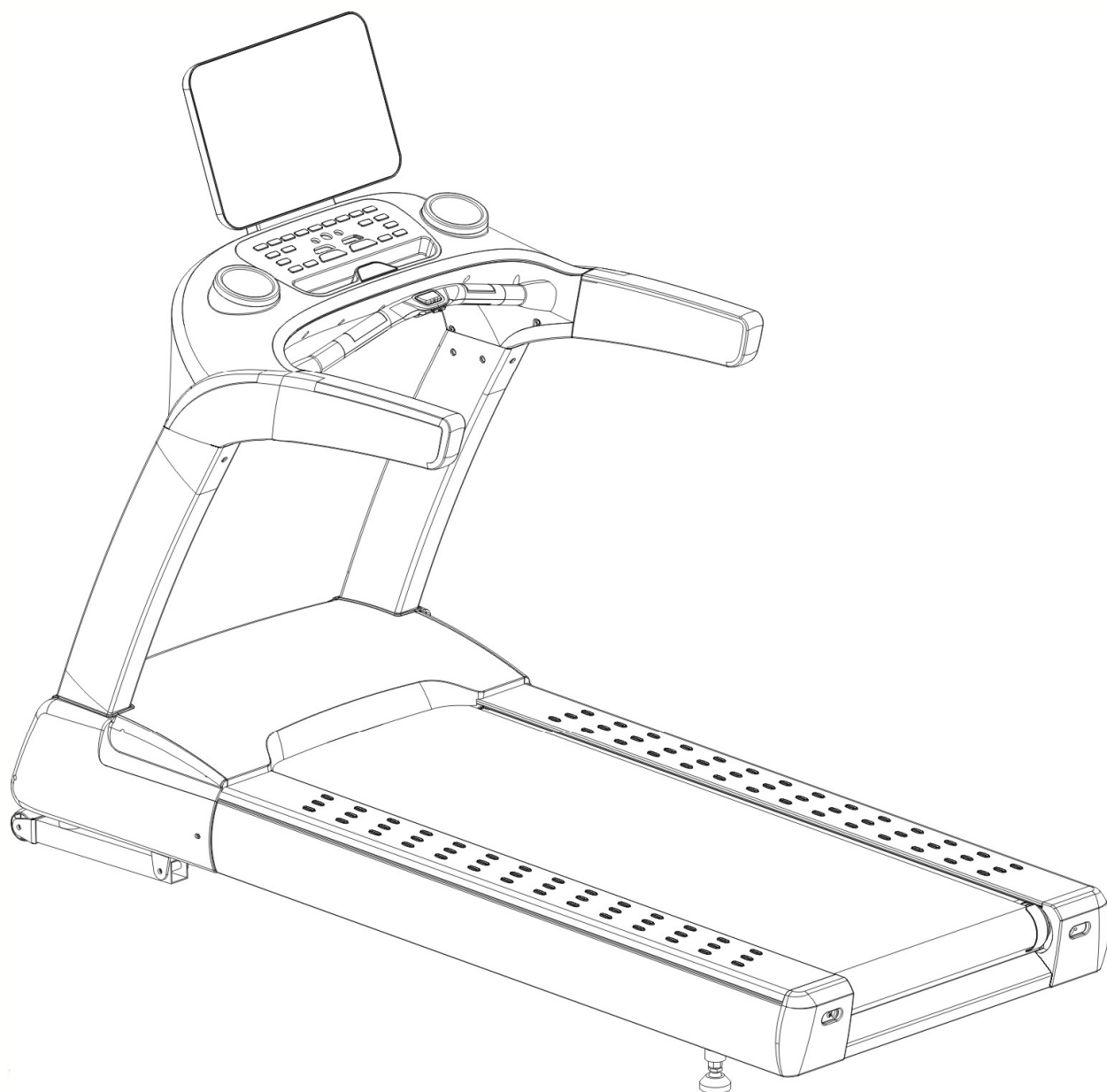


# CLUB RUNNER TFT

Réf : 460755

F

GB



FR

Cet appareil se recycle

À DÉPOSER EN MAGASIN



À DÉPOSER EN DÉCHÈTERIE



Points de collecte sur [www.quefairedemesdechets.fr](http://www.quefairedemesdechets.fr)  
Privilégiez la réparation ou le don de votre appareil !

