TOORX

FITNESS IN MOTION

BEDIENUNGSANLEITUNG



RAMBLER

Code: GRLDTOORXRAMBLER

Revision: 00

Ausgabe: 09/24

CE

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.

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 AUFSTELLORT DES PRODUKTS.....S. 8 2.1 AUSPACKEN - KARTONINHALT.....S. 9 2.2 MONTAGE DES PRODUKTS.....S. 10 2.3 LAUFFLÄCHE IN SENKRECHTER POSITION.....S. 13 2.4 LAUFFLÄCHE IN WAAGRECHTER POSITION.....S. 14 2.5 TRANSPORT DES PRODUKTS.....S. 15 2.6 ELEKTRISCHER ANSCHLUSS.....S. 16

3.0 TRAININGSPROGRAMM.....S. 17 3.1 BRUSTGURT (OPTIONAL).....S. 18 3.2 PRAKTISCHE TIPPS UND HINWEISE ZUR BENUTZUNG.....S. 19 3.3 KONSOLE - (DISPLAY).....S. 20 3.4 KONSOLE - (TASTEN).....S. 21 3.5 EINSCHALTEN - QUICKSTART.....S. 22 3.6 MANUELLES PROGRAMM.....S. 23 3.7 VORDEFINIERTE PROGRAMME.....S. 23 3.8 BENUTZERPROGRAMME.....S. 26 3.9 HRC-PROGRAMME.....S. 27 3.10 BODY FAT TEST.....S. 28

4.0 WARTUNG.....S. 29 4.1 SCHMIERUNG DER LAUFFLÄCHE.....S. 30 4.2 SPANNEN - ZENTRIEREN DES LAUFBANDS.....S. 31

5.0 AUSSERBETRIEBNAHME - ENTSORGUNG.....S. 32

6.0 ERSATZTEILKATALOG - ERSATZTEILBESTELLUNG.....S. 32 6.1 EXPLOSIONSZEICHNUNG.....S. 33 6.2 ERSATZTEILLISTE.....S. 34

7.0 GARANTIE UND GEWÄHRLEISTUNG.....S. 35

1.0 SICHERHEITSHINWEISE

• Vor Montage und Benutzung diese Anleitung und alle beiliegenden Anleitungsblätter sorgfältig lesen.

• Verwenden Sie das Gerät nur in Wohnräumen. Erklären Sie Bedienung und Warnhinweise allen Familienmitgliedern und Freunden, die das Gerät benutzen dürfen.

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

• Stellen Sie sicher, dass alle Benutzer die Anleitung gut verstanden haben, und beaufsichtigen Sie die ersten Trainingseinheiten. Die Bedienungsanleitung muss sich stets in der Nähe des Geräts befinden, damit sie bei Bedarf schnell nachgeschlagen werden kann.

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

• Tragen Sie stets geeignete Sportkleidung, die die Bewegungen nicht behindert. Verwenden Sie in jedem Fall geeignete Laufschuhe. Vermeiden Sie Kleidung, die die Atmung der Haut behindert, sowie Schuhe mit Ledersohle oder anderem harten Material.

• Hände und Füße von beweglichen Teilen (z. B. Laufband und hintere Rolle) fernhalten, solange das Gerät in Betrieb ist.

• Bei Schwindel, Brustschmerzen oder Atemnot während des Laufens das Training sofort abbrechen und einen Arzt aufsuchen.

• Regelmäßig den festen Sitz der Schrauben an Ständern und Haltegriff sowie den Zustand aller Geräteteile prüfen.

• Das Gerät NICHT in Fitnessstudios oder gewerblich bzw. im Verleih genutzten Räumen aufstellen; es ist nicht für intensive professionelle Nutzung oder für Rehabilitationszwecke ausgelegt.

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

• KEINE Gläser oder Flaschen mit Getränken neben oder auf das Gerät stellen.

• Das Bedienfeld und die Kunststoffteile des Geräts 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.

• Das Gerät NICHT im Freien aufstellen und nicht der Witterung (Regen, Sonne usw.) aussetzen.

• Kinder und Haustiere NICHT in die Nähe des Geräts lassen. Nach jeder Benutzung den Sicherheitsschlüssel von der Konsole abziehen.

• Das Gerät NIE benutzen, wenn es beschädigt oder das Netzkabel defekt ist. Bei Defekt und/ oder Fehlfunktion das Gerät ausschalten und keine Eingriffe vornehmen. Reparaturen nur von einem Fachkundendienst ausführen lassen.

• Das Gerät NICHT über längere Zeit als Gehsimulator (langsames Gehen - 3 km/h) benutzen: Gefahr der Überhitzung und Beschädigung des Motors.

• Während des Trainings KEINE Kleidung aus Kunstfaser oder Wollmischung tragen. Ungeeignete Kleidung kann hygienische Probleme verursachen und zu elektrostatischer Aufladung führen.

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, jedoch mit einer gedämpften Lauffläche. Mit diesem Laufband können Sie zu Hause trainieren – auch bei schlechtem Wetter oder wenn Sie keine Zeit haben, zum Laufen oder ins Fitnessstudio zu gehen. Befolgen Sie unbedingt alle Anweisungen und Warnhinweise dieser Anleitung, um sicher zu trainieren. Intensive und lange Belastungen erfordern eine gute körperliche Verfassung; beachten Sie daher die nachfolgend aufgeführten Gegenanzeigen.

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; • Benutzer mit Diabetes; • Benutzer mit Herz-, Lungen- oder Nierenerkrankungen.

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 zu Aufstellung, Wartung und richtigem Gebrauch des Laufbands. Der Benutzer und alle Freunde und Familienmitglieder, die das Gerät verwenden, sind verpflichtet, die Informationen dieser Anleitung sehr 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. Gehen Sie besonders vorsichtig vor, um Verletzungen zu vermeiden.



Mit diesem Symbol gekennzeichnete Informationen weisen auf VORSICHT hin. Gehen Sie besonders vorsichtig vor, um Schäden am Produkt zu vermeiden.

HINWEIS:
Die Abbildungen in dieser Anleitung dienen der Veranschaulichung. Aufgrund laufender Produktaktualisierungen können einzelne Abbildungen vom gekauften Produkt abweichen; dabei handelt es sich um optische Abweichungen, die Sicherheit und die Sicherheitsinformationen bleiben davon unberührt. Der Hersteller entwickelt seine Produkte laufend weiter und kann optische Teile ohne Vorankündigung ändern.

HINWEIS:
Gibt die Konsole während des Trainings bei eingestecktem Sicherheitsschlüssel wiederholt einen Ton ab, das Training abbrechen und den Kundendienst kontaktieren.

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.

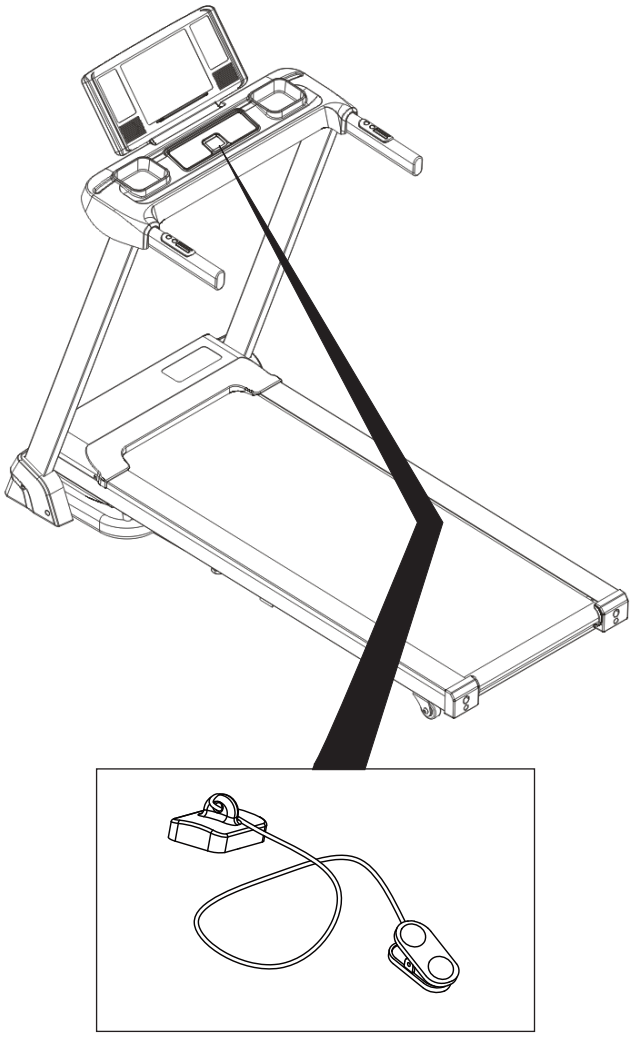
• Ziehen Sie nach jeder Benutzung des Laufbands den Sicherheitsschlüssel von der Konsole ab. Das Abziehen des Sicherheitsschlüssels ist wichtig, um ein unbeabsichtigtes Einschalten durch Freunde oder Kinder zu verhindern.

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

Ziehen Sie den Sicherheitsschlüssel von der Konsole ab, um das Training sofort zu stoppen und alle gespeicherten Daten zu löschen.

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.



Sicherheitsschlüssel

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.

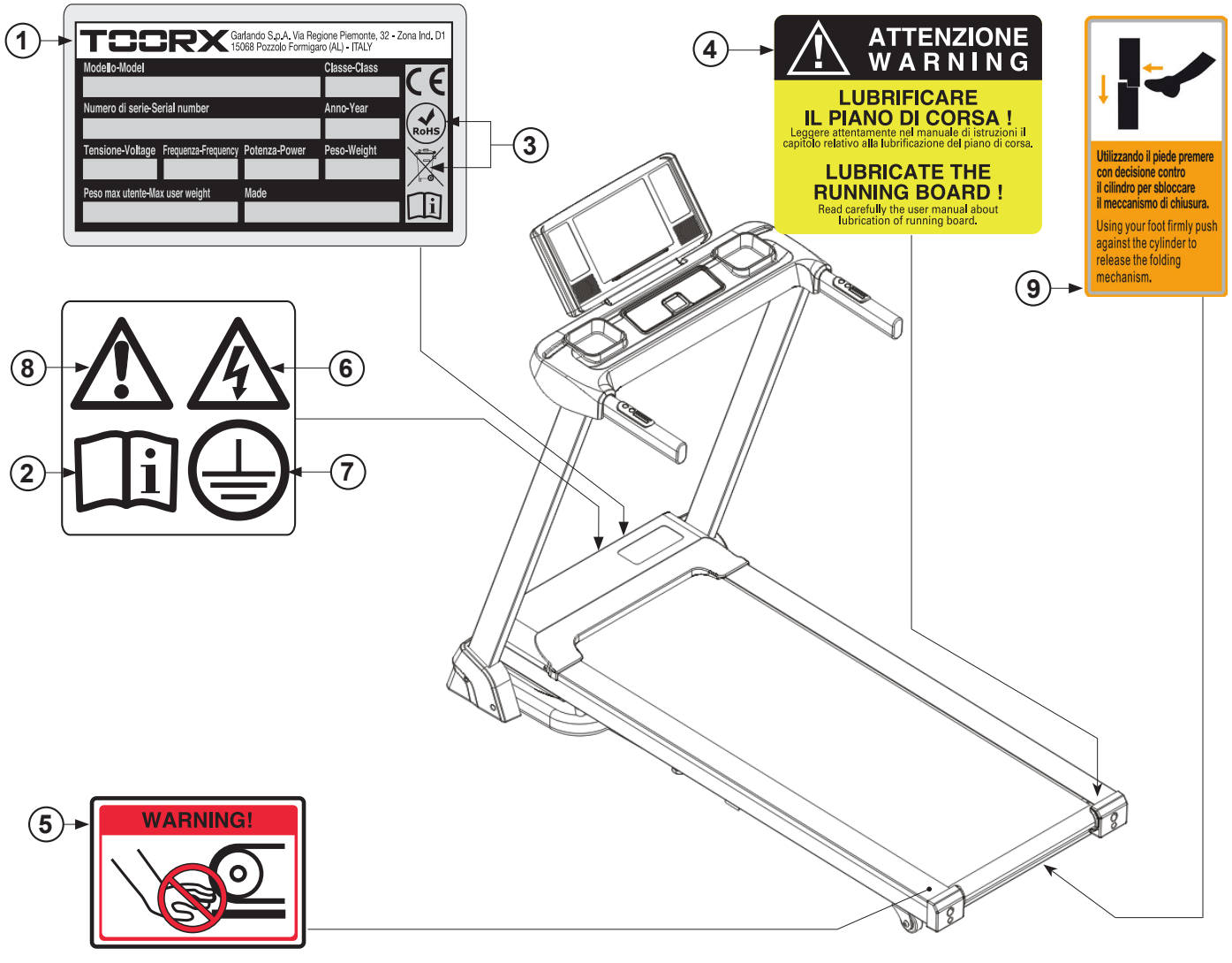
5) Sicherheitszeichen: Warnt vor Einzugs- und Quetschgefahr für die Finger zwischen hinterer Rolle und Lauffläche bei laufendem Band.

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 angeschlossen werden. Für den sicheren Betrieb muss die Qualität der Erdung der Anlage, 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) Warnhinweis: In senkrechter Stellung des Laufbands ist der Aufkleber mit der Anleitung zum Entriegeln des Sicherheitshakens sichtbar.



1.4 TECHNISCHE DATEN

GESCHWINDIGKEIT LAUFBAND	1,0 km/h (min.) ÷ 16 km/h (max.)
STEIGUNG LAUFFLÄCHE	10 % in 15 Stufen, elektrisch verstellbar
LAUFFLÄCHE	450 x 1320 mm
STÄRKE LAUFBAND	1,6 mm
STELLFLÄCHE AUFGEKLAPPT (LXBXH)	1562 x 74 0 x 1220 mm
STELLFLÄCHE ZUSAMMENGEKLAPPT (LXBXH)	900 x 740 x 1380 mm
VERPACKUNGSMASSE (LXBXH)	1675 x 770 x 220 mm
MOTORLEISTUNG	2.0 HP (Dauerleistung) - 3.0 HP (Spitzenwert)
NETTOGEWICHT	53 kg
BRUTTOGEWICHT	60 kg
MAX. BENUTZERGEWICHT	110 kg
NETZSPANNUNG	230 V AC
NETZFREQUENZ	50/60 Hz
MAX. LEISTUNG	1100 W
HERZFREQUENZMESSUNG	Handpulssensoren und Bluetooth-Brustgurt (*)
BLUETOOTH-MODUL:	integriertes Bluetooth-Modul rx/tx (**)
KONFORMITÄT	Normen: EN ISO 20957-1 - EN 957-6 (Klasse HB) Richtlinien: 2001/95/EG - 2014/30/EU - 2014/35/EU - 2011/65/EU

(*) Der Bluetooth-Brustgurt-Sender ist nicht im Lieferumfang enthalten, aber auf Anfrage erhältlich.

(**) Ermöglicht die Bluetooth®-Verbindung zwischen Konsole und elektronischen Geräten wie Tablet, Smartphone, Smartwatch oder Brustgurt, um das Gerät zu steuern und weitere Funktionen zu nutzen. Kompatible Apps: Kinomap, Zwift.

