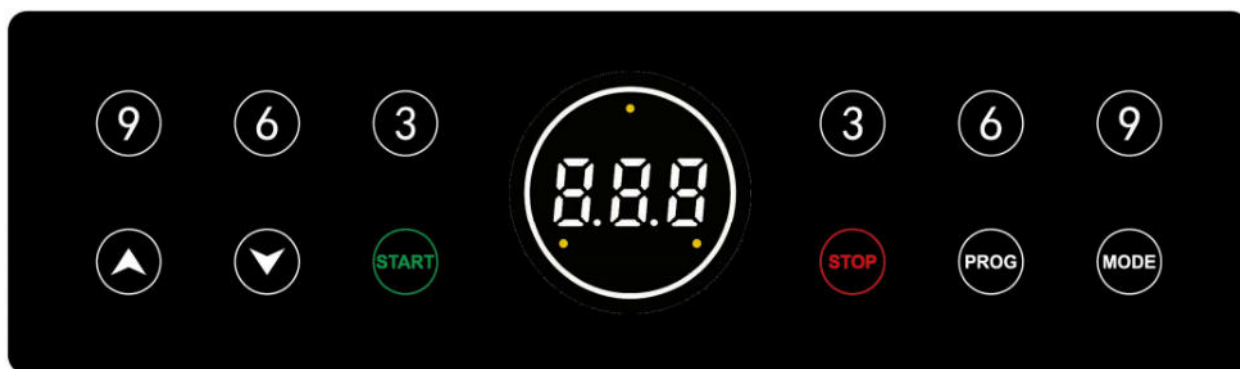


Utilisation de l'ordinateur



2 FONCTIONS D'AFFICHAGE

- 2.1 "SPEED" : affichage de la vitesse actuelle, plage de vitesse : 1--18.0 km/h ,Lors de l'utilisation des programmes pré-réglés. Lorsque les programmes pré-réglés sont utilisés, l'écran affiche "P01-P02-- -P24-HR1-HR2-HR3-FAT".
- 2.2 "TIME" : affichage du temps d'exercice, chronométrage positif de 0:00-99:59.
- 2.3 "DISTANCE". Affiche la distance parcourue, compte à rebours de 0.00 à 99.9.
- 2.4 "CAL" : les calories consommées, valeur des calories de 0 à 999,
- 2.5 "INCLINE" : Affiche les niveaux d'inclinaison actuels, plage de 0 à 18 niveaux.
- 2.6 "PULSE" Affichage des pulsation de 50 à 200

3. FONCTION DES TOUCHES

- 3.1 "START" démarrage du produit, "STOP" arrêt du tapis.
- 3.2 SPEED "+ / -" : Au moment de l'utilisation, appuyez sur cette touche pour augmenter/diminuer de 0,1 km/h en une seule fois ; appuyez sur cette touche pendant plus de 5 secondes pour augmenter/diminuer constamment. plus de 5 secondes, l'augmentation/diminution est constante.
- 3.3 "INC + / -" : Au moment de l'utilisation, appuyez sur cette touche pour augmenter/diminuer d'un niveau en une seule fois ; appuyez sur cette touche pendant plus de 5 secondes pour augmenter/diminuer en permanence. plus de 5 secondes, il augmentera/diminuera constamment.

3.4 MODE : Au moment de l'utilisation, appuyez sur la touche pour sélectionner le compte à rebours, la distance et les calories.

3.5 Haut-parleur Bluetooth / Connectez votre téléphone et l'appareil par Bluetooth

3.6 Boutons de vitesse rapide : 3.6.9.

3.7 Boutons d'inclinaison rapide : 3.6.9.

3.8 PROG : Appuyez sur cette touche pour sélectionner les programmes de votre choix.

3.9 Rotatif : tourner à droite pour augmenter la vitesse, tourner à gauche pour la diminuer.

P01-P24 : Programmes préréglés.

HP1-HP2-HP3 : Programmes de fréquence cardiaque.

FAT : Test de graisse corporelle.

4. Démarrage rapide (mode manuel) :

4.1 Allumez l'interrupteur et mettez la clé de sécurité.

4.2 Appuyez sur le bouton "START" et la machine démarrera dans les 5 secondes.

4.3 Appuyez sur "SPEED +/-" pour régler la vitesse ; appuyez sur "INC +/-" pour régler l'inclinaison.

5. Programmes préétablis

| No | P01 | | P02 | | P03 | | P04 | | P05 | | P06 | |
|----|---------|-------------|---------|-------------|---------|-------------|---------|-------------|---------|-------------|---------|-------------|
| | Vitesse | inclinaison | Vitesse | inclinaison | Vitesse | inclinaison | Vitesse | inclinaison | Vitesse | inclinaison | Vitesse | inclinaison |
| 1 | 1 | 0 | 2 | 0 | 2 | 0 | 2 | 0 | 3 | 0 | 3 | 0 |
| 2 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 2 | 2 | 3 | 4 | 2 | 4 | 8 |
| 3 | 3 | 6 | 3 | 9 | 5 | 3 | 3 | 6 | 5 | 4 | 5 | 8 |
| 4 | 7 | 6 | 6 | 9 | 5 | 4 | 5 | 6 | 6 | 4 | 5 | 8 |
| 5 | 7 | 8 | 5 | 9 | 7 | 5 | 5 | 6 | 7 | 8 | 6 | 8 |
| 6 | 5 | 8 | 5 | 2 | 7 | 5 | 5 | 9 | 8 | 8 | 6 | 8 |
| 7 | 5 | 6 | 8 | 2 | 8 | 7 | 8 | 9 | 9 | 6 | 7 | 7 |
| 8 | 5 | 6 | 5 | 8 | 5 | 7 | 8 | 9 | 10 | 6 | 7 | 7 |
| 9 | 7 | 4 | 5 | 8 | 5 | 4 | 8 | 9 | 10 | 6 | 7 | 7 |
| 10 | 7 | 4 | 6 | 4 | 5 | 4 | 8 | 9 | 10 | 6 | 9 | 7 |
| 11 | 5 | 4 | 8 | 1 | 3 | 4 | 5 | 9 | 9 | 8 | 9 | 7 |
| 12 | 5 | 6 | 8 | 1 | 3 | 4 | 5 | 6 | 8 | 7 | 10 | 5 |
| 13 | 5 | 6 | 8 | 4 | 8 | 6 | 5 | 6 | 7 | 6 | 10 | 5 |
| 14 | 5 | 2 | 5 | 4 | 8 | 3 | 3 | 6 | 5 | 5 | 11 | 3 |
| 15 | 3 | 2 | 4 | 4 | 4 | 2 | 2 | 2 | 4 | 1 | 5 | 3 |
| 16 | 2 | 0 | 3 | 0 | 3 | 0 | 2 | 0 | 3 | 0 | 3 | 0 |

| No | P07 | | P08 | | P09 | | P10 | | P11 | | P12 | |
|----|---------|-------------|---------|-------------|---------|-------------|---------|-------------|---------|-------------|---------|-------------|
| | Vitesse | inclinaison | Vitesse | inclinaison | Vitesse | inclinaison | Vitesse | inclinaison | Vitesse | inclinaison | Vitesse | inclinaison |
| 1 | 3 | 0 | 3 | 0 | 2 | 0 | 3 | 0 | 4 | 0 | 4 | 0 |
| 2 | 4 | 1 | 5 | 3 | 4 | 6 | 5 | 7 | 5 | 6 | 6 | 8 |
| 3 | 9 | 4 | 8 | 8 | 5 | 6 | 6 | 7 | 7 | 6 | 10 | 8 |
| 4 | 4 | 4 | 3 | 8 | 5 | 3 | 6 | 7 | 9 | 6 | 10 | 6 |
| 5 | 10 | 4 | 5 | 8 | 6 | 7 | 6 | 5 | 10 | 3 | 7 | 9 |
| 6 | 4 | 6 | 7 | 3 | 5 | 7 | 9 | 5 | 11 | 3 | 10 | 9 |
| 7 | 10 | 6 | 9 | 7 | 6 | 3 | 10 | 5 | 9 | 3 | 10 | 5 |
| 8 | 4 | 6 | 3 | 7 | 3 | 8 | 6 | 8 | 6 | 7 | 10 | 5 |
| 9 | 9 | 8 | 5 | 3 | 3 | 8 | 6 | 8 | 8 | 7 | 7 | 8 |
| 10 | 4 | 8 | 7 | 3 | 2 | 3 | 9 | 8 | 9 | 4 | 7 | 8 |
| 11 | 8 | 8 | 10 | 6 | 6 | 9 | 10 | 8 | 10 | 4 | 10 | 8 |
| 12 | 4 | 10 | 3 | 6 | 5 | 9 | 6 | 8 | 10 | 4 | 10 | 4 |
| 13 | 11 | 10 | 5 | 3 | 6 | 3 | 6 | 8 | 11 | 4 | 10 | 4 |
| 14 | 5 | 10 | 7 | 3 | 3 | 3 | 6 | 4 | 9 | 6 | 10 | 4 |
| 15 | 3 | 6 | 11 | 5 | 3 | 7 | 11 | 4 | 6 | 6 | 6 | 4 |
| 16 | 2 | 0 | 5 | 0 | 2 | 0 | 3 | 0 | 5 | 0 | 5 | 0 |