INTENSIVE LINE

CARE

[www.carefitness.com](http://www.carefitness.com)



## AVERTISSEMENTS :

### Sécurité

- Lisez et conservez avec précaution ce manuel de l'utilisateur. N'utilisez ce produit que de la manière indiquée.
- Cet appareil doit être assemblé et utilisé par des adultes.
- Votre appareil est conforme à la norme EN-957 classes S pour une utilisation à domicile et en salle de sport.
- Pour une utilisation en toute sécurité une surface stable et plane est nécessaire. Protégez votre revêtement de sol par un tapis. Ne pas utiliser cet appareil dans un endroit humide (piscine, sauna, etc.).
- Ne pas laisser jouer les enfants avec l'appareil. La société CARE décline toute responsabilité quant aux dommages qu'ils pourraient subir. Ne pas laisser les enfants à proximité de l'appareil pendant votre entraînement.
- CARE décline toute responsabilité en cas de modifications techniques faites par l'utilisateur sur l'un de nos produits.
- Poids maximum de l'utilisateur : 180 kg.
- **Avant de commencer votre entraînement il est primordial de consulter votre médecin pour déterminer le niveau d'intensité de votre programme. Un entraînement excessif ou mal programmé peut nuire à la santé.**
- Gardez le dos droit lors des exercices.
- Il est fortement recommandé de porter une tenue et des chaussures appropriées.
- Tenez compte pour les parties réglables des positions maximales.

### Entretien

- Vérifier régulièrement le serrage des éléments de fixation avec les vis et les écrous. Pour garder son niveau de sécurité, votre appareil doit être examiné régulièrement. Il est impératif de remplacer toute pièce défectueuse et de ne plus l'utiliser jusqu'à sa complète réparation. Penser au graissage régulier des pièces mobiles.
- La sueur étant très corrosive ne pas laisser celle-ci entrer en contact avec les parties émaillées ou chromées de l'appareil, et particulièrement l'ordinateur, essuyer immédiatement votre appareil après entraînement. Le nettoyage des parties émaillées se fait à l'aide d'une éponge imprégnée d'eau. Tous produits agressifs ou corrosifs sont à proscrire.

**Garantie** : Le châssis est garanti 5 ans. Les pièces d'usures sont garanties 2 ans. La garantie s'applique en utilisation normale par un particulier à domicile. Activer la garantie de votre produit en ligne sur [www.carefitness.com](http://www.carefitness.com)

**Recyclage** : le symbole « poubelle barrée » signifie que ce produit et les piles qu'il peut contenir ne peuvent être jetés avec les déchets domestiques. Ils font l'objet d'un tri sélectif spécifique. Déposez les batteries ainsi que votre produit électronique en fin de vie dans un espace de collecte autorisé afin de les recycler. Cette valorisation de vos déchets électroniques permettra la protection de l'environnement et de votre santé.

## **Safety**

- Read this user manual and keep it in a safe place. Use this product exclusively in the manner indicated.
- This equipment must be assembled and used by adults.
- The equipment complies with the EN-957 standard, classification S for use in the home, in a sports center.
- For totally safe use, a stable, level surface is required. Protect your floor covering with a mat. Do not use the equipment in damp areas (swimming pool, sauna, etc.).
- Do not allow children to play with this equipment. CARE declines all responsibility for any injuries they may incur. Do not allow children close to this equipment when you are training.
- CARE declines all responsibility if technical modifications are made to any of its products by the user.
- Maximum weight of user: 180 kg.
- **Before you start training, it is essential that you consult your doctor to determine the intensity level of the program you use.**
- Excessive or badly programmed training can damage your health.
- Keep your back straight when exercising.
- It is strongly recommended that you wear suitable clothing and footwear.
- For adjustable parts, bear the maximum positions in mind.