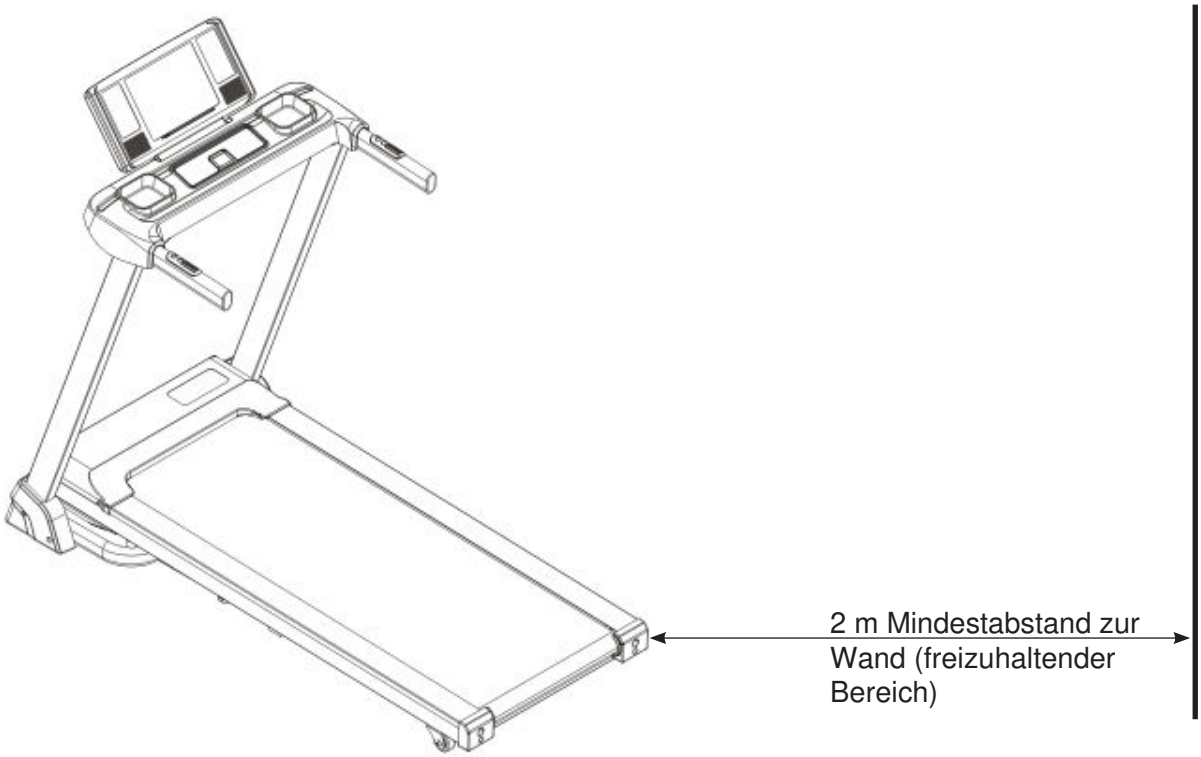
2.0 AUFSTELLRAUM DES PRODUKTS

EIGENSCHAFTEN DES RAUMS: • 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 Gerät darf NICHT im Freien oder in feuchten oder salzhaltiger Luft ausgesetzten Räumen aufgestellt werden.

BODENANFORDERUNGEN: • Der Boden für die Aufstellung muss: - vollkommen eben sein, - eine für das Produktgewicht ausreichende Tragfähigkeit haben. Empfindliche Bodenbeläge (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 wie Fernseher, Elektromotoren, Antennen, Hochspannungsleitungen, Funksender, WLAN-Netze usw.; - Wärmequellen (z. B. nahe einem Heizkörper oder Fenster).

SICHERHEITSANFORDERUNGEN: • Zwischen der Rückseite des Laufbands und der Wand MUSS ein freier Sicherheitsabstand von mindestens 2 Metern eingehalten werden. Im freien Sicherheitsbereich hinter dem Laufband dürfen KEINE Gegenstände abgestellt werden.



2.1 AUSPACKEN - LIEFERUMFANG

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; entsorgen Sie die Verpackungsteile gemäß den örtlichen Vorschriften zur Verwertung und zum Recycling. Verpackungsteile (Karton und Beutel) nicht in Reichweite von Kindern lassen, da sie eine Gefahrenquelle darstellen.

Verpackungsmaterialien und ihre Entsorgung:

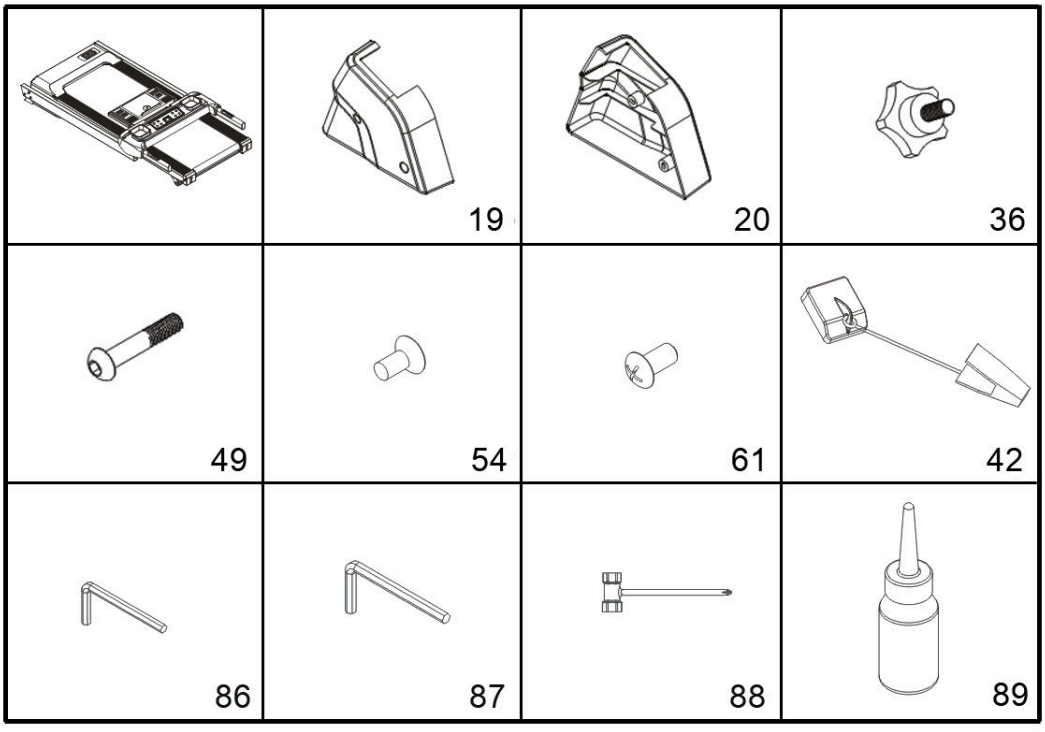
20 PAP — Wellpappe (Außenverpackung) – Altpapier

06 PS — Styropor (Schutzverpackung) – Kunststoff

04 PE-LD — Kunststoffbeutel – (Zubehör) Entsorgung als Kunststoff

Prüfen Sie nach dem Auspacken das Produkt auf Transportschäden und kontrollieren Sie, ob alle abgebildeten Teile vorhanden sind.

• Hauptkörper 19. Abdeckung Ständerfuß links 20. Abdeckung Ständerfuß rechts 36. Drehknopf 49. Innensechskantschraube M8x40 mm – (4 Stk.) 54. Senkkopfschraube M8x15 mm – (2 Stk.) 61. Kreuzschlitzschraube M5x12 mm – (4 Stk.) 42. Sicherheitsschlüssel 86. Innensechskantschlüssel #5 87. Innensechskantschlüssel #6 88. Steckschlüssel 13-14 + Kreuzschlitzschraubendreher 89. Silikon-Schmiermittel.



2.2 MONTAGE DES PRODUKTS

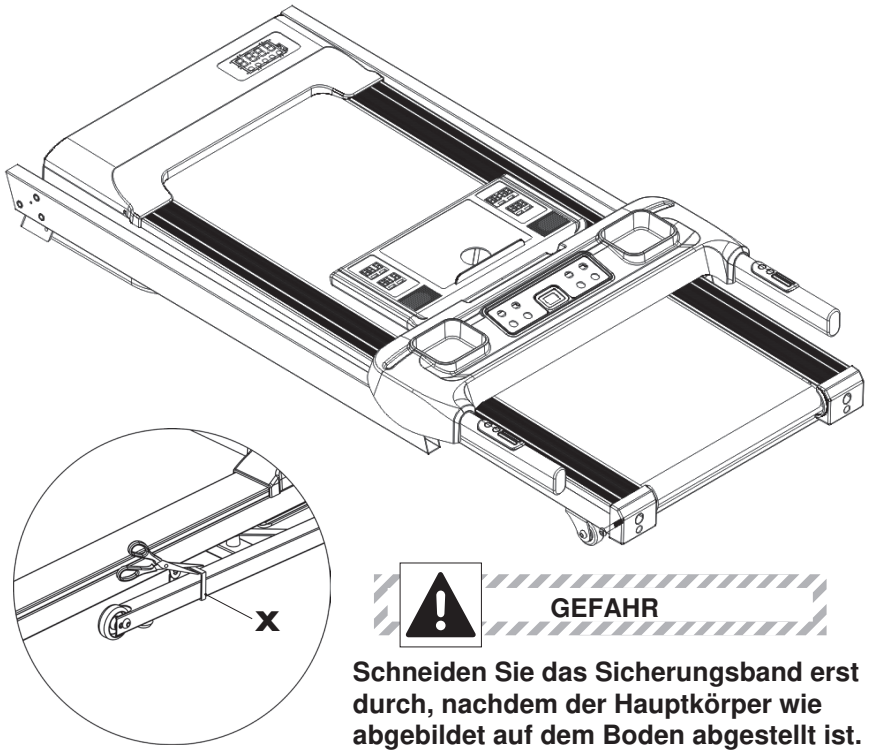
• Öffnen Sie die Originalverpackung, entnehmen Sie das gesamte Material aus dem Karton und legen Sie es zur Montage auf dem Boden aus. Das Produkt ist weitgehend vormontiert, es sind nur wenige Schritte nötig.

GEFAHR

Der Hauptkörper muss von mindestens zwei Personen angehoben werden.

• Heben Sie den vormontierten Hauptkörper mit einer zweiten Person an und stellen Sie ihn am gewählten Aufstellort auf den Boden.

• Schneiden Sie das Sicherungsband X, das die Rahmen fixiert, mit einer Schere durch.

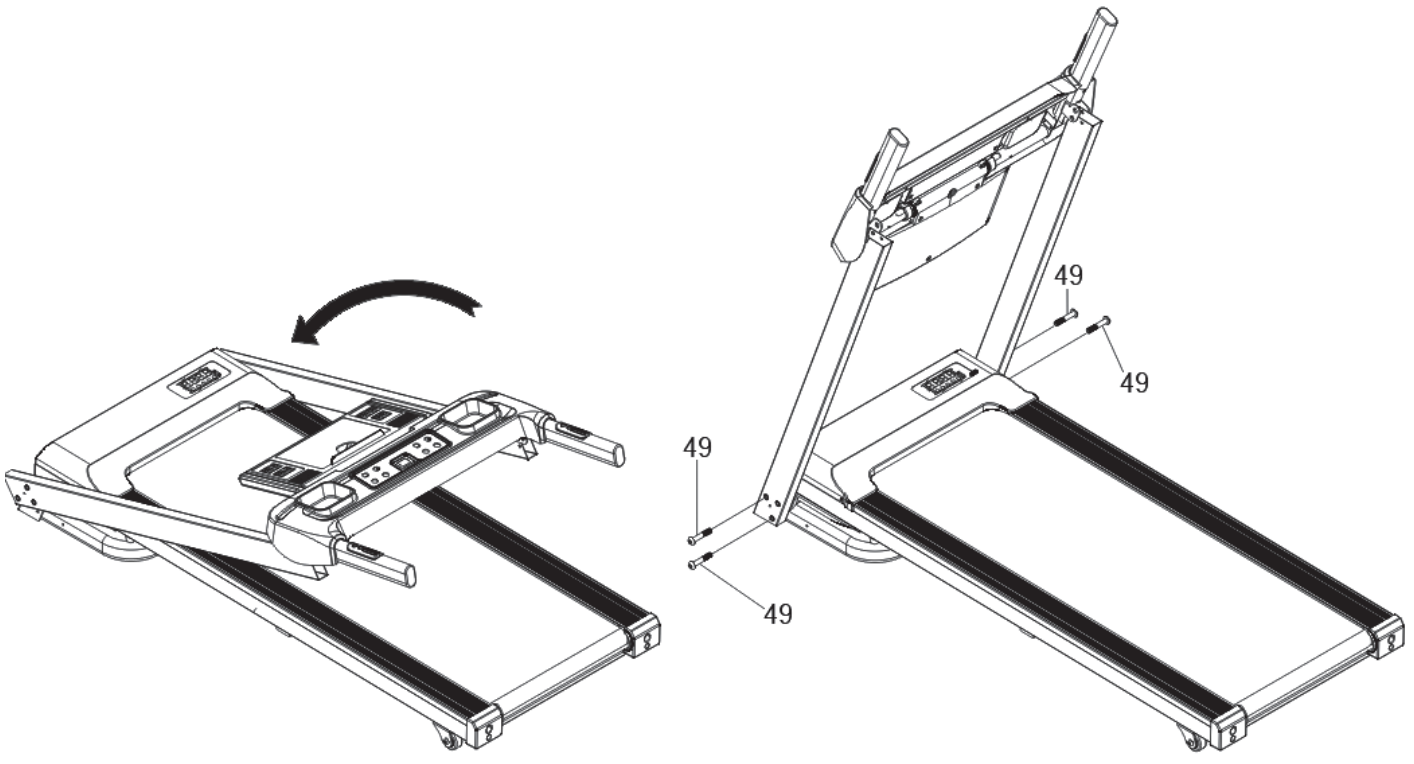


GEFAHR

Schneiden Sie das Sicherungsband erst durch, nachdem der Hauptkörper wie abgebildet auf dem Boden abgestellt ist.