| | P13 | | P14 | | P15 | | P16 | | P17 | | P18 | |
|----|------------|-------------|------------|-------------|------------|-------------|------------|-------------|------------|-------------|------------|-------------|
| No | Vitesse | inclinaison | Vitesse | inclinaison | Vitesse | inclinaison | Vitesse | inclinaison | Vitesse | inclinaison | Vitesse | inclinaison |
| 1 | 1 | 0 | 2 | 5 | 2 | 3 | 2 | 1 | 2 | 3 | 2 | 5 |
| 2 | 2 | 8 | 6 | 6 | 6 | 4 | 5 | 5 | 5 | 5 | 3 | 7 |
| 3 | 3 | 8 | 5 | 5 | 5 | 5 | 7 | 6 | 6 | 6 | 5 | 5 |
| 4 | 4 | 6 | 4 | 8 | 4 | 6 | 5 | 8 | 7 | 8 | 6 | 8 |
| 5 | 5 | 9 | 8 | 4 | 8 | 3 | 8 | 12 | 8 | 6 | 8 | 6 |
| 6 | 6 | 9 | 6 | 5 | 7 | 5 | 6 | 9 | 9 | 5 | 6 | 5 |
| 7 | 7 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 10 | 10 | 8 | 9 | 9 |
| 8 | 8 | 5 | 2 | 10 | 3 | 6 | 2 | 9 | 5 | 7 | 6 | 10 |
| 9 | 9 | 8 | 3 | 6 | 3 | 4 | 4 | 5 | 3 | 5 | 5 | 6 |
| 10 | 10 | 8 | 3 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 4 | 3 | 2 | 2 |
| 11 | 12 | 8 | 8 | 4 | 8 | 3 | 8 | 12 | 8 | 6 | 8 | 6 |
| 12 | 10 | 4 | 6 | 5 | 7 | 5 | 6 | 9 | 9 | 5 | 6 | 5 |
| 13 | 8 | 4 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 10 | 10 | 8 | 9 | 9 |
| 14 | 6 | 4 | 2 | 10 | 3 | 6 | 2 | 9 | 5 | 7 | 6 | 10 |
| 15 | 4 | 4 | 3 | 6 | 3 | 4 | 4 | 5 | 3 | 5 | 5 | 6 |
| 16 | 2 | 0 | 3 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 4 | 3 | 2 | 2 |
| | P19 | | P20 | | P21 | | P22 | | P23 | | P24 | |
| No | Vitesse | inclinaison | Vitesse | inclinaison | Vitesse | inclinaison | Vitesse | inclinaison | Vitesse | inclinaison | Vitesse | inclinaison |
| 1 | 3 | 3 | 3 | 1 | 3 | 0 | 3 | 0 | 4 | 2 | 4 | 3 |
| 2 | 7 | 5 | 5 | 3 | 7 | 6 | 5 | 7 | 5 | 6 | 6 | 8 |
| 3 | 6 | 6 | 8 | 8 | 9 | 6 | 6 | 7 | 7 | 6 | 10 | 8 |
| 4 | 5 | 8 | 3 | 8 | 4 | 3 | 6 | 7 | 9 | 6 | 10 | 6 |
| 5 | 9 | 5 | 5 | 3 | 7 | 7 | 6 | 5 | 10 | 3 | 7 | 9 |
| 6 | 7 | 6 | 7 | 0 | 10 | 7 | 10 | 5 | 11 | 3 | 10 | 9 |
| 7 | 6 | 5 | 9 | 7 | 4 | 3 | 6 | 5 | 9 | 3 | 12 | 5 |
| 8 | 3 | 12 | 3 | 7 | 7 | 8 | 11 | 8 | 6 | 7 | 10 | 5 |
| 9 | 5 | 8 | 5 | 3 | 11 | 8 | 3 | 8 | 8 | 7 | 7 | 8 |
| 10 | 2 | 3 | 7 | 3 | 5 | 3 | 9 | 9 | 9 | 4 | 7 | 8 |
| 11 | 9 | 5 | 10 | 6 | 7 | 9 | 10 | 8 | 10 | 4 | 10 | 8 |
| 12 | 7 | 6 | 3 | 6 | 12 | 12 | 6 | 12 | 10 | 7 | 11 | 4 |
| 13 | 6 | 5 | 5 | 3 | 4 | 3 | 6 | 8 | 11 | 4 | 10 | 10 |
| 14 | 3 | 12 | 7 | 3 | 7 | 3 | 6 | 4 | 9 | 6 | 10 | 4 |
| 15 | 5 | 8 | 11 | 5 | 12 | 7 | 11 | 4 | 6 | 6 | 6 | 4 |
| 16 | 2 | 3 | 5 | 0 | 6 | 0 | 3 | 0 | 5 | 0 | 5 | 0 |

Programmes HRC

6. Programmes HRC (cette fonction est réservée aux tapis de course dotés de la fonction HRC)

6.1 Mettez l'appareil sous tension, appuyez sur "PROG" pour choisir "HR1 ou HR2 ou HR3", puis appuyez sur "START" pour démarrer.

"HR1" - La vitesse maximale est de 8,0 km/h, l'âge est de 30 ans et la fréquence cardiaque par défaut est de 150.

"HR2" - La vitesse maximale est de 9,0 km/h, l'âge est de 30 ans et la fréquence cardiaque par défaut est de 160.

"HR3" - La vitesse maximale est de 10,0 km/h, l'âge est de 30 ans et la fréquence cardiaque par défaut est de 170.

6.2 Appuyez sur "MODE" pour régler l'âge, la fenêtre de vitesse affiche 30, et appuyez sur le bouton INCLINE pour ajuster votre âge. La fourchette d'âge va de 15 à 80 ans.

6.3 Après avoir réglé l'âge, appuyez sur le bouton MODE pour définir l'objectif de fréquence cardiaque. Il s'agit d'une simple référence, vous pouvez tenir compte de la situation de votre corps pour l'augmenter ou la diminuer. La plage de fréquence cardiaque est comprise entre 86 et 179.

6.4 Après avoir réglé l'âge et la fréquence cardiaque, appuyez sur le bouton MODE pour régler l'heure. La fenêtre de l'heure affiche 10:00, vous pouvez appuyer sur INCLINE pour augmenter/diminuer l'heure. L'intervalle de temps est de 5 à 99 minutes.

6.5 Appuyer sur le bouton START pour démarrer.

6.6 En mode HRC, vous pouvez appuyer sur le bouton INCLINE pour régler la vitesse/l'inclinaison, mais l'appareil s'ajustera de lui-même pour se rapprocher de votre objectif de fréquence cardiaque.

6.7 Pendant la première minute d'échauffement, l'appareil ne règle pas la vitesse/l'inclinaison.

Le système ajuste la vitesse de 0,5 km/h à chaque fois pour se rapprocher de votre objectif.

Lorsque vous avez atteint la vitesse maximale, mais que vous n'avez toujours pas atteint votre objectif de fréquence cardiaque, le système augmente les niveaux d'inclinaison pour vous aider.

Lorsque la fréquence cardiaque est supérieure à votre objectif, le système réduit le niveau d'inclinaison de 1 niveau/10 secondes jusqu'à 0, et réduit la vitesse de 0,5 km/h toutes les 10 secondes.

Remarque : La ceinture thoracique sans fil doit être utilisée pour les programmes HRC.

| HP1 | | | | HP2 | | | | HP3 | | | |
|-----|------------------|--------|--------|-----|------------------|--------|--------|-----|------------------|--------|--------|
| Age | Zone cible (L-H) | | | Age | Zone cible (L-H) | | | Age | Zone cible (L-H) | | |
| | + bas | Défaut | + haut | | + bas | Défaut | + haut | | + bas | Défaut | + haut |
| 15 | 160 | 165 | 170 | 15 | 170 | 175 | 180 | 15 | 170 | 175 | 180 |
| 16 | 159 | 164 | 169 | 16 | 169 | 174 | 179 | 16 | 170 | 175 | 180 |
| 17 | 158 | 163 | 168 | 17 | 168 | 173 | 178 | 17 | 170 | 175 | 180 |
| 18 | 157 | 162 | 167 | 18 | 167 | 172 | 177 | 18 | 169 | 174 | 179 |
| 19 | 156 | 161 | 166 | 19 | 166 | 171 | 176 | 19 | 169 | 174 | 179 |
| 20 | 155 | 160 | 165 | 20 | 165 | 170 | 175 | 20 | 168 | 173 | 178 |
| 21 | 154 | 159 | 164 | 21 | 164 | 169 | 174 | 21 | 168 | 173 | 178 |
| 22 | 153 | 158 | 163 | 22 | 163 | 168 | 173 | 22 | 168 | 173 | 178 |
| 23 | 152 | 157 | 162 | 23 | 162 | 167 | 172 | 23 | 167 | 172 | 177 |
| 24 | 151 | 156 | 161 | 24 | 161 | 166 | 171 | 24 | 167 | 172 | 177 |
| 25 | 150 | 155 | 160 | 25 | 160 | 165 | 170 | 25 | 166 | 171 | 176 |
| 26 | 149 | 154 | 159 | 26 | 159 | 164 | 169 | 26 | 166 | 171 | 176 |
| 27 | 148 | 153 | 158 | 27 | 158 | 163 | 168 | 27 | 166 | 171 | 176 |
| 28 | 147 | 152 | 157 | 28 | 157 | 162 | 167 | 28 | 165 | 170 | 175 |
| 29 | 146 | 151 | 156 | 29 | 156 | 161 | 166 | 29 | 165 | 170 | 175 |
| 30 | 145 | 150 | 155 | 30 | 155 | 160 | 165 | 30 | 165 | 170 | 175 |
| 31 | 144 | 149 | 154 | 31 | 154 | 159 | 164 | 31 | 164 | 169 | 174 |
| 32 | 143 | 148 | 153 | 32 | 153 | 158 | 163 | 32 | 164 | 169 | 174 |
| 33 | 142 | 147 | 152 | 33 | 152 | 157 | 162 | 33 | 163 | 168 | 173 |
| 34 | 141 | 146 | 151 | 34 | 151 | 156 | 161 | 34 | 163 | 168 | 173 |
| 35 | 140 | 145 | 150 | 35 | 150 | 155 | 160 | 35 | 163 | 168 | 173 |