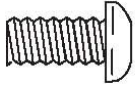
## **Maintenance**

- Regularly check that elements fastened with nuts and bolts are correctly tightened.
- To maintain the level of safety, the equipment must be regularly checked. It is vital that any faulty parts are replaced and that it is not used until completely repaired. Remember regularly to grease moving parts.
- As sweat is very corrosive, do not allow it to come into contact with the enameled or chromed parts of the equipment, particularly the computer. Immediately wipe the equipment after training. The enameled parts can be cleaned using a damp sponge. All aggressive or corrosive products should be avoided.

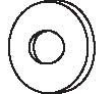
**Guarantee:** the chassis is guaranteed for 5 years. Moving parts are guaranteed for 2 years. The guarantee applies to normal use by a private individual in his home. Validate your product warranty on line [www.carefitness.com](http://www.carefitness.com)

**Recycling :** The « crossed out dustbin » sign means that this product and its batteries cannot be thrown out with domestic waste. They should be treated apart. When you have finished with them, drop them at an authorised collection point so they can be recycled. This gesture will go towards protecting the environment and your health.

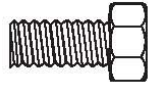
## Matériel et outils / Hardware and tool



(A8)M10×20  
12pcs



(C2)φ10  
22pcs



(A4)M10×25  
8pcs



(B1)M10  
2pcs



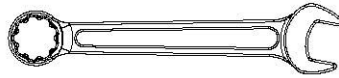
(C5)φ10  
8pcs



(A9)ST4×30  
2pcs



(A17)ST4×16  
6pcs



(D1)S=17  
1pc



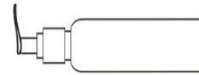
(D3) wrench  
( S=6)  
1pc



(D2)  
1pc



(D4)S=8  
1pc



(D5)  
1pc

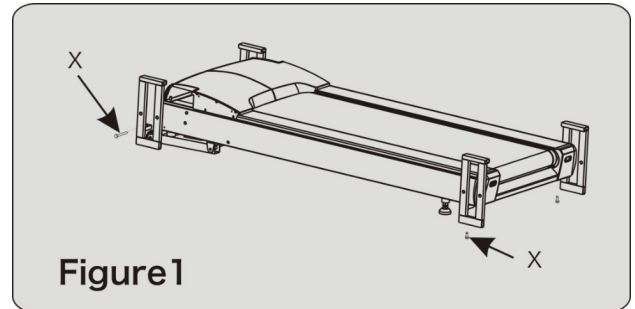
S'assurer qu'il y a suffisamment d'espace pour installer le tapis et recommander que deux personnes l'installent.  
**AVERTISSEMENT** : N'insérez pas le câble d'alimentation tant que le tapis de course n'est pas complètement assemblé.

Conseils d'assemblage :

1. afin d'éviter toute erreur d'instruction, ne pas serrer complètement le boulon avant d'avoir terminé l'assemblage du tapis de course.
- 2 Ce tapis roulant est emballé dans 2 cartons. Le carton #1 contient le cadre principal. Le carton #2 contient le guidon et le compteur.

### 1. Déballez et soulevez le cadre

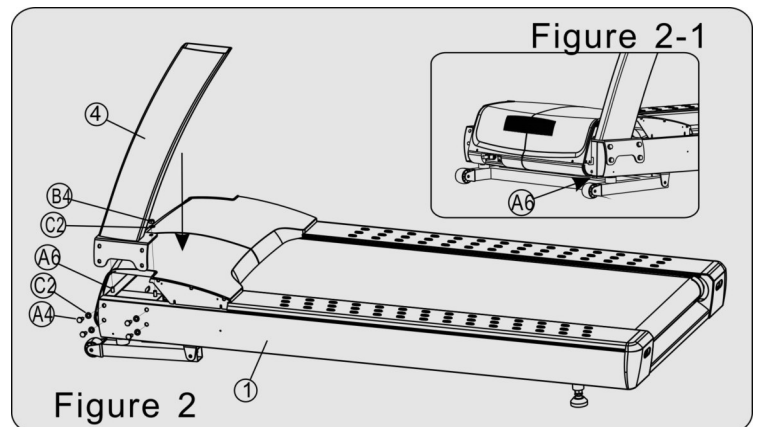
Le cadre est fixé par un support et un X. Avant de quitter l'usine, le support est fixé par un support et un X. Dévissez le X (il y en a quatre au total) monté sur le cadre à l'aide d'une clé. Soulevez ensuite le cadre pour l'extraire. Comme le montre la figure 1