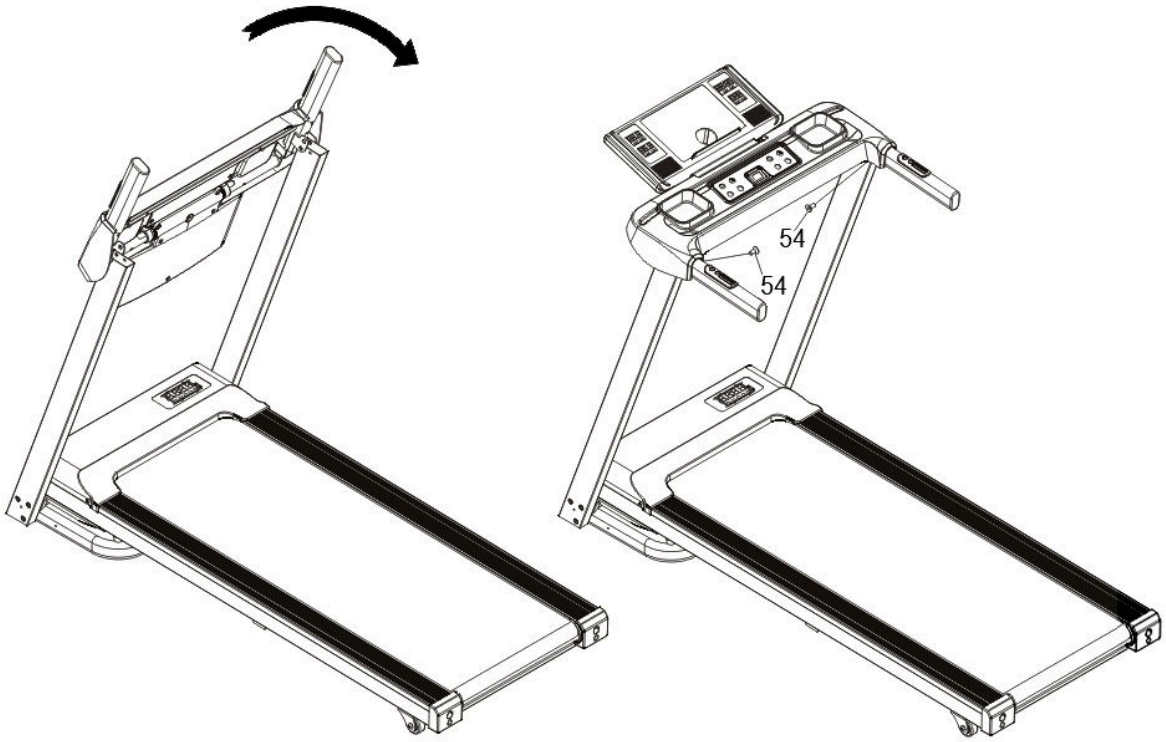
• Heben Sie mit einer zweiten Person die seitlichen Ständer an, die gelenkig seitlich an der Lauffläche befestigt sind.

• Befestigen Sie die seitlichen Ständer mit je zwei Schrauben 49 [M8x40 mm] und dem Innensechskantschlüssel #5.



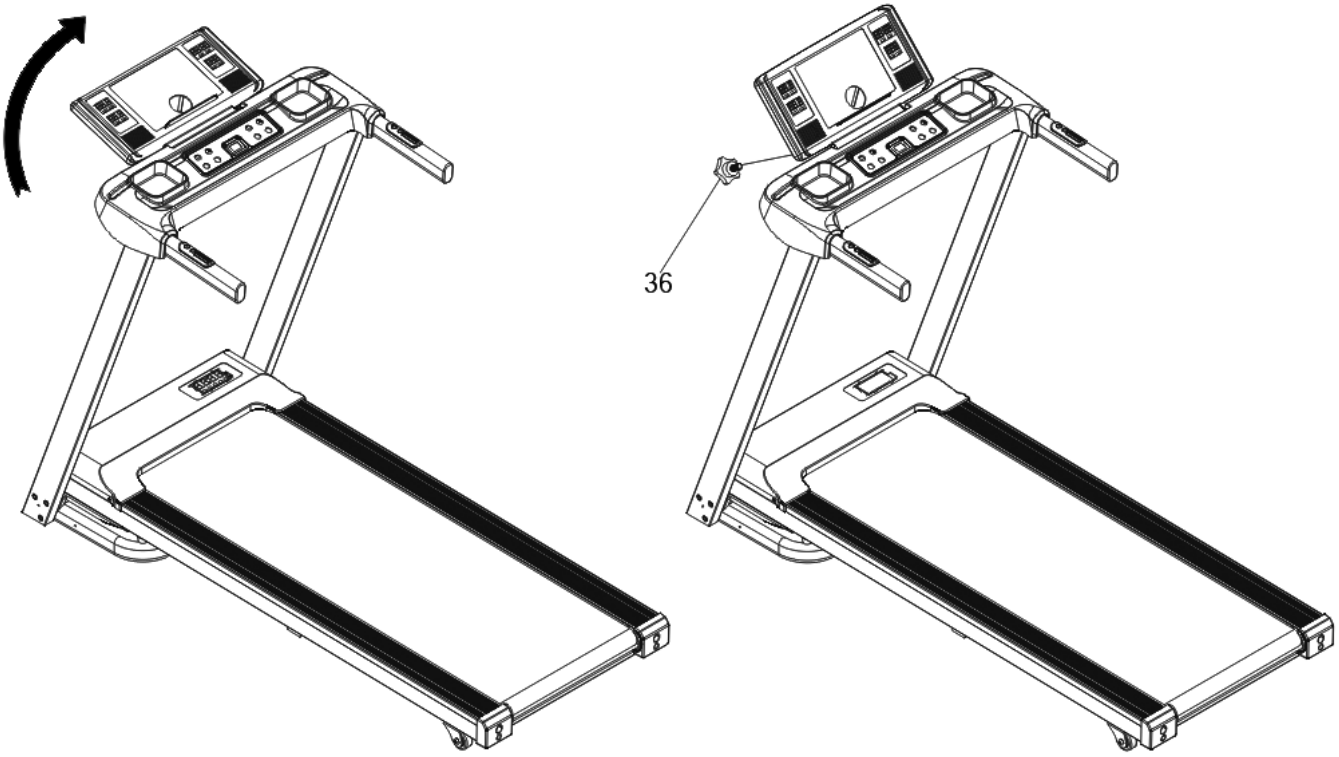
• Drehen Sie das Bedienpult in Pfeilrichtung, bis es auf den seitlichen Ständern aufliegt.

• Befestigen Sie das Bedienpult wie abgebildet mit zwei Schrauben 54 [M8x15 mm] und dem Innensechskantschlüssel #5 an den Ständern.

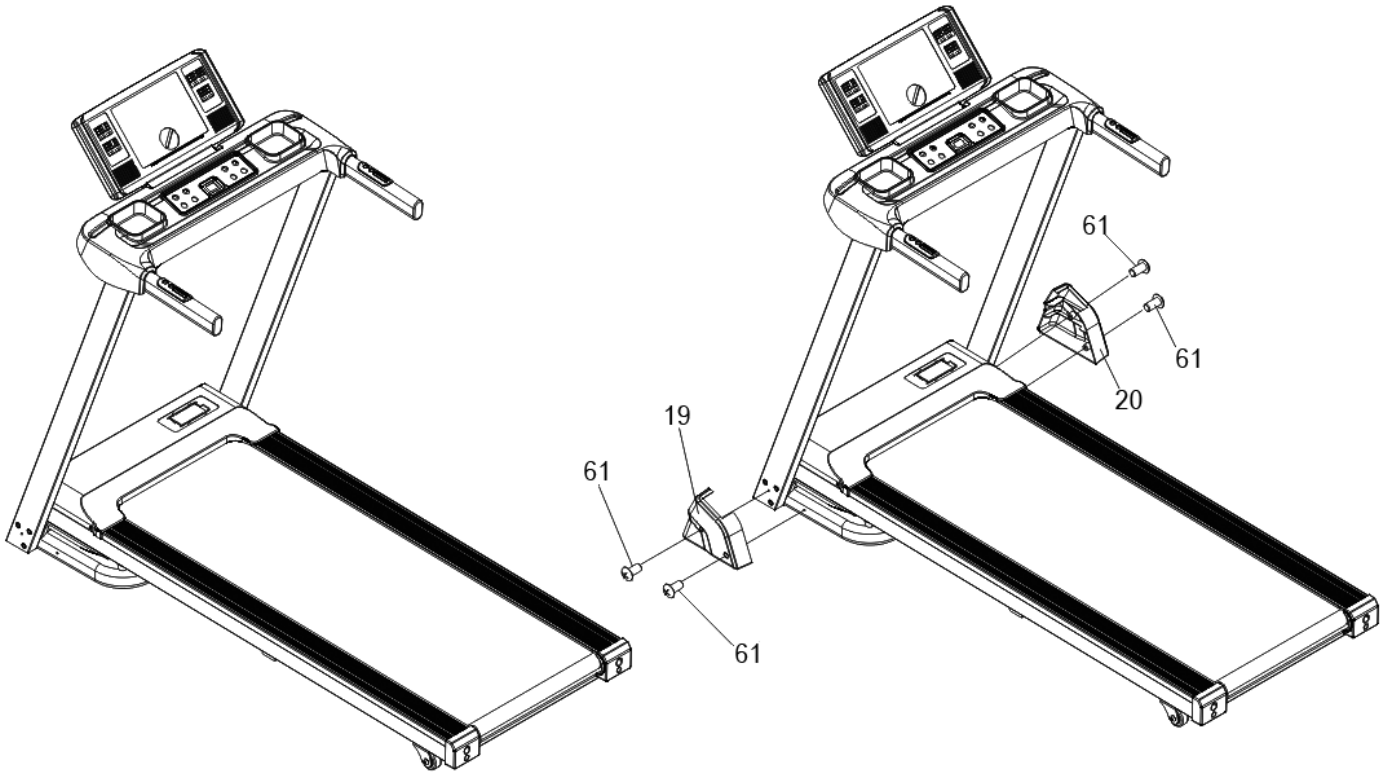


• Drehen Sie die Konsole um 45° in Pfeilrichtung und richten Sie sie auf die Gewindebohrung an der Rückseite aus.

• **Befestigen Sie die Konsole, indem Sie den Drehknopf 36 in die Gewindebohrung an der Rückseite eindrehen.**



• Befestigen Sie die Abdeckungen der Ständerfüße links/rechts 19 und 20 mit je zwei Schrauben 61 [M5x12 mm] und dem Schraubendreher am Steckschlüssel.



2.3 LAUFFLÄCHE IN SENKRECHTER POSITION

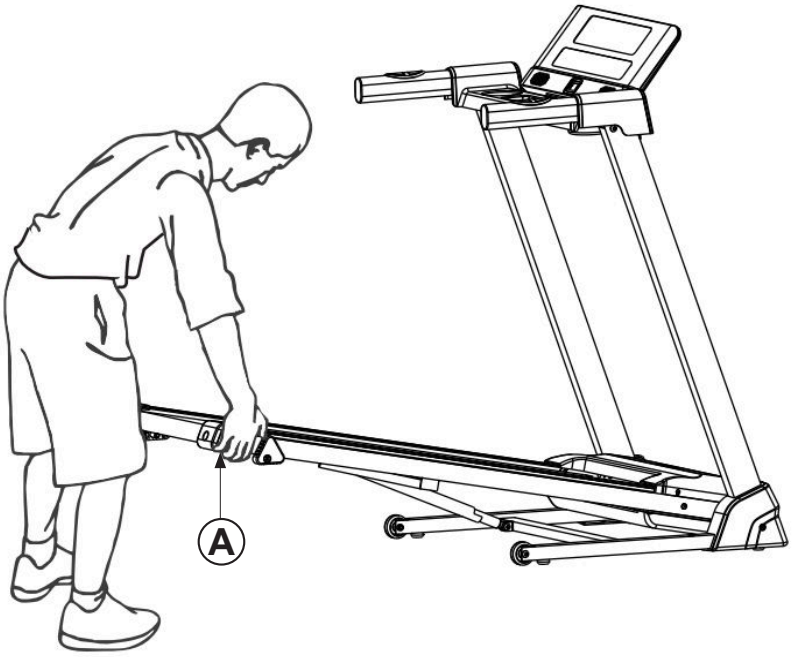
Bei Nichtgebrauch kann die Lauffläche senkrecht gestellt werden, um Platz zu sparen. Gehen Sie dazu wie folgt vor.

GEFAHR

Stellen Sie die Lauffläche auf die niedrigste Steigung, sonst lässt sie sich nicht hochklappen.

Schalten Sie das Gerät aus und ziehen Sie den Netzstecker aus der Buchse neben dem Netzschalter.

• Greifen Sie die hinteren Enden der Lauffläche, indem Sie die Hände unter die Winkel A schieben.

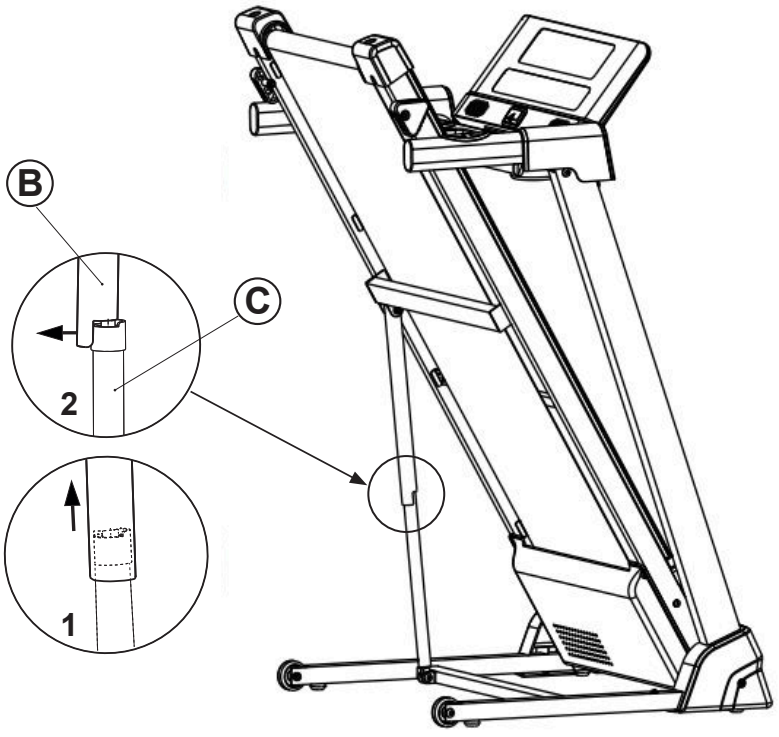


• Heben Sie die Lauffläche mit beiden Händen bis in die Nähe der Handläufe an und weiter, bis die obere Stützstange B in die untere Stützstange C einrastet.

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

GEFAHR

Nach dem Hochklappen und bevor die Lauffläche losgelassen wird, durch Ziehen nach unten prüfen, ob der Sicherheitshaken richtig eingerastet ist.