| | | | | | | | | | | | |
|----|-----|-----|-----|----|-----|-----|-----|----|-----|-----|-----|
| 36 | 139 | 144 | 149 | 36 | 149 | 154 | 159 | 36 | 162 | 167 | 172 |
| 37 | 138 | 143 | 148 | 37 | 148 | 153 | 158 | 37 | 162 | 167 | 172 |
| 38 | 137 | 142 | 147 | 38 | 147 | 152 | 157 | 38 | 161 | 166 | 171 |
| 39 | 136 | 141 | 146 | 39 | 146 | 151 | 156 | 39 | 160 | 165 | 170 |
| 40 | 135 | 140 | 145 | 40 | 145 | 150 | 155 | 40 | 160 | 165 | 170 |
| 41 | 134 | 139 | 144 | 41 | 144 | 149 | 154 | 41 | 159 | 164 | 169 |
| 42 | 133 | 138 | 143 | 42 | 143 | 148 | 153 | 42 | 159 | 164 | 169 |
| 43 | 132 | 137 | 142 | 43 | 142 | 147 | 152 | 43 | 158 | 163 | 168 |
| 44 | 131 | 136 | 141 | 44 | 141 | 146 | 151 | 44 | 158 | 163 | 168 |
| 45 | 130 | 135 | 140 | 45 | 140 | 145 | 150 | 45 | 158 | 163 | 168 |
| 46 | 129 | 134 | 139 | 46 | 139 | 144 | 149 | 46 | 157 | 162 | 167 |
| 47 | 128 | 133 | 138 | 47 | 138 | 143 | 148 | 47 | 156 | 161 | 166 |
| 48 | 127 | 132 | 137 | 48 | 137 | 142 | 147 | 48 | 155 | 160 | 165 |
| 49 | 126 | 131 | 136 | 49 | 136 | 141 | 146 | 49 | 154 | 159 | 164 |
| 50 | 125 | 130 | 135 | 50 | 135 | 140 | 145 | 50 | 153 | 158 | 163 |
| 51 | 124 | 129 | 134 | 51 | 134 | 139 | 144 | 51 | 152 | 157 | 162 |
| 52 | 123 | 128 | 133 | 52 | 133 | 138 | 143 | 52 | 151 | 156 | 161 |
| 53 | 122 | 127 | 132 | 53 | 132 | 137 | 142 | 53 | 150 | 155 | 160 |
| 54 | 121 | 126 | 131 | 54 | 131 | 136 | 141 | 54 | 149 | 154 | 159 |
| 55 | 120 | 125 | 130 | 55 | 130 | 135 | 140 | 55 | 148 | 153 | 158 |
| 56 | 119 | 124 | 129 | 56 | 129 | 134 | 139 | 56 | 147 | 152 | 157 |
| 57 | 118 | 123 | 128 | 57 | 128 | 133 | 138 | 57 | 146 | 151 | 156 |
| 58 | 117 | 122 | 127 | 58 | 127 | 132 | 137 | 58 | 145 | 150 | 155 |
| 59 | 116 | 121 | 126 | 59 | 126 | 131 | 136 | 59 | 144 | 149 | 154 |
| 60 | 115 | 120 | 125 | 60 | 125 | 130 | 135 | 60 | 143 | 148 | 153 |
| 61 | 114 | 119 | 124 | 61 | 124 | 129 | 134 | 61 | 142 | 147 | 152 |
| 62 | 113 | 118 | 123 | 62 | 123 | 128 | 133 | 62 | 141 | 146 | 151 |
| 63 | 112 | 117 | 122 | 63 | 122 | 127 | 132 | 63 | 140 | 145 | 150 |
| 64 | 111 | 116 | 121 | 64 | 121 | 126 | 131 | 64 | 139 | 144 | 149 |
| 65 | 110 | 115 | 120 | 65 | 120 | 125 | 130 | 65 | 138 | 143 | 148 |
| 66 | 109 | 114 | 119 | 66 | 119 | 124 | 129 | 66 | 137 | 142 | 147 |
| 67 | 108 | 113 | 118 | 67 | 118 | 123 | 128 | 67 | 136 | 141 | 146 |
| 68 | 107 | 112 | 117 | 68 | 117 | 122 | 127 | 68 | 135 | 140 | 145 |
| 69 | 106 | 111 | 116 | 69 | 116 | 121 | 126 | 69 | 134 | 139 | 144 |
| 70 | 105 | 110 | 115 | 70 | 115 | 120 | 125 | 70 | 133 | 138 | 143 |
| 71 | 104 | 109 | 114 | 71 | 114 | 119 | 124 | 71 | 132 | 137 | 142 |
| 72 | 103 | 108 | 113 | 72 | 113 | 118 | 123 | 72 | 131 | 136 | 141 |
| 73 | 102 | 107 | 112 | 73 | 112 | 117 | 122 | 73 | 130 | 135 | 140 |
| 74 | 101 | 106 | 111 | 74 | 111 | 116 | 121 | 74 | 129 | 134 | 139 |
| 75 | 100 | 105 | 110 | 75 | 110 | 115 | 120 | 75 | 128 | 133 | 138 |
| 76 | 99 | 104 | 109 | 76 | 109 | 114 | 119 | 76 | 127 | 132 | 137 |
| 77 | 98 | 103 | 108 | 77 | 108 | 113 | 118 | 77 | 126 | 131 | 136 |
| 78 | 97 | 102 | 107 | 78 | 107 | 112 | 117 | 78 | 125 | 130 | 135 |
| 79 | 96 | 101 | 106 | 79 | 106 | 111 | 116 | 79 | 124 | 129 | 134 |

| | | | | | | | | | | | |
|----|----|-----|-----|----|-----|-----|-----|----|-----|-----|-----|
| 80 | 95 | 100 | 105 | 80 | 105 | 110 | 115 | 80 | 123 | 128 | 133 |
|----|----|-----|-----|----|-----|-----|-----|----|-----|-----|-----|

7. BODY FAT

7.1 Allumez l'appareil et appuyez sur "PROG" pour sélectionner "FAT" ;

7.2 Réglez les paramètres suivants : F-1 sexe, F-2 âge, F-3 taille, F-4 poids, F-5 graisse corporelle.

7.3 Appuyez sur MODE pour régler F-1, 01 signifie HOMME, 02 signifie FEMME, appuyez sur SPEED pour le modifier.

7.4 Appuyez sur MODE pour régler F-2, appuyez sur SPEED pour ajuster votre âge.

7.5 Appuyez sur MODE pour régler F-3, appuyez sur SPEED pour régler votre taille.

7.6 Appuyez sur MODE pour régler F-4, appuyez sur SPEED pour régler votre poids.

7.7 Appuyez sur MODE pour régler F-5, placez vos mains sur le capteur de fréquence cardiaque du guidon pendant plus de 8 secondes, F5 affichera votre taux de graisse corporelle.

7.8 La norme de graisse corporelle est la suivante :

| | | | |
|-----|--------|------------|------------|
| F-1 | sexe | 1-homme | 2-femme |
| F-2 | age | 10-99 | |
| F-3 | taille | 100-200 | |
| F-4 | poids | 20-150 | |
| F-5 | FAT | ≤19 | Trop mine |
| | | =(20---24) | normal |
| | | =(25---29) | Trop lourd |
| | | ≥30 | Très lourd |

8. Fonction de la clé de sécurité

Dans n'importe quelle situation, retirez la clé de sécurité, le tapis roulant s'arrête immédiatement pour protéger l'utilisateur.

9. Mode économie d'énergie.

Si vous n'avez pas utilisé l'appareil pendant 10 minutes, l'appareil passe en mode économie d'énergie et vous pouvez appuyer sur n'importe quel bouton pour redémarrer l'appareil.

10. connection bluetooth & application

Copier le lien ci-dessous dans votre navigateur (Edge, Firefox, Chrome, Safari etc)

<https://cloud.carefitness.com/index.php/s/E2WD22KMNBQzERL>

Et suivre les instructions détaillées

Entretien et traitement des dysfonctionnements

1) La surface du tapis roulant doit être conservée propre, retirez le cordon d'alimentation avant le nettoyage. Vous pouvez nettoyer la bande de roulement et la surface du tapis roulant avec un chiffon doux et humide.

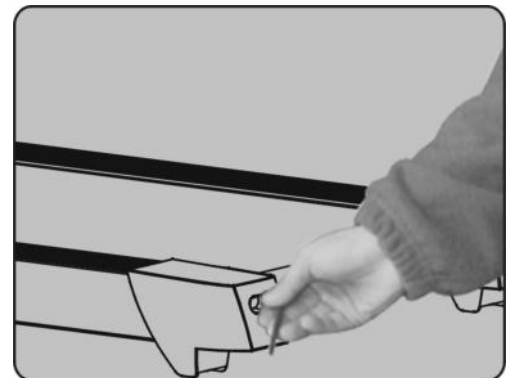
2) Le tapis de course est réglé en usine, il est possible qu'il ne fonctionne pas bien après transport ou usage. Arrêtez le tapis roulant avant de le régler, tirez le tapis au centre puis ajuster les boulons gauche et droit du rouleau arrière avec une clé hexagonale (voir la figure). Il est recommandé d'ajuster d'un demi-tour à la fois. Tournez alors l'interrupteur et vérifiez si le tapis

10 tours défectueux lorsque la vitesse est d'environ 4 à 5 km/h.