### 2. Assemblage du tube vertical gauche

A. Installer le tube vertical gauche (4) sur le cadre de base (1) à l'aide de quatre jeux de boulons M10X25 (A4), de rondelles plates  $\phi 10$  (C2) côté à côté. (Attention : aligner le trou de la vis avec la surface supérieure). S'assurer que les boulons relient le tube vertical gauche et le cadre de base. (Voir figure 2)

B. Dans la partie intérieure supérieure, utiliser une rondelle plate  $\phi 10$  (C2) et un contre-écrou en nylon M10 (B4) pour serrer. Sur le côté extérieur supérieur, serrer le boulon M10X165 (A6) qui a été assemblé sur le cadre (attention : la tête du boulon se trouve sur la face inférieure avant, voir figure 2-1).

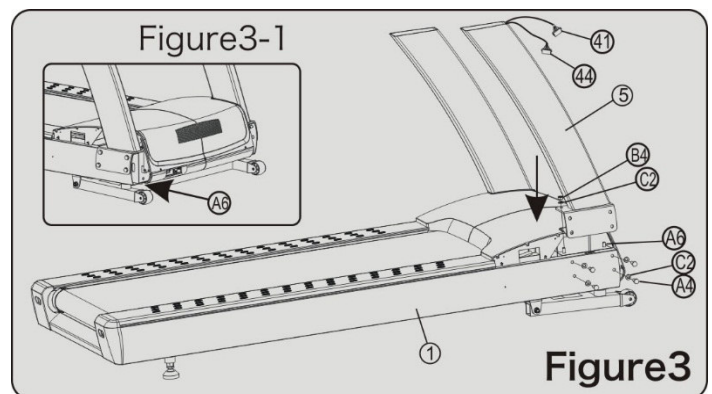


### 3. Installation du tube vertical droit

3.1 Connecter le fil de signal du tube vertical droit aux fils correspondants du cadre.

3.2 Installer le tube vertical droit (5) sur le cadre de base (1) à l'aide de quatre jeux de boulons M10X25 (A4), de rondelles plates  $\phi 10$  (C2) côté à côté. (Attention : aligner le trou de la vis avec la surface supérieure). Veillez à ce que les boulons relient le tube vertical droit et le cadre de base. (Voir figure 3)

3.3 Dans la partie intérieure supérieure, utiliser une rondelle plate  $\phi 10$  (C2) et un contre-écrou en nylon M10 (B4) pour serrer. Sur le côté extérieur supérieur, serrer le boulon M10X165 (A6) qui a été assemblé sur le cadre (attention : la tête du boulon se trouve sur la face inférieure avant. Voir la figure 3-1).