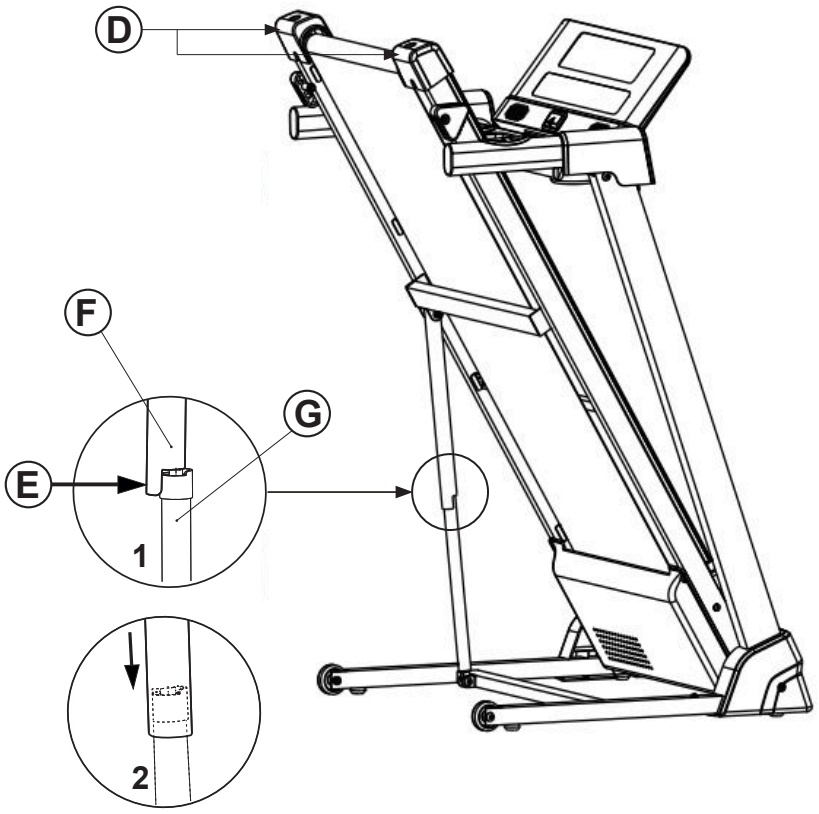


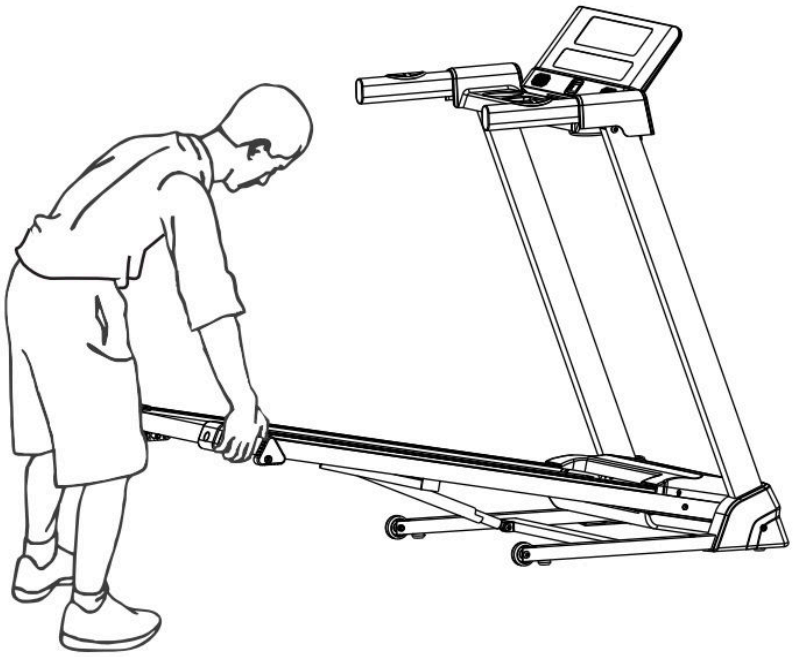
2.4 LAUFFLÄCHE IN WAAGRECHTER POSITION

GEFAHR

Bevor das Laufband waagrecht gestellt wird, alle Gegenstände von der Bodenfläche entfernen, die die Lauffläche einnimmt. Sicherstellen, dass sich keine Haustiere oder spielenden Kinder in der Nähe befinden.

• Um das Laufband in die waagrechte Position zu bringen, drücken Sie mit beiden Händen an den Ecken D des hinteren Endes der Lauffläche nach vorne und treten Sie gleichzeitig mit einem Fuß auf Punkt E, um die obere Stützstange F von der unteren Stützstange G zu lösen. Begleiten Sie die Lauffläche mit beiden Händen nach unten; der Gasdruckzylinder bremst die Absenkbewegung, bis die Lauffläche vollständig auf dem Boden liegt.



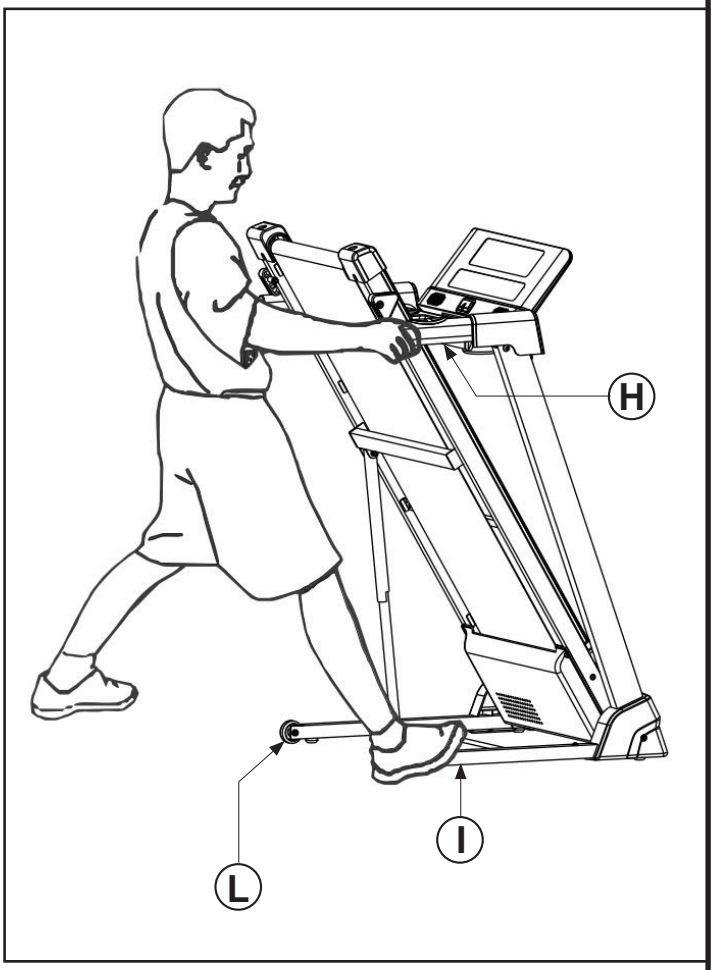


2.5 TRANSPORT DES PRODUKTS

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 Transportrollen. Zum Verschieben hinter das senkrecht stehende Laufbrett stellen, die Handläufe H fassen, einen Fuß auf den Rahmen I setzen und das Laufband kräftig zu sich kippen, bis das hintere Laufbrettende an den Armen anliegt. Nun stehen die beiden Transportrollen L auf dem Boden; das Laufband in die gewünschte Richtung schieben.



2.6 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 Hauptschalter P auf „O“ – Off steht.

ACHTUNG

VORSICHTSMASSNAHMEN FÜR NETZSTECKER UND NETZKABEL Schließen Sie den Netzstecker an eine Wandsteckdose an, die ausreichend weit vom Produkt entfernt ist, um Kurzschlüsse durch Schweißtropfen und Wasser zu vermeiden.

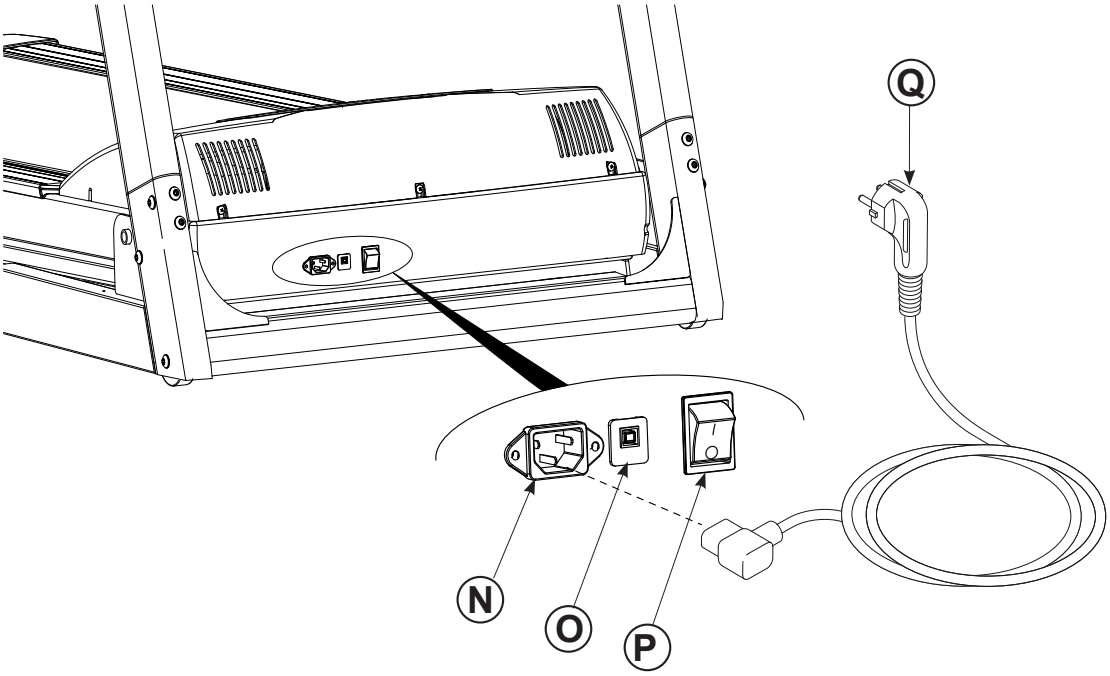
Führen Sie das Netzkabel NICHT unter dem Rahmen und zwischen den beweglichen Teilen der Steigungsverstellung hindurch.

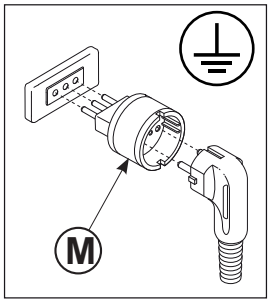
KEINE Mehrfachsteckdosen oder Verlängerungskabel verwenden, nur normgerechte Adapter M (Adapter nicht im Lieferumfang).

Das Produkt wird mit Netzkabel und Schuko-Netzstecker Q geliefert, der an eine geeignete Schutzkontakt-Steckdose mit Nennspannung bis 240 VAC angeschlossen werden muss.

An der Vorderseite des Motorraums befinden sich die Buchse N für das Netzkabel, der Hauptschalter P zum Ein- und Ausschalten des Produkts sowie ein Sicherungsautomat O zum Schutz gegen Spannungsschwankungen.

Löst die Schutzeinrichtung aus, erlöschen die Displays und die rote Leuchte des Netzschalters sofort. Um den normalen Betrieb wiederherzustellen, warten Sie mindestens fünf Minuten und aktivieren Sie die Schutzeinrichtung dann wieder durch Drücken der Rückstelltaste O.





3.0 TRAININGSPROGRAMM

Lassen Sie vor Beginn des Trainings Ihre körperliche Verfassung von Ihrem Arzt prüfen und besprechen Sie mit ihm eventuell erforderliche Vorsichtsmaßnahmen. Untrainierte Personen sollten behutsam beginnen: höchstens drei Einheiten pro Woche, mit kurzen Zeiten und niedriger Geschwindigkeit, um sich mit der Konsole vertraut zu machen und sich langsam an die Belastung zu gewöhnen. Sportlich Aktiven, die das Produkt ergänzend zu ihrem Training nutzen möchten, empfehlen wir, Trainingseinheiten und Trainingsplan mit einem Personal Trainer zu erstellen. Anhand der Herzfrequenz während des Trainings lassen sich 3 Trainingsbereiche unterscheiden:

- Grundlagenbereich: Herzfrequenz zwischen 60% und 75%, Training mit geringer Belastung; - Aerober Bereich: Herzfrequenz zwischen 75% und 85%, Training im aeroben Bereich; - Anaerober Bereich: Herzfrequenz zwischen 85% und 95%, Training im anaeroben Bereich.

Das Training mit dem Produkt gliedert sich in drei Phasen.

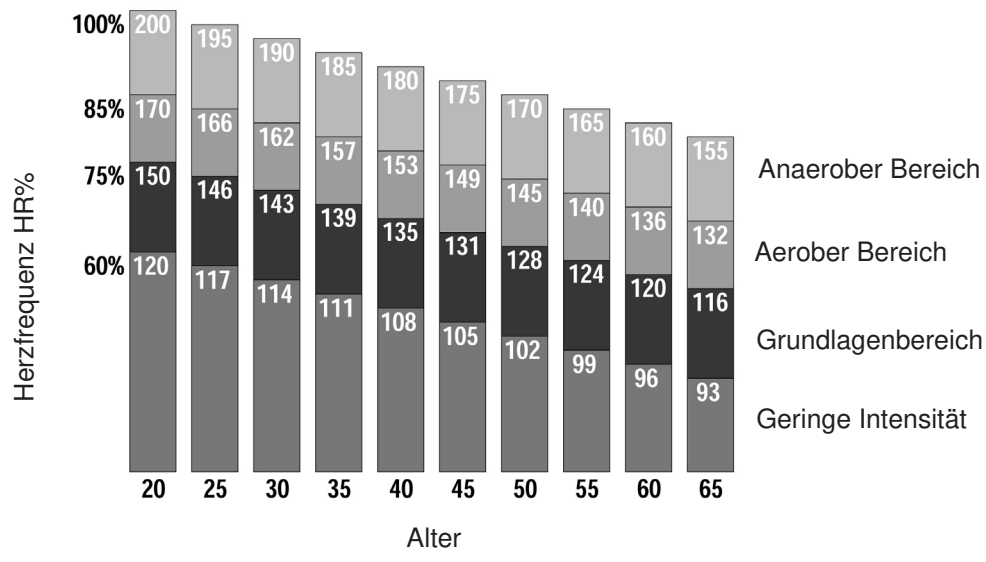
AUFWÄRMEN: Machen Sie vor dem Training mit dem Produkt stets einige Übungen zum Aufwärmen und Lockern der Muskulatur, um den Körper auf die Belastung vorzubereiten.

TRAINING: Beginnen Sie mit geringer Belastung und steigern Sie nach dem Aufwärmen die Intensität schrittweise, bis die Herzfrequenz den gewünschten Zielwert erreicht. Halten Sie die Herzfrequenz im gewünschten Trainingsbereich konstant. 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 BRUSTGURT-SENDER (OPTIONAL)

ACHTUNG

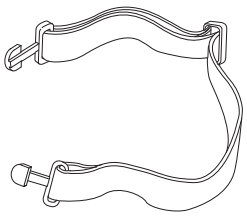
• Lesen Sie vor Gebrauch des Brustgurts die Hinweise auf dieser Seite und etwaige Herstellerangaben sorgfältig. • Sender und Gurt nach jedem Gebrauch gründlich reinigen und trocknen, um eine vorzeitige Entladung der Batterie zu vermeiden; den Sender danach abnehmen und getrennt vom Gurt aufbewahren. • Den Sender mit einem feuchten Tuch und milder Seife reinigen, den Gurt von Hand mit normalem Waschmittel waschen. • Gurt und Sender nicht in Schubladen, geschlossenen Beuteln oder Behältern aufbewahren; am besten an einer Wand aufhängen, damit sie vollständig trocknen.

Auf Wunsch ist das Produkt mit einem Brustgurt-Sender Modell TOORX erhältlich, der mit dem im Gerät eingebauten Empfänger kompatibel ist. Er besteht aus zwei Teilen: dem Sender, der Funksignale an die Konsole überträgt, und dem elastischen Gurt, der den Sender am Brustkorb hält. Der Sender wird mit einer Knopfzelle betrieben, die bei zu schwachem Signal zu ersetzen ist (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

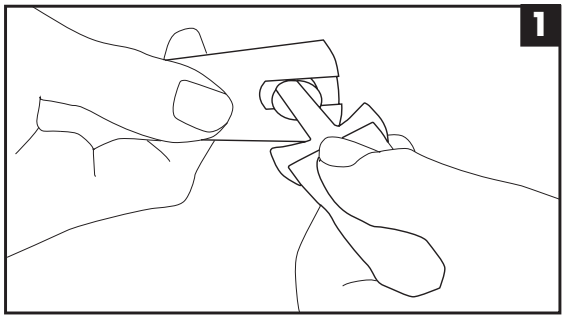
Der mit dem Brustgurt gemessene Puls ist nur ein Richtwert zur Kontrolle der Herzfrequenz im gewählten Trainingsbereich und zur Abschätzung des Kalorienverbrauchs. Die vom Gerät angezeigte Messung ist in keinem Fall ein medizinischer Wert.