ATTENTION! : Afin de prévenir tout choc électrique, assurez-vous que le tapis roulant est éteint et débranché avant de le nettoyer ou pour un entretien de routine.

LUBRIFICATION DU TAPIS DE COURSE ET DE LA PLATE-FORME

Pour allonger la vie de ce tapis roulant, celui-ci a besoin d'une lubrification régulière, qui est un entretien général pour la machine. La procédure d'entretien de routine évitera une usure prématurée du tapis de course et du système du moteur. Le planning de lubrification recommandé est comme suit :



| | |
|----------|-----------------|
| USAGE | LUBRIFICATION |
| 1-6 km/h | Tous les 6 mois |

| | |
|------------|-----------------|
| 6-12 km/h | Tous les 3 mois |
| 12-16 km/h | Tous les 2 mois |

Lubrifiant pour le tapis de course

Ce planning correspond à l'application recommandée pour un utilisateur individuel, jusqu'à 20-30 minutes à la fois, 3-4 fois par semaine. Pour la lubrification, vous pouvez contacter votre revendeur.

NETTOYAGE

La transpiration doit être essuyée de la console et de la surface du tapis de course après votre entraînement. Vous devez essuyer votre tapis une fois par semaine avec un tissu doux et humide. N'humidifiez pas trop le panneau d'affichage, cela pourrait causer des problèmes électriques et électroniques.

RANGEMENT

Ranger votre tapis de course dans un endroit propre et sec. Assurez-vous qu'il est éteint et que la prise est débranchée.

DEPLACEMENT

Ce tapis de course a été conçu et équipé avec des roues pour un déplacement facile. Avant de le déplacer, assurez-vous qu'il est éteint et que la prise est débranchée.

POUR UNE UTILISATION A DOMICILE UNIQUEMENT !!

Ce tapis de course a été conçu pour une utilisation à domicile uniquement. Ne pas utiliser dans une institution ou à des fins commerciales.

ENTRETIEN LUBRIFICATION

Il est important de prendre soin de votre tapis de course (en particulier la surface de course sous le tapis). Une bonne lubrification en silicone améliorera aussi la performance de votre tapis de course.

NOTE : Utilisez la silicone fournie avec le tapis de course. Vous pouvez en acheter à nouveau dans votre magasin distributeur.

AVERTISSEMENT : **ARRETEZ** le tapis de course et retirez la clé de sûreté avant de lubrifier la surface de course.

COMMENT APPLIQUER LA SILICONE SUR LE TAPIS

A/ Trouvez le flacon de silicone. Il est situé dans le kit de bricolage inclus avec ce tapis de course.

B/ Trouvez une paille et placez-la sur le flacon de silicone comme l'indique le dessin.

C/ Appliquez la silicone uniformément comme l'indique le dessin (**ATTENTION :** le tapis de course **DOIT ETRE ARRETE** avant d'appliquer le lubrifiant, cela pour éviter les blessures, sinon le bord du tapis pourrait vous couper ou vos doigts pourraient être écrasés par les rouleaux).

Ne pas appliquer trop de silicone sur le tapis. Trop de lubrifiant peut causer un glissement du tapis sur les rouleaux.

| Code | Probleme | | Solution |
|------|--|---|---|
| E01 | L'écran n'a pas reçu le signal | Connexion par câble | Vérifier ou remplacer les câbles |
| | | défaut d'affichage | remplacer l'écran |
| | | défaut du contrôleur | remplacer le contrôleur |
| E02 | Le problème entre le contrôleur et le moteur | les fils de connexion du moteur n'étaient pas bien connectés | Vérifier que les fils du moteur sont correctement connectés |
| | | Pas de sortie de tension ou sortie de tension anormale de la carte contrôleur | remplacer le contrôleur |
| | | défaut du moteur | remplacer le moteur |
| E03 | La vitesse est anormale | La cellule photoélectrique n'est pas correctement montée sur le moteur | remonter le capteur |

| | | | |
|-----|--|---|---|
| | | Capteur photoélectrique défectueux | remplacer le capteur |
| | | Défaillance de la carte contrôleur | remplacer le contrôleur |
| E04 | surtension | Tension d'entrée trop élevée | ajuster la tension |
| | | défaut du moteur | remplacer le moteur |
| | | Défaillance de la carte | remplacer le contrôleur |
| E05 | courant de surpuissance | courant d'alimentation trop élevé | ajuster le courant électrique |
| | | Des problèmes au niveau de la structure d'assemblage du tapis roulant et du moteur entraînent une résistance ou un blocage du moteur. | vérifier que la structure est en bon état |
| | | défaut du contrôleur | remplacer le contrôleur |
| E06 | surtension | Tension d'entrée trop faible | Vérifier si la ligne d'alimentation est normale |
| | | Défaillance de la carte contrôleur | remplacer le contrôleur |
| E07 | la clé de sécurité ne s'est pas bien mise en place | la clé de sécurité ne fonctionne pas sur le tapis roulant | remettre la clé de sécurité en place |
| | | défaut du système de sécurité | remplacer la console |

POUR COMMANDER DES PIECES DETACHEES

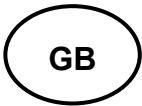
Dans un soucis d'efficacité munissez-vous des éléments suivants avant de contacter notre Service Après Vente :

Le nom ou la **référence du produit**.

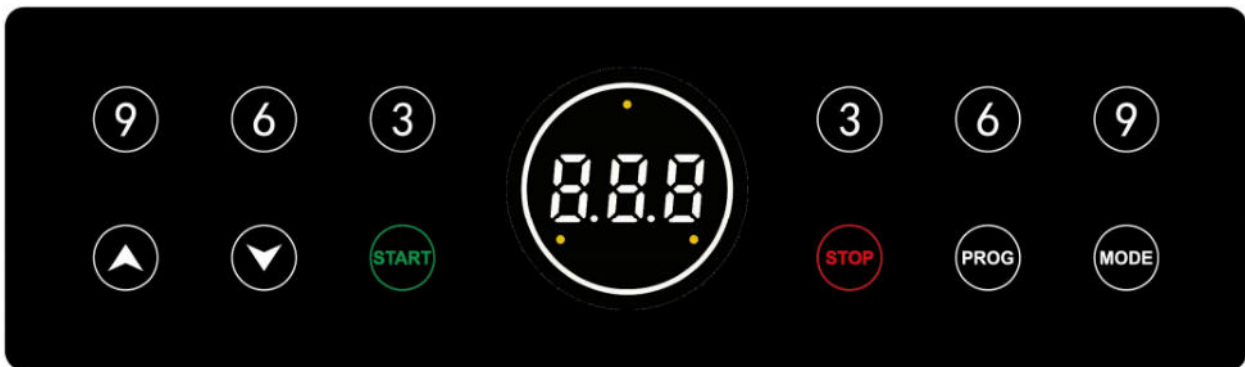
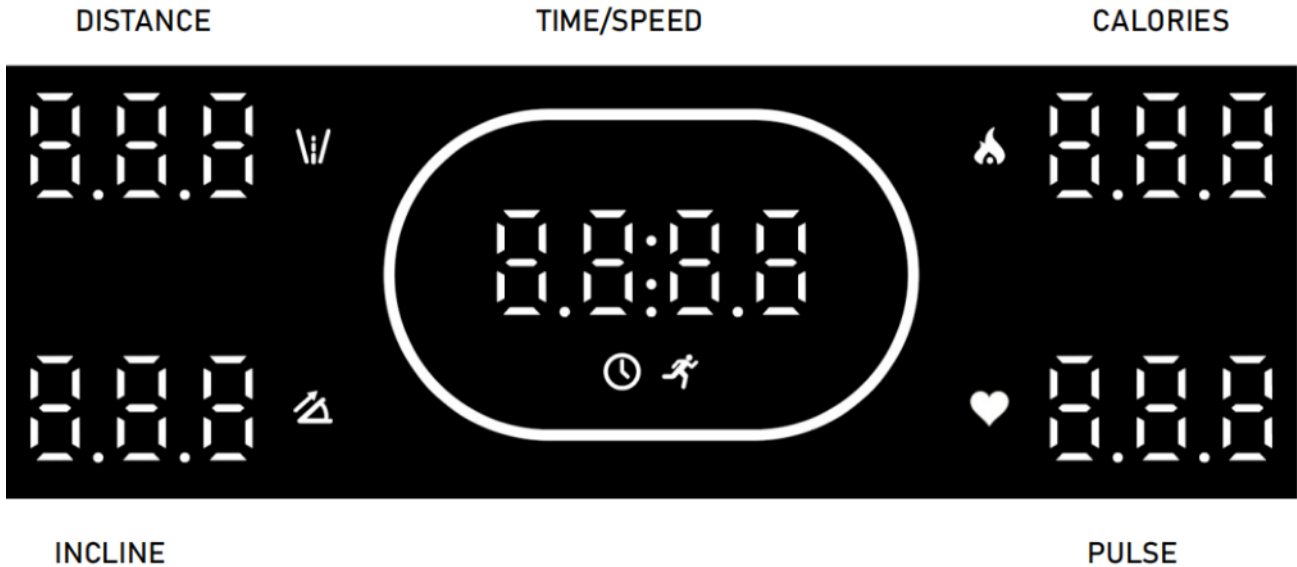
Le **numéro de fabrication** indiqué sur le châssis principal et sur le carton d'emballage.

Le **numéro de la pièce** manquante ou défectueuse indiqué sur la vue éclatée du produit présente dans cette notice.
 Contacter du lundi au vendredi de **10H00 à 12H00** et de **14H00 à 17H00** (sauf jour fériés).