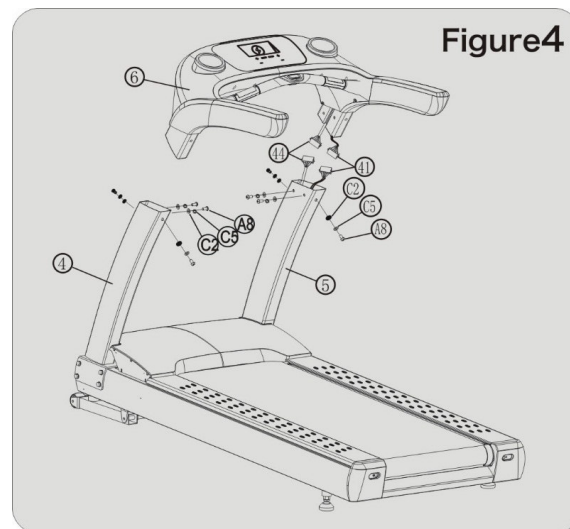


#### 4. Installation du guidon et du panneau de contrôle

4.1 Connecter le fil de signal du tube vertical droit aux fils correspondants du guidon.

4.2 Installer le guidon et le panneau de contrôle (6) sur le tube vertical gauche/droit (4/5).

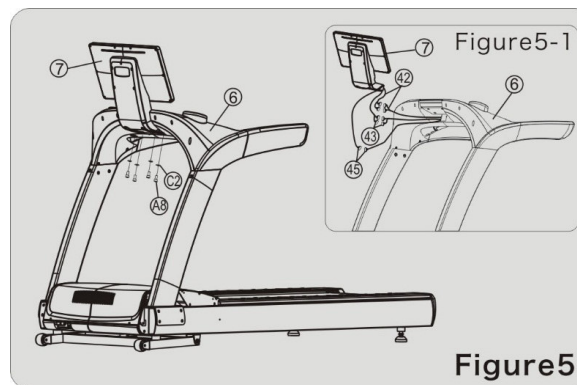
4.3 Connecter le guidon et le panneau de contrôle (6) au tube vertical gauche/droit (4/5) par 8 jeux de boulons demi-ronds M10X20(A8), rondelle élastique  $\phi 10$ (C5), rondelle plate  $\phi 10$ (C2). (Attention : aligner le trou de la vis) (voir figure 4)



#### 5. Installation de l'écran d'affichage

5.1 Connecter le câble de signal de l'écran d'affichage au câble correspondant du panneau de contrôle. Ne pas insérer le fil supplémentaire dans le panneau.

5.2 Connecter l'écran d'affichage (7) au guidon et au panneau de contrôle (6) à l'aide de 4 jeux de boulons demi-ronds M10X20(A8), de rondelles plates  $\phi 10$ (C2) (attention : aligner les trous des vis) (voir figure 5).

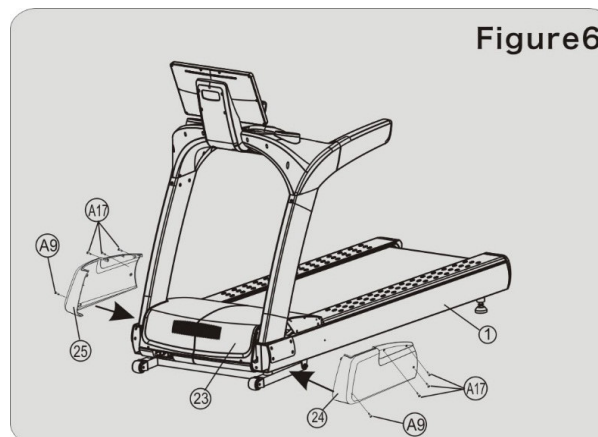


#### 6. Installation du couvercle gauche/droit du moteur

6.1 Serrez tous les boulons d'installation.

6.2 Installez le couvercle gauche du moteur (24) sur le couvercle supérieur du moteur (23) du cadre de base (1) à l'aide d'un boulon autobloquant à tête cruciforme ST4X30 (A9) à l'avant et de trois boulons autobloquants à tête cruciforme ST4X16 (A17) pour le serrer.

6.3 Installer le couvercle droit du moteur (25) sur le couvercle supérieur (23) du cadre de base (1) à l'aide d'un boulon autobloquant à tête cruciforme ST4X30 (A9) à l'avant et de trois boulons autobloquants à tête cruciforme ST4X16 (A17) à serrer (voir figure 6).



#### Réglage du tapis roulant

1 Avant de brancher l'alimentation, le service ou le professionnel vérifie que la tension est appropriée et que le fil de mise à la terre de la fiche à trois conducteurs est connecté. En utilisant la main pour tirer la courroie, vérifier que la rotation est souple et qu'il n'y a pas de bruit.

2. brancher le courant, appuyer sur la touche Start, le tapis roulant tourne lentement, vérifier que la courroie et l'ordinateur sont normaux.

3) Appuyer sur la touche d'inclinaison +/-, vérifier la rotation du tapis roulant et l'affichage. Si la courroie est déviée, vous devez l'arrêter pour l'ajuster selon l'entretien quotidien.

4. appuyer sur le bouton d'urgence ou retirer la clé de sécurité pour arrêter immédiatement le tapis roulant. Une fois la clé de sécurité réinsérée, le tapis roulant ne peut être redémarré qu'après réinitialisation du bouton d'urgence.