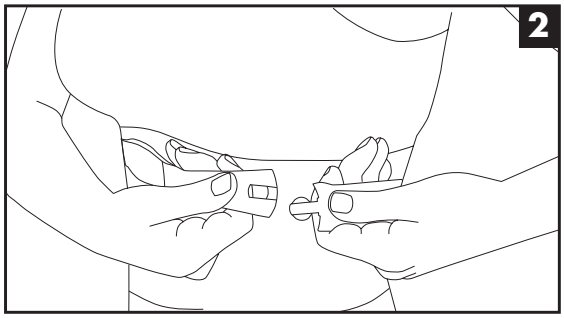


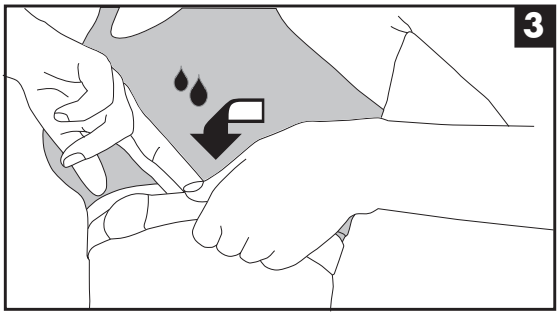
Elastischer Gurt

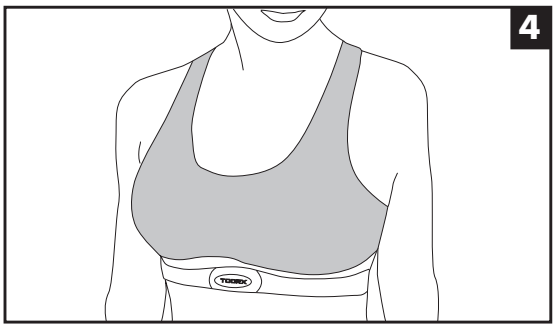


Sender









3.2 PRAKTISCHE TIPPS UND HINWEISE ZUR BENUTZUNG

GEFAHR

• Bringen Sie vor Trainingsbeginn den Sicherheitsschlüssel korrekt an, indem Sie den Clip an der Kleidung in Taillenhöhe befestigen. Um das Laufband sofort anzuhalten, ziehen Sie einfach an der Schnur, damit sich der magnetische Sicherheitsschlüssel von der Konsole löst. Zum Fortsetzen des Trainings den Schlüssel wieder in die Aufnahme an der Konsole setzen.

• Ziehen Sie bei Nichtbenutzung des Laufbands den Sicherheitsschlüssel ab und bewahren Sie ihn sicher auf. Halten Sie den Sicherheitsschlüssel von Kindern fern.

• Das Gerät schrittweise benutzen. Bei Bedarf die Handläufe benutzen. Bei niedriger Geschwindigkeit langsam gehen. Bei laufendem Band nicht stehen bleiben.

• 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.

• Starten Sie das Training mit den Füßen auf den seitlichen Trittflächen; sobald das Laufband mit minimaler Geschwindigkeit läuft, langsam darauf zu gehen beginnen.

Wer das Laufband zum ersten Mal benutzt, sollte sich zunächst mit der Konsole vertraut machen und die Funktion des Laufbands prüfen, bevor er ein Trainingsprogramm beginnt. a. Schalten Sie das Gerät am Netzschalter ein, die rote Leuchte des Schalters leuchtet. Stecken Sie den Sicherheitsschlüssel in die Aufnahme; die Konsole führt kurz einen Test durch, schaltet alle Displays ein und gibt einen langen Signalton aus. b. Steigen Sie seitlich auf das Laufband und stellen Sie sich mittig mit den Füßen auf die seitlichen Trittflächen. c. Drücken Sie START, um sofort mit Mindestgeschwindigkeit zu beginnen. Halten Sie sich an den Handläufen fest, gehen Sie in normalem Tempo und lockerem Schritt und bleiben Sie einige Zeit bei niedriger Geschwindigkeit, um sich an das laufende Band zu gewöhnen. d. Wenn Sie sich sicher fühlen, erhöhen Sie die Bandgeschwindigkeit mit der Taste GESCHWINDIGKEIT FAST und lösen Sie die Hände, bis Sie sich ruhig bewegen. Bequemer ist die Bedienung über die Geschwindigkeitstasten an den Handläufen. e. Bleiben Sie während des Trainings konzentriert, um Unfälle zu vermeiden. f. Halten Sie eine korrekte Laufhaltung mit Blick nach vorne ein und verändern Sie Ihre Position vor allem bei höheren Geschwindigkeiten nicht. g. Kontrollieren Sie während des Trainings häufig Ihre Herzfrequenz, indem Sie die Pulssensoren an den Handläufen mit beiden Händen umfassen oder den Brustgurt (optional) tragen; der Wert wird im Display ‚PULSE' angezeigt.



3.3 KONSOLE (Display)

Die Konsole besteht aus vier Displays mit LED-Anzeigen, die wie folgt mehrere Anzeigefunktionen haben.

TIME – Trainingsdauer – Zeigt die seit Trainingsbeginn vergangenen Minuten oder den Countdown der eingestellten Dauer bis null (Minuten bis Trainingsende).

SPEED – Bandgeschwindigkeit – Zeigt die Geschwindigkeit des Laufbands in km/h.

INCLINE – Steigung der Lauffläche – Zeigt die Steigungsstufe der Lauffläche.

DISTANCE – Zurückgelegte Strecke – Zeigt die gesamte Strecke seit Trainingsbeginn oder den Countdown der eingestellten Strecke bis null (Strecke bis Trainingsende).

HINWEIS: Die Displays der Konsole schalten sich nach 10 Minuten Inaktivität automatisch in den Energiesparmodus.

PULSE – Herzfrequenz – Wenn beide Griffe der Handläufe umfasst werden und die Handflächen auf den Pulssensoren (Hand Pulse) liegen oder der Brustgurt mit Funksender (optional) getragen wird, zeigt das Display die Herzfrequenz an (*).

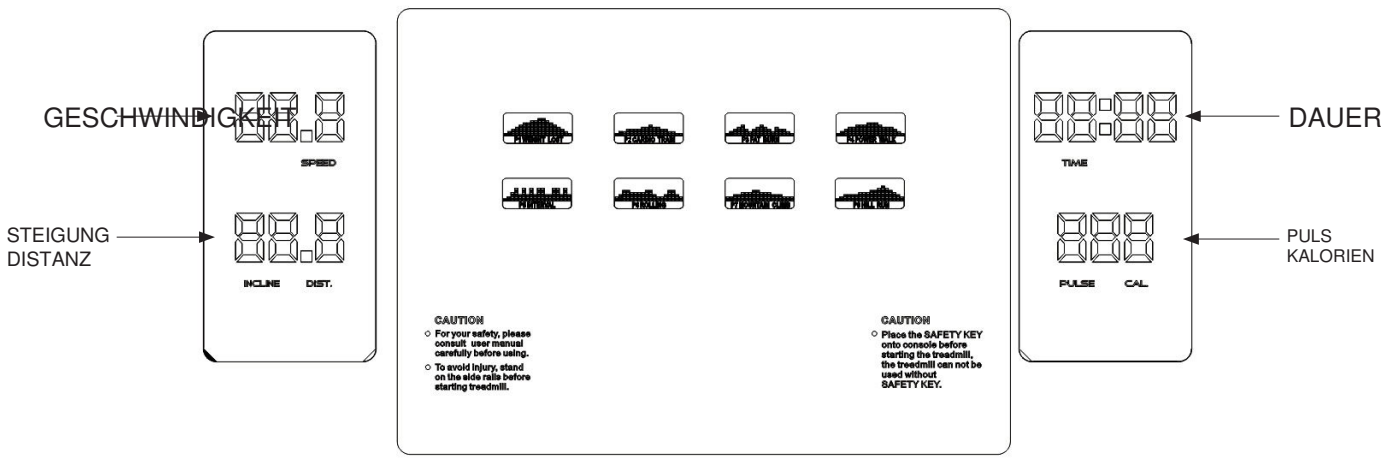
CALORIES – Kalorienverbrauch – Zeigt die seit Trainingsbeginn verbrauchten Kalorien oder den Countdown der eingestellten Kalorien bis null (*) (Kalorien bis Trainingsende).

(*) Der angezeigte Wert ist nur ein ungefährer Richtwert und in keinem Fall als medizinischer Wert zu betrachten.

Integriertes Audiosystem: Die Konsole verfügt über zwei integrierte Lautsprecher, die an einen Verstärker mit Bluetooth-Schnittstelle angeschlossen sind.

Für die Kopplung aktivieren Sie Bluetooth am Gerät (Tablet/Smartphone/Musik-Player) und koppeln Sie es mit dem Audiosystem der Konsole.

Die Lautstärke wird direkt über die Lautstärketasten von Tablet/Smartphone/Musikplayer geregelt.



3.4 KONSOLE (Tasten)

START Die Taste START drücken, um in allen Betriebsarten das Training zu beginnen und das Band zu starten.

STOP/PAUSE Vor Trainingsbeginn: • Während der Programmauswahl oder der Dateneingabe drücken Sie die Taste, um in den Stand-by zurückzukehren. Während des Trainings: • Drücken Sie die Taste, um das Training anzuhalten (PAUSE) und das Laufband zu stoppen. Bei pausiertem Training: • Drücken Sie die Taste, um das Training zu beenden und in den Stand-by zurückzukehren.

SPEED +/- (Bandgeschwindigkeit) • Drücken Sie SPEED +/-, um die Bandgeschwindigkeit zu erhöhen oder zu verringern; Taste gedrückt halten für schnellere Änderung. • Bei der Programmeinstellung dienen die Tasten zur Eingabe der Zahlenwerte.

INCLINE +/- (Steigung der Lauffläche) • Drücken Sie INCLINE +/-, um die Steigung der Lauffläche zu erhöhen oder zu verringern; Taste gedrückt halten für schnellere Änderung. • Bei der Programmeinstellung dienen die Tasten zur Eingabe der Zahlenwerte.

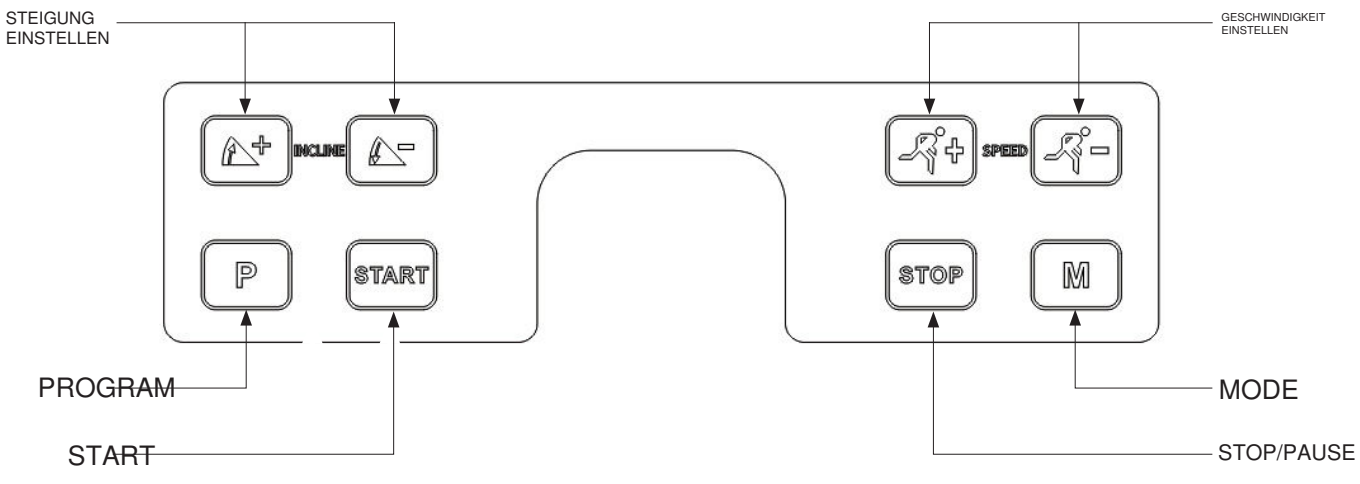
TASTEN AN DEN HANDLÄUFEN Am rechten Handlauf befinden sich zusätzliche Tasten zur bequemen Steuerung der Bandgeschwindigkeit, am linken Handlauf die Tasten für die Steigung.

PROGRAM Drücken Sie im Stand-by die Taste PROGRAM, um die verfügbaren Trainingsprogramme zu durchlaufen: – Manuelles Programm: P-0 – Vordefinierte Programme: P-1÷P-8 (mit 8 Intensitätsstufen), – Benutzerprogramme: U-1÷U-3, – Body Fat Test: FAT, – HRC-Programme: H-1÷H-3.

MODE • Drücken Sie im Stand-by die Taste MODE, um das manuelle Programm aufzurufen.

• Bei der Programmeinstellung bestätigen Sie mit MODE die eingegebenen Daten und gelangen zum nächsten Schritt.

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 mit Clip, der am Hosenbund befestigt werden muss.



3.5 EINSCHALTEN - QUICKSTART

EINSCHALTEN DES GERÄTS

• Zum Einschalten stellen Sie den Hauptschalter auf I=ON; die integrierte rote Leuchte zeigt an, dass das Gerät mit Strom versorgt wird. Der Schalter befindet sich vorne neben der Netzbuchse. Setzen Sie nach dem Einschalten den Sicherheitsschlüssel in die Aufnahme am Bedienpult; es folgt ein Diagnosetest der Steuerplatine und der Displays, danach wechselt die Konsole in den Stand-by und das Gerät ist betriebsbereit.

• Die Konsole schaltet nach 10 Minuten Inaktivität automatisch in den Energiesparmodus.

PAUSE UND BEENDEN DES TRAININGS

• Drücken Sie bei laufendem Band einmal STOP, um es anzuhalten und das Training zu PAUSIEREN. Die aktuellen Daten bleiben einige Minuten gespeichert; in dieser Zeit können Sie das Training mit START an der unterbrochenen Stelle fortsetzen.

Beim Fortsetzen eines pausierten Trainings kehrt das Band nach einem Countdown von 3 Sekunden zu Geschwindigkeit und Steigung vor der Pause zurück.

• Um das laufende Training abzubrechen, drücken Sie zweimal STOP; das Band stoppt, die Konsole zeigt eine Zusammenfassung der Trainingsdaten und kehrt in den Stand-by zurück.

NOTHALT

• Um das Training sofort zu beenden und das Band anzuhalten, den Sicherheitsschlüssel aus der Aufnahme ziehen.