CARE Service Après Vente
 18 / 22 rue Bernard – Z.I. les Vignes
 93012 BOBIGNY Cedex
 Tél. : + 33 (0)1 48 43 04 44
 Fax : + 33 (1) 48 91 06 24
<https://www.carefitness.com/sav>



1. WINDOWS DISPLAY



2. DISPLAY FUNCTIONS

- 2.1 "SPEED": Display current speed, speed range: 1.0-18.0 kmh.
When start pr-set programs, it will display "P01-P02- -P24-U01-U02-U03-HP1-HP3"-FAT.
- 2.2 "TIME": Display exercise time, and the range is 0:00-99:59.
- 2.3 "DISTANCE": Display running distance, and the range is 0.00-99.9.
- 2.4 "CAL ": Display calories you burned and the range is 0-999.
- 2.5 "PULSE": Display hand pulse at the moment and the range is 50-200.
- 2.6 "INCLINE": Displays current incline levels and the range is 1-18.

3. KEY FUNCTION

- 3.1 "START": Start the machine; "STOP": Stop the machine.
- 3.2 "SPEED+/-": At the using time, press it will increase/decrease 0.1 km/h in one time; press it more than 5 seconds, it will increase/decrease constantly.
- 3.3 "INCLINE +/-": At the using time, press it will increase/decrease 1 level in one time; press it more than 5 seconds, it will increase/decrease constantly.

3.4 MODE: At the using time, press it to select countdown time/distance/calories circularly.

3.5 BLUETOOTH SPEAKER: Connect your phone and the machine by Bluetooth.

3.6 QUICK SPEED:3KM/H, 6KM/H,9KM/H

3.7 QUICK INCLINE:3 LEVELS, 6 LEVELS,9 LEVELS

3.8 PROG: Press it to select programs you want.

3.9 Rotary:Turn right to increase speed,turn left to decrease speed.

P01-P24: Pre-set programs.

HP1-HP2-HP3: Heart rate programs.

FAT: Body fat test.

4. Quick Start (manual mode)

4.1 Turn on the power switch, and put on the safety key.

4.2 Press "START" button and the machine will start within 5 seconds.

4.3 Press "SPEED +/-" to adjust the speed; press "INC +/-" to adjust the incline

5. Pre-set programs

| No | P01 | | P02 | | P03 | | P04 | | P05 | | P06 | |
|----|-------|---------|-------|---------|-------|---------|-------|---------|-------|---------|-------|---------|
| | speed | incline | speed | incline | speed | incline | speed | incline | speed | incline | speed | incline |
| 1 | 1 | 0 | 2 | 0 | 2 | 0 | 2 | 0 | 3 | 0 | 3 | 0 |
| 2 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 2 | 2 | 3 | 4 | 2 | 4 | 8 |
| 3 | 3 | 6 | 3 | 9 | 5 | 3 | 3 | 6 | 5 | 4 | 5 | 8 |
| 4 | 7 | 6 | 6 | 9 | 5 | 4 | 5 | 6 | 6 | 4 | 5 | 8 |
| 5 | 7 | 8 | 5 | 9 | 7 | 5 | 5 | 6 | 7 | 8 | 6 | 8 |
| 6 | 5 | 8 | 5 | 2 | 7 | 5 | 5 | 9 | 8 | 8 | 6 | 8 |
| 7 | 5 | 6 | 8 | 2 | 8 | 7 | 8 | 9 | 9 | 6 | 7 | 7 |
| 8 | 5 | 6 | 5 | 8 | 5 | 7 | 8 | 9 | 10 | 6 | 7 | 7 |
| 9 | 7 | 4 | 5 | 8 | 5 | 4 | 8 | 9 | 10 | 6 | 7 | 7 |
| 10 | 7 | 4 | 6 | 4 | 5 | 4 | 8 | 9 | 10 | 6 | 9 | 7 |
| 11 | 5 | 4 | 8 | 1 | 3 | 4 | 5 | 9 | 9 | 8 | 9 | 7 |
| 12 | 5 | 6 | 8 | 1 | 3 | 4 | 5 | 6 | 8 | 7 | 10 | 5 |
| 13 | 5 | 6 | 8 | 4 | 8 | 6 | 5 | 6 | 7 | 6 | 10 | 5 |
| 14 | 5 | 2 | 5 | 4 | 8 | 3 | 3 | 6 | 5 | 5 | 11 | 3 |
| 15 | 3 | 2 | 4 | 4 | 4 | 2 | 2 | 2 | 4 | 1 | 5 | 3 |
| 16 | 2 | 0 | 3 | 0 | 3 | 0 | 2 | 0 | 3 | 0 | 3 | 0 |

| | P07 | | P08 | | P09 | | P10 | | P11 | | P12 | |
|----|------------|---------|------------|---------|------------|---------|------------|---------|------------|---------|------------|---------|
| No | speed | incline | speed | incline | speed | incline | speed | incline | speed | incline | speed | incline |
| 1 | 3 | 0 | 3 | 0 | 2 | 0 | 3 | 0 | 4 | 0 | 4 | 0 |
| 2 | 4 | 1 | 5 | 3 | 4 | 6 | 5 | 7 | 5 | 6 | 6 | 8 |
| 3 | 9 | 4 | 8 | 8 | 5 | 6 | 6 | 7 | 7 | 6 | 10 | 8 |
| 4 | 4 | 4 | 3 | 8 | 5 | 3 | 6 | 7 | 9 | 6 | 10 | 6 |
| 5 | 10 | 4 | 5 | 8 | 6 | 7 | 6 | 5 | 10 | 3 | 7 | 9 |
| 6 | 4 | 6 | 7 | 3 | 5 | 7 | 9 | 5 | 11 | 3 | 10 | 9 |
| 7 | 10 | 6 | 9 | 7 | 6 | 3 | 10 | 5 | 9 | 3 | 10 | 5 |
| 8 | 4 | 6 | 3 | 7 | 3 | 8 | 6 | 8 | 6 | 7 | 10 | 5 |
| 9 | 9 | 8 | 5 | 3 | 3 | 8 | 6 | 8 | 8 | 7 | 7 | 8 |
| 10 | 4 | 8 | 7 | 3 | 2 | 3 | 9 | 8 | 9 | 4 | 7 | 8 |
| 11 | 8 | 8 | 10 | 6 | 6 | 9 | 10 | 8 | 10 | 4 | 10 | 8 |
| 12 | 4 | 10 | 3 | 6 | 5 | 9 | 6 | 8 | 10 | 4 | 10 | 4 |
| 13 | 11 | 10 | 5 | 3 | 6 | 3 | 6 | 8 | 11 | 4 | 10 | 4 |
| 14 | 5 | 10 | 7 | 3 | 3 | 3 | 6 | 4 | 9 | 6 | 10 | 4 |
| 15 | 3 | 6 | 11 | 5 | 3 | 7 | 11 | 4 | 6 | 6 | 6 | 4 |
| 16 | 2 | 0 | 5 | 0 | 2 | 0 | 3 | 0 | 5 | 0 | 5 | 0 |

| | P13 | | P14 | | P15 | | P16 | | P17 | | P18 | |
|----|------------|---------|------------|---------|------------|---------|------------|---------|------------|---------|------------|---------|
| No | speed | incline | speed | incline | speed | incline | speed | incline | speed | incline | speed | incline |
| 1 | 1 | 0 | 2 | 5 | 2 | 3 | 2 | 1 | 2 | 3 | 2 | 5 |
| 2 | 2 | 8 | 6 | 6 | 6 | 4 | 5 | 5 | 5 | 5 | 3 | 7 |
| 3 | 3 | 8 | 5 | 5 | 5 | 5 | 7 | 6 | 6 | 6 | 5 | 5 |
| 4 | 4 | 6 | 4 | 8 | 4 | 6 | 5 | 8 | 7 | 8 | 6 | 8 |
| 5 | 5 | 9 | 8 | 4 | 8 | 3 | 8 | 12 | 8 | 6 | 8 | 6 |
| 6 | 6 | 9 | 6 | 5 | 7 | 5 | 6 | 9 | 9 | 5 | 6 | 5 |
| 7 | 7 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 10 | 10 | 8 | 9 | 9 |
| 8 | 8 | 5 | 2 | 10 | 3 | 6 | 2 | 9 | 5 | 7 | 6 | 10 |
| 9 | 9 | 8 | 3 | 6 | 3 | 4 | 4 | 5 | 3 | 5 | 5 | 6 |
| 10 | 10 | 8 | 3 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 4 | 3 | 2 | 2 |
| 11 | 12 | 8 | 8 | 4 | 8 | 3 | 8 | 12 | 8 | 6 | 8 | 6 |
| 12 | 10 | 4 | 6 | 5 | 7 | 5 | 6 | 9 | 9 | 5 | 6 | 5 |
| 13 | 8 | 4 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 10 | 10 | 8 | 9 | 9 |
| 14 | 6 | 4 | 2 | 10 | 3 | 6 | 2 | 9 | 5 | 7 | 6 | 10 |
| 15 | 4 | 4 | 3 | 6 | 3 | 4 | 4 | 5 | 3 | 5 | 5 | 6 |
| 16 | 2 | 0 | 3 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 4 | 3 | 2 | 2 |

