, ZEICHENERKLÄRUNG

Das in dieser Anleitung beschriebene Produkt ist für die private Nutzung im häuslichen Bereich konstruiert und zertifiziert. Es ist ein Sportgerät, das die Laufbewegung auf der Straße nachbildet, wobei die Lauffläche gedämpft ist. Mit diesem Laufband können Sie zu Hause trainieren – auch bei schlechtem Wetter oder wenn Sie keine Zeit oder Lust haben, zum Laufen oder ins Fitnessstudio zu gehen. Alle Anweisungen und Warnhinweise dieser Anleitung müssen beachtet werden, um sicher zu trainieren. Intensive und lange Belastungen erfordern eine gute körperliche Verfassung, daher sind die nachfolgend genannten Gegenanzeigen zu beachten.

Die Benutzung des Produkts ist in folgenden Fällen untersagt:

• Benutzer unter 16 Jahren; • Benutzer, deren Gewicht die auf dem Typenschild und in den technischen Daten angegebene Grenze überschreitet; • schwangere Benutzerinnen; • Benutzer mit Diabetes; • Benutzer mit Erkrankungen von Herz, Lunge oder Nieren.

Die Herstellergarantie erlischt in folgenden Fällen (gesetzliche Rechte bleiben unberührt):

• nicht bestimmungsgemäßer Gebrauch abweichend von der Bedienungsanleitung; • Nichteinhaltung der Wartungsintervalle und -vorgaben; • Eingriffe am Produkt; • Verwendung nicht originaler Ersatzteile; • Nichtbeachtung der Sicherheitshinweise auf Piktogrammen und in der Bedienungsanleitung.

Diese Anleitung enthält alle Informationen zur Aufstellung, Wartung und richtigen Benutzung des Laufbands. Der Benutzer und alle weiteren Personen (Freunde, Familienmitglieder), die das Produkt verwenden, sind verpflichtet, die Informationen dieser Anleitung aufmerksam zu lesen, um eine sichere Aufstellung und richtige Benutzung zu gewährleisten.

Die Beachtung der Hinweise in dieser Anleitung dient Ihrer persönlichen Sicherheit und der Lebensdauer des Produkts. Sicherheitshinweise und wichtige Textstellen sind fett hervorgehoben und mit den nachfolgend abgebildeten und erläuterten Symbolen gekennzeichnet.



Mit diesem Symbol gekennzeichnete Informationen weisen auf GEFAHR hin. Seien Sie besonders aufmerksam, um Verletzungen zu vermeiden.



Mit diesem Symbol gekennzeichnete Informationen weisen auf VORSICHT hin. Seien Sie besonders aufmerksam, um Schäden am Produkt zu vermeiden.

HINWEIS:
Die Zeichnungen in dieser Anleitung dienen der Vereinfachung und Veranschaulichung. Da die Produkte laufend weiterentwickelt werden, können einzelne Zeichnungen vom gekauften Produkt abweichen; dies betrifft nur das Aussehen, die Sicherheitsinformationen bleiben gültig. Der Hersteller entwickelt seine Produkte laufend weiter und kann optische Änderungen ohne Vorankündigung vornehmen.

1.2 SICHERHEITSEINRICHTUNGEN

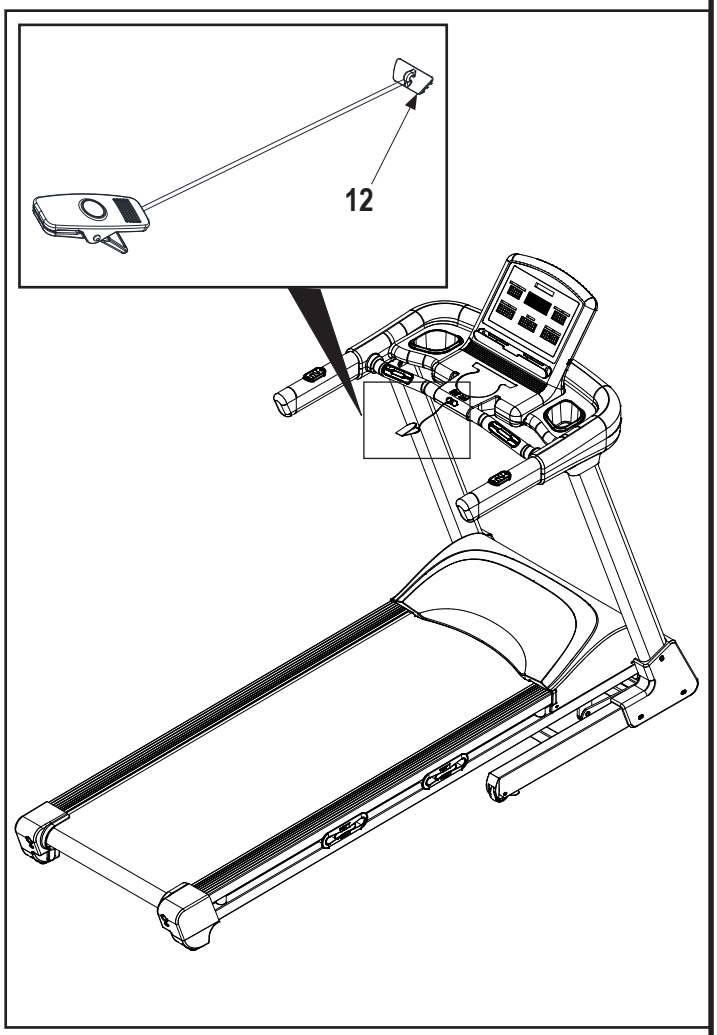
GEFAHR

• Stecken Sie vor dem Training den Sicherheitsschlüssel in die Aufnahme an der Konsole und befestigen Sie den Federclip an Ihrer Kleidung.

• Ziehen Sie nach jeder Benutzung des Laufbands den Sicherheitsschlüssel von der Konsole ab. Das Abziehen des Sicherheitsschlüssels ist wichtig, um ein unbeabsichtigtes Einschalten durch Freunde oder Kinder zu verhindern.

Den Sicherheitsschlüssel 12 an der Konsole anbringen, um das Gerät in Betrieb zu nehmen und das Training zu beginnen.

Den Sicherheitsschlüssel von der Konsole abziehen, um das Training sofort zu stoppen und alle gespeicherten Daten zurückzusetzen.



GEFAHR

• Bei Modellen mit elektrischer Steigungsverstellung stoppt beim Abziehen des Sicherheitsschlüssels das Laufband, und die Lauffläche bleibt auf der zuletzt eingestellten Steigung. Wird der Sicherheitsschlüssel wieder eingesetzt, fährt die Lauffläche automatisch auf Steigung null zurück.

1.3 AUFKLEBER AM PRODUKT

1) Das Typenschild des Produkts enthält die technischen Daten und die Seriennummer.

2) Symbol: Vor Gebrauch die Bedienungsanleitung lesen.

3) Symbole zur Konformität des Produkts mit den EU-Richtlinien über die Behandlung und Entsorgung gefährlicher Stoffe in Elektro- und Elektronikgeräten.

4) Hinweiszeichen: Erinnerung, die Lauffläche regelmäßig in den in der Anleitung angegebenen Intervallen und nach der dort beschriebenen Methode zu schmieren.

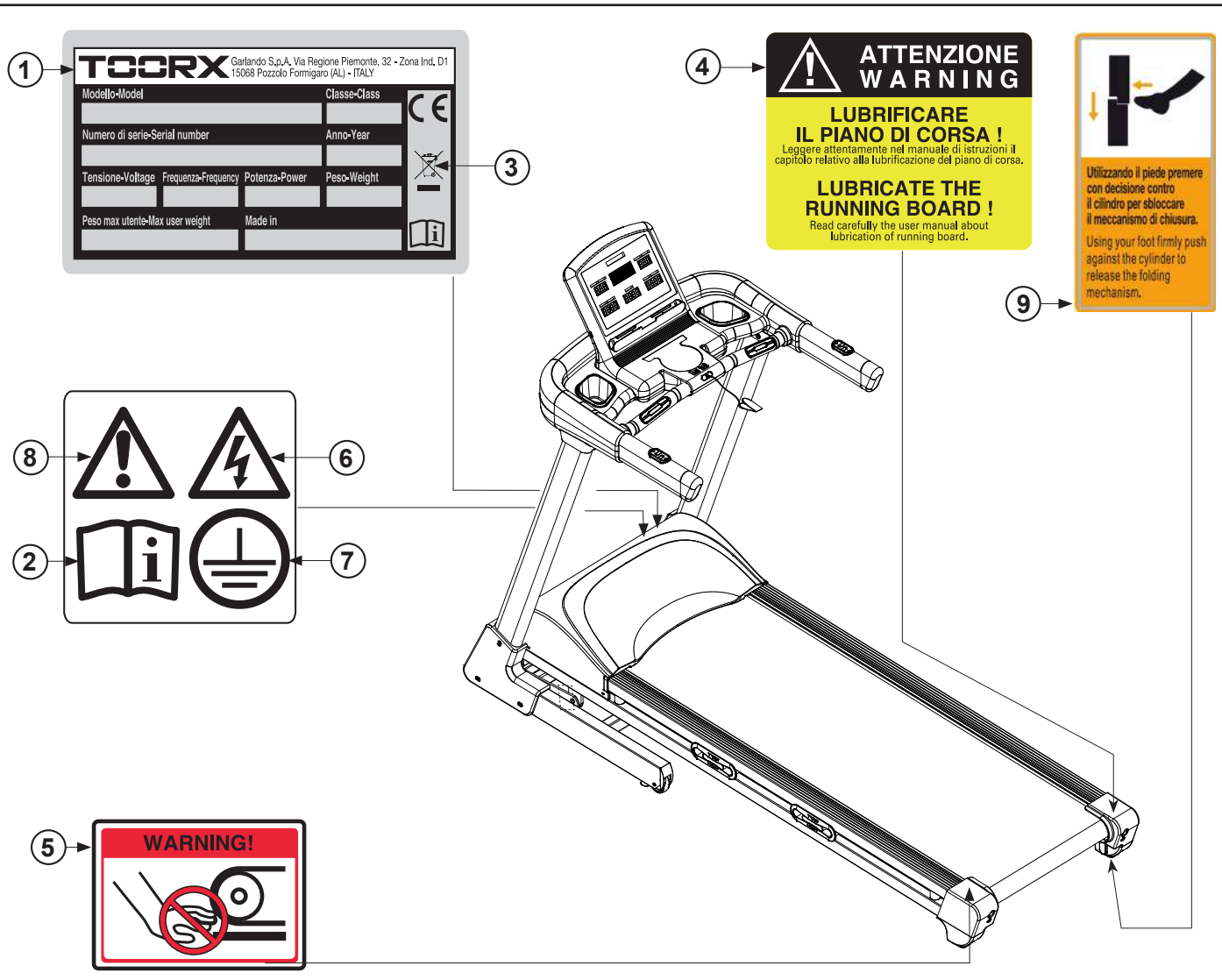
5) Sicherheitszeichen: Gefahr des Einziehens und Quetschens der Finger zwischen hinterer Rolle und Lauffläche bei laufendem Laufband.

6) Sicherheitszeichen: Gefahr eines elektrischen Schlags. Das Zerlegen des Produkts oder das Öffnen des Motorraums ist verboten.

7) Sicherheitszeichen: Das Produkt muss an eine Schutzkontakt-Steckdose (geerdet) angeschlossen werden. Für eine sichere Benutzung muss die Erdung der Elektroinstallation, an die die Steckdose angeschlossen ist, geprüft werden.

8) Hinweiszeichen: weist auf produktbedingte Gefahren hin. Vor jeder Montage- oder Wartungsarbeit am Produkt muss die Bedienungsanleitung gelesen werden.

9) Warnzeichen: Steht das Laufband senkrecht, ist der Aufkleber mit der Anleitung zum Entriegeln des Sicherheitshakens sichtbar.



1.4 TECHNISCHE DATEN

BANDGESCHWINDIGKEIT	1.0 km/h (min.) ÷ 20 km/h (max.)
STEIGUNG LAUFBRETT	15 % in 15 Stufen, elektronisch verstellbar
LAUFFLÄCHE	500 x 1510 mm
STELLMASSE AUFGEKLAPPT (LXBXH)	1970 x 810 x 1390 mm
STELLMASSE ZUSAMMENGEKLAPPT (LXBXH)	1300 x 810 x 1700 mm
VERPACKUNGSMASSE (LXBXH)	2050 x 870 x 380 mm
MOTORLEISTUNG	3.5 HP (Dauerleistung) - 5.0 HP (Spitzenwert)
PRODUKTGEWICHT	89 kg
GEWICHT VERPACKT	100 kg
MAX. BENUTZERGEWICHT	130 kg
NETZSPANNUNG	230 V AC
NETZFREQUENZ	50/60 Hz
MAX. LEISTUNG	1850 W
HERZFREQUENZMESSUNG	Handpulssensoren und HR-Empfänger (*)
USB-ANSCHLUSS	für Bluetooth-Dongle ® optional (**)
KONFORMITÄT	Normen: EN ISO 20957-1 - EN 957-6 (Klasse HB)
	Richtlinien: 2001/95/CE - 2014/30/UE - 2014/35/UE - 2011/65/UE

(*) Der eingebaute kabellose HR-Empfänger ist für TOORX-Brustgurte geeignet und kompatibel mit nicht codierten Sendern mit 5,3 kHz. Der Brustgurt ist im Lieferumfang enthalten.

(**) Ermöglicht die Bluetooth®-Verbindung zwischen Konsole und elektronischen Geräten wie Tablets und Smartphones, um das Produkt zu steuern und weitere Funktionen zu nutzen.

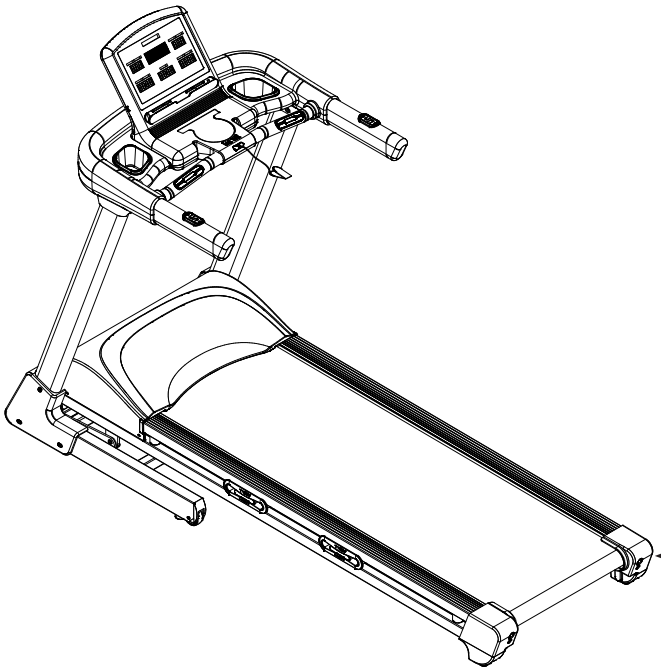
2.0 AUFSTELLRAUM DES PRODUKTS

RAUMANFORDERUNGEN: • Der Raum für Aufstellung und Aufbewahrung des Produkts muss sein: - ein Wohnraum, - überdacht und ausreichend groß, - mit geeigneter Steckdose, - mit geeigneter künstlicher und natürlicher Beleuchtung, - mit einem oder mehreren Fenstern zur Belüftung, - mit einer Betriebstemperatur zwischen 5 °C und 32 °C, - mit einer relativen Luftfeuchtigkeit zwischen 20 % und 90 %. Das Produkt darf NICHT im Freien, in feuchten Räumen oder in salzhaltiger Luft aufgestellt werden.

ANFORDERUNGEN AN DEN BODEN: • Der Aufstellboden muss: - vollkommen eben sein, - eine dem Produktgewicht entsprechende Tragfähigkeit haben. Empfindliche Böden (z. B. Teppichboden oder Parkett) MÜSSEN an den Auflagepunkten mit einer Gummimatte oder Filzstücken geschützt werden.

ANFORDERUNGEN AN DEN AUFSTELLRAUM: • Der gewählte Raum darf NICHT enthalten: - Quellen elektromagnetischer Störungen, z. B. Wechselstrommotoren, Hochspannungsleitungen, Funksender oder andere Elemente, die den normalen Betrieb stören können; - direkte Wärmequellen, z. B. die Nähe eines Heizkörpers oder ein Fenster, durch das das Produkt direktem Sonnenlicht ausgesetzt ist.

SICHERHEITSANFORDERUNGEN: • Hinter dem Laufband MUSS ein Sicherheitsabstand von mindestens 2 Metern zur Wand frei bleiben. Im freien Sicherheitsbereich hinter dem Laufband dürfen KEINE Gegenstände abgestellt werden.



2 m Mindestabstand zur Wand (freizuhaltender Bereich)

2.1 AUSPACKEN – INHALT DER VERPACKUNG

Die Verpackung besteht aus einem Karton, der mit Metallklammern und Umreifungsbändern verschlossen ist. Zum Anheben und Bewegen des Kartons eine zweite Person hinzuziehen; beim Abstellen auf dem Boden die Angabe „Oben“ beachten, die durch den aufgedruckten Pfeil gekennzeichnet ist. Zum Öffnen die Umreifungsbänder mit einer Schere durchschneiden und die Metallklammern mit einer Zange entfernen und entsorgen.