QUICKSTART

• Schalten Sie das Produkt ein, indem Sie den Hauptschalter auf ON stellen und den Sicherheitsschlüssel am Bedienpult einsetzen.

• Steigen Sie auf die Lauffläche, die Füße auf den seitlichen Trittflächen, und drücken Sie START; nach 3 Sekunden läuft das Band mit Mindestgeschwindigkeit an – beginnen Sie zu gehen.

• Mit den Tasten SPEED und INCLINE regeln Sie Geschwindigkeit und Steigung in Echtzeit; die Werte erscheinen in den jeweiligen Displays.

• TIME, DISTANCE, CALORIES zählen während des Trainings hoch.

• Um das Training vorübergehend anzuhalten (PAUSE), drücken Sie STOP. Zum Fortsetzen drücken Sie START, oder drücken Sie ein zweites Mal STOP, um das Training endgültig zu beenden und in den Stand-by zurückzukehren.

Hinweis: Das Display Pulse zeigt die Pulsschläge pro Minute an, wenn die Pulssensoren an den Handläufen umfasst werden oder der Brustgurt (optional) getragen wird.

3.6 MANUELLES PROGRAMM

Im manuellen Programm legen Sie Ihr Training über die gewünschte Dauer, die Distanz oder den angestrebten Kalorienverbrauch fest. • Schalten Sie das Produkt ein, indem Sie den Hauptschalter auf ON stellen und den Sicherheitsschlüssel am Bedienpult einsetzen.

• Steigen Sie auf die Lauffläche, die Füße auf den seitlichen Trittflächen; drücken Sie MODE, um das manuelle Programm zu wählen, oder PROGRAM, um das Programm P0 zu wählen.

• Drücken Sie mehrmals MODE, um in den jeweiligen Displays eines der drei Ziele des manuellen Programms zu wählen: 30=Time, 1.0=Distance, 50=Calories – je nachdem, ob Sie Ihr Training über Dauer, Distanz oder Kalorienverbrauch festlegen.

• Wenn das Display TIME blinkt und die voreingestellte DAUER von 30 Minuten anzeigt, stellen Sie mit SPEED die gewünschte Dauer des manuellen Programms ein (Bereich: 5 ÷ 99 Minuten).

• Wenn das Display DISTANCE blinkt und die voreingestellte DISTANZ von 1.0 km anzeigt, stellen Sie mit SPEED die gewünschte Distanz ein (Bereich: 1.0 ÷ 99 km).

• Wenn das Display CALORIES blinkt und den voreingestellten KALORIENVERBRAUCH von 50 Kalorien anzeigt, stellen Sie mit SPEED den gewünschten Kalorienverbrauch ein (Bereich: 20 ÷ 990 Cal).

• Drücken Sie nach der Eingabe START, um das Programm zu starten; nach einem Countdown von drei Sekunden läuft das Band mit Mindestgeschwindigkeit an.

• Geschwindigkeit und Steigung können jederzeit mit den entsprechenden Tasten erhöht oder verringert werden. Das Programm läuft, bis das eingestellte Ziel erreicht ist (bis das entsprechende Display null zeigt).

• Um das Training vorübergehend anzuhalten (PAUSE), drücken Sie STOP. Zum Fortsetzen drücken Sie START, oder drücken Sie ein zweites Mal STOP, um das Training endgültig zu beenden und in den Stand-by zurückzukehren.

3.7 VORDEFINIERTE PROGRAMME

Die Konsole bietet 8 vordefinierte Programme für das Ausdauertraining; jedes Programm hat 8 verschiedene Intensitätsstufen. • Schalten Sie das Produkt ein, indem Sie den Hauptschalter auf ON stellen und den Sicherheitsschlüssel am Bedienpult einsetzen.

• Steigen Sie auf die Lauffläche, die Füße auf den seitlichen Trittflächen, und drücken Sie mehrmals PROGRAM, bis eines der vordefinierten Programme P-1÷P-8 angezeigt wird; das Display DISTANCE zeigt die Programmnummer. Art und Merkmale der Programme finden Sie in den Tabellen auf den folgenden Seiten.

• Um ein Programm zu wählen, drücken Sie die Taste MODE, stellen Sie dann mit den Tasten SPEED die Intensitätsstufe (L-1 ÷ L-8) ein und bestätigen Sie mit MODE.

• Das Display TIME blinkt und zeigt die voreingestellte DAUER von 30 Minuten; stellen Sie mit SPEED die gewünschte Programmdauer ein.

• Drücken Sie nach der Eingabe START, um das Programm zu starten; nach einem Countdown von drei Sekunden läuft das Band gemäß dem Profil des gewählten Programms an.

• Geschwindigkeit und Steigung können jederzeit mit den entsprechenden Tasten erhöht oder verringert werden. Die Änderung gilt nur für das aktuelle Segment des Profils; beim Übergang zum nächsten Segment werden wieder die im Programm vorgesehenen Werte für Geschwindigkeit/Steigung übernommen.

• Das Programm läuft für die eingestellte Zeit (bis das Display TIME null zeigt). Jedes vordefinierte Programm besteht aus 18 Segmenten; jedes Segment dauert 1/18 der eingestellten Gesamtzeit.

• Um das Training vorübergehend anzuhalten (PAUSE), drücken Sie STOP. Zum Fortsetzen drücken Sie START, oder drücken Sie ein zweites Mal STOP, um das Training endgültig zu beenden und in den Stand-by zurückzukehren.

P1 WEIGHT LOS

SPEED CHANGES		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18
Level 1	SPEED(KM/H)	1	2	2	3	3	3	4	5	6	6	7	6	5	4	4	3	2	2
Level 2	SPEED(KM/H)	1	2	2	3	4	4	5	6	8	8	10	8	8	5	5	3	2	2
Level 3	SPEED(KM/H)	1	2	3	4	5	5	6	8	9	10	12	10	8	7	6	4	3	2
Level 4	SPEED(KM/H)	1	2	3	4	6	7	8	10	11	12	13	11	10	8	7	5	4	2
Level 5	SPEED(KM/H)	2	3	4	5	7	7	8	10	12	14	14	13	12	10	9	6	4	2
Level 6	SPEED(KM/H)	2	3	4	5	7	9	10	12	13	14	14	13	12	10	9	6	5	3
Level 7	SPEED(KM/H)	**2**	**3**	**5**	**6**	**8**	**9**	**10**	**12**	**13**	**14**	**15**	**13**	**12**	**10**	**9**	**6**	**6**	**3**
Level 8	SPEED(KM/H)	**2**	**3**	**5**	**6**	**8**	**10**	**12**	**14**	**14**	**15**	**15**	**14**	**13**	**11**	**9**	**7**	**6**	**3**

P2 CARDIO TRAIN

SPEED & INCLINE		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18
Level 1	ELEVATION	1	1	2	3	4	5	6	7	7	8	8	7	7	5	4	2	1	1
	SPEED(KM/H)	1	1	2	2	3	4	5	6	6	7	7	6	6	4	3	2	1	1
Level 2	ELEVATION	1	2	3	4	5	6	7	8	8	9	9	8	8	6	5	3	2	1
	SPEED(KM/H)	1	2	2	3	4	5	6	7	7	8	8	7	7	5	4	2	2	1
Level 3	ELEVATION	1	2	4	5	6	7	8	9	9	1	1	9	9	7	6	4	2	1
	SPEED(KM/H)	1	2	3	4	5	6	7	8	8	9	9	8	8	6	5	3	2	1
Level 4	ELEVATION	2	3	5	6	7	8	9	1	1	1	1	1	1	8	7	5	3	2
	SPEED(KM/H)	2	2	4	5	6	7	8	9	9	1	1	9	9	7	6	4	2	2
Level 5	ELEVATION	2	4	6	7	8	9	1	1	1	1	1	1	1	9	8	6	4	2
	SPEED(KM/H)	2	3	5	6	7	8	9	1	1	1	1	1	1	8	7	5	3	2
Level 6	ELEVATION	3	5	7	8	9	1	1	1	1	1	1	1	1	1	9	7	5	3
	SPEED(KM/H)	2	4	6	7	8	9	1	1	1	1	1	1	1	9	8	6	4	2
Level 7	ELEVATION	4	6	8	9	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	8	6	4
	SPEED(KM/H)	3	5	7	8	9	1	1	1	1	1	1	1	1	1	9	7	5	3
Level 8	ELEVATION	5	7	9	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	9	7	5
	SPEED(KM/H)	4	6	8	9	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	8	6	4

P3 FAT BURN

SPEED & INCLINE		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18
Level 1	ELEVATION	1	1	2	2	3	3	4	5	5	5	5	4	4	3	2	2	1	1
	SPEED(KM/H)	1	2	3	3	5	6	7	8	8	8	8	7	7	5	4	3	2	1
Level 2	ELEVATION	1	1	2	2	3	4	5	6	6	6	6	5	5	4	3	2	1	1
	SPEED(KM/H)	1	2	3	4	6	7	8	9	9	9	9	8	8	6	5	3	2	1
Level 3	ELEVATION	1	1	2	3	4	5	6	7	7	7	7	6	6	4	3	2	1	1
	SPEED(KM/H)	1	2	4	5	7	8	9	1	1	1	1	9	9	7	6	4	2	1
Level 4	ELEVATION	1	2	3	4	5	6	7	8	8	8	8	7	7	5	4	3	2	1
	SPEED(KM/H)	2	3	5	6	8	9	1	1	1	1	1	1	1	8	7	5	3	2
Level 5	ELEVATION	1	2	3	4	6	7	8	9	9	9	9	8	8	6	5	3	2	1
	SPEED(KM/H)	2	4	6	7	9	1	1	1	1	1	1	1	1	9	8	6	4	2
Level 6	ELEVATION	2	3	4	5	7	8	9	1	1	1	1	9	9	7	6	4	3	2
	SPEED(KM/H)	3	5	7	8	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	9	7	5	3
Level 7	ELEVATION	2	3	5	6	8	9	1	1	1	1	1	1	1	8	7	5	3	2
	SPEED(KM/H)	4	6	8	9	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	8	6	4
Level 8	ELEVATION	2	4	6	7	9	1	1	1	1	1	1	1	1	9	8	6	4	2
	SPEED(KM/H)	4	7	9	1	1	1	1	**1**	**1**	1	1	1	1	1	1	9	7	4

P4 POWER WALK

SPEED CHANGES		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18
Level 1	SPEED(KM/H)	1	1	2	2	3	3	4	4	4	4	4	4	3	2	2	2	1	1
Level 2	SPEED(KM/H)	1	2	2	2	3	3	4	4	5	4	4	4	3	3	2	2	1	1
Level 3	SPEED(KM/H)	1	2	2	3	3	4	4	5	5	5	4	4	4	3	3	2	1	1
Level 4	SPEED(KM/H)	1	2	3	3	3	4	4	5	6	6	5	4	4	4	3	2	2	1
Level 5	SPEED(KM/H)	1	2	3	4	4	5	5	5	6	6	6	5	4	4	4	3	2	1
Level 6	SPEED(KM/H)	1	2	3	4	5	5	6	6	6	6	6	5	5	4	4	3	2	1
Level 7	SPEED(KM/H)	1	2	3	4	5	6	6	7	7	6	6	6	5	5	4	3	2	1
Level 8	SPEED(KM/H)	1	2	3	4	5	6	7	7	7	7	6	6	6	5	5	4	2	1

P5 INTERVAL

SPEED CHANGES		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18
Level 1	SPEED(KM/H)	1	2	4	2	4	2	4	2	4	2	4	2	4	2	4	2	4	2
Level 2	SPEED(KM/H)	1	2	5	2	5	2	5	2	5	2	5	2	5	2	5	2	5	2
Level 3	SPEED(KM/H)	1	2	6	2	6	2	6	2	6	2	6	2	6	2	6	2	6	2
Level 4	SPEED(KM/H)	1	3	6	3	6	3	6	3	6	3	6	3	6	3	6	3	6	3
Level 5	SPEED(KM/H)	1	3	7	3	7	3	7	3	7	3	7	3	7	3	7	3	7	3
Level 6	SPEED(KM/H)	2	4	7	4	7	4	7	4	7	4	7	4	7	4	7	4	7	4
Level 7	SPEED(KM/H)	2	4	8	4	8	4	8	4	8	4	8	4	8	4	8	4	8	4
Level 8	SPEED(KM/H)	2	5	8	5	8	5	8	5	8	5	8	5	8	5	8	5	8	5

P6 ROLLING

SPEED CHANGES		1	2	3	4	5	6	7	8	9	1	1	1	1	1	1	1	1	1
Level 1	SPEED(KM/H)	1	2	3	2	1	2	3	2	1	2	3	2	1	2	3	2	1	1
Level 2	SPEED(KM/H)	2	3	4	3	2	3	4	3	2	3	4	3	2	3	4	3	2	2
Level 3	SPEED(KM/H)	2	3	4	5	4	3	4	5	4	3	4	5	4	3	4	5	4	3
Level 4	SPEED(KM/H)	2	4	5	6	5	4	5	6	5	4	5	6	5	4	5	6	5	3
Level 5	SPEED(KM/H)	2	5	6	7	6	5	6	7	6	5	6	7	5	6	7	6	5	3
Level 6	SPEED(KM/H)	3	6	7	8	7	6	7	8	7	6	7	8	7	6	7	8	7	4
Level 7	SPEED(KM/H)	3	7	8	9	8	7	8	9	8	7	8	9	8	7	8	9	8	4
Level 8	SPEED(KM/H)	3	8	9	1	9	8	9	1	9	8	9	1	9	8	9	1	8	4

P7 MOUNTAIN CLIMB

SPEED & INCLINE		1	2	3	4	5	6	7	8	9	1	1	1	1	1	1	1	1	1
Level 1	ELEVATION	0	1	1	2	2	3	3	4	4	5	6	7	8	7	6	4	2	0
	SPEED(KM/H)	1	1	2	2	3	3	3	4	4	4	3	3	3	2	2	2	1	1
Level 2	ELEVATION	0	1	2	2	3	3	4	4	5	6	7	8	9	8	6	4	2	0
	SPEED(KM/H)	1	1	2	2	3	3	3	4	4	4	3	3	3	2	2	2	1	1
Level 3	ELEVATION	1	1	2	3	3	4	4	5	6	7	8	9	1	9	8	6	4	2
	SPEED(KM/H)	1	1	2	2	3	3	3	4	4	4	3	3	3	2	2	2	1	1
Level 4	ELEVATION	1	2	2	3	3	4	5	6	7	8	9	1	1	1	8	7	5	3
	SPEED(KM/H)	2	2	3	3	4	4	4	5	5	4	4	4	3	3	3	2	2	2
Level 5	ELEVATION	1	2	3	4	5	6	7	8	9	9	1	1	1	1	1	8	6	4
	SPEED(KM/H)	2	2	3	3	4	4	4	5	5	4	4	4	3	3	3	2	2	2
Level 6	ELEVATION	2	2	3	4	5	6	7	8	9	1	1	1	1	1	1	8	6	4
	SPEED(KM/H)	2	2	3	3	4	4	4	5	5	4	4	4	3	3	3	2	2	2
Level 7	ELEVATION	2	3	4	5	6	7	8	9	1	1	1	1	1	1	1	8	6	4
	SPEED(KM/H)	2	2	4	4	5	5	5	6	6	6	5	5	4	4	4	2	2	2
Level 8	ELEVATION	3	4	5	6	7	8	9	1	1	1	1	1	1	1	1	8	6	4
	SPEED(KM/H)	2	2	4	4	5	5	5	6	6	6	5	5	4	4	4	2	2	2