| No | P19 | | P20 | | P21 | | P22 | | P23 | | P24 | |
|----|-------|---------|-------|---------|-------|---------|-------|---------|-------|---------|-------|---------|
| | speed | incline | speed | incline | speed | incline | speed | incline | speed | incline | speed | incline |
| 1 | 3 | 3 | 3 | 1 | 3 | 0 | 3 | 0 | 4 | 2 | 4 | 3 |
| 2 | 7 | 5 | 5 | 3 | 7 | 6 | 5 | 7 | 5 | 6 | 6 | 8 |
| 3 | 6 | 6 | 8 | 8 | 9 | 6 | 6 | 7 | 7 | 6 | 10 | 8 |
| 4 | 5 | 8 | 3 | 8 | 4 | 3 | 6 | 7 | 9 | 6 | 10 | 6 |
| 5 | 9 | 5 | 5 | 3 | 7 | 7 | 6 | 5 | 10 | 3 | 7 | 9 |
| 6 | 7 | 6 | 7 | 0 | 10 | 7 | 10 | 5 | 11 | 3 | 10 | 9 |
| 7 | 6 | 5 | 9 | 7 | 4 | 3 | 6 | 5 | 9 | 3 | 12 | 5 |
| 8 | 3 | 12 | 3 | 7 | 7 | 8 | 11 | 8 | 6 | 7 | 10 | 5 |
| 9 | 5 | 8 | 5 | 3 | 11 | 8 | 3 | 8 | 8 | 7 | 7 | 8 |
| 10 | 2 | 3 | 7 | 3 | 5 | 3 | 9 | 9 | 9 | 4 | 7 | 8 |
| 11 | 9 | 5 | 10 | 6 | 7 | 9 | 10 | 8 | 10 | 4 | 10 | 8 |
| 12 | 7 | 6 | 3 | 6 | 12 | 12 | 6 | 12 | 10 | 7 | 11 | 4 |
| 13 | 6 | 5 | 5 | 3 | 4 | 3 | 6 | 8 | 11 | 4 | 10 | 10 |
| 14 | 3 | 12 | 7 | 3 | 7 | 3 | 6 | 4 | 9 | 6 | 10 | 4 |
| 15 | 5 | 8 | 11 | 5 | 12 | 7 | 11 | 4 | 6 | 6 | 6 | 4 |
| 16 | 2 | 3 | 5 | 0 | 6 | 0 | 3 | 0 | 5 | 0 | 5 | 0 |

HRC programs(This function only for the treadmill with HRC function)

6.1 Power on, press “PROG” to choose “HR1 or HR2 or HR3; then press “START” to go.

“HR1” -Max speed is 8.0 km/h, age 30 and default heart rate 150.

“HR2”-Max speed is 9.0 km/h, age 30 and default heart rate 160.

“HR3”-Max speed is 10.0 km/h, age 30 and default heart rate 170.

6.2 Press “MODE” to set age, the speed window show 30, and press INCLINE button to adjust the age of you. The age range 15-80.

6.3 After setting the age, press MODE button to set heart rate goal.It is just for reference, you can consider your body situation to increase/decrease it. Heart rate range 86-179.

6.4 After setting age and heart rate, press MODE button to set the time. The time window show 10:00, you can press INCLINE TO increase/decrease it. Time range 5-99 minutes.

6.5 Press START button to go.

6.6 In the HRC state, you can press INCLINE button to adjust speed/incline, but it will adjust itself to close to your heart rate goal.

6.7 The first 1 minute is warming up, the machine will not adjust the speed/incline.

The system will adjust speed by 0.5 km/h each time to close your goal.

When you adjust it to the max speed, and still not reach your heart rate goal, it will increase the incline levels to help you.

When the heart rate is more than your goal, the system will reduce incline level by 1 level/10 seconds to 0, and it will reduce 0.5 km/h every 10 seconds.

Remark: Must use wireless chest belt for HRC programs.

| HP1 | | | | HP2 | | | | HP3 | | | |
|-----|-------------------|---------|---------|-----|-------------------|---------|---------|-----|-------------------|---------|---------|
| Age | Target zone (L-H) | | | Age | Target zone (L-H) | | | Age | Target zone (L-H) | | |
| | Lowest | Default | Highest | | Lowest | Default | Highest | | Lowest | Default | Highest |
| 15 | 160 | 165 | 170 | 15 | 170 | 175 | 180 | 15 | 170 | 175 | 180 |
| 16 | 159 | 164 | 169 | 16 | 169 | 174 | 179 | 16 | 170 | 175 | 180 |
| 17 | 158 | 163 | 168 | 17 | 168 | 173 | 178 | 17 | 170 | 175 | 180 |
| 18 | 157 | 162 | 167 | 18 | 167 | 172 | 177 | 18 | 169 | 174 | 179 |
| 19 | 156 | 161 | 166 | 19 | 166 | 171 | 176 | 19 | 169 | 174 | 179 |
| 20 | 155 | 160 | 165 | 20 | 165 | 170 | 175 | 20 | 168 | 173 | 178 |
| 21 | 154 | 159 | 164 | 21 | 164 | 169 | 174 | 21 | 168 | 173 | 178 |
| 22 | 153 | 158 | 163 | 22 | 163 | 168 | 173 | 22 | 168 | 173 | 178 |
| 23 | 152 | 157 | 162 | 23 | 162 | 167 | 172 | 23 | 167 | 172 | 177 |
| 24 | 151 | 156 | 161 | 24 | 161 | 166 | 171 | 24 | 167 | 172 | 177 |
| 25 | 150 | 155 | 160 | 25 | 160 | 165 | 170 | 25 | 166 | 171 | 176 |
| 26 | 149 | 154 | 159 | 26 | 159 | 164 | 169 | 26 | 166 | 171 | 176 |
| 27 | 148 | 153 | 158 | 27 | 158 | 163 | 168 | 27 | 166 | 171 | 176 |
| 28 | 147 | 152 | 157 | 28 | 157 | 162 | 167 | 28 | 165 | 170 | 175 |
| 29 | 146 | 151 | 156 | 29 | 156 | 161 | 166 | 29 | 165 | 170 | 175 |
| 30 | 145 | 150 | 155 | 30 | 155 | 160 | 165 | 30 | 165 | 170 | 175 |
| 31 | 144 | 149 | 154 | 31 | 154 | 159 | 164 | 31 | 164 | 169 | 174 |
| 32 | 143 | 148 | 153 | 32 | 153 | 158 | 163 | 32 | 164 | 169 | 174 |
| 33 | 142 | 147 | 152 | 33 | 152 | 157 | 162 | 33 | 163 | 168 | 173 |
| 34 | 141 | 146 | 151 | 34 | 151 | 156 | 161 | 34 | 163 | 168 | 173 |
| 35 | 140 | 145 | 150 | 35 | 150 | 155 | 160 | 35 | 163 | 168 | 173 |
| 36 | 139 | 144 | 149 | 36 | 149 | 154 | 159 | 36 | 162 | 167 | 172 |
| 37 | 138 | 143 | 148 | 37 | 148 | 153 | 158 | 37 | 162 | 167 | 172 |
| 38 | 137 | 142 | 147 | 38 | 147 | 152 | 157 | 38 | 161 | 166 | 171 |
| 39 | 136 | 141 | 146 | 39 | 146 | 151 | 156 | 39 | 160 | 165 | 170 |
| 40 | 135 | 140 | 145 | 40 | 145 | 150 | 155 | 40 | 160 | 165 | 170 |
| 41 | 134 | 139 | 144 | 41 | 144 | 149 | 154 | 41 | 159 | 164 | 169 |
| 42 | 133 | 138 | 143 | 42 | 143 | 148 | 153 | 42 | 159 | 164 | 169 |
| 43 | 132 | 137 | 142 | 43 | 142 | 147 | 152 | 43 | 158 | 163 | 168 |
| 44 | 131 | 136 | 141 | 44 | 141 | 146 | 151 | 44 | 158 | 163 | 168 |
| 45 | 130 | 135 | 140 | 45 | 140 | 145 | 150 | 45 | 158 | 163 | 168 |
| 46 | 129 | 134 | 139 | 46 | 139 | 144 | 149 | 46 | 157 | 162 | 167 |
| 47 | 128 | 133 | 138 | 47 | 138 | 143 | 148 | 47 | 156 | 161 | 166 |
| 48 | 127 | 132 | 137 | 48 | 137 | 142 | 147 | 48 | 155 | 160 | 165 |
| 49 | 126 | 131 | 136 | 49 | 136 | 141 | 146 | 49 | 154 | 159 | 164 |
| 50 | 125 | 130 | 135 | 50 | 135 | 140 | 145 | 50 | 153 | 158 | 163 |
| 51 | 124 | 129 | 134 | 51 | 134 | 139 | 144 | 51 | 152 | 157 | 162 |
| 52 | 123 | 128 | 133 | 52 | 133 | 138 | 143 | 52 | 151 | 156 | 161 |
| 53 | 122 | 127 | 132 | 53 | 132 | 137 | 142 | 53 | 150 | 155 | 160 |
| 54 | 121 | 126 | 131 | 54 | 131 | 136 | 141 | 54 | 149 | 154 | 159 |
| 55 | 120 | 125 | 130 | 55 | 130 | 135 | 140 | 55 | 148 | 153 | 158 |