GEFAHR

Die Originalverpackung möglichst nicht beschädigen und aufbewahren, falls das Produkt Mängel aufweist und eine Reparatur im Rahmen der Gewährleistung nötig wird.

Die Verpackung unterliegt der Verordnung (EU) 2025/40; beachten Sie bei der Entsorgung die örtlichen Vorschriften zur Verwertung und zum Recycling.

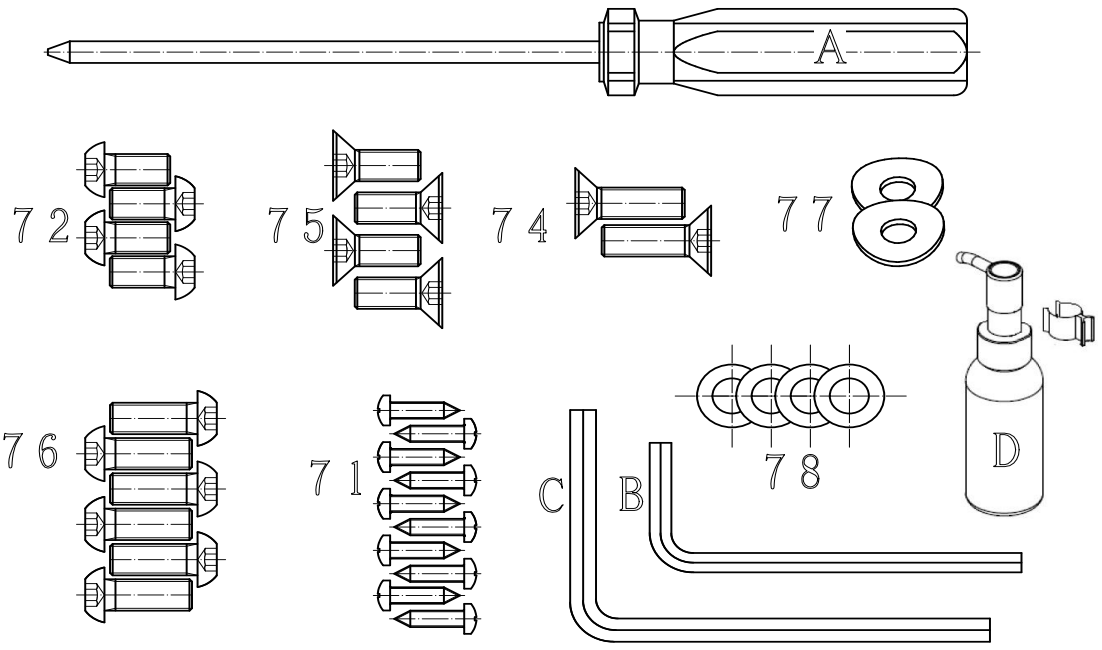
Verpackungsteile (Karton und Beutel) dürfen nicht in Reichweite von Kindern bleiben, da sie eine Gefahrenquelle darstellen können.

Montagematerial:

71	Blechschraube [ST4,2x15 mm]	(10 Stk.)
72	Schraube [M8x15 mm]	(4 Stk.)
74	Schraube [M8x25 mm]	(2 Stk.)
75	Schraube [M8x20 mm]	(4 Stk.)
76	Schraube [M8x20 mm]	(6 Stk.)
77	Gebogene Unterlegscheibe Ø8 mm	(2 Stk.)
78	Flache Unterlegscheibe Ø8 mm	(4 Stk.)
A	Kreuzschlitzschraubendreher	(1 Stk.)
B	Innensechskantschlüssel M5	(1 Stk.)
C	Innensechskantschlüssel M6	(1 Stk.)
D	Silikon-Schmiermittel	(1 Stk.)

Bei der Montage die Abbildungen der Montageschritte und gegebenenfalls die Explosionszeichnung im Ersatzteilkatalog verwenden. Der Ersatzteilkatalog mit Teileliste am Ende der Bedienungsanleitung hilft zusätzlich, Kleinteile zu identifizieren.

Prüfen Sie das Produkt nach dem Auspacken auf Transportschäden und kontrollieren Sie die Vollständigkeit aller Teile.



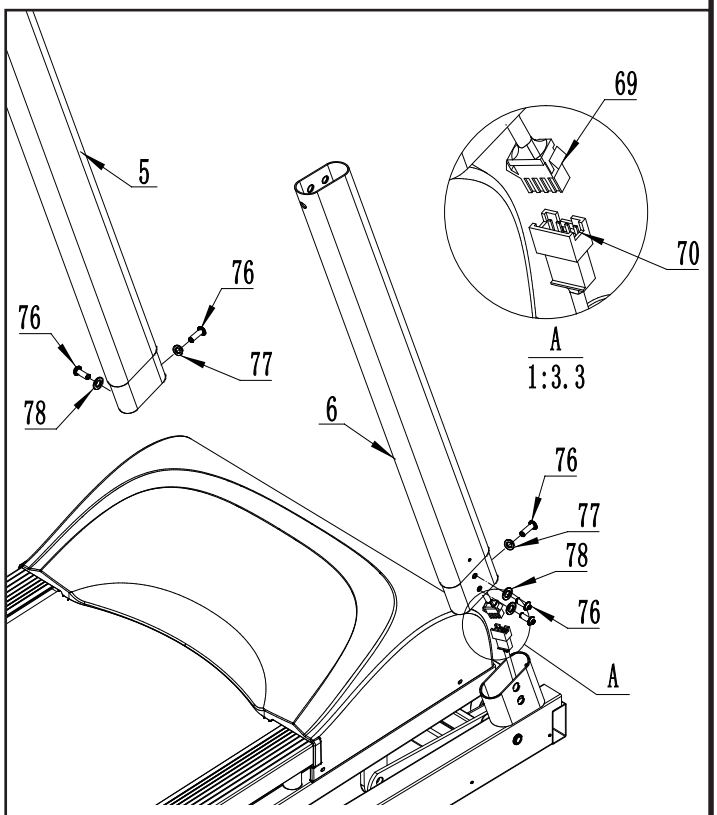
2.2 MONTAGE DES PRODUKTS

GEFAHR

Die Lauffläche muss von mindestens zwei Personen angehoben werden.

• Nach dem Öffnen der Originalverpackung das Laufdeck mit Hilfe einer zweiten Person anheben und am gewählten Aufstellort auf den Boden legen (siehe Abbildung). Den gesamten Inhalt aus dem Karton nehmen und zur Montage auf dem Boden auslegen.

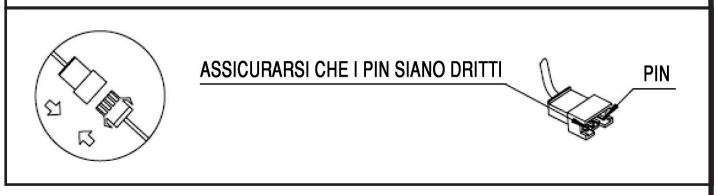
• Den rechten Ständer 6 und den linken Ständer 5 an die Aufnahmen am Laufdeck heranführen. Den Stecker des mittleren Kabels 69 aus dem rechten Ständer mit dem Stecker des unteren Kabels 70 aus dem Laufdeck verbinden.



ACHTUNG

Beim Befestigen des rechten Ständers darauf achten, dass die Elektrokabel nicht gequetscht oder durchtrennt werden.

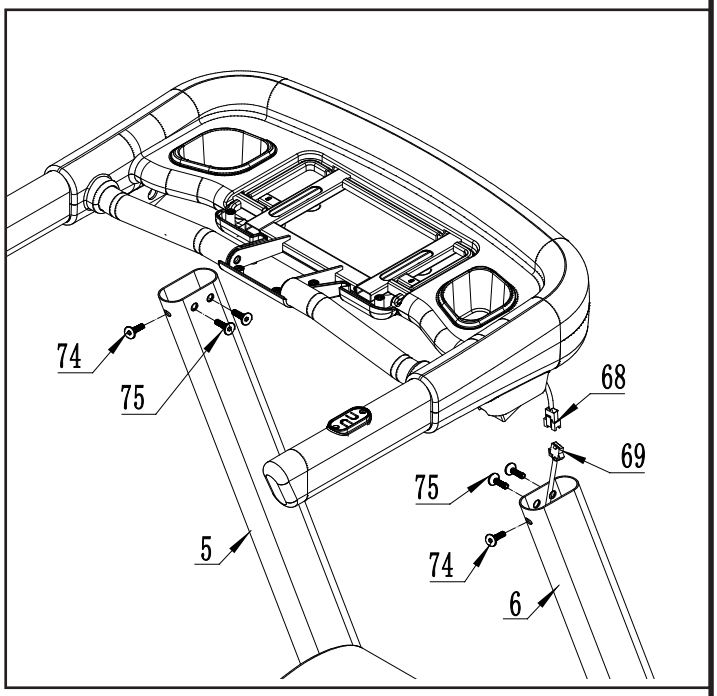
• Den rechten Ständer 6 und den linken Ständer 5 auf die Aufnahmen an den Enden des Motorrahmens setzen. Jeden Ständer seitlich mit zwei Schrauben 76 (M8x20 mm) mit flacher Unterlegscheibe 78 (Ø8 mm) und vorne mit einer Schraube 76 (M8x20 mm) mit gebogener Unterlegscheibe 77 (Ø8 mm) befestigen.



ACHTUNG

Beim Befestigen des Konsolenträgers an den Ständern darauf achten, dass die Elektrokabel nicht gequetscht oder durchtrennt werden.

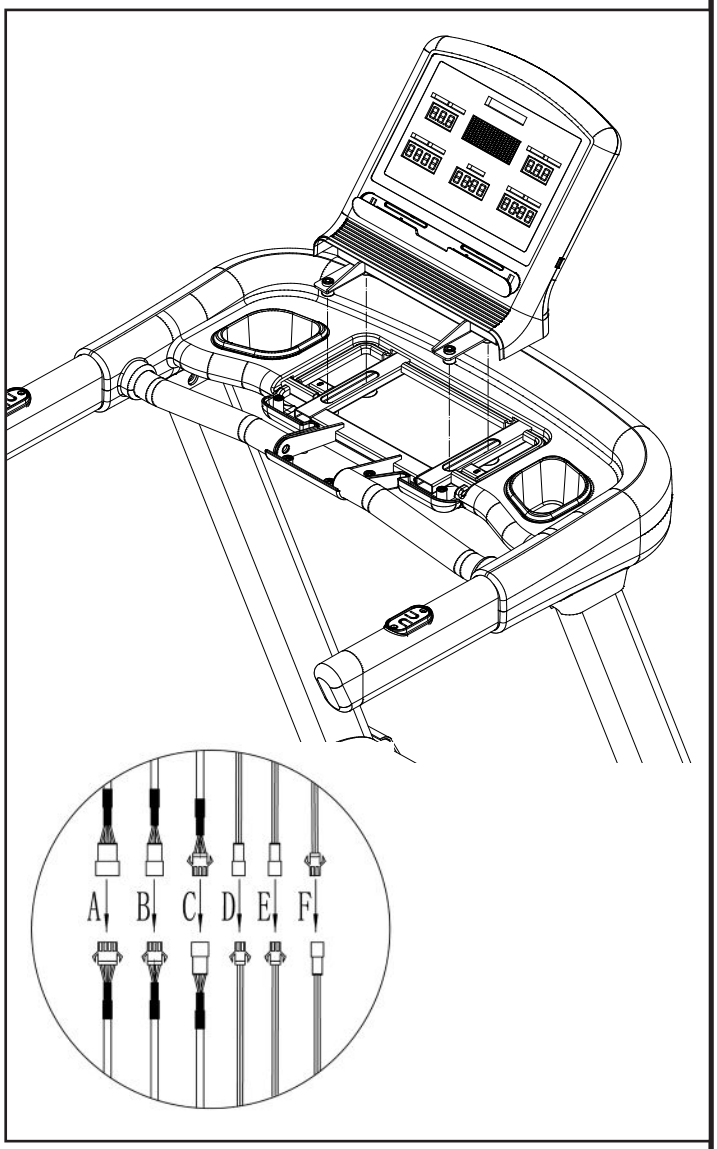
• Das Konsolengestell an die seitlichen Ständer heranführen. Den Stecker 68 aus dem Konsolengestell mit dem Stecker 69 des mittleren Kabels aus dem rechten Ständer verbinden. • Das Konsolengestell an den Ständern 5 und 6 befestigen: an jedem Ständer von hinten eine Schraube 74 [M8x25 mm] und seitlich zwei Schrauben 75 [M8x20 mm] festziehen, wie in der Abbildung gezeigt.



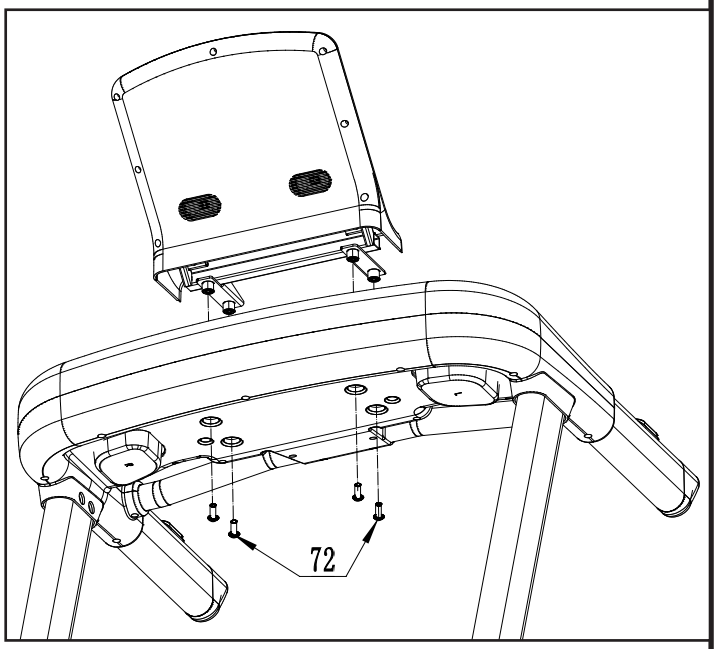
• Die Konsole an das Konsolengestell heranführen und alle Stecker der Konsole (A-B-C-D-E-F) mit den entsprechenden Steckern aus dem Konsolengestell verbinden. Hinweis: Die Stecker passen nur in einer Richtung, Verwechslungen sind ausgeschlossen.

ACHTUNG

Beim Befestigen der Konsole am Konsolenträger darauf achten, dass die Elektrokabel nicht gequetscht oder durchtrennt werden.



• Die Konsole auf die Führungen am Konsolengestell setzen und mit den vier zuvor entfernten Schrauben 72 (M8x15 mm) befestigen.

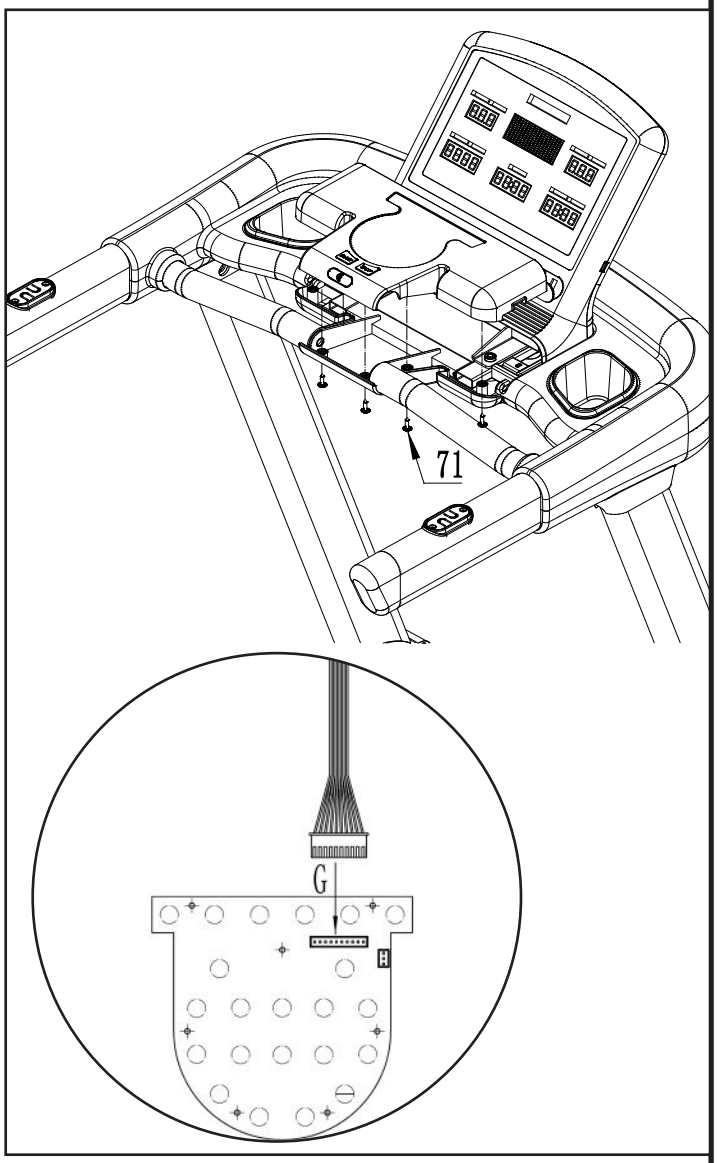


• Das Tastenfeld an das Konsolengestell heranführen und den Stecker des Flachbandkabels (G) aus der Konsole in die Buchse auf der Platine des Tastenfelds stecken.