P8 HILL RUN

SPEED & INCLINE		1	2	3	4	5	6	7	8	9	1	1	1	1	1	1	1	1	1
Level 1	ELEVATION	0	0	1	1	2	2	2	3	3	3	4	4	5	5	4	3	2	1
	SPEED(KM/H)	2	2	2	3	3	3	5	5	7	7	9	9	1	8	8	6	4	2
Level 2	ELEVATION	0	0	1	1	2	2	2	3	3	3	4	4	5	6	5	3	2	1
	SPEED(KM/H)	2	2	2	4	4	4	6	6	6	8	8	1	1	8	8	6	4	2
Level 3	ELEVATION	0	0	1	1	2	2	3	3	3	4	4	5	5	6	5	3	2	1
	SPEED(KM/H)	2	2	4	4	4	6	6	6	8	8	1	1	1	1	8	6	4	2
Level 4	ELEVATION	0	1	1	2	2	3	3	4	4	4	5	5	6	7	6	5	3	2
	SPEED(KM/H)	2	2	4	4	6	6	8	8	8	1	1	1	1	1	1	7	5	3
Level 5	ELEVATION	1	1	2	2	3	3	4	4	5	5	6	6	7	8	7	6	3	2
	SPEED(KM/H)	2	4	6	6	6	6	8	8	8	1	1	1	1	1	1	7	5	3
Level 6	ELEVATION	1	2	3	4	4	4	5	5	6	6	7	8	8	8	7	6	3	2
	SPEED(KM/H)	2	4	6	6	6	6	8	8	1	1	1	1	1	1	1	7	5	3
Level 7	ELEVATION	1	2	3	4	5	6	6	7	7	8	8	9	1	1	9	6	3	2
	SPEED(KM/H)	2	4	6	6	8	8	1	1	1	1	1	1	1	1	1	7	5	3
Level 8	ELEVATION	1	2	3	4	6	6	7	7	8	8	9	9	1	1	9	6	3	2
	SPEED(KM/H)	2	4	6	8	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	7	5	3

3.8 BENUTZERPROGRAMME

Die Konsole bietet 8 vordefinierte Programme für das Ausdauertraining; jedes Programm hat 8 verschiedene Intensitätsstufen. • Schalten Sie das Produkt ein, indem Sie den Hauptschalter auf ON stellen und den Sicherheitsschlüssel am Bedienpult einsetzen.

• Steigen Sie auf die Lauffläche, die Füße auf den seitlichen Trittflächen, und drücken Sie mehrmals PROGRAM, bis eines der Benutzerprogramme U01÷U03 angezeigt wird; das Display DISTANCE zeigt die Programmnummer. Drücken Sie dann MODE, um ein neues Benutzerprogramm einzustellen oder ein gespeichertes zu ändern.

• Das Display TIME blinkt und zeigt die voreingestellte DAUER von 30 Minuten; stellen Sie mit SPEED die gewünschte Dauer des Benutzerprogramms ein (Bereich: 5 ÷ 99 Minuten) und bestätigen Sie mit MODE.

• Das Benutzerprogramm besteht aus 18 Segmenten (Schritten); für jedes Segment können Bandgeschwindigkeit und Steigung eingestellt werden. Die 18 Segmente bilden das Profil des Benutzerprogramms.

SEGMENT 01:
– Stellen Sie mit SPEED +/- die Geschwindigkeit für Segment 01 ein (Anzeige im Display SPEED);
– stellen Sie mit INCLINE +/- die Steigung für Segment 01 ein (Anzeige im Display INCLINE). Bestätigen Sie mit MODE und gehen Sie zum nächsten Segment.

SEGMENT 02:
– Stellen Sie mit SPEED +/- die Geschwindigkeit für Segment 02 ein (Anzeige im Display SPEED);
– stellen Sie mit INCLINE die Steigung für Segment 02 ein (Anzeige im Display INCLINE). Bestätigen Sie mit MODE und gehen Sie zum nächsten Segment.

• Sind Geschwindigkeit und Steigung für alle 18 Segmente eingestellt, wird das Profil des Benutzerprogramms in der Konsole gespeichert. Sind alle drei Benutzerprogramme belegt, kann ein neues Benutzerprogramm nur durch Ändern eines bestehenden angelegt werden.

• Drücken Sie START, um das Benutzerprogramm zu starten; nach einem Countdown von drei Sekunden läuft das Band gemäß dem programmierten Profil an.

• Geschwindigkeit und Steigung können jederzeit mit den entsprechenden Tasten erhöht oder verringert werden. Die Änderung gilt nur für das aktuelle Segment des Profils; beim Übergang zum nächsten Segment werden wieder die im Programm vorgesehenen Werte für Geschwindigkeit/Steigung übernommen.

• Das Programm läuft für die eingestellte Zeit (bis das Display TIME null zeigt). Jedes Benutzerprogramm besteht aus 18 Segmenten; jedes Segment dauert 1/18 der eingestellten Gesamtzeit.

• Um das Training vorübergehend anzuhalten (PAUSE), drücken Sie STOP. Zum Fortsetzen drücken Sie START, oder drücken Sie ein zweites Mal STOP, um das Training endgültig zu beenden und in den Stand-by zurückzukehren.

3.9 HRC-PROGRAMME

Beim HRC-Programm regelt die Konsole Steigung und Geschwindigkeit automatisch abhängig von der gemessenen Herzfrequenz. Stellen Sie den Herzfrequenz-Grenzwert nach den Angaben und der Tabelle im Abschnitt „Das Trainingsprogramm“ ein – immer und nur nach Rücksprache mit Ihrem Arzt.



Vor der Nutzung der HRC-Programme ist eine ärztliche Rücksprache zwingend erforderlich.

• Schalten Sie das Produkt ein, indem Sie den Hauptschalter auf ON stellen und den Sicherheitsschlüssel am Bedienpult einsetzen.

• Steigen Sie auf die Lauffläche, die Füße auf den seitlichen Trittflächen, und drücken Sie mehrmals PROGRAM, bis eines der Programme H-1÷H-3 angezeigt wird; das Display DISTANCE zeigt die Programmnummer. Bestätigen Sie mit MODE. Die drei Programme haben unterschiedliche Merkmale und Intensitäten: H-1 = Die Steigung wird frei eingestellt, die Geschwindigkeit regelt die Konsole automatisch. H-2 = Die Geschwindigkeit wird frei eingestellt, die Steigung regelt die Konsole automatisch. H-3 = Geschwindigkeit

und Steigung regelt die Konsole automatisch.

• Die DAUER des Programms wird abgefragt; das Display TIME blinkt. Stellen Sie den Wert mit SPEED +/- ein und bestätigen Sie mit MODE.

• Das ALTER wird abgefragt; das Display DISTANCE blinkt. Stellen Sie den Wert mit SPEED +/- ein und bestätigen Sie mit MODE.

• Die Ziel-Herzfrequenz des HRC-Programms (Target HR) wird abgefragt; das Display CALORIES zeigt blinkend den Wert passend zum eingegebenen Alter. Sie können ihn (je nach Gesundheitszustand und Trainingsstand) mit den Tasten SPEED +/- ändern; bestätigen Sie mit MODE.

• Nach Eingabe aller oben genannten Parameter muss für das HRC-Programm der optionale Brustgurt getragen werden. Prüfen Sie, ob die Konsole das Signal des Gurts empfängt, und drücken Sie START. Nach einem Countdown von drei Sekunden läuft das Band an und das Training beginnt mit den eingegebenen Parametern.

• Das Programm endet nach Ablauf der eingestellten Dauer; es kann jederzeit durch zweimaliges Drücken von STOP oder durch Abziehen des Sicherheitsschlüssels abgebrochen werden.

WICHTIGE HINWEISE: – Für das HRC-Programm ist der auf Anfrage erhältliche Brustgurt-Sender erforderlich, da er die Herzfrequenz genauer erfasst als die Pulssensoren an den Handläufen, die zudem das Gleichgewicht beim Laufen beeinträchtigen.

- Wird das Herzfrequenzsignal nicht durchgehend erfasst, werden Bandgeschwindigkeit und Steigung auf null gesetzt, die Konsole beendet das Training und zeigt eine Meldung „kein Puls“ an.



Zeigt das Display Pulse unplausible oder stark schwankende Herzfrequenzwerte an, verwenden Sie das HRC-Programm NICHT und prüfen Sie, ob sich in der Nähe des Geräts elektromagnetische Störquellen befinden. Besteht das Problem weiter, wenden Sie sich an den Kundendienst.

3.10 BODY FAT TEST

Mit den Pulssensoren an den Handläufen misst das Programm Body Fat Test den Körperfettanteil in Prozent. Der Messwert ist nur ein ungefährer, theoretischer Richtwert, um die Entwicklung der Fitness im Verlauf eines Trainingsprogramms einzuschätzen.



• Für Träger von Herzschrittmachern oder anderen elektronischen Implantaten ist das Programm Body Fat Test verboten. • Das Programm Body Fat Test nur bei vollständig stillstehendem Band durchführen.

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

• Steigen Sie auf die Lauffläche, die Füße auf den seitlichen Trittflächen, und drücken Sie PROGRAM, bis im Display TIME die Abkürzung FAT (Body Fat Test) erscheint, um die Messung des Körperfettanteils aufzurufen.

• Drücken Sie MODE; das Display INCLINE zeigt F1, das GESCHLECHT wird abgefragt, das Display DISTANCE zeigt 1 (männlich voreingestellt). Stellen Sie mit SPEED 1 für männlich oder 2 für weiblich ein.

• Drücken Sie erneut MODE; das Display INCLINE zeigt F2, das ALTER wird abgefragt, das Display DISTANCE zeigt 25 (Voreinstellung). Geben Sie den Wert mit SPEED ein.

• Drücken Sie erneut MODE; das Display INCLINE zeigt F3, die KÖRPERGRÖSSE wird abgefragt, das Display DISTANCE zeigt 170 (Voreinstellung). Geben Sie den Wert mit SPEED ein.

• Drücken Sie erneut MODE; das Display INCLINE zeigt F4, das GEWICHT wird abgefragt, das Display DISTANCE zeigt 70 (Voreinstellung). Geben Sie den Wert mit SPEED ein.

• Drücken Sie abschließend MODE, um die Messung des Körperfettanteils zu starten; das Display INCLINE zeigt F5, das Display DISTANCE „---“. Drücken Sie beide Hände fest auf die Pulssensoren, bis nach einigen Sekunden (ca. 10 Sekunden) im Display INCLINE das Testergebnis erscheint.

• Kann die Konsole den Körperfettanteil nicht berechnen, kann dies an falsch eingegebenen Benutzerdaten liegen oder an zu trockener Haut der Hände, die keinen ausreichenden Kontakt zu den Sensoren ermöglicht. In diesem Fall den Sicherheitsschlüssel abziehen, wieder einstecken und die Messung wiederholen; dabei die Hände leicht anfeuchten.

Referenztabelle zur Anzeige F5 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

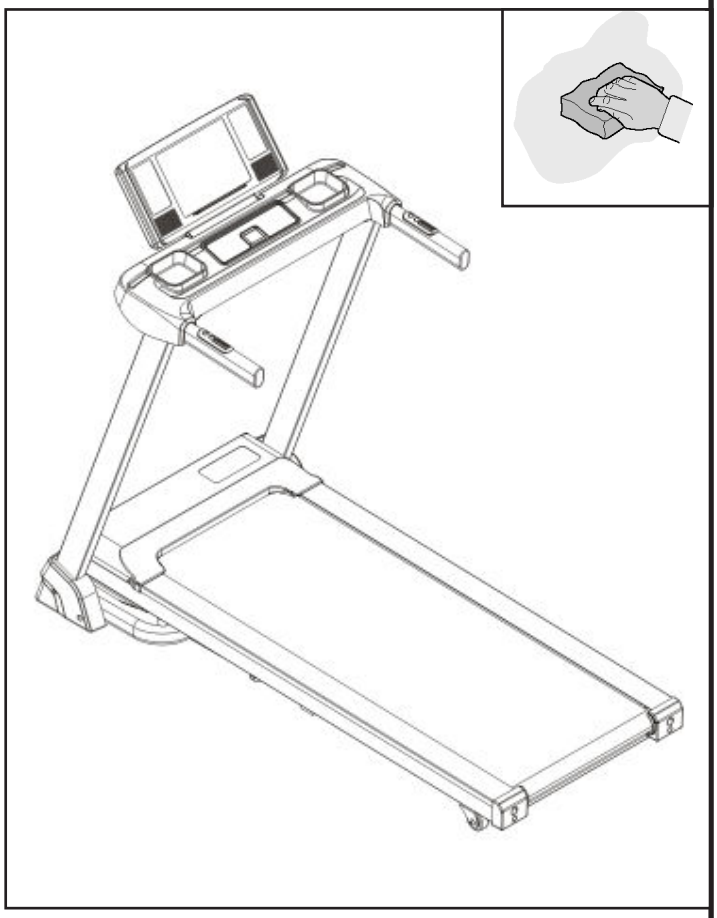
KEINE brennbaren, giftigen oder schädlichen Stoffe zur Reinigung verwenden, sondern nur Produkte auf Wasserbasis und weiche Tücher.

KEINE erdölhaltigen Lösungsmittel wie Aceton oder Benzol, chlorhaltige Öle, Tetrachlorkohlenstoff oder Ammoniak verwenden; diese können Kunststoffteile beschädigen und angreifen.

• Schweiß ist eine Körperflüssigkeit mit Salzen, die Metall angreifen können; reinigen Sie das Gerät daher nach jedem Training gründlich mit einem mit Neutralseife angefeuchteten Mikrofasertuch, um Schweißrückstände zu entfernen. Behandeln Sie vor allem die Metallteile, um Schäden an Rahmen und Lackierung vorzubeugen, die die Garantie beeinträchtigen können.

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

• Reiben Sie beim Reinigen nicht zu fest über die Konsole.



4.1 SCHMIEREN DER LAUFFLÄCHE

ACHTUNG

Die Schmierung des Laufbands ist wichtig und muss wie nachfolgend beschrieben erfolgen. Ohne Schmierung entsteht mehr Reibung zwischen Band und Laufbrett; dies kann zum Defekt von Motor und Leistungsplatine sowie zu vorzeitigem Verschleiß von Band und Laufbrett führen. Schäden durch Nachlässigkeit oder fehlende Wartung sind von der Herstellergarantie nicht gedeckt.

Die Lauffläche ist werkseitig vorgeschmiert; vor der ersten Benutzung ist kein Schmieren nötig.

Die Lauffläche muss nach den ersten 50 km und danach etwa alle 300 km mit dem vorgesehenen Silikon-Schmiermittel geschmiert werden. Schmieren Sie außerdem nach längerem Stillstand und immer dann, wenn sich die Lauffläche trocken anfühlt.

• Damit Lauffläche und Laufband in gutem Zustand bleiben, müssen sie in regelmäßigen Abständen geschmiert werden.

• Die erste Schmierung erfolgt nach den ersten 50 km, danach etwa alle 300 km. Zur Einhaltung der Wartungsintervalle verfügt die Konsole über einen Zähler der Gesamtstrecke „ODO“.