| | | | | | | | | | | | |
|----|-----|-----|-----|----|-----|-----|-----|----|-----|-----|-----|
| 56 | 119 | 124 | 129 | 56 | 129 | 134 | 139 | 56 | 147 | 152 | 157 |
| 57 | 118 | 123 | 128 | 57 | 128 | 133 | 138 | 57 | 146 | 151 | 156 |
| 58 | 117 | 122 | 127 | 58 | 127 | 132 | 137 | 58 | 145 | 150 | 155 |
| 59 | 116 | 121 | 126 | 59 | 126 | 131 | 136 | 59 | 144 | 149 | 154 |
| 60 | 115 | 120 | 125 | 60 | 125 | 130 | 135 | 60 | 143 | 148 | 153 |
| 61 | 114 | 119 | 124 | 61 | 124 | 129 | 134 | 61 | 142 | 147 | 152 |
| 62 | 113 | 118 | 123 | 62 | 123 | 128 | 133 | 62 | 141 | 146 | 151 |
| 63 | 112 | 117 | 122 | 63 | 122 | 127 | 132 | 63 | 140 | 145 | 150 |
| 64 | 111 | 116 | 121 | 64 | 121 | 126 | 131 | 64 | 139 | 144 | 149 |
| 65 | 110 | 115 | 120 | 65 | 120 | 125 | 130 | 65 | 138 | 143 | 148 |
| 66 | 109 | 114 | 119 | 66 | 119 | 124 | 129 | 66 | 137 | 142 | 147 |
| 67 | 108 | 113 | 118 | 67 | 118 | 123 | 128 | 67 | 136 | 141 | 146 |
| 68 | 107 | 112 | 117 | 68 | 117 | 122 | 127 | 68 | 135 | 140 | 145 |
| 69 | 106 | 111 | 116 | 69 | 116 | 121 | 126 | 69 | 134 | 139 | 144 |
| 70 | 105 | 110 | 115 | 70 | 115 | 120 | 125 | 70 | 133 | 138 | 143 |
| 71 | 104 | 109 | 114 | 71 | 114 | 119 | 124 | 71 | 132 | 137 | 142 |
| 72 | 103 | 108 | 113 | 72 | 113 | 118 | 123 | 72 | 131 | 136 | 141 |
| 73 | 102 | 107 | 112 | 73 | 112 | 117 | 122 | 73 | 130 | 135 | 140 |
| 74 | 101 | 106 | 111 | 74 | 111 | 116 | 121 | 74 | 129 | 134 | 139 |
| 75 | 100 | 105 | 110 | 75 | 110 | 115 | 120 | 75 | 128 | 133 | 138 |
| 76 | 99 | 104 | 109 | 76 | 109 | 114 | 119 | 76 | 127 | 132 | 137 |
| 77 | 98 | 103 | 108 | 77 | 108 | 113 | 118 | 77 | 126 | 131 | 136 |
| 78 | 97 | 102 | 107 | 78 | 107 | 112 | 117 | 78 | 125 | 130 | 135 |
| 79 | 96 | 101 | 106 | 79 | 106 | 111 | 116 | 79 | 124 | 129 | 134 |
| 80 | 95 | 100 | 105 | 80 | 105 | 110 | 115 | 80 | 123 | 128 | 133 |

7. BODY FAT

7.1 Power on, and press "PROG" to choose "FAT";

7.2 Set the parameter, F-1 Sex, F-2 Age, F-3 Height, F-4 Weight, F-5 body fat.

7.3 Press MODE to set F-1, 01 means MAN, 02 means WOMAN, press SPEED to change it.

7.4 Press MODE to set F-2, press SPEED to adjust your age.

7.5 Press MODE to set F-3, press SPEED to adjust your height.

7.6 Press MODE to set F-4, press SPEED to adjust your weight.

7.7 Press MODE to set F-5, put your hands on the heart rate pin of handle bar more than 8 seconds, F5 will show your body fat.

7.8 The body fat standard as below:

| | | | |
|-----|--------|------------|------------|
| F-1 | SEX | 1-MAN | 2-WOMAN |
| F-2 | AGE | 10-99 | |
| F-3 | HEIGHT | 100-200 | |
| F-4 | WEIGHT | 20-150 | |
| F-5 | FAT | ≤19 | Too thin |
| | | =(20---24) | normal |
| | | =(25---29) | Too heavy |
| | | ≥30 | Much heavy |

8. Safety key function

At any situation, pull off the safety key, the treadmill stop immediately to protect the user.

9. Save energy mode.

If you did not use the machine at 10 minute, the machine will enter Save energy mode, and you can press any button to restart the machine.

10. Bluetooth & application connection

Copy the link here under to your browser (Edge, Firefox, Chrome, Safari etc)

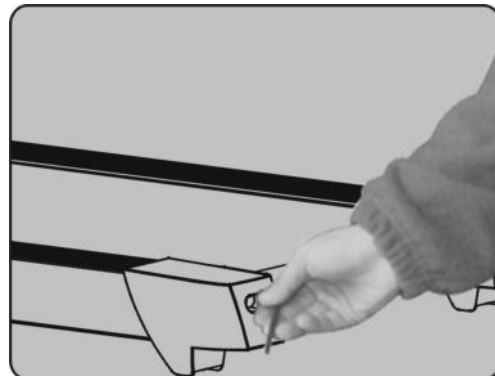
<https://cloud.carefitness.com/index.php/s/E2WD22KMNBQzERL>

And Followw the detailed instruction

Maintenance and troubleshooting

1) The surface of the treadmill must be kept clean; remove the power cord before cleaning. You can clean the running belt and treadmill surface with a soft, damp cloth.

2) The treadmill is factory set and may not function properly after transport or use. Stop the treadmill before adjusting it, pull the treadmill to the centre and then adjust the left and right rear roller bolts using a hexagonal key (see figure). We recommend adjusting half a turn at a time. Then turn the switch and check whether the treadmill 10 turns defective when the speed is about 4 to 5 km/h.



CAUTION: To prevent electric shock, make sure the treadmill is turned off and unplugged before cleaning or performing routine maintenance.

LUBRICATING THE TREADMILL AND DECK

To extend the life of this treadmill, it needs regular lubrication, which is general maintenance for the machine. The routine maintenance procedure will prevent premature wear of the treadmill and motor system. The recommended lubrication schedule is as follows:

| USAGE | LUBRIFICATION |
|------------|-----------------|
| 1-6 km/h | Tous les 6 mois |
| 6-12 km/h | Tous les 3 mois |
| 12-16 km/h | Tous les 2 mois |

Lubricant for the treadmill

This schedule corresponds to the recommended application for an individual user, up to 20-30 minutes at a time, 3-4 times a week. For lubrication, please contact your retailer.

CLEANING

Perspiration should be wiped off the console and treadmill surface after your workout. You should wipe your treadmill once a week with a soft, damp cloth. Do not over-moisten the display panel as this may cause electrical and electronic problems.

STORAGE

Store your treadmill in a clean, dry place. Make sure it is switched off and that the plug is unplugged.

MOVING

This treadmill has been designed and fitted with wheels for easy movement. Before moving it, make sure it is switched off and that the plug is unplugged.

FOR HOME USE ONLY!

This treadmill has been designed for home use only. Do not use in an institution or for commercial purposes.

LUBRICATION MAINTENANCE

It's important to look after your treadmill (especially the running surface underneath). Good silicone lubrication will also improve the performance of your treadmill.

NOTE: Use the silicone supplied with the treadmill. You can buy more from your local retailer.

WARNING: STOP the treadmill and remove the safety key before lubricating the running surface.

HOW TO APPLY SILICONE TO CARPET

A/ Find the bottle of silicone. It is located in the DIY kit included with this treadmill.

B/ Find a straw and place it on the bottle of silicone as shown in the drawing.

C/ Apply the silicone evenly as shown in the drawing (ATTENTION: the treadmill MUST BE STOPPED before applying the lubricant, to avoid injury, otherwise the edge of the treadmill could cut you or your fingers could be crushed by the rollers).

Do not apply too much silicone to the mat. Too much lubricant can cause the carpet to slip on the rollers.

| Code | Problem | Possible Reason | Solution |
|------|--|--|--|
| E01 | Display did not receive the signal | Cable connection | Check or replace the Cables |
| | | display default | replace the display |
| | | controller default | replace the controller |
| E02 | The problem between controller and motor | motor connect wires did not connect well | Check that the motor wires are connected correctly |
| | | No voltage output or abnormal voltage output of controller board | replace the controller |
| | | motor default | replace the motor |
| E03 | The speed is abnormal | The photoelectric sensor is not properly assembled on the motor | reassemble the sensor |
| | | Poor photoelectric sensor | replace the sensor |
| | | Failure of controller board | replace the controller |
| E04 | over voltage | Input voltage too high | adjust the voltage |
| | | motor default | replace the motor |
| | | Failure of controller board | replace the controller |
| E05 | over power current | power current too high | adjust the power current |
| | | Problems with the assembly structure of the treadmill and the motor cause motor resistance or blockage | check the structure if it is well |
| | | controller default | replace the controller |
| E06 | over voltage | Input voltage too low | Please check whether the power supply line is normal |
| | | Failure of controller board | replace the controller |
| E07 | safety key did not put well | safety key fail off the treadmill | put the safety key well |
| | | the safety system default | replace the console |

To order spare parts

To guarantee an efficient service, make sure you have the following items before you contact our After Sales Service:

The name or **reference of the product**.