• Das Tastenfeld auf die Führungen am Konsolenträger setzen und mit den vier zuvor entfernten Schrauben 71 (ST4.2x15 mm) befestigen.

ACHTUNG

Beim Befestigen der Konsole am Konsolenträger darauf achten, dass das Flachbandkabel nicht gequetscht oder durchtrennt wird.

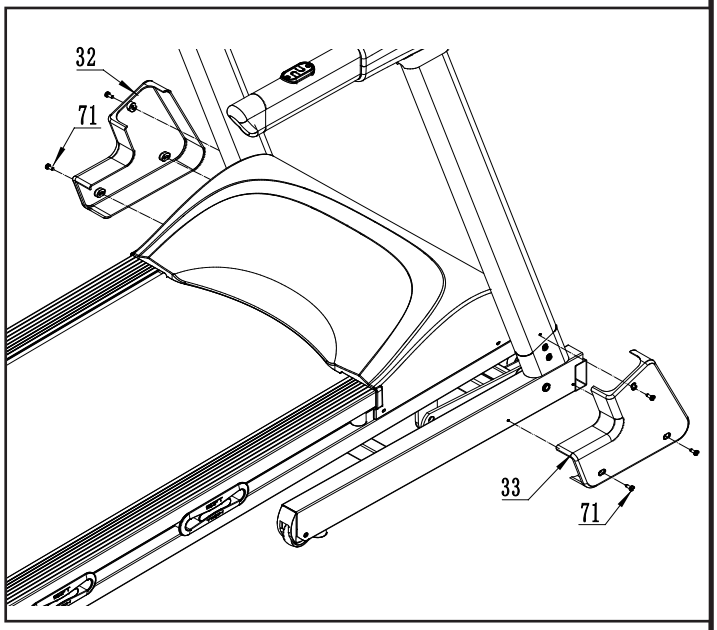


• Die rechte Seitenabdeckung des Ständers 33 mit drei Blechschrauben 71 (ST4.2x15 mm) befestigen. Die linke Seitenabdeckung des Ständers 32 mit drei Blechschrauben 71 (ST4.2x15 mm) befestigen.

• Das Gerät ist nun montiert. Vor der Benutzung prüfen, ob alle bei der Montage verwendeten Schrauben fest angezogen sind, und die übrigen Teile der Anleitung zum sicheren Gebrauch lesen.

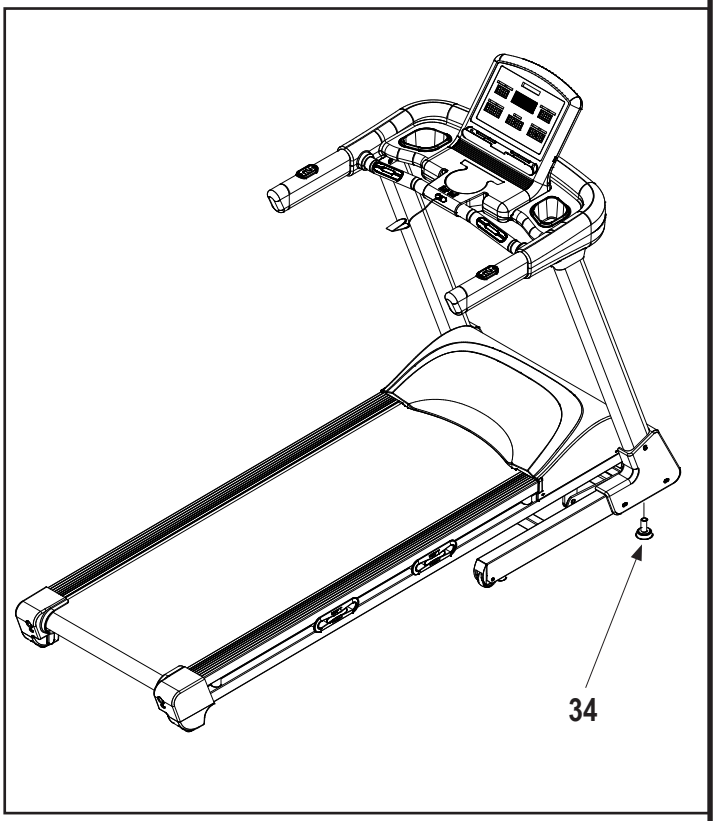
ACHTUNG

Damit das Laufband nicht aus der Mitte läuft und sich das Laufbrett nicht verbiegt und die Stabilität beeinträchtigt, muss die korrekte Ausrichtung des Geräterahmens geprüft werden.



2.3 LIVELLAMENTO

Unebenheiten des Bodens mit den zwei Stellfüßen 34 an den vorderen Enden des Produkts ausgleichen. Nach dem Ausrichten die Standfestigkeit des Geräts prüfen.



ACHTUNG

Ein korrektes Ausrichten ist für die Standfestigkeit und Funktion des Geräts sowie für die Lebensdauer der mechanischen Bauteile erforderlich.

2.4 LAUFBRETT IN PLATZSPARENDER POSITION

Das Gerät kann zum Verstauen bei Nichtgebrauch platzsparend zusammengeklappt werden; dazu wie folgt vorgehen.

GEFAHR

Die Steigung des Laufbretts auf die niedrigste Stufe (Stufe 0) stellen, sonst lässt sich das Laufbrett nicht hochklappen.

Das Gerät ausschalten und den Netzstecker aus der Wandsteckdose ziehen.

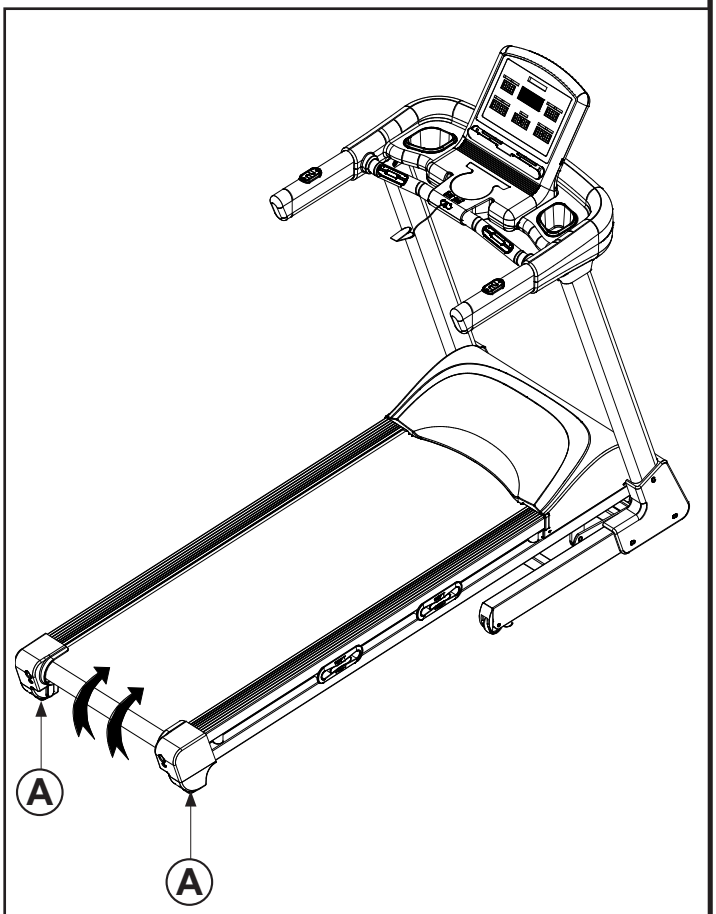
• Das hintere Ende des Laufbretts fassen, dabei die Hände unter die Ecken A schieben.

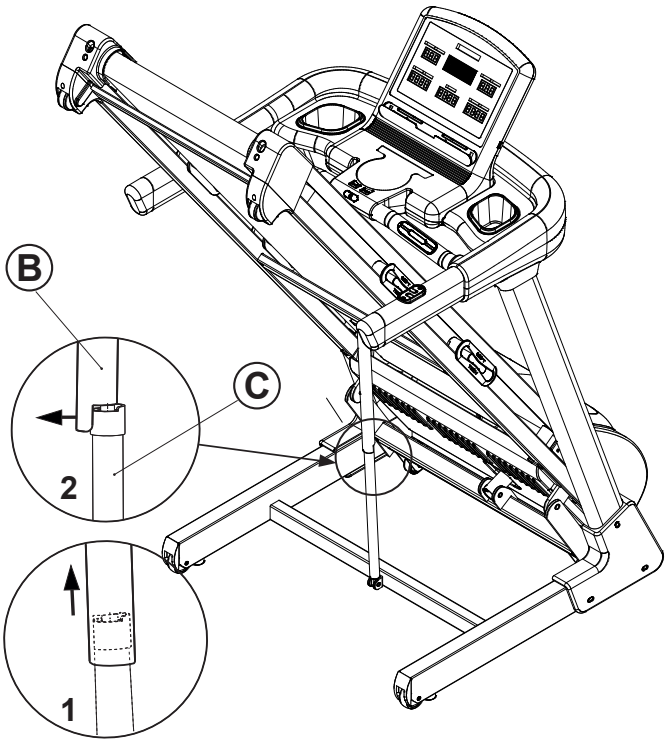
• Das Laufdeck mit beiden Händen bis in die Nähe der Handläufe anheben und weiter anheben, bis die obere Stützstange B in die untere Stützstange C einrastet.

• Die Gasdruckfeder in der unteren Stützstange unterstützt das Hoch- und Herunterklappen des Laufbretts.

GEFAHR

Nach dem Hochklappen und bevor Sie das Laufbrett loslassen, durch Ziehen nach unten prüfen, dass die Sicherheitsverriegelung fest eingerastet ist.



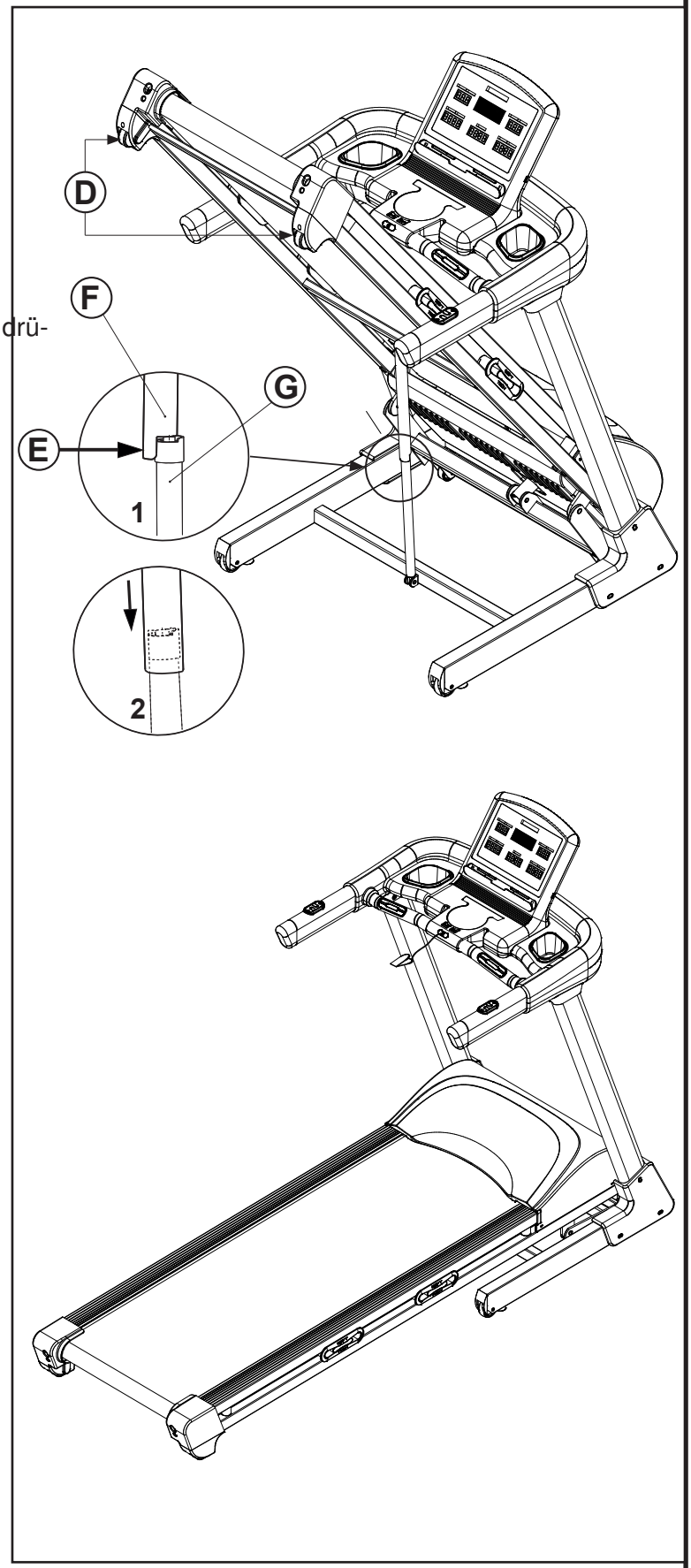


2.5 LAUFBRETT IN BETRIEBSPOSITION

GEFAHR

Bevor Sie das Gerät in Betriebsposition bringen, alle Gegenstände von der Bodenfläche entfernen, die das Laufbrett einnimmt. Sicherstellen, dass sich keine Haustiere oder spielenden Kinder in der Nähe befinden.

• Um das Gerät in die Arbeitsposition zu bringen, drü- mit beiden Händen an den Ecken D des hinteren Laufbrettendes nach vorne drücken und gleichzeitig mit einem Fuß auf Punkt E treten, um die obere Stützstange F von der unteren G zu lösen. Das Laufbrett mit beiden Händen nach unten führen; die Gasdruckfeder bremst die Abwärtsbewegung, bis das Laufbrett ganz auf dem Boden aufliegt.



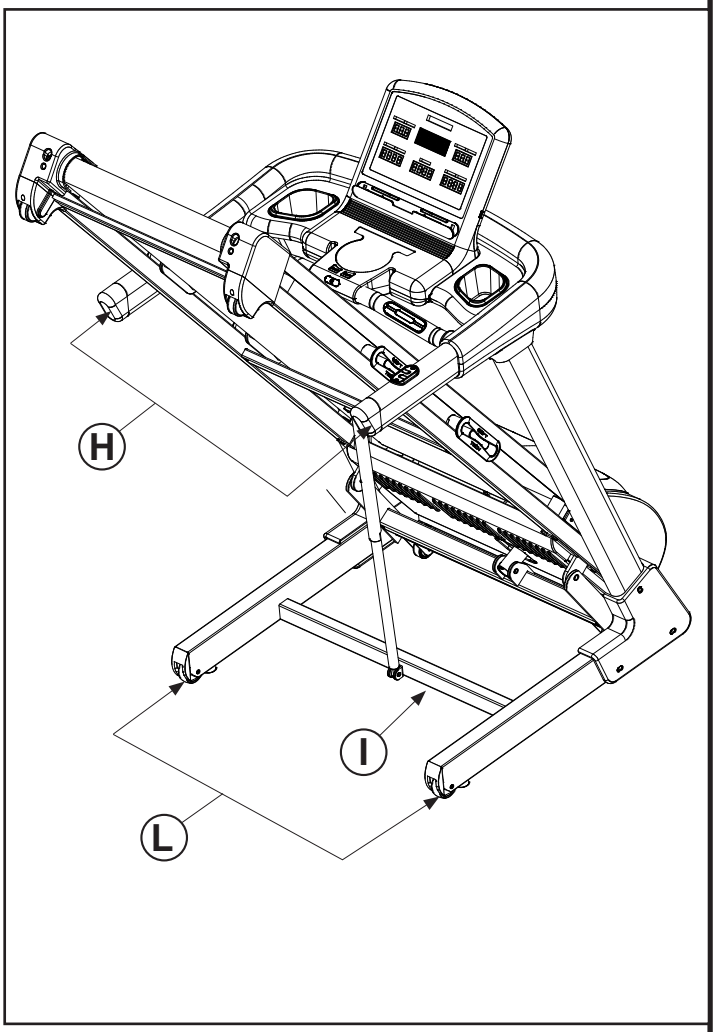
2.6 TRANSPORT DES PRODUKTS

GEFAHR

• Vor dem Verschieben des Geräts den Netzstecker aus der Steckdose ziehen.

• Vor dem Verschieben prüfen, ob der Sicherheitshaken richtig eingerastet ist.

Das Laufband hat vorne zwei Rollen für den Transport. Dazu hinter das senkrecht stehende Laufdeck stellen, die Handläufe H fassen, einen Fuß auf den Rahmen I setzen und das Laufband entschlossen kippen, bis der hintere Teil des Laufdecks auf den Armen aufliegt. Die beiden Transportrollen L stehen nun auf dem Boden; das Laufband in die gewünschte Richtung schieben.



2.7 ELEKTRISCHER ANSCHLUSS

ACHTUNG

VOR DEM ANSCHLIESSEN DES NETZSTECKERS Prüfen Sie anhand der technischen Daten auf dem Typenschild, ob die Elektroinstallation geeignet ist.

Prüfen Sie, ob die Wandsteckdose zum Netzstecker passt und einen Schutzkontakt (Erdung) besitzt.

Prüfen Sie, ob der rote Netzschalter auf „O" – Off steht.

ACHTUNG

VORSICHTSMASSNAHMEN FÜR NETZSTECKER UND NETZKABEL Den Netzstecker an eine Wandsteckdose anschließen, die ausreichend weit vom Produkt entfernt ist, um Kurzschlüsse durch Schweiß- oder Wassertropfen zu vermeiden.