• Um die Gesamtstrecke „ODO“ anzuzeigen, ziehen Sie den Sicherheitsschlüssel vom Bedienpult ab und halten Sie die Taste PROG gedrückt; das Display zeigt die gesamten Kilometer und die Gesamtnutzungszeit des Geräts. Zum Verlassen setzen Sie den Sicherheitsschlüssel wieder in die Aufnahme am Bedienpult ein.

• Schalten Sie das Gerät vor dem Schmieren aus und ziehen Sie den Netzstecker aus der Steckdose.

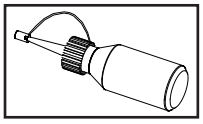
• Heben Sie das Laufband an den Rändern der Trittflächen an und arbeiten Sie etwa 40 cm vom Motorraum entfernt; heben Sie zuerst die linke Seite an, wie abgebildet.

• Mit dem mitgelieferten Schmiermittel etwa 5 mm des Flascheninhalts unter das Band geben und möglichst mittig auf dem Laufbrett verteilen.

• Den Vorgang an der rechten Seite wiederholen und dazu den Bandrand rechts anheben.

• Alternativ kann mit einem Silikon-Schmierspray (nicht mitgeliefert) geschmiert werden: je Seite viermal zwei Sekunden sprühen.

• Das Laufband mit Mindestgeschwindigkeit starten und einige Minuten gehen, um das Schmiermittel auf der Lauffläche zu verteilen.



Mitgeliefertes Schmiermittel



DAS BAND AN BEIDEN SEITEN ANHEBEN
UND DEN MITTELBEREICH
DES LAUFBRETTS SCHMIEREN

4.2 SPANNEN - ZENTRIEREN DES LAUFBANDS

GEFAHR

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

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

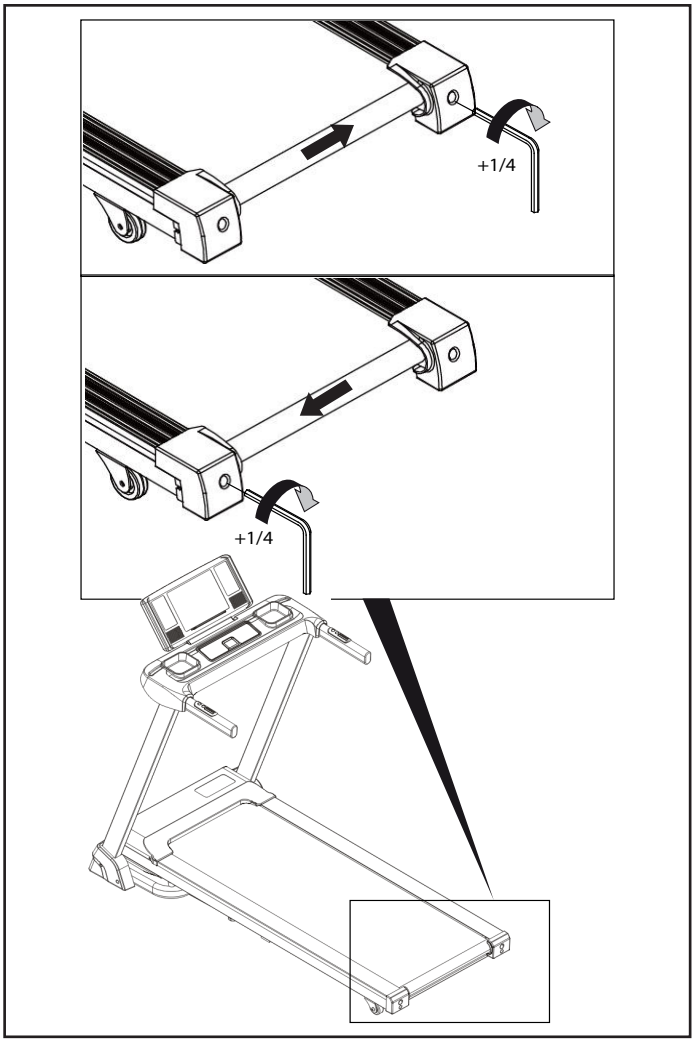
• Nach jeder Einstellung das Laufband laufen lassen, um das Ergebnis zu prüfen.

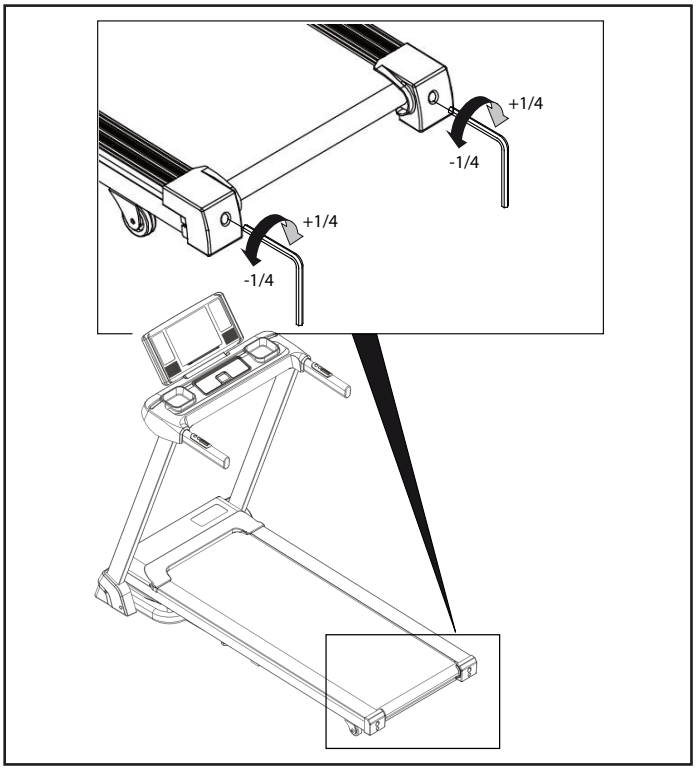
• Läuft es weiter nach rechts, die linke Schraube um eine Vierteldrehung gegen den Uhrzeigersinn drehen. Läuft das Band nach links, gilt dasselbe sinngemäß.

ACHTUNG

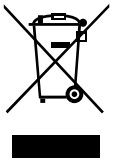
Die Spannschrauben jeweils höchstens um 1/4 Umdrehung drehen. Zu hohe Bandspannung kann zu vorzeitigem Verschleiß von Rollen, Lagern und Motor führen.

• 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 bedeutet, dass die Produkte in den Anwendungsbereich der EU-Richtlinie über die Entsorgung von Elektro- und Elektronik-Altgeräten (WEEE) fallen.

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



Die CE-Kennzeichnung bedeutet, dass das Produkt der RoHS-Richtlinie 2011/65/EU entspricht und keines der eingebauten elektrischen und elektronischen Bauteile 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.

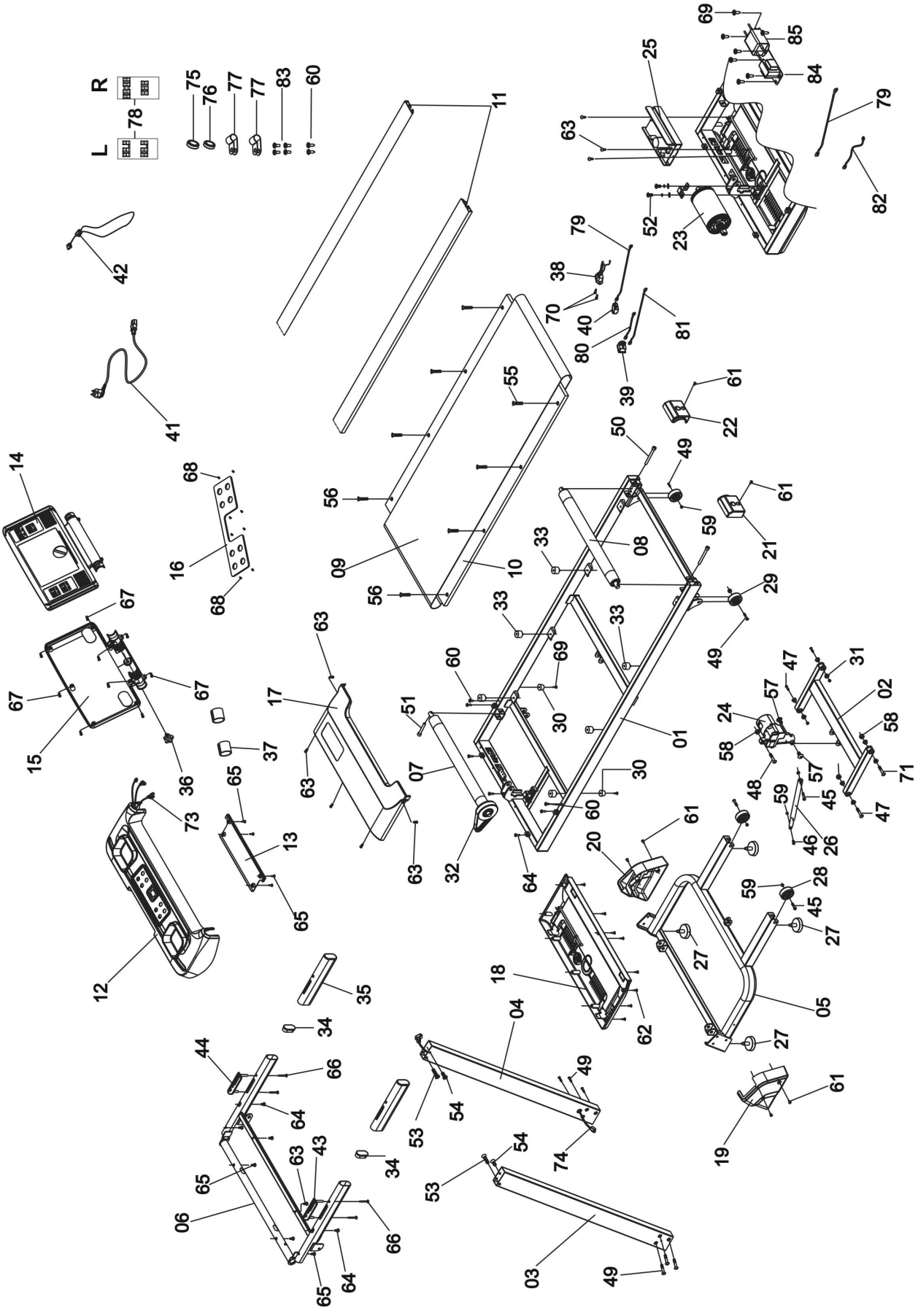
Die Ersatzteilbestellung muss folgende Angaben enthalten: 1. Marke und Modell des Produkts – siehe Typenschild 2. Bezeichnung des zu ersetzenden Teils – siehe Ersatzteilliste 3. Referenznummer des Teils – siehe Explosionszeichnung 4. Benötigte Menge. 5. Anschrift und Versandinformationen –

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

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

Dieser Katalog kann in Details vom vorhandenen Produkt abweichen; zwischenzeitliche Änderungen des Herstellers sind möglicherweise nicht enthalten. Bei Fragen zu Zeichnungen und Beschreibungen wenden Sie sich an den technischen Kundendienst: +39 0143/318500

6.1 EXPLOSIONSZEICHNUNG ERSATZTEILE



6.2 ERSATZTEILLISTE

Pos.	Beschreibung	Menge
01	Rahmen Lauffläche	1
02	Rahmen Steigung	1
03	Ständer links	1
04	Ständer rechts	1
05	Rahmen Motorraum	1
06	Rahmen Bedienpult	1
07	Vordere Rolle mit Riemenscheibe	1
08	Hintere Rolle	1
09	Laufband	1
10	Laufbrett	1
11	Seitliche Trittfläche	2
12	Obere Abdeckung Bedienpult	1
13	Untere Abdeckung Bedienpult	1
14	Vordere Konsolenblende	1
15	Hintere Konsolenblende	1
16	Tastatur Bedienpult	1
17	Obere Abdeckung Motorraum	1
18	Untere Abdeckung Motorraum	1
19	Abdeckung Ständerfuß links	1
20	Abdeckung Ständerfuß rechts	1
21	Abdeckung hintere Rolle links	1
22	Abdeckung hintere Rolle rechts	1
23	Hauptmotor	1
24	Steigungsmotor	1
25	Leistungsplatine	1
26	Gasdruckzylinder	1
27	Stellfuß	4
28	Transportrolle	2
29	Stützrolle Rahmen Lauffläche	2
30	Gummifuß	2
31	Buchse Rahmen Steigung	8
32	Riemen	1
33	Dämpfungselastomer Lauffläche	6
34	Ovaler Stopfen Handlauf	2
35	Handlaufverkleidung	2
36	Drehknopf Neigungsverstellung Konsole	1
37	Doppelseitiger EVA-Kleber	2
38	Netzbuchse	1
39	Hauptschalter	1
40	Sicherungsautomat	1
41	Netzkabel	1
42	Sicherheitsschlüssel (Safety Key)	1
43	Pulssensoren links	1
44	Pulssensoren rechts	1
45	Innensechskantschraube M8x45 mm	3
46	Innensechskantschraube M8x28 mm	1
47	Innensechskantschraube M10x45 mm	2
48	Innensechskantschraube M8x12 mm	1
49	Innensechskantschraube M8x40 mm	8
50	Innensechskantschraube M8x65 mm	2
51	Innensechskantschraube M8x35 mm	1
52	Innensechskantschraube M6x12 mm	2
53	Innensechskantschraube M8x40 mm	2
54	Innensechskantschraube M8x15 mm	2
55	Innensechskantschraube M6x25 mm	2

Pos.	Beschreibung	Menge
56	Innensechskantschraube M6x20 mm	6
57	Innensechskantschraube M10x15 mm	2
58	Mutter M10	5
59	Mutter M8	6
60	Schraube M4x12 mm	4
61	Schraube M5x12 mm	6
62	Blechschraube M4x16 mm	8
63	Blechschraube M4x16 mm	11
64	Blechschraube M4x20 mm	7
65	Blechschraube M4x10 mm	8
66	Blechschraube M4x16 mm	4
67	Blechschraube M4x12 mm	9
68	Blechschraube M3x6 mm	8
69	Blechschraube M4x15 mm	9
70	Blechschraube M4x15 mm	2
71	Innensechskantschraube M10x40 mm	2
72	Unterlegscheibe	2
73	Kabelstrang Konsole oben	1
74	Kabelstrang Konsole unten	1
75	Ferritkern 31x13x19mm	1
76	Ferritkern UF-70B 16.5x30x7.5x15	1
77	Kabelclip	2
78L/R	Displayplatine links/rechts	1/1
79	AC-Kabel L=400 mm (braun)	1
80	AC-Kabel L=100 mm (braun)	1
81	AC-Kabel L=400 mm (blau)	1
82	Erdungskabel L200 mm	1
83	Schraube M4x8 mm	4
84	Transformator	1
85	Netzfilter	1
86	Innensechskantschlüssel #5	1
87	Innensechskantschlüssel #6	1
88	Steckschlüssel mit Kreuzschlitzschraubendreher	1
89	Silikon-Schmiermittel	1

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.

3.1

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

Vertrieb in Österreich: Bodyfit Handels KG · Wiener Straße 190 · 4020 Linz · 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