5. appuyer sur la touche d'arrêt, le tapis roulant s'arrête de fonctionner, l'inclinaison d'attente revient à la classe zéro et l'appareil s'éteint.

Le tapis roulant peut être utilisé une fois que tous les réglages d'installation sont terminés.

1. les deux pieds se placent de part et d'autre de la courroie, le clip de l'autre côté de la clé de sécurité se fixe sur les vêtements (voir figure).

2. appuyez sur la touche Start, le tapis roulant se met en marche lentement. Vous pouvez marcher lentement sur la courroie.

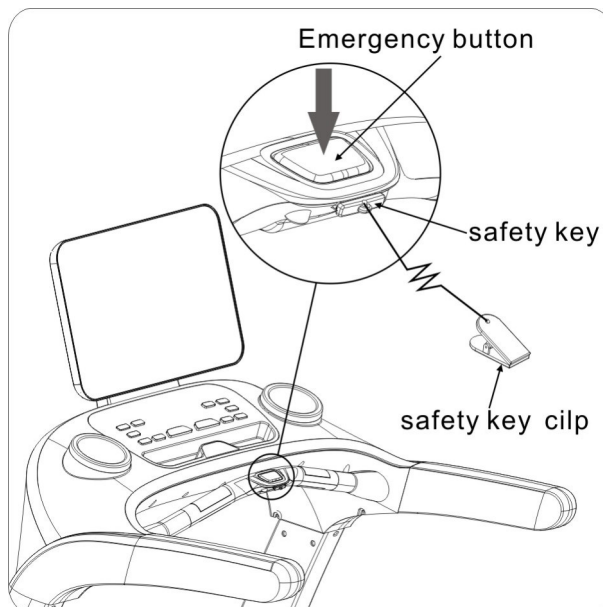
3. appuyez sur la touche speed+, la vitesse de la bande augmente progressivement, vous pouvez voir les données de vitesse de l'ordinateur, une fois que la course est appropriée, vous pouvez lâcher la barre de maintien pour courir.

4) Lorsque vous arrêtez de courir, vous devez ralentir progressivement et courir 2 à 3 minutes à vitesse lente, pour que le cœur et la respiration reviennent à la normale.

5. à la fin de la course, vous pouvez réduire la vitesse de la bande au minimum, et le tapis roulant s'arrêtera lorsque vous appuierez sur la touche d'arrêt.

6. s'il est trop tard pour réduire la vitesse et que vous perdez l'équilibre lorsque vous courez à grande vitesse, vous pouvez appuyer sur le bouton d'urgence, le tapis roulant s'arrêtera immédiatement. La distance d'arrêt dépend de l'inertie et du poids.

7. maîtriser parfaitement l'utilisation du bouton d'urgence et de la clé de sécurité.



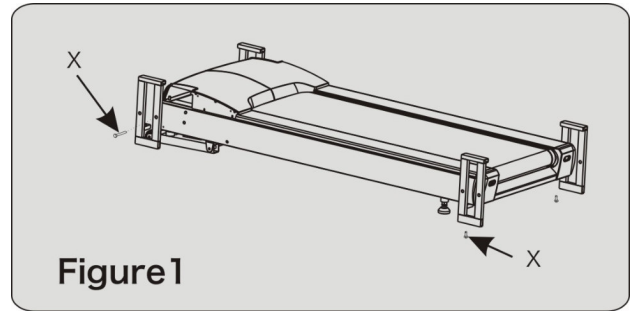


Please make sure there's enough space to install the treadmill and recommend 2 persons to install it.  
**WARNING:** Don't insert the power wire until the treadmill was fully assembled.

**Assembly tips:**

1. In order to avoid instruction mistake, do not tighten bolt completely until the whole treadmill assembly is finished.  
 This treadmill packaged for 2 cartons. #1 carton is main frame. #2 carton is Handlebar and controller.