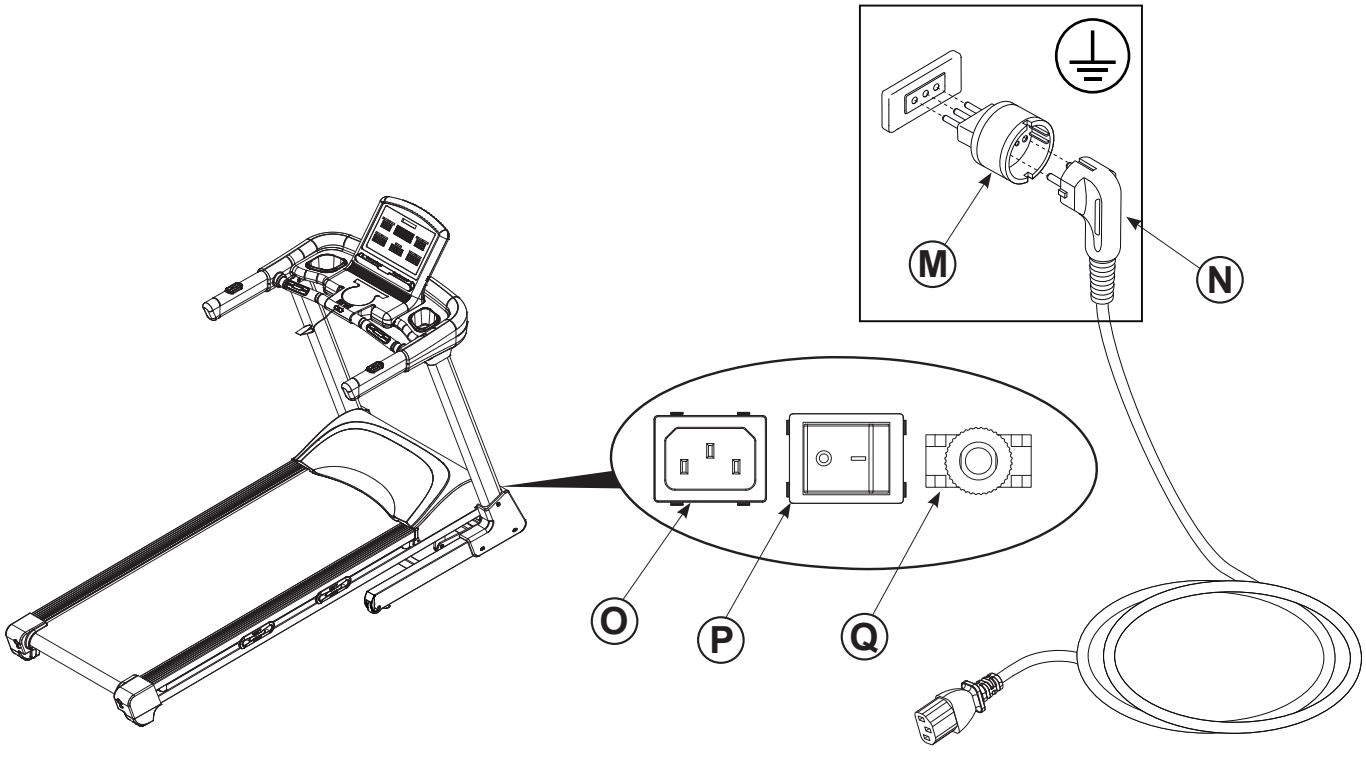
Netzkabel NICHT unter dem Rahmen und zwischen den beweglichen Teilen der Steigungsverstellung verlegen.

KEINE Mehrfachsteckdosen oder Verlängerungskabel verwenden, nur normgerechte Adapter M (Adapter nicht im Lieferumfang).

Das Produkt hat ein Netzkabel mit Schuko-Netzstecker N, der an eine geeignete Schutzkontakt-Steckdose mit Nennspannung bis 230 VAC anzuschließen ist.

An der Vorderseite des Motorraums befinden sich die Buchse O für das Netzkabel, der Hauptschalter P zum Ein- und Ausschalten des Produkts sowie eine Schutzvorrichtung Q gegen Spannungsspitzen.

Löst die Schutzeinrichtung aus, erlöschen die Displays und die rote Kontrollleuchte des Netzschalters sofort. Um den Normalbetrieb wiederherzustellen, mindestens fünf Minuten warten und dann die Schutzeinrichtung mit der Rückstelltaste Q wieder aktivieren.



3.0 TRAININGSPROGRAMM

Vor der ersten Benutzung wird empfohlen, die körperliche Verfassung ärztlich prüfen zu lassen und mit dem Arzt besondere Vorsichtsmaßnahmen für dieses Training abzuklären. Untrainierte sollten behutsam beginnen: höchstens drei Einheiten pro Woche, mit geringer Dauer und Geschwindigkeit, um sich mit der Konsole vertraut zu machen und sich langsam an Bewegung zu gewöhnen. Wer bereits Sport treibt und das Produkt ergänzend nutzen will, sollte die Trainingseinheiten und den Trainingsplan mit einem Personal Trainer erstellen. Mit Pulskontrolle während des Trainings lässt sich das Training auf 3 Herzfrequenzbereiche ausrichten:

- Bereich 60 % bis 75 % der maximalen Herzfrequenz: Training mit niedriger Belastung; - Bereich 75 % bis 85 %: Training im aeroben Bereich; - Bereich 85 % bis 95 %: Training im anaeroben Bereich.

Das Training mit dem Produkt gliedert sich in drei Phasen.

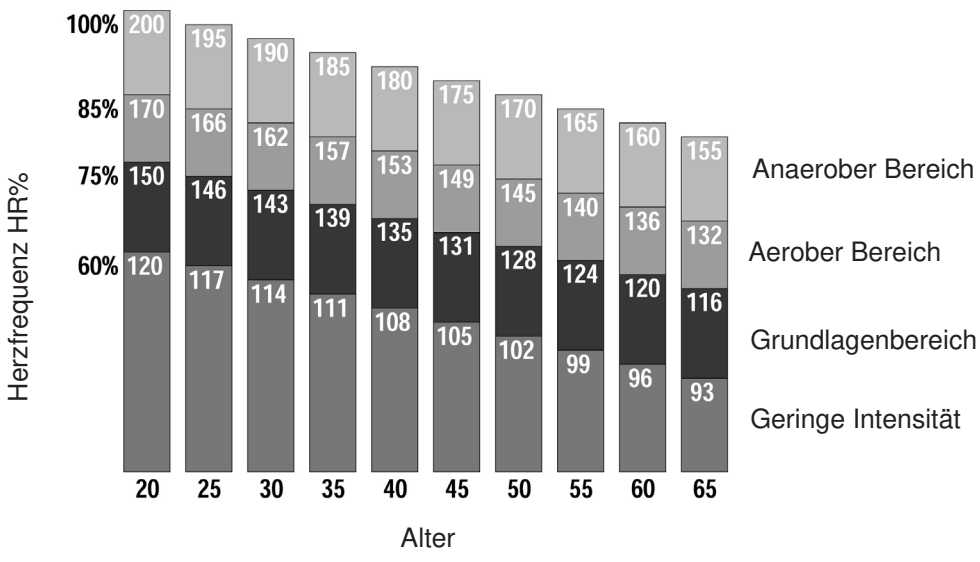
AUFWÄRMEN: Vor dem Training mit dem Produkt einige Übungen zum Aufwärmen und Lockern der Muskulatur machen, um den Körper auf Betriebstemperatur zu bringen.

TRAINING: Mit geringer Belastung beginnen und nach dem Aufwärmen die Intensität schrittweise steigern, bis die Herzfrequenz den gewünschten Zielwert erreicht. Die Herzfrequenz im gewählten Bereich konstant halten. In den ersten Wochen sollten die Trainingseinheiten nicht länger als 20 Minuten dauern; mit zunehmender Übung können sie auf bis zu 60 Minuten verlängert werden.

ABKÜHLEN: Entspannen Sie sich nach dem Training einige Minuten mit Dehnübungen.

GEFAHR

Training im anaeroben Bereich ist nur gut trainierten Leistungssportlern gestattet.



3.1 BENUTZUNG DES BRUSTGURTS

ACHTUNG

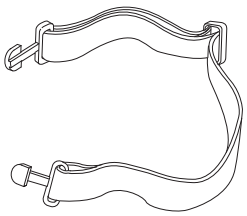
• Vor Gebrauch des Brustgurt-Senders die Anweisungen auf dieser Seite und ggf. die des Herstellers sorgfältig lesen. • Nach jedem Gebrauch Sender und elastischen Gurt gründlich reinigen und trocknen, um eine vorzeitige Entladung der Batterie zu vermeiden; dann den Sender abnehmen und getrennt vom Gurt aufbewahren. • Den Sender mit einem feuchten Tuch und milder Seife reinigen, den elastischen Gurt mit normalem Waschmittel von Hand waschen. • Gurt und Sender nicht in Schubladen, geschlossenen Beuteln oder anderen Behältern aufbewahren; am besten an eine Wand hängen, damit sie vollständig trocknen.

Das Produkt wird mit einem TOORX-Brustgurt-Sender geliefert, der mit dem im Gerät eingebauten Empfänger kompatibel ist. Er besteht aus zwei Teilen: dem Sender, der die Funksignale an die Konsole sendet, und dem elastischen Gurt, der den Sender am Brustkorb hält. Der Sender wird von einer Knopfzelle versorgt, die zu ersetzen ist, wenn das Signal nicht mehr ausreicht (siehe Wartung – Batteriewechsel).

1) Ein Ende des Senders am Gurt einhaken. 2) Die Gurtlänge mit der Schnalle an Ihren Brustumfang anpassen. Den Gurt wie abgebildet direkt unterhalb der Brustmuskeln bzw. der Brust anlegen und das andere Gurtende am Sender einhaken. 3) Den Sender anheben und die Elektroden auf der Rückseite mit nassen Fingern befeuchten. 4) Prüfen, ob die Elektrodenfläche gut auf der Haut aufliegt.

ACHTUNG

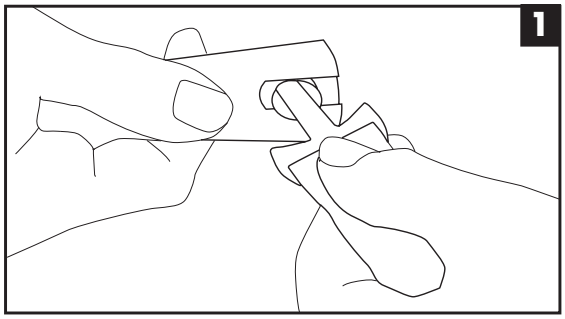
Die mit dem Brustgurt gemessene Herzfrequenz ist nur ein Richtwert, um die Herzfrequenz je nach Trainingsbereich zu beobachten und einen Anhaltspunkt für den Kalorienverbrauch zu erhalten. Der am Gerät gemessene Wert ist in keinem Fall ein medizinischer Messwert.

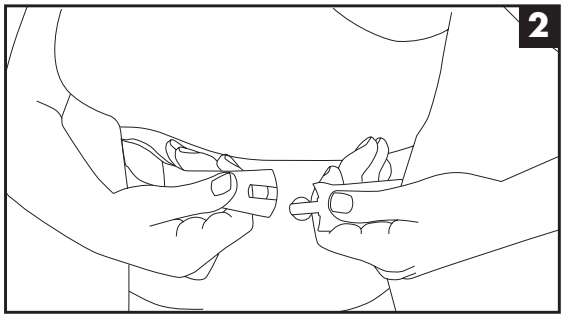


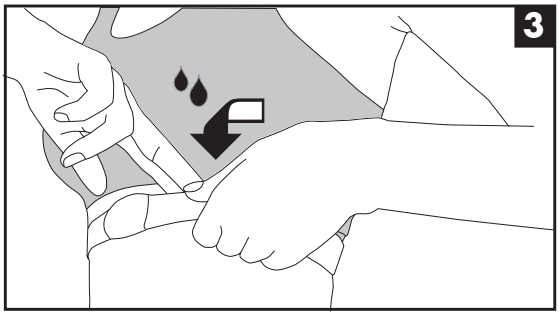
Elastischer Gurt

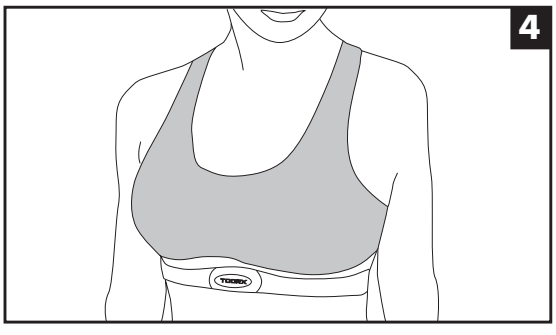


Sender









3.2 SONDERAUSSTATTUNG

INTEGRIERTES AUDIOSYSTEM Das Bedienpult verfügt serienmäßig über integrierte Lautsprecher, die an einen Verstärker mit Bluetooth-Schnittstelle angeschlossen sind. Zum Koppeln und Abspielen von Musik von Ihrem Gerät aktivieren Sie Bluetooth am Gerät (Tablet/Smartphone/Musikplayer) und verbinden es mit dem Audiosystem der Konsole. Die Lautstärke regeln Sie direkt mit den Lautstärketasten von Tablet/Smartphone/Musikplayer.

TRX APP GATE 3.0 (OPTIONAL) Der Bluetooth-Adapter für Laufbänder APP READY 3.0 stellt eine kabellose Verbindung zwischen Laufband und externen Geräten mit Bluetooth wie Tablet oder Smartphone her.

Er wird einfach in den dafür vorgesehenen USB-Anschluss an der Konsole des Laufbands gesteckt.

Ermöglicht die sofortige Nutzung von Apps für das Laufbandtraining. Enthält die iConsole+ Training App mit Karten, Strecken, Trainingsplänen und Trainingsdaten.

Kompatibel mit der Zwift App (Abonnement nicht enthalten), die Training mit Videospiel-Elementen verbindet.

Kompatibel mit der Kinomap Fitness App (Abonnement nicht enthalten) mit 120.000 km geolokalisierter Videos aus aller Welt.

Das neue TRX APP GATE hat eine Doppelfunktion: Neben dem Bluetooth-Modul zur Verbindung des Laufbands mit kompatiblen Apps dient es auch als Empfänger für Bluetooth-Brustgurte.

ACHTUNG

Der Bluetooth-Adapter darf NICHT an USB-Buchsen von Computern, Laptops, Tablets oder Smartphones angeschlossen werden, da er sonst beschädigt werden kann.

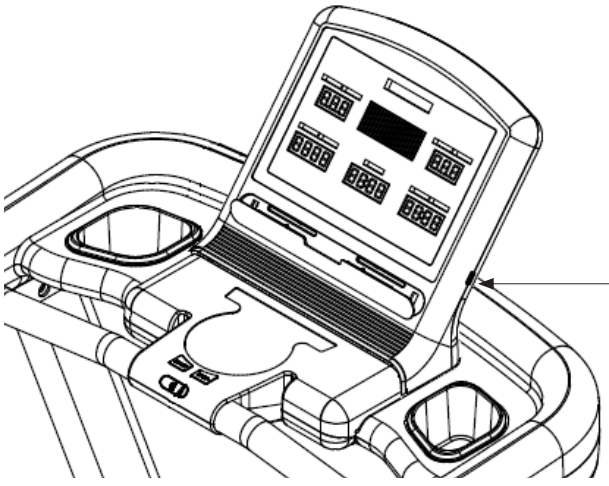
Die USB-Buchse seitlich an der Konsole dient ausschließlich zur Versorgung des TRX APP GATE 3.0, das 3,3 Vdc benötigt. Sie darf nicht zur Versorgung oder zum Laden anderer Geräte als TRX APP GATE 3.0 verwendet werden.

- Nach dem Koppeln von Konsole und Gerät (Tablet oder Smartphone) erlöschen die Displays der Konsole; nur die Schnellwahltasten für Geschwindigkeit und Steigung sowie die Anzeige für die erfolgreiche Kopplung bleiben beleuchtet.

- Bei aktiver Bluetooth-Verbindung zwischen Laufband und Tablet/Smartphone können Sie Apps für das Laufbandtraining nutzen.

TRX APP GATE 3.0 - (OPTIONAL)





USB-ANSCHLUSS FÜR TRX APP GATE 3.0

3.3 PRAKTISCHE TIPPS ZUR BENUTZUNG

GEFAHR

• Vor dem Training den Sicherheitsschlüssel korrekt anbringen und den Clip an der Kleidung in Taillenhöhe befestigen. Um das Laufband sofort anzuhalten, einfach an der Schnur ziehen, damit sich der magnetische Sicherheitsschlüssel von der Konsole löst. Zum Fortsetzen des Trainings den Schlüssel wieder in die Aufnahme an der Konsole setzen.

• Wenn das Laufband nicht benutzt wird, den Sicherheitsschlüssel abziehen und sicher aufbewahren. Den Sicherheitsschlüssel von Kindern fernhalten.

• Das Gerät schrittweise benutzen. Bei Bedarf die Handläufe verwenden. Bei niedriger Bandgeschwindigkeit langsam gehen. Nicht stehen bleiben, während sich das Band bewegt.