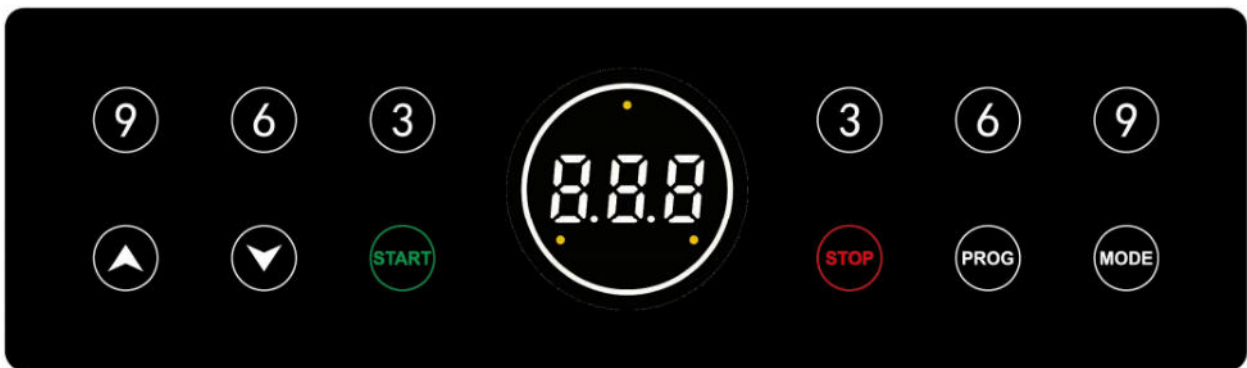
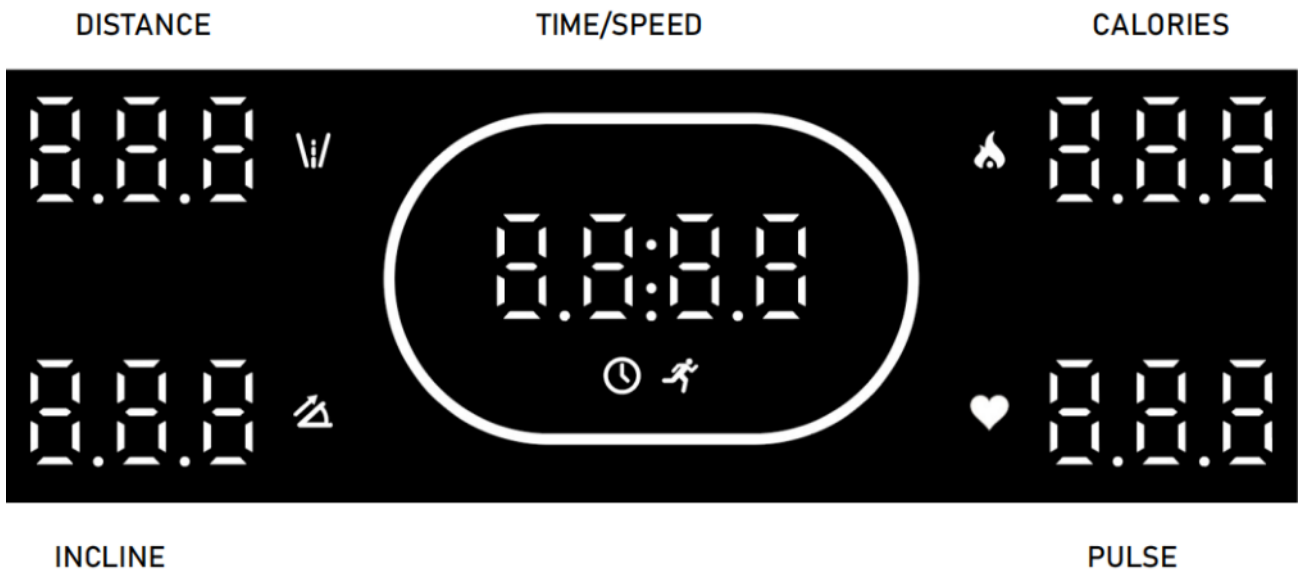
The **manufacturing number** shown on the main chassis and on the packing box.

The **number of the missing or faulty part** shown on the exploded view of the product described in this manual.

After Sales Service
Email: service-uk@carefitness.com

D

Bedienung des Computers



INCLINE BUTTONS

SPEED ADJUSTMENT

PROGRAM/MODE

2 DISPLAYFUNKTIONEN

2.1 "SPEED": Anzeige der aktuellen Geschwindigkeit, Geschwindigkeitsbereich: 1--18.0 km/h, Bei der Verwendung von der voreingestellten Programme. Wenn die voreingestellten Programme verwendet werden, zeigt der Bildschirm "P01-P02--P24-HR1-HR2-HR3-FAT" an.

2.2 "TIME": Anzeige der Übungszeit, positive Zeitmessung von 0:00-99:59.

2.3 "DISTANCE": Zeigt die zurückgelegte Distanz an, zählt von 0.00 bis 99.9 rückwärts.

2.4 "CAL": die verbrauchten Kalorien, Kalorienwert von 0 bis 999,

2.5 "INCLINE": Zeigt die aktuellen Neigungsstufen an, Bereich von 0 bis 18 Stufen.

2.6 "PULSE" Anzeige der Pulsschläge von 50 bis 200

3. TASTENFUNKTION

3.1 "START": Start der Maschine; "STOP": Anhalten der Maschine.

3.2 "GESCHWINDIGKEIT+/-": Wenn Sie diese Taste während der Benutzung drücken, wird die Geschwindigkeit um 0,1 km/h erhöht/verringert; wenn Sie die Taste länger als 5 Sekunden drücken, wird die Geschwindigkeit konstant erhöht/verringert.

3.3 "STEIGUNG +/-": Wenn Sie diese Taste während der Benutzung drücken, erhöht/verringert sich die Geschwindigkeit um 1 Stufe; wenn Sie die Taste

länger als 5 Sekunden gedrückt, erhöht/verringert sich der Wert konstant.

3.4 MODUS: Drücken Sie diese Taste während der Benutzung, um Countdown-Zeit/Entfernung/Kalorien kreisförmig auszuwählen.

3.5 BLUETOOTH-LAUTSPRECHER: Verbinden Sie Ihr Telefon und das Gerät über Bluetooth.

3.6 SCHNELLE GESCHWINDIGKEIT: 3KM/H, 6KM/H, 9KM/H

3.7 SCHNELLE STEIGUNG: 3 STUFEN, 6 STUFEN, 9 STUFEN

3.8 PROG: Drücken Sie die Taste, um die gewünschten Programme auszuwählen.

3.9 Rotary: Drehen Sie nach rechts, um die Geschwindigkeit zu erhöhen, drehen Sie nach links, um die Geschwindigkeit zu verringern.

P01-P24: Voreingestellte Programme.

HP1-HP2-HP3: Herzfrequenz-Programme.

FAT: Körperfett-Test.

4. Schnellstart (manueller Modus)

4.1 Schalten Sie den Netzschalter ein und stecken Sie den Sicherheitsschlüssel auf.

4.2 Drücken Sie die Taste "START" und die Maschine startet innerhalb von 5 Sekunden.

4.3 Drücken Sie "SPEED +/-", um die Geschwindigkeit einzustellen; drücken Sie "INC +/-", um die Neigung einzustellen.

5. Vorgefertigte Programme

| No | P01 | | P02 | | P03 | | P04 | | P05 | | P06 | |
|----|-------|---------|-------|---------|-------|---------|-------|---------|-------|---------|-------|---------|
| | speed | incline | speed | incline | speed | incline | speed | incline | speed | incline | speed | incline |
| 1 | 1 | 0 | 2 | 0 | 2 | 0 | 2 | 0 | 3 | 0 | 3 | 0 |
| 2 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 2 | 2 | 3 | 4 | 2 | 4 | 8 |
| 3 | 3 | 6 | 3 | 9 | 5 | 3 | 3 | 6 | 5 | 4 | 5 | 8 |
| 4 | 7 | 6 | 6 | 9 | 5 | 4 | 5 | 6 | 6 | 4 | 5 | 8 |
| 5 | 7 | 8 | 5 | 9 | 7 | 5 | 5 | 6 | 7 | 8 | 6 | 8 |
| 6 | 5 | 8 | 5 | 2 | 7 | 5 | 5 | 9 | 8 | 8 | 6 | 8 |
| 7 | 5 | 6 | 8 | 2 | 8 | 7 | 8 | 9 | 9 | 6 | 7 | 7 |
| 8 | 5 | 6 | 5 | 8 | 5 | 7 | 8 | 9 | 10 | 6 | 7 | 7 |
| 9 | 7 | 4 | 5 | 8 | 5 | 4 | 8 | 9 | 10 | 6 | 7 | 7 |
| 10 | 7 | 4 | 6 | 4 | 5 | 4 | 8 | 9 | 10 | 6 | 9 | 7 |
| 11 | 5 | 4 | 8 | 1 | 3 | 4 | 5 | 9 | 9 | 8 | 9 | 7 |
| 12 | 5 | 6 | 8 | 1 | 3 | 4 | 5 | 6 | 8 | 7 | 10 | 5 |
| 13 | 5 | 6 | 8 | 4 | 8 | 6 | 5 | 6 | 7 | 6 | 10 | 5 |
| 14 | 5 | 2 | 5 | 4 | 8 | 3 | 3 | 6 | 5 | 5 | 11 | 3 |
| 15 | 3 | 2 | 4 | 4 | 4 | 2 | 2 | 2 | 4 | 1 | 5 | 3 |
| 16 | 2 | 0 | 3 | 0 | 3 | 0 | 2 | 0 | 3 | 0 | 3 | 0 |

| | P07 | | P08 | | P09 | | P10 | | P11 | | P12 | |
|----|------------|---------|------------|---------|------------|---------|------------|---------|------------|---------|------------|---------|
| No | speed | incline | speed | incline | speed | incline | speed | incline | speed | incline | speed | incline |
| 1 | 3 | 0 | 3 | 0 | 2 | 0 | 3 | 0 | 4 | 0 | 4 | 0 |
| 2 | 4 | 1 | 5 | 3 | 4 | 6 | 5 | 7 | 5 | 6 | 6 | 8 |
| 3 | 9 | 4 | 8 | 8 | 5 | 6 | 6 | 7 | 7 | 6 | 10 | 8 |
| 4 | 4 | 4 | 3 | 8 | 5 | 3 | 6 | 7 | 9 | 6 | 10 | 6 |
| 5 | 10 | 4 | 5 | 8 | 6 | 7 | 6 | 5 | 10