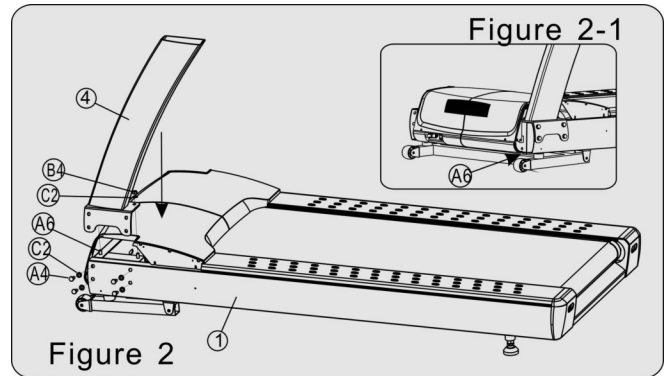
1. Opening the package and take the base frame out  
 Before the treadmill leave the factory, the frame and pallet were fixed by holders and bolts. Using wrench to unscrew the bolts (total 4pcs bolts) on frame, then take the base frame out. (See figure 1)



2. Assembling left upright tube

A. Install the Left upright tube (4) to base frame (1) using four sets of bolt M10X25 (A4), Flat washers φ10 (C2) by side. (Attention: to align screw hole with the upper surface). Make sure the bolts to connect left upright tube and base frame. (See figure 2)

B. In upper inner side, using one piece Flat washer φ10 (C2) and one piece Nylon lock nut M10 (B4) to tighten. In upper outer side, using Bolt M10X165 (A6) that was assembled on frame to tighten. (Attention: bolt head position is the front underside. See figure 2-1)

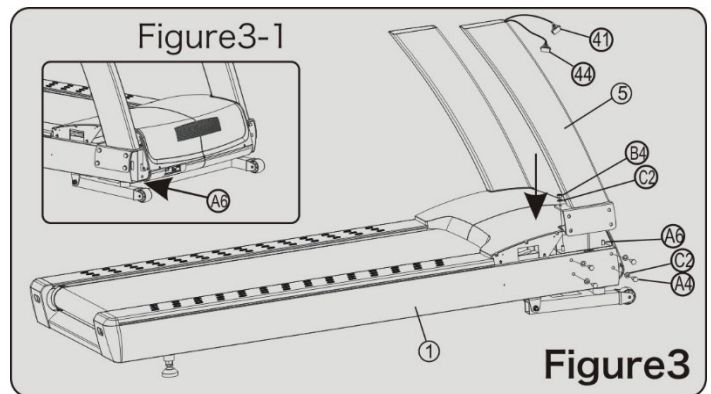


3. Installation of right upright tube

3.1 Connect the Signal wire from right upright tube to corresponding wires from frame.

3.2 Install the Right upright tube (5) to base frame (1) using four sets of bolt M10X25 (A4), Flat washers φ10 (C2) by side. (Attention: to align screw hole with the upper surface). Make sure the bolts to connect right upright tube and base frame. (See Figure 3)

3.3 In upper inner side, using one piece of Flat washer φ10 (C2) and one piece of Nylon lock nut M10 (B4) to tighten. In upper outer side, using Bolt M10X165 (A6) that was assembled on frame to tighten. (Attention: bolt head position is the front underside. See Figure 3-1)