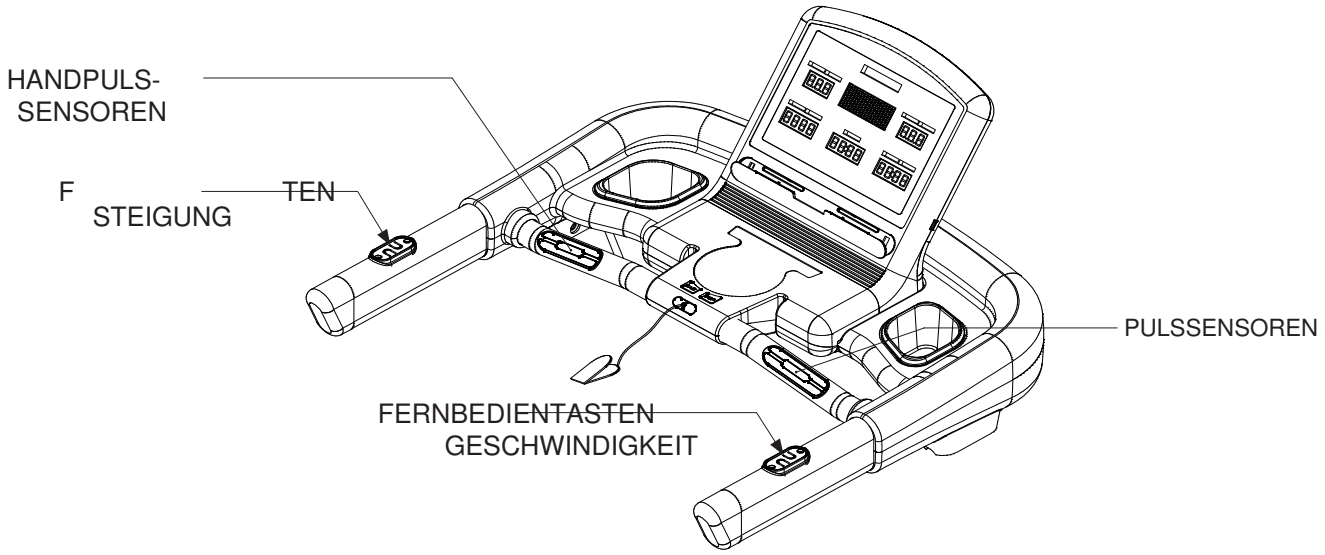
• Versuchen Sie nicht, die Laufrichtung zu ändern; halten Sie Gesicht und Körpervorderseite zur Konsole gerichtet.

• Das Gerät nie einschalten, während jemand auf dem Band steht.

• Das Gerät nicht von mehreren Personen gleichzeitig benutzen.

• Das Training mit den Füßen auf den seitlichen Trittflächen beginnen; erst wenn das Band mit Mindestgeschwindigkeit läuft, langsam darauf gehen.

Wer das Laufband zum ersten Mal benutzt, sollte sich zunächst mit der Konsole vertraut machen und die Funktion des Laufbands prüfen, bevor ein Trainingsprogramm gestartet wird. a. Gerät am Netzschalter einschalten; die rote Kontrollleuchte des Schalters leuchtet. Sicherheitsschlüssel in die Aufnahme stecken; die Konsole führt kurz einen Test durch, schaltet alle Displays ein und gibt ein Signal aus. b. Von der Seite auf die Lauffläche steigen und sich mittig mit den Füßen auf die seitlichen Trittflächen stellen. c. START drücken, um sofort mit Mindestgeschwindigkeit zu beginnen; an den Handläufen festhalten, mit normalem, lockerem Schritt gehen und einige Zeit langsam bleiben, um sich an das laufende Band zu gewöhnen. d. Wenn Sie sich sicher fühlen, die Geschwindigkeit mit der Taste GESCHWINDIGKEIT UP oder durch Drehen des Multifunktionsreglers im Uhrzeigersinn erhöhen, dann die Handläufe loslassen und mit synchroner Armbewegung laufen. e. Während des Trainings konzentriert bleiben, um Unfälle zu vermeiden. f. Eine korrekte Laufhaltung mit Blick nach vorne einhalten und die Position besonders bei höheren Geschwindigkeiten nicht verändern. g. Während des Trainings die Herzfrequenz regelmäßig kontrollieren, indem Sie die Handpulssensoren an den Handläufen mit beiden Händen umfassen oder den Brustgurt tragen; der Wert erscheint im Display ‚PULSE'.



3.4 BEDIENKONSOLE (Display)

SPEED – Bandgeschwindigkeit (km/h) – Zeigt die GESCHWINDIGKEIT des Bandes. CALORIES – Kalorienverbrauch (Cal.) – Zeigt die seit Trainingsbeginn verbrauchten KALORIEN oder den Countdown der eingestellten Kalorien bis null (*).

ALTITUDE – Höhenunterschied (m) – Zeigt den gesamten im Training überwundenen HÖHENUNTERSCHIED anhand der verwendeten Steigungsstufen. INCLINE – Steigung der Lauffläche (Stufe) – Zeigt die STEIGUNGSSTUFE der Lauffläche.

DISTANCE – Zurückgelegte Strecke (km) – Zeigt die seit Trainingsbeginn zurückgelegte Gesamtstrecke oder den Countdown der eingestellten Strecke bis null (Strecke bei Trainingsende). PULSE – Herzfrequenz (bpm) – Legen Sie beide Handflächen auf die Handpulssensoren oder tragen Sie den Brustgurt-Sender (optional); das Display zeigt die Herzfrequenz (*).

HINWEIS: Displays mit Doppelfunktion wechseln die Anzeige alle fünf Sekunden.

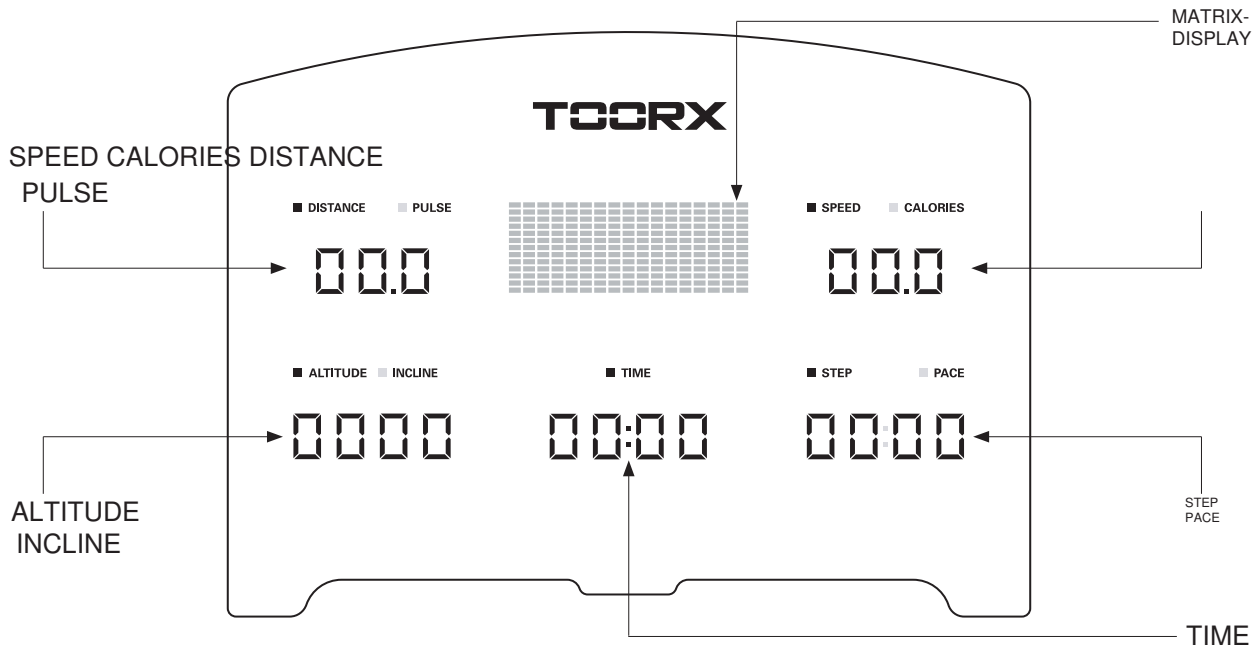
HINWEIS: Nach einigen Minuten ohne Benutzung schaltet sich die Konsole automatisch ab.

TIME - Dauer (min) - Zeigt die TRAININGSDAUER ab null oder den Countdown von der als Ziel eingestellten Zeit bis null.

- STEP Schrittzähler – Zeigt die ANZAHL DER SCHRITTE seit Trainingsbeginn (*). PACE – Tempo (min/km) – Zeigt das TEMPO, also die Zeit in Minuten für einen Kilometer bei der aktuellen Geschwindigkeit.

GRAFIKDISPLAY - Das mittlere Display ist eine Matrixanzeige, die das Profil des laufenden Trainings anhand von Steigung und Geschwindigkeit grafisch darstellt. - Grafisches Programmprofil: Bei der Auswahl voreingestellter Programme und Benutzerprogramme wird das Profil grafisch angezeigt. - Ringanzeige: Der im Modus Manuell angezeigte Leuchtring besteht aus Leuchtpunkten, die während des Trainings nacheinander aufleuchten, und stellt eine 400-m-Leichtathletikbahn dar.

(*) Die von der Konsole angezeigten Werte sind je nach Nutzungsbedingungen Näherungswerte und dürfen nicht als medizinische Referenz verwendet werden.



3.5 BEDIENKONSOLE (Tasten)

START Die Taste drücken, um in allen Betriebsarten das Training zu beginnen und aus der Pause fortzusetzen.

STOP Taste drücken, um das Laufband anzuhalten und das laufende Training zu pausieren; mindestens 3 Sekunden gedrückt halten, um das Training zu beenden und die Daten zu löschen.

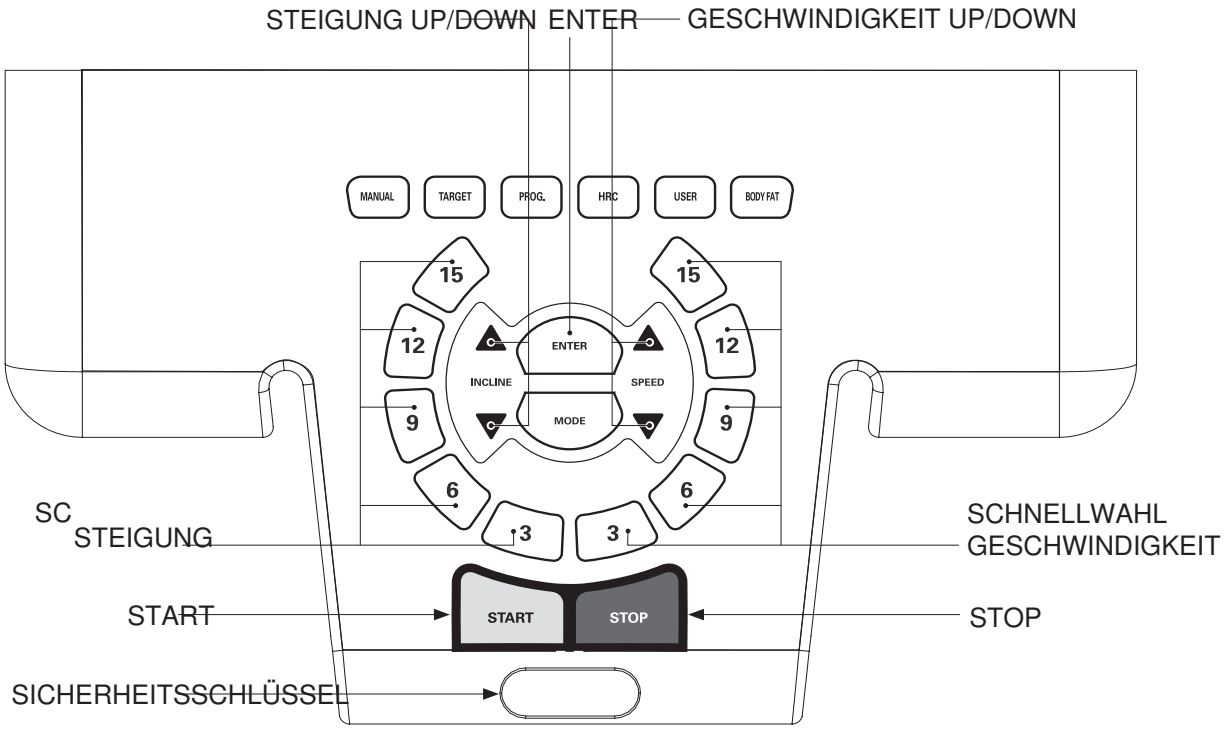
Speed Up/Down - (Bandgeschwindigkeit) • Vor Trainingsbeginn mit den Tasten SPEED Up/Down die Programmparameter eingeben. • Während des Trainings mit SPEED Up/Down die Bandgeschwindigkeit erhöhen oder verringern (bei gedrückt gehaltener Taste ändern sich die Werte schnell).

INCLINE Up/Down - (Steigung der Lauffläche) • Vor Trainingsbeginn mit INCLINE Up/Down durch die Programmliste blättern. • Während des Trainings mit INCLINE Up/Down die Steigung erhöhen oder verringern (bei gedrückt gehaltener Taste ändern sich die Werte schnell).

SCHNELLWAHL GESCHWINDIGKEIT/STEIGUNG Beim Drücken einer Schnellwahltaste für Geschwindigkeit oder Steigung stellt sich das Laufband auf den auf der Taste angegebenen Wert ein.

ENTER ENTER drücken, um die Auswahl eines Programms oder die mit SPEED Up/Down eingegebenen Programmparameter zu bestätigen.

SICHERHEITSSCHLÜSSEL Der Sicherheitsschlüssel ist eine sehr wichtige Sicherheitseinrichtung. Den Schlüssel nach jeder Benutzung abziehen. Den Sicherheitsschlüssel vor Trainingsbeginn einstecken; ohne Schlüssel bleibt die Konsole ausgeschaltet. Der Sicherheitsschlüssel hat eine Schnur und einen Clip, der am Hosenbund zu befestigen ist.



MANUAL - (Modus Manuell) Nach dem Einschalten START drücken, um den Modus Manuell zu starten. Ist ein Programm ausgewählt, MANUAL drücken, um den Modus Manuell zu wählen.

TARGET – (Target-Modus) Im Stand-by die Taste drücken, um ein Countdown-Training festzulegen, wahlweise nach: Dauer, Strecke, Kalorien, Schrittzahl.

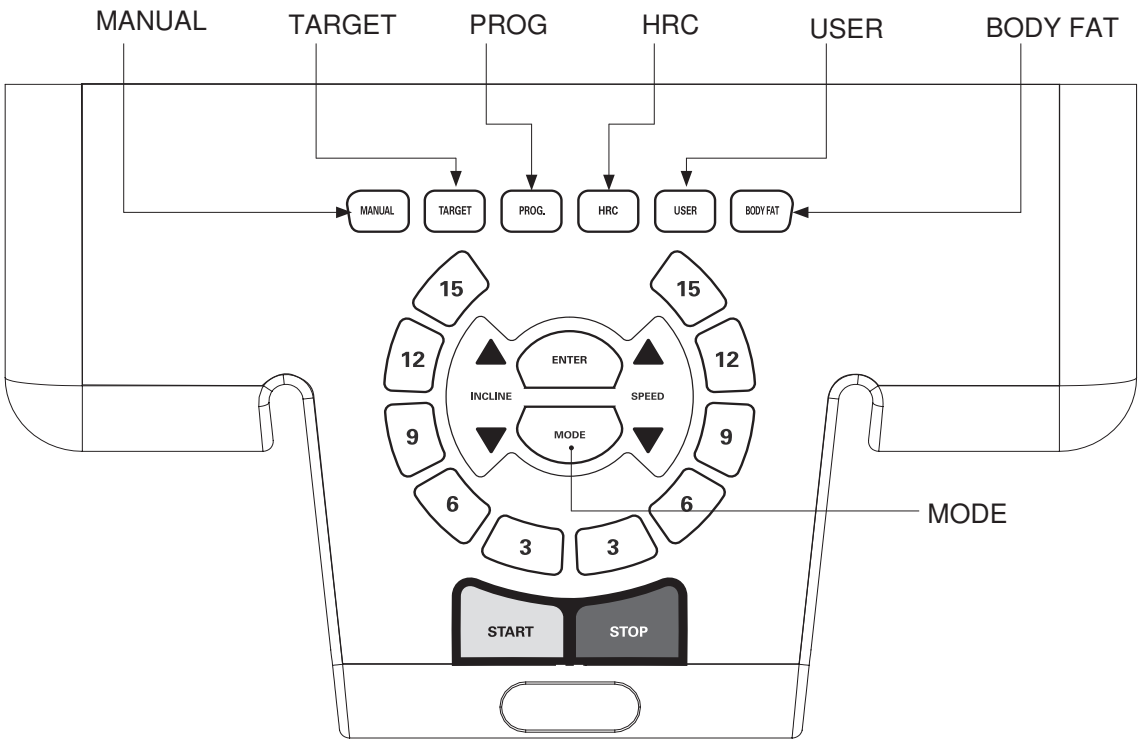
PROG - (voreingestellte Programme: P01÷P24) Im Stand-by die Taste mehrmals drücken, um durch die voreingestellten Programme P01÷P24 zu blättern (oder nach Drücken von PROG mit INCLINE Up/ Down blättern), dann ENTER drücken, um das gewünschte Programm zu wählen.

HRC - (Cardio-Programme: H01÷H04) Im Stand-by die Taste mehrmals drücken, um durch die Cardio-Programme H01÷H04 zu blättern (oder nach Drücken von HRC mit INCLINE Up/Down blättern), dann ENTER drücken, um das gewünschte Programm zu wählen.

USER- (Benutzerprogramme: U01÷U04) Im Stand-by die Taste mehrmals drücken, um durch die Benutzerprogramme U01÷U04 zu blättern (oder nach Drücken von USER mit INCLINE Up/Down blättern), dann ENTER drücken, um das gewünschte Programm zu wählen.

BODY FAT – (Messung des Körperfettanteils in Prozent) Im Stand-by bzw. nach Trainingsende die Taste drücken, um die Messung des Körperfettanteils zu starten.

MODE Nach Wahl des TARGET-Modus MODE drücken, um das Training auf eines von 4 frei einstellbaren Zielen auszurichten: Trainingsdauer, Strecke, Kalorienverbrauch, Schrittzahl. Sind Werte für Time, Distance, Calorie oder Step eingegeben, zählt das betreffende Display während des Trainings vom eingestellten Wert bis null herunter; dann endet das Training.



3.6 EINSCHALTEN/PAUSE/STOPP - MANUELLER MODUS

GERÄT EINSCHALTEN • Zum Einschalten den Hauptschalter auf I=ON stellen; die integrierte rote Kontrollleuchte zeigt an, dass das Gerät mit Strom versorgt wird. Der Schalter befindet sich vorne neben dem Netzkabel. Nach dem Einschalten den Sicherheitsschlüssel in die Aufnahme an der Konsole stecken; es folgt ein Selbsttest von Logikplatine und Display, danach werden die Firmware-Version der Konsolenplatine sowie Gesamtstrecke und Betriebsdauer angezeigt: Nach einigen Sekunden ist das Produkt betriebsbereit.

• Die Konsole schaltet sich nach einigen Minuten ohne Benutzung automatisch ab.

TRAINING PAUSIEREN UND BEENDEN • Bei laufendem Band STOP drücken, um das Training anzuhalten („PAUSE“): Das Band stoppt, das Laufbrett behält die Steigung, und die aktuellen Daten bleiben 2 Minuten auf den Displays; in dieser Zeit lässt sich das Training mit START an derselben Stelle fortsetzen.

Hinweis: Wird ein pausiertes Training fortgesetzt, läuft das Band nach einem Countdown von drei Sekunden mit der Geschwindigkeit vor der Pause wieder an.

• Um das Training abzubrechen und die aktuellen Daten zu löschen, STOP 3 Sekunden gedrückt halten; das Band läuft langsam aus und bleibt stehen.

NOTHALT • Um das Training sofort zu beenden und das Band anzuhalten, den Sicherheitsschlüssel aus der Aufnahme ziehen. Sofort ertönt ein Signalton und das Band stoppt umgehend; eine eingestellte Steigung des Laufbretts bleibt erhalten.

Hinweis: Nach erneutem Einstecken des Sicherheitsschlüssels fährt das Laufbrett auf Steigung null, danach sind die Konsolenfunktionen freigegeben.

MANUELLER MODUS • Das Produkt einschalten: Netzschalter auf ON und Sicherheitsschlüssel einstecken.

• Nach dem Einschalten ist das Gerät automatisch im Modus Manuell; zum Starten genügt die Taste START. Den Modus Manuell können Sie aus jedem Zustand der Konsole mit der Taste MANUAL aufrufen.

• Nach Wahl des manuellen Modus auf das Laufbrett steigen, die Füße auf den seitlichen Trittflächen lassen und START drücken: Nach 3 Sekunden läuft das Band mit Mindestgeschwindigkeit an.

• Mit den Tasten GESCHWINDIGKEIT und STEIGUNG Bandgeschwindigkeit und Steigung der Lauffläche in Echtzeit einstellen.

• TIME, DISTANCE und CALORIES zählen während des Trainings hoch, bis es durch Gedrückthalten der Taste STOP für mehr als 3 Sekunden oder durch Abziehen des Sicherheitsschlüssels beendet wird.

3.7 TARGET-MODUS

• Schalten Sie das Gerät ein, indem Sie den Netzschalter auf ON stellen und den Sicherheitsschlüssel einstecken.

• Den Target-Modus mit der Taste TARGET auf dem mittleren Tastenfeld wählen, um das Training nach einem Zielwert (Dauer, Strecke, Kalorien, Schrittzahl) festzulegen.

• MODE drücken: Das Display der gewählten Funktion blinkt; durch wiederholtes Drücken von MODE wählen Sie Dauer, Strecke, Kalorienverbrauch oder Schrittzahl als Trainingsziel.

• Mit SPEED Up/Down das gewählte Zielvorgabe-Ziel einstellen, das im entsprechenden Display angezeigt wird: Dauer: Voreinstellung 30 Minuten (Bereich 5:00 ÷ 99:00), Strecke: Voreinstellung 1 km (Bereich 1:00 ÷ 99:00), Kalorienverbrauch: Voreinstellung 50 Cal (Bereich 10 ÷ 990), Schrittzahl: Voreinstellung 4000 Schritte (Bereich 1000 ÷ 9900). Mit ENTER bestätigen.

• Stellen Sie sich nach Eingabe der Trainingsdaten mit den Füßen auf die seitlichen Trittflächen und drücken Sie START; nach 3 Sekunden läuft das Band mit Mindestgeschwindigkeit an.

• Mit den Tasten GESCHWINDIGKEIT und STEIGUNG Bandgeschwindigkeit und Steigung der Lauffläche in Echtzeit einstellen.

• Das Display des gewählten „Zielwerts“ zählt vom eingestellten Wert bis null herunter.

• Das Training endet, wenn der Countdown des eingestellten Zielwerts abgelaufen ist. Es lässt sich jederzeit durch Gedrückthalten von STOP länger als 3 Sekunden oder durch Abziehen des Sicherheitsschlüssels beenden.

3.8 VORDEFINIERTE PROGRAMME (P01÷P24)

Die Konsole bietet 24 vordefinierte Programme für das Cardiotraining mit folgenden Merkmalen: - Programme 01 bis 06: Die Konsole ändert die Geschwindigkeit des Laufbands nach dem vordefinierten Profil; - Programme 07 bis 18: Die Konsole ändert nach dem vordefinierten Profil sowohl die Geschwindigkeit des Laufbands als auch die Steigung des Laufbretts; - Programme 19 bis 24: Die Konsole ändert die Steigung des Laufbretts nach dem vordefinierten Profil.

• Schalten Sie das Gerät ein, indem Sie den Netzschalter auf ON stellen und den Sicherheitsschlüssel einstecken.

• Auf die Lauffläche steigen, Füße auf den seitlichen Trittflächen, dann PROG drücken und mit INCLINE Up/Down eines der voreingestellten Programme 01÷24 wählen; das Display „Pulse“ zeigt die Programmnummer, das Matrixdisplay das grafische Profil.

• Das Display TIME blinkt und zeigt die voreingestellte DAUER von 30 Minuten; mit SPEED Up/Down den gewünschten Wert einstellen

Wert einstellen und mit ENTER bestätigen.

• START drücken, um das Programm zu starten; nach einem Countdown von drei Sekunden läuft das Band gemäß dem gewählten Programmprofil an.

• Während der Programme P01÷P06 kann die Steigung manuell eingestellt werden.

• Während der Programme P07÷P18 können Geschwindigkeit und Steigung mit den entsprechenden Tasten erhöht oder verringert werden. Die Änderung gilt für das aktuelle Segment des Profils; beim Wechsel ins nächste Segment werden wieder die im Programm vorgesehenen Werte für Geschwindigkeit/Steigung übernommen.

• Während der Programme P19÷P24 kann die Bandgeschwindigkeit manuell eingestellt werden.

• Die Programmdauer entspricht der eingestellten Zeit (bis das Display TIME null erreicht). Das Training kann jederzeit durch Gedrückthalten von STOP für mehr als 3 Sekunden oder durch Abziehen des Sicherheitsschlüssels beendet werden.

TIME / MODE	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30
P-01 SPD P-02 SPD	3	4	5	5	4	4	3	3	2	3	3	4	5	5	4	4	3	3	3	3	4	5	5	4	4	3	3	1		
P-03 SPD P-04 SPD	6	6	6	5	4	4	4	3	3	4	6	6	6	5	4	4	4	3	4	6	6	6	5	4	4	4	3	2		
P-05 SPD 10 10 10	6	7	7	6	6	5	5	3	4	6	7	7	6	6	5	5	3	4	6	7	7	6	6	5	5	4	3	2		
P-06 SPD 10 12 10	6	8	6	6	5	5	4	4	3	4	6	8	6	6	5	5	4	4	3	4	6	8	6	6	5	5	3	2		
10 12 10 10 12 10	6	8	10	8	6	6	5	5	4	4	6	8	10	8	6	6	5	5	4	4	6	8	10	8	6	5	3	2		
P-07 spd 1 inc P-08	6	8	10	12	10	8	6	5	4	6	8	10	12	10	8	6	5	4	6	8	10	12	10	8	6	5	3	2		
spd inc 1 P-09 spd	3	4	5	5	4	4	3	3	2	3	3	4	5	5	4	4	3	3	3	3	4	5	5	4	4	3	3	1		
inc 10 10 P-10 spd	3	4	4	6	6	4	4	3	0	3	3	4	4	6	6	4	4	0	3	3	4	4	6	6	4	4	3	0		
inc 10 10 P-11 spd	6	6	6	5	4	4	4	3	3	4	6	6	6	5	4	4	4	3	4	6	6	6	5	4	4	4	3	2		
inc P-12 spd 2 inc	3	5	5	6	6	5	5	3	1	3	3	4	4	6	6	4	4	4	4	0	3	3	4	4	6	6	4	4	3	0
10 10 10 10 P-13	6	6	6	5	4	4	4	3	3	4	6	6	6	5	4	4	4	3	4	6	6	6	5	4	4	4	3	2		
spd 2 2 inc 10 10 10	3	5	9	4	2	4	6	8	10	10	5	5	5	4	4	6	7	8	7	4	4	4	5	7	7	6	4	0		
8 8 8 10 P-14 spd 8	6	7	7	6	6	5	5	3	4	6	7	7	6	6	5	5	3	4	6	7	7	6	6	5	5	4	3	2		
10 8 8 10 8 8 10 8 2	4	3	3	4	4	3	3	10	8	6	6	4	3	4	5	6	10	8	6	3	3	5	5	3	3	5	4	0		
inc 8 10 8 8 8 8 10	6	7	7	6	6	5	5	3	4	6	7	7	6	6	5	5	3	4	6	7	7	6	6	5	5	4	3	2		
10 8 8 10 P-15	4	3	4	5	5	4	4	8	7	9	9	5	5	4	6	6	8	7	6	6	3	3	4	6	6	4	4	0		
spd 8 10 8 8 10 8 8	6	8	6	6	5	5	4	4	3	4	6	8	6	6	5	5	4	4	3	4	6	8	6	6	5	5	3	2		
10 8 2 inc 8 8 10 10	4	3	4	4	5	6	7	7	10	8	6	5	6	7	9	7	8	10	10	8	6	5	7	7	10	8	5	0		
8 8 10 10 8 8 10	6	8	6	6	5	5	4	4	3	4	6	8	6	6	5	5	4	4	3	4	6	8	6	6	5	5	3	2		
P-16 spd 8 10 8 2	7	5	7	4	6	6	7	8	10	10	3	3	5	5	7	7	8	8	10	8	6	4	6	6	8	8	10	0		
inc 8 8 8 8 10 10 8 8	6	8	10	8	6	6	5	5	4	4	6	8	10	8	6	6	5	5	4	4	6	8	10	8	6	5	3	2		
8 10 8 8 8 10 10 12	4	3	3	4	5	5	8	10	8	8	6	4	3	4	6	6	8	8	10	10	8	4	3	4	8	8	10	0		
0 P-17 spd 8 10 12	6	8	10	8	6	6	5	5	4	4	6	8	10	8	6	6	5	5	4	4	6	8	10	8	6	5	3	2		
10 8 8 10 10 12 10 8 8	6	5	4	6	8	8	9	9	10	10	6	5	4	5	6	6	8	8	10	10	6	5	4	6	8	8	10	0		
10 12 10 8 2 inc 8 8	6	7	8	10	8	6	5	3	4	6	7	7	6	6	5	5	3	4	6	7	7	6	6	5	5	4	3	2		
10 8 10 12 10 8 8 10	6	5	6	5	6	8	8	10	10	8	6	4	6	6	8	8	10	8	6	5	5	8	6	8	10	10	12	0		
12 0 P-18 spd 8 10	6	8	10	12	10	8	6	5	4	6	8	10	12	10	8	6	5	4	6	8	10	12	10	8	6	5	3	2		
12 10 8 8 10 12 10 8	6	5	4	6	8	8	9	9	10	10	6	5	4	5	6	6	8	8	10	8	6	5	4	6	8	8	10	0		
8 10 12 10 8 2 inc	6	7	8	10	8	6	5	3	4	6	7	7	6	6	5	5	3	4	6	7	7	6	6	5	5	4	3	2		
10 8 8 10 12 8 8 10	6	8	10	8	6	6	5	5	4	4	6	8	10	8	6	6	5	5	4	4	6	8	10	8	6	5	3	2		
12 10 8 8 10 12 0	6	5	4	6	8	8	9	9	10	10	6	5	4	5	6	6	8	8	10	10	6	5	4	6	8	8	10	0		
P-19 INC 6 3 6 3 3 3 0	6	7	8	10	8	6	5	3	4	6	7	7	6	6	5	5	3	4	6	7	7	6	6	5	5	4	3	2		
3 3 3 0 P-20 INC 8 3	6	5	6	5	6	8	8	10	10	8	6	4	6	6	8	8	10	8	6	5	5	8	6	8	10	10	12	0		
9 4 2 4 8 10 10 4 4 8	6	8	10	12	10	8	6	5	4	6	8	10	12	10	8	6	5	4	6	8	10	12	10	8	6	5	3	2		
4 4 4 4 0 P-21 INC 4	6	5	4	3	4	5	6	6	10	6	6	4	3	4	6	8	10	12	10	8	4	3	4	6	8	10	12	0		
4 3 3 4 4 3 3 10 8 4	6	8	10	12	10	8	6	5	4	6	8	10	12	10	8	6	5	4	6	8	10	12	10	8	6	5	3	2		
3 4 10 8 3 3 8 3 4 0	8	7	6	5	6	7	8	10	12	8	7	6	5	6	7	8	10	12	10	8	6	5	6	7	8	10	12	0		
P-22 INC 5 5 4 8 8 9	3	4	4	6	6	4	4	3	0	3	3	4	4	6	6	4	4	0	3	3	4	4	6	6	4	4	3	0		
9 10 10 5 4 5 8 8 10	3	5	9	4	2	4	6	8	10	10	5	5	5	4	4	6	7	8	7	4	4	4	5	7	7	6	4	0		
10 5 4 6 8 10 6 P-23	4	3	3	4	4	3	3	10	8	6	6	4	3	4	5	6	10	8	6	3	3	5	5	3	3	5	4	0		
INC 8 8 5 4 8 6 10	6	5	4	6	8	8	9	9	10	10	6	5	4	5	6	6	8	8	10	10	6	5	4	6	8	8	10	0		
10 8 6 4 6 6 8 8 10 8	6	5	4	6	6	8	6	10	10	8	6	4	6	6	8	8	10	8	6	5	5	8	6	8	10	10	12	0		
6 5 5 6 6 8 10 10 12	8	7	6	5	6	7	8	10	12	8	7	6	5	6	7	8	10	12	10	8	6	5	6	7	8	10	12	0		
0 P-24 INC 10 9 8 6 5 6 7 8 10 12 8 7 6 5																														
6 7 8 10 12 10 8 6 5																														
6 7 8 10 12 0																														

3.9 BENUTZERPROGRAMM BENUTZERPROGRAMM (U01÷U04)

• Schalten Sie das Gerät ein, indem Sie den Netzschalter auf ON stellen, und prüfen Sie, ob der Sicherheitsschlüssel eingesteckt ist.

• Auf die Lauffläche steigen, Füße auf den seitlichen Trittflächen, dann USER drücken und mit INCLINE Up/Down eines der Benutzerprogramme U01÷U04 wählen; das Display „Pulse“ zeigt die Programmnummer, das Matrixdisplay das grafische Profil. Mit ENTER eines der vier Benutzerprogramme auswählen.

• Das Benutzerprogramm besteht aus 30 Segmenten (Steps); in jedem Segment können Bandgeschwindigkeit und Steigung eingestellt werden. Die 30 Segmente bilden das Profil des Benutzerprogramms.

SEGMENT 01:
- mit den Tasten SPEED die Geschwindigkeit für Segment 01 einstellen, sie erscheint im Display „Geschwindigkeit“; - mit den Tasten INCLINE die Steigung für Segment 01 einstellen, dann mit ENTER bestätigen und zum nächsten Segment wechseln. SEGMENT 02:

- mit den Tasten SPEED die Geschwindigkeit für Segment 02 einstellen, sie erscheint im Display „Geschwindigkeit“; - mit den Tasten INCLINE die Steigung für Segment 02 einstellen, dann mit ENTER bestätigen und zum nächsten Segment wechseln.

• Nachdem Geschwindigkeit und Steigung für die 30 Segmente eingestellt sind, blinkt das Display TIME und zeigt die voreingestellte DAUER von 30 Minuten; mit SPEED Up/Down den gewünschten Wert einstellen (jedes Segment dauert ein Dreißigstel der Gesamtzeit), dann mit ENTER die Dauer des Benutzerprogramms bestätigen. • Das fertige Profil bleibt in der Konsole gespeichert. Sind alle vier Benutzerprogramme belegt, kann ein neues Benutzerprogramm nur durch Ändern eines bestehenden angelegt werden.