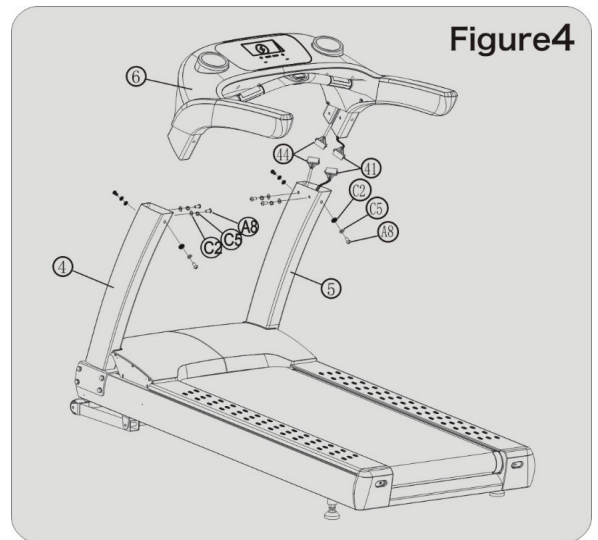


#### 4. Installation of handlebar and controlling panel

4.1 Connect the Signal wire from Right upright tube to corresponding wires from Handlebar.

4.2 Install handlebar and controlling panel set(6) to the Left/Right upright tube (4/5).

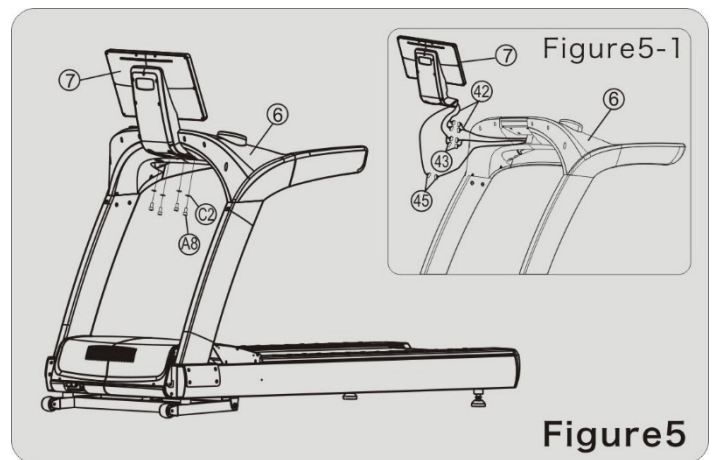
4.3 Connect handlebar and controlling panel (6) to the Left/Right upright tube (4/5) by 8 sets of Half-round bolt M10X20(A8), Spring washer $\phi$ 10(C5), Flat washer $\phi$ 10(C2). (Attention: To align screw hole)(See Figure 4)



#### 5. Installation of display screen

5.1 Connect the signal wire from display screen to corresponding wire from controlling panel. Crowding the extra wire into the panel.

5.2 Connect the display screen (7) to handlebar and controlling panel (6) by 4 sets of Half-round bolt M10X20(A8), Flat washers $\phi$ 10(C2). (Attention: To align screw hole)(See Figure 5)



#### 6. Installation of motor left/right cover

6.1 Tighten all the installation bolts

6.2 Install motor left cover (24) to top motor cover (23) of base frame (1) by 1pc of Crosshead self-lock bolt ST4X30 (A9) in front and 3pcs Crosshead self-lock bolt ST4X16 (A17) to tighten.

6.3 Install motor right cover(25) to top cover(23) of base frame (1) by 1pc of Crosshead self-lock bolt ST4X30 (A9) in front and 3pcs Crosshead self-lock bolt ST4X16(A17) to tighten.(See Figure 6)



#### Treadmill adjustment

1. Before connect power, service or professional inspect if voltage is suitable, and if three-core plug grounded wire is connected. Using hand to pull the belt, inspect if rotation is flexible and no noise.

2. Connect power, press Start key, treadmill will run slowly, inspect if belt and computer are normal.

3. Press incline +/- key, inspect treadmill rotation and display. If the belt is deviation, you must stop it to adjust belt according daily maintenance.

4. Press the emergency button or remove the safety key to stop the treadmill immediately. After the safety key is inserted again, the treadmill can be restarted only after the emergency button is reset.

5. Press Stop key, the treadmill stop to running, waiting incline back to zero class, turn off the power.

Treadmill can use after all the install adjustment is finished.

1. Two feet stand on two side of belt, put the other side clip from safety key to clip to clothes. (see figure)
2. Press Start key, the treadmill will run slowly. You can step on belt slowly.
3. Press speed+ key, the belt speed will gradually increase, you can see the speed data from computer, after run is suitable, you can let go handrail to run.
4. When stop running, should gradually slow, and run 2-3 minutes in slow speed, put the heart and breathe back to normal.
5. At the end of run, you can reduce belt speed to the lowest, and the treadmill will stop when pressing stop key.
6. If it is too late to reduce speed and lose balance when high speed running, you can press or pat the emergency button, treadmill will stop to run immediately. Its stopped distance according to inertia and weight.
7. Please fully master emergency button and safety key usage.