• START drücken, um das Benutzerprogramm zu starten; nach einem Countdown von drei Sekunden läuft das Band nach dem programmierten Profil. • Geschwindigkeit und Steigung können jederzeit mit den entsprechenden Tasten erhöht oder verringert werden. Die Änderung gilt nur im aktuellen Segment; im nächsten Segment gelten wieder die im Programm vorgesehenen Werte für Geschwindigkeit/ Steigung.

• Die Programmdauer entspricht der eingestellten Zeit (bis das Display TIME null erreicht). Das Training kann jederzeit durch Gedrückthalten von STOP für mehr als 3 Sekunden oder durch Abziehen des Sicherheitsschlüssels beendet werden.

3.10 BENUTZERPROGRAMM CARDIO-PROGRAMM (HP1÷HP4)

Beim Cardio-Programm regelt der Computer Steigung und Geschwindigkeit automatisch anhand der gemessenen Herzfrequenz. Der Nutzer muss den Herzfrequenz-Grenzwert gemäß den Hinweisen und der Tabelle im Abschnitt „Das Trainingsprogramm“ einstellen – immer und nur nach Rücksprache mit dem Arzt.



Vor der Nutzung der Cardio-Programme ist unbedingt ärztlicher Rat einzuholen.

• Schalten Sie das Gerät ein, indem Sie den Netzschalter auf ON stellen, und prüfen Sie, ob der Sicherheitsschlüssel eingesteckt ist.

• Auf das Laufbrett steigen, die Füße auf die seitlichen Trittflächen stellen, HRC drücken und mit den Tasten INCLINE Up/Down eines der Cardio-Programme HP1 ÷ HP4 wählen.

• Mit ENTER eines der vier Cardio-Programme HP1 ÷ HP4 bestätigen. Die vier Programme haben unterschiedliche Merkmale und Intensitäten, bezogen auf 60 %, 70 %, 80 % bzw. 90 % der maximalen Herzfrequenz. HP1 = Herzfrequenzbereich niedrige Intensität, 60 % HP2 = Herzfrequenzbereich aerobes Training, 70 % HP3 = Herzfrequenzbereich anaerobes Training, 80 % HP4 = Herzfrequenzbereich anaerobes Training, 90 % Die von den vier Programmen VORGESCHLAGENEN Grenzwerte können je nach Gesundheitszustand und Trainingsstand angepasst werden, ohne jedoch den Maximalwert HF (max) = 220 - Alter zu überschreiten.

• Das Display TIME blinkt und zeigt die voreingestellte DAUER von 30 Minuten; mit SPEED Up/Down den gewünschten Wert einstellen (05:00 ÷ 99:00 Minuten), dann mit ENTER bestätigen.

• Das ALTER des Benutzers eingeben: AGE, mit den Tasten SPEED Up/Down den Wert (16 ÷ 65 Jahre) einstellen und mit ENTER bestätigen.

• GEWICHT des Nutzers einstellen: WEIGHT – mit SPEED Up/Down den Wert eingeben (40 ÷ 130 kg) und mit ENTER bestätigen.

• Das Display zeigt die von der HRC-Konsole vorgeschlagene Herzfrequenz, berechnet mit einem Algorithmus, der Alter, Gewicht und Programmstufe berücksichtigt. Der vorgeschlagene Wert kann je nach Gesundheitszustand und Trainingsstand mit SPEED Up/Down angepasst werden. Den eingestellten Wert mit ENTER bestätigen.

• Nach Eingabe aller oben genannten Werte muss für das Cardio-Programm der Brustgurt angelegt werden, da er die Herzfrequenz genauer erfasst als die Handsensoren am Haltegriff. Prüfen, ob die Konsole das Signal des Brustgurts regelmäßig empfängt, und START drücken. Nach einem Countdown von drei Sekunden läuft das Band an und das Trainingsprogramm beginnt mit den eingegebenen Werten.

• Bandgeschwindigkeit und Steigung werden vom Computer gesteuert und erhöht bzw. verringert, je nachdem, ob sich die gemessene Herzfrequenz vom eingestellten Grenzwert entfernt oder ihm nähert. Geschwindigkeit und Steigung können manuell geändert werden; die Änderung gilt jedoch nur im aktuellen Segment, im nächsten Segment gelten wieder die vom Programm anhand der Herzfrequenz gesteuerten Werte. • Die Programmdauer entspricht der eingestellten Zeit (bis das Display TIME null erreicht). Das Training kann jederzeit durch Gedrückthalten von STOP für mehr als 3 Sekunden oder durch Abziehen des Sicherheitsschlüssels beendet werden.

HINWEISE: - Wird das Herzfrequenzsignal nicht durchgehend erfasst, werden Geschwindigkeit und Steigung auf null gesetzt, die Konsole beendet das Training und meldet, dass kein Puls erkannt wird.



Zeigt das Display Pulse unzuverlässige oder stark schwankende Herzfrequenzwerte, das Programm HRC NICHT verwenden; prüfen, ob sich in der Nähe des Geräts elektromagnetische Quellen befinden, die Funkstörungen verursachen können. Besteht das Problem weiter, wenden Sie sich an den Kundendienst.

3.11 BODY FAT TEST

Über die Handpulssensoren Hand Pulse ermittelt das Programm Body Fat Test den Körperfettanteil in Prozent. Bitte beachten Sie: Der Wert ist nur ein ungefährer, theoretischer Richtwert, um den Verlauf Ihres Trainingsstands während eines Trainingsprogramms zu verfolgen.



• Für Träger von Herzschrittmachern oder anderen elektronischen Geräten ist das Programm Body Fat Test verboten. • Das Programm Body Fat Test darf nur bei vollständig stillstehendem Band durchgeführt werden.

• Gerät einschalten: Hauptschalter auf ON stellen.

• Auf das Laufbrett steigen, die Füße auf den seitlichen Trittflächen lassen und BODY FAT drücken; das Display „Time“ zeigt S1. Das Geschlecht abfragen: mit den Tasten SPEED Up/ Down S1 für Mann oder S2 für Frau einstellen und mit ENTER bestätigen.

• Das Display „Calorie“ zeigt **25** (Voreinstellung entsprechend dem Alter des Nutzers); das Alter des Nutzers wird abgefragt: mit den Tasten SPEED Up/Down eingeben und mit ENTER bestätigen.

• Das Display „Inclinazione“ (Steigung) zeigt 170 (Voreinstellung für die Körpergröße des Nutzers in cm); die Körpergröße des Nutzers wird abgefragt: mit SPEED Up/Down eingeben und mit ENTER bestätigen.

• Das Display „Numero passi“ (Schrittzahl) zeigt 70 (Voreinstellung für das Körpergewicht des Nutzers in kg); das Gewicht des Nutzers wird abgefragt: mit SPEED Up/Down eingeben und mit ENTER bestätigen.

• Zum Schluss ENTER drücken, um die Messung des prozentualen Körperfettanteils zu starten; das Grafikdisplay zeigt 0.0. Dann beide Hände fest auf die Handpulssensoren drücken, bis nach einigen Sekunden das Testergebnis im Grafikdisplay erscheint.

• Kann die Konsole den Körperfettanteil nicht berechnen, kann dies an falsch eingegebenen Nutzerdaten oder an zu trockener Haut liegen, die keinen ausreichenden Kontakt mit den Sensoren ermöglicht. In diesem Fall STOP drücken und die Messung wiederholen; die Hände dabei leicht anfeuchten.

Referenztabelle zur Anzeige des Body Fat Test:

	Femmina				Maschio			
Età	Snello	Normale	Grasso	Obeso	Snello	Normale	Grasso	Obeso
10-16	< 36	36-46	47-53	> 53	< 20	20-29	30-34	> 34
17-39	< 40	40-50	51-56	> 56	< 22	22-31	32-36	> 36
40-55	< 46	46-58	59-64	> 64	< 23	23-32	33-37	> 37
56-85	< 48	48-60	61-66	> 66	< 24	24-33	34-38	> 38

4.0 MANUTENZIONE

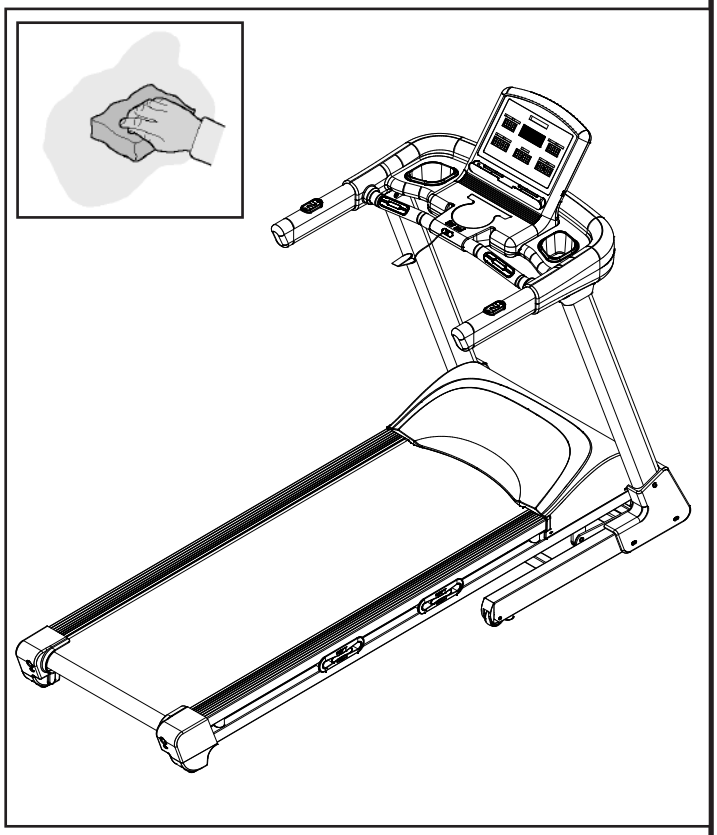
GEFAHR

Vor jeder Reinigung oder Wartung das Gerät mit dem Netzschalter ausschalten und den Netzstecker aus der Wandsteckdose ziehen.

ACHTUNG

KEINE brennbaren, giftigen oder schädlichen Stoffe zur Reinigung verwenden, sondern nur Produkte auf Wasserbasis und weiche Tücher.

KEINE Lösungsmittel mit Erdölderivaten wie Aceton oder Benzol und keine Öle mit Chlorverbindungen, Tetrachlorkohlenstoff oder Ammoniak verwenden, da diese die Kunststoffteile beschädigen und angreifen können.



• Schweiß enthält Salze, die Metall angreifen können; daher nach jedem Training das Gerät gründlich mit einem mit milder Seifenlauge befeuchteten Mikrofasertuch von Schweißrückständen reinigen. Besonders die Metallteile reinigen, um Schäden an Rahmen und Lackierung vorzubeugen, die die Herstellergarantie beeinträchtigen können.

• Reinigen Sie die Konsole mit einem weichen, leicht angefeuchteten Tuch, um Kratzer auf glänzenden Oberflächen zu vermeiden.

• Beim Reinigen nicht zu fest auf der Konsole reiben.

4.1 SCHMIERUNG DES LAUFBANDS

ACHTUNG

Die Lauffläche ist werkseitig vorgeschmiert; beim ersten Gebrauch ist keine Schmierung nötig. Die Lauffläche ist mit dem dafür vorgesehenen Silikonschmiermittel nach den ersten 40÷50 km, danach etwa alle 350 km, nach längerer Nichtbenutzung und in jedem Fall dann zu schmieren, wenn sie trocken erscheint.

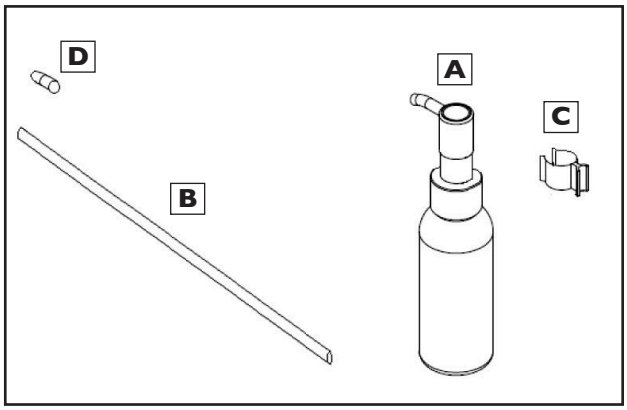
Vor dem Schmieren der Lauffläche das Gerät ausschalten und den Netzstecker aus der Wandsteckdose ziehen.

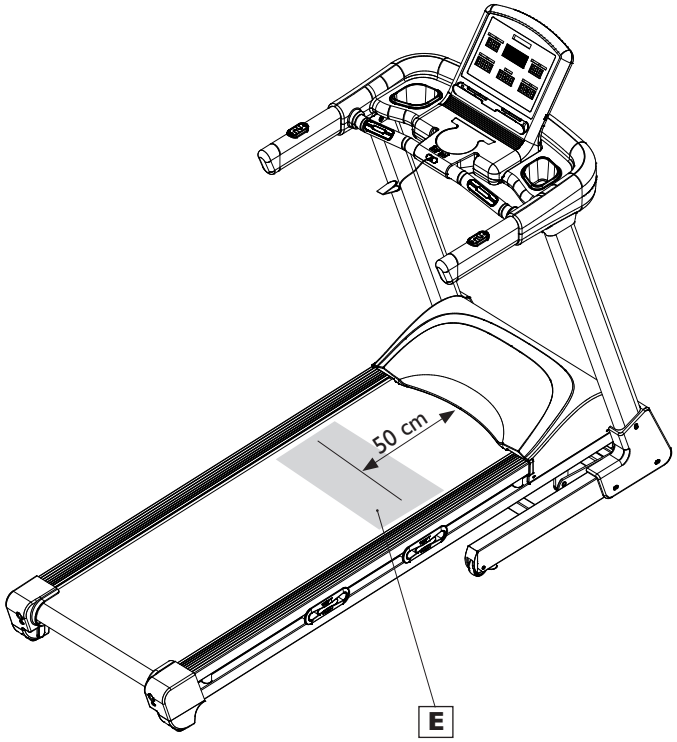
• Damit Laufbrett und Laufband in gutem Zustand bleiben, ist in regelmäßigen Abständen, etwa alle 350 km, zu schmieren.

• Zum Schmieren die Schmiermittelflasche A vorbereiten: das Röhrchen B in die Düse stecken, dann die Sicherung C und die Kappe D entfernen.

• Das Laufband an den Rändern der Trittflächen anheben und etwa 50 cm vom Motorraum entfernt (siehe Abbildung, Punkt E) die Auslasskanüle des Schmiermittels ganz unter das Band schieben; je zwei Pumpstöße links und rechts abgeben.

• Nach dem Schmieren den Netzstecker einstecken, das Gerät einschalten und im Modus Manuell 2 bis 3 Minuten mit niedriger Geschwindigkeit auf dem Band gehen, damit sich das Schmiermittel gleichmäßig auf der Lauffläche verteilt.





4.2 SPANNEN - ZENTRIEREN DES LAUFBANDS

GEFAHR

Vor dem Zentrieren oder Spannen das Gerät am Netzschalter ausschalten und den Netzstecker aus der Wandsteckdose ziehen.

• Läuft das Band nach rechts, die rechte Einstellschraube jeweils um eine Vierteldrehung im Uhrzeigersinn drehen.

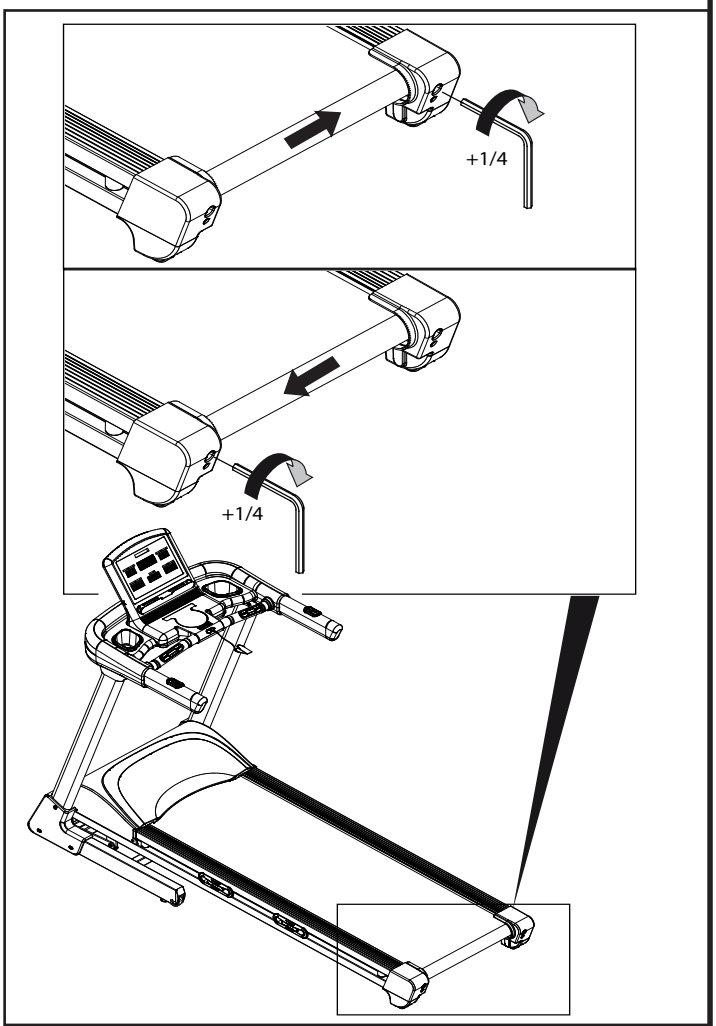
• Lassen Sie nach jeder Einstellung das Band, ohne es zu betreten, im manuellen Modus mindestens zwei Minuten mit 3-4 km/h laufen, um das Ergebnis zu prüfen.

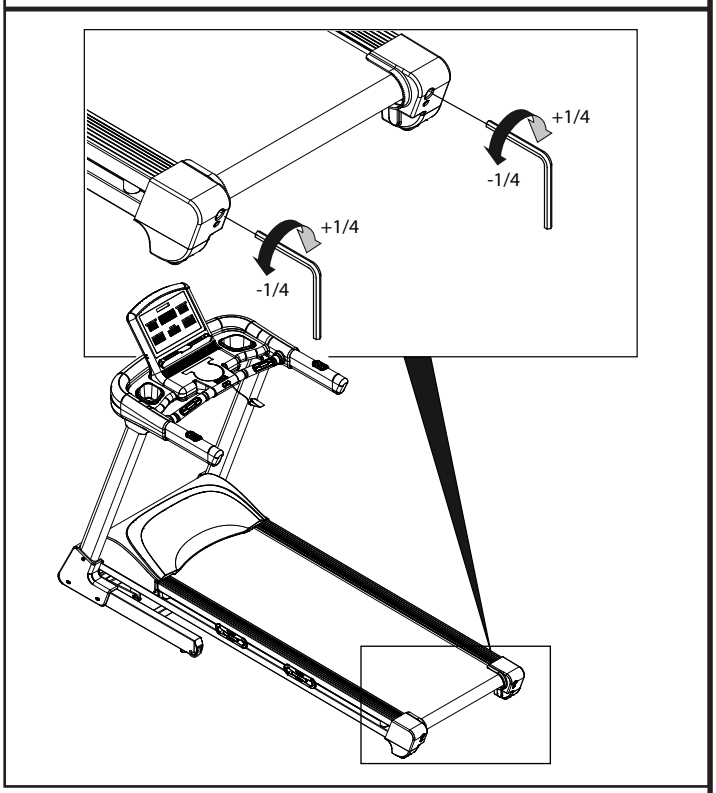
• Läuft das Band weiter nach rechts, die linke Schraube um eine Vierteldrehung gegen den Uhrzeigersinn drehen. Dasselbe gilt sinngemäß, wenn das Band nach links läuft.

ACHTUNG

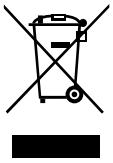
Drehen Sie die Spannschrauben jeweils um höchstens 1/4 Umdrehung. Eine zu hohe Bandspannung kann zu vorzeitigem Verschleiß von Riemenscheiben, Lagern und Motor führen.

• Ist das Band zu locker, beide Schrauben um eine Vierteldrehung im Uhrzeigersinn anziehen; ist es zu straff, beide Schrauben um eine Vierteldrehung gegen den Uhrzeigersinn lösen.





5.0 AUSSERBETRIEBNAHME – ENTSORGUNG



Das Symbol der durchgestrichenen Mülltonne zeigt an, dass die Produkte in den Anwendungsbereich der europäischen Richtlinie über Elektro- und Elektronik-Altgeräte (WEEE) fallen.

Dieses Produkt darf NICHT über den Hausmüll entsorgt werden, sondern ist (in den Ländern der Europäischen Union) getrennt bei den dafür vorgesehenen Sammelstellen für Entsorgung und Recycling solcher Produkte abzugeben.



Die CE-Kennzeichnung zeigt an, dass das Produkt der RoHS-Richtlinie 2011/65/EU entspricht und keine der eingebauten elektrischen und elektronischen Komponenten bestimmte gesundheitsgefährdende Stoffe über den zulässigen Grenzwerten enthält.

Garlando S.p.A. bittet Verbraucher außerhalb der Europäischen Union, die örtlichen Vorschriften zur Entsorgung und Verwertung zu beachten und, wo möglich, elektrische und elektronische Geräte sowie wiederverwertbare Bestandteile (z. B. Eisen, Kupfer, Kunststoffe) getrennt zu sammeln.

6.0 ERSATZTEILKATALOG – BESTELLUNG VON ERSATZTEILEN

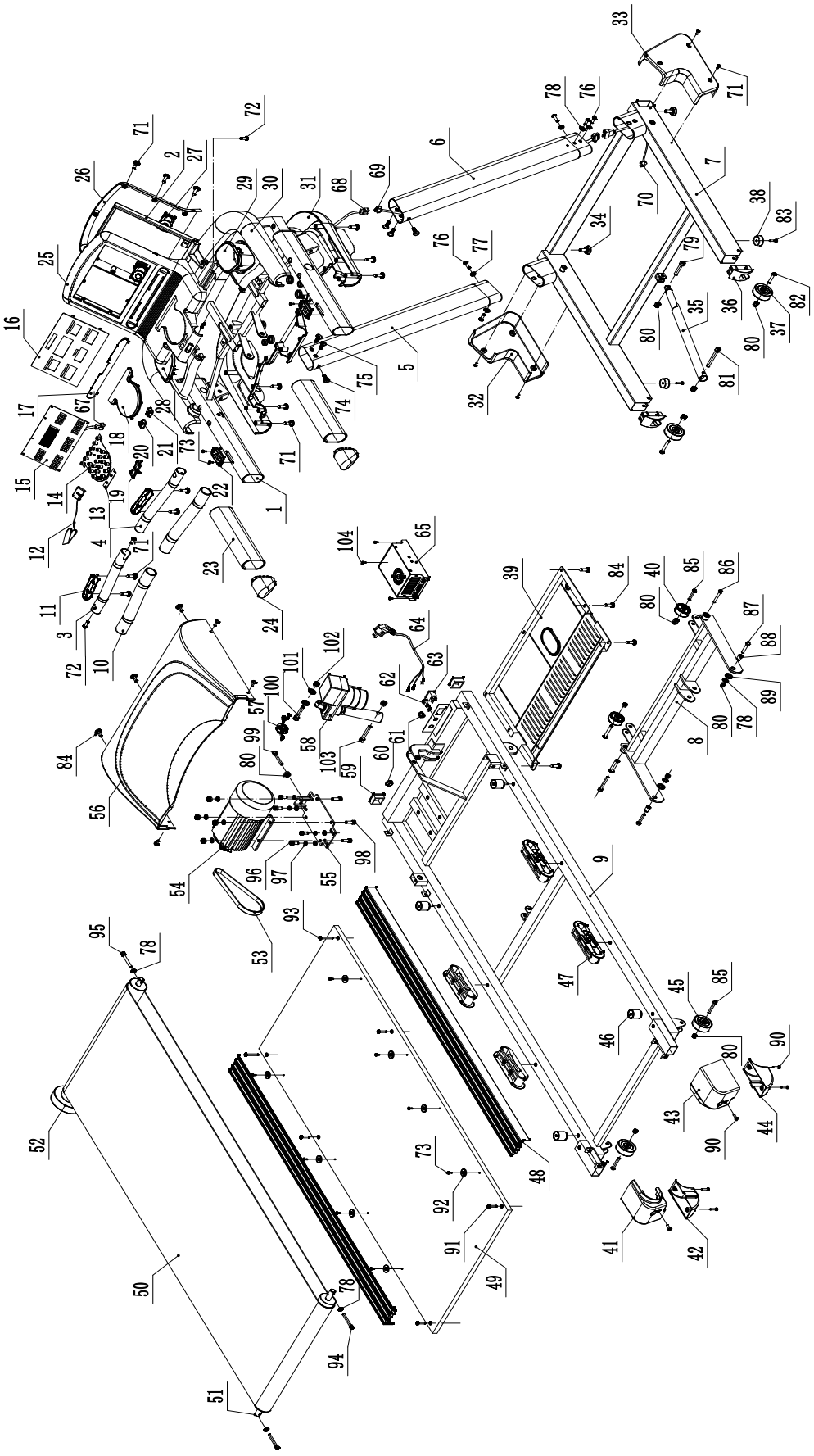
Zur Bestellung von Ersatzteilen beachten Sie die Explosionszeichnung auf der folgenden Seite. Die Ersatzteilbestellung muss folgende Angaben enthalten: 1. Marke und Modell des Produkts - siehe Typenschild 2. Bezeichnung des zu ersetzenden Teils - siehe Ersatzteilliste 3. Referenznummer des Teils - siehe Explosionszeichnung 4. Benötigte Menge 5. Anschrift und Versandangaben - siehe Ersatzteil-Bestellformular im Anhang der Anleitung. Verwenden Sie zur besseren Übersicht für die Bestellung eine Kopie des Ersatzteil-Bestellformulars auf dem beiliegenden Karton dieser Anleitung, zusammen mit dem Garantieschein.

Ersatzteile sind schriftlich per Fax oder E-Mail an folgende Adresse anzufordern:

Fax +39 0143.318594 ·
assistenza.toorx@garlando.it

Dieser Katalog kann geringfügig vom vorliegenden Produkt abweichen; zwischenzeitliche Änderungen des Herstellers sind eventuell nicht enthalten. Bei Verständnisfragen zu Zeichnungen und Beschreibungen wenden Sie sich an den Kundendienst: +39 0143/318540 (Mo–Fr 9:00–12:00 Uhr).

6.0 EXPLOSIONSZEICHNUNG



6.1 ERSATZTEILLISTE

Pos.	Beschreibung	Menge
1	Tragrahmen Bedienpult	1
2	Obere Konsolenblende	1
3	Griff links Handpulssensoren	1
4	Griff rechts Handpulssensoren	1
5	Ständer links	1
6	Ständer rechts	1
7	Rahmen Motorraum	1
8	Steigungsrahmen	1
9	Rahmen Lauffläche	1
10	Verkleidung Handpulssensoren	2
11	Handpulssensoren	2
12	Sicherheitsschlüssel	1
13	Platine Tasten Start/Stop	1
14	Platine mittleres Tastenfeld	1
15	Platine Konsole und Display	1
16	Displayblende Konsole	1
17	Ablageprofil Tablet/Smartphone	1
18	Folienaufkleber mittleres Tastenfeld	1
19	Blende für Tasten Start und Stop	1
20	Kunststofftaste START	1
21	Kunststofftaste STOP	1
22	Fernbedientasten Handlauf	2
23	Handlaufverkleidung	2
24	Endkappe Handlauf	2
25	Obere Konsolenabdeckung	1
26	Untere Konsolenabdeckung	1
27	Lautsprecher	2
28	Flaschenhalter links	1
29	Flaschenhalter rechts	1
30	Obere Abdeckung Bedienpult	1
31	Untere Abdeckung Bedienpult	1
32	Seitenabdeckung Ständer links	1
33	Seitenabdeckung Ständer rechts	1
34	Stellfuß Rahmen Motorraum	2
35	Gasdruckfeder	1
36	Radabdeckung	2
37	Transportrolle	2
38	Gummiauflage Rahmen Motorraum	2
39	Untere Abdeckung Motorraum	1
40	Rad Steigungsrahmen	2
41	Abdeckung hintere Rolle oben links	1
42	Abdeckung hintere Rolle unten links	1
43	Abdeckung hintere Rolle oben rechts	1
44	Abdeckung hintere Rolle unten rechts	1
45	Stützrad Lauffläche	2
46	Dämpfungspuffer Lauffläche	4
47	Dämpfungselastomer Lauffläche	4
48	Seitliche Trittfläche	2
49	Laufbrett	1
50	Laufband (Gurt)	1
51	Hintere Rolle	1
52	Vordere Rolle mit Riemenscheibe	1
53	Motorriemen	1
54	Antriebsmotor AC	1
55	Motorhalterung	1

Pos.	Beschreibung	Menge
56	Obere Abdeckung Motorraum	1
57	Ringkern	1
58	Steigungsmotor	1
59	Rechteckstopfen Rahmen Lauffläche	2
60	Riemenspanner	1
61	Gummi-Kabeldurchführung	1
62	Thermoschutzschalter	1
63	Netzschalter	1
64	Netzkabel	1
65	Leistungsinverter	1
67	Steckverbinder Platine Konsole und Display	1
68	Obere Konsolenverkabelung	1
69	Mittlere Konsolenverkabelung	1
70	Untere Konsolenverkabelung	1
71	Blechschraube ST4.2x15 mm	30
72	Schraube M8x15 mm	4
73	Blechschraube ST4.2x15 mm	12
74	Schraube M8x25 mm	2
75	Schraube M8x20 mm	4
76	Schraube M8x20 mm	6
77	Gewölbte Unterlegscheibe Ø8 mm	2
78	Flache Unterlegscheibe Ø8 mm	15
79	Schraube M8x35 mm	1
80	Sicherungsmutter M8	9
81	Schraube M8x45 mm	1
82	Schraube M8x50 mm	2
83	Blechschraube ST4.2x20 mm	2
84	Blechschraube ST4.8x16 mm	14
85	Schraube M8x40 mm	4
86	Schraube M10x80 mm	2
87	Schraube M8x30 mm	2
88	Zylindrischer Abstandhalter	2
89	Kunststoffscheibe	2
90	Blechschraube ST4.2x15 mm	6
91	Schraube M8x65 mm	2
92	Dämpfungsringe seitliche Trittflächen	8
93	Schraube M8x25 mm	2
94	Schraube M8x80 mm	2
95	Schraube M8x55 mm	4
96	Schraube M8x20 mm	4
97	Federring Ø8 mm	6
98	Schraube M8x12 mm	2
99	Schraube M8x70 mm	1
100	Schraube M10x50 mm	1
101	Kunststoffscheibe Ø13 mm	2
102	Sicherungsmutter M10	2
103	Schraube M10x60 mm	1
104	Blechschraube ST4.2x12 mm	8

7.0 GARANTIE UND GEWÄHRLEISTUNG

HINWEIS ZUR GARANTIE IN ÖSTERREICH Die im italienischen Original an dieser Stelle abgedruckte Herstellergarantie der Garlando S.p.A. gilt nur für Produkte, die in Italien bei einem autorisierten Händler gekauft wurden. Für in Österreich bei der Bodyfit Handels KG gekaufte Produkte gilt die gesetzliche Gewährleistung. Ob und in welchem Umfang zusätzlich eine Herstellergarantie besteht, steht in Ihrem Angebot bzw. in den Allgemeinen Geschäftsbedingungen der Bodyfit Handels KG. Ihre gesetzlichen Rechte werden dadurch nicht eingeschränkt. Bei Fragen zu Gewährleistung, Garantie und Ersatzteilen wenden Sie sich an: Bodyfit Handels KG, Wiener Straße 190, 4020 Linz, Österreich, info@bodyfit-shop.at, +43 5356 90990.

3.2

3.3

3.4

BESTIMMUNGSGEMÄSSER GEBRAUCH UND FEHLGEBRAUCH Das Produkt ist ausschließlich für den Sport bestimmt. Die Benutzung setzt eine ärztliche Bestätigung der körperlichen Eignung voraus. Für Schäden an Personen, Haustieren und Sachen, die direkt oder indirekt durch Nichtbeachtung der Anweisungen und Warnhinweise dieser Bedienungsanleitung entstehen, übernimmt der Hersteller keine Haftung. Das Produkt ist nicht für therapeutische oder rehabilitative Zwecke geeignet. Unfälle oder Erkrankungen infolge einer solchen Fehlanwendung können nicht dem Hersteller angelastet werden.

5.1

6.1

Batterien und Akkus: Entfernen, Austauschen, Sicherheit



Falls Ihr Gerät Batterien oder Akkus enthält, finden Sie Typ und Lage in der Anleitung Ihres Geräts. So entfernen und tauschen Sie sie:

1. Schalten Sie das Gerät aus und trennen Sie es vom Strom.
2. Öffnen Sie das Batteriefach, falls vorhanden, wie in der Anleitung beschrieben, und nehmen Sie alle Batterien heraus.
3. Setzen Sie neue Batterien des in der Anleitung genannten Typs ein und achten Sie auf die richtige Polung.
4. Schließen Sie das Batteriefach.

Ist eine Batterie fest eingebaut, kontaktieren Sie uns: info@bodyfit-shop.at.

Sicherheit

- Schließen Sie Batterien und Akkus nicht kurz, öffnen Sie sie nicht und werfen Sie sie nicht ins Feuer.
- Laden Sie nicht wiederaufladbare Batterien nicht auf.
- Fassen Sie auslaufende Batterien nicht mit bloßen Händen an.
- Halten Sie Batterien von Kindern fern.
- Nehmen Sie die Batterien heraus, wenn Sie das Gerät länger nicht benutzen.

Rückgabe

Altbatterien und Altgeräte gehören nicht in den Hausmüll. Sie können sie kostenlos zurückgeben. Alle Rückgabemöglichkeiten:
Bodyfit: bodyfit-shop.at/pages/batterien-entsorgung
Toorx Professional: toorxprofessional.com/pages/entsorgung

Bodyfit Handels KG · Wiener Straße 190 · 4020 Linz · Österreich · info@bodyfit-shop.at

Garlando

GARLANDO SPA Via Regione Piemonte,
32 - Zona Industriale D1
15068 - Pozzolo Formigaro (AL) -
Italien · www.toorx.it · info@toorx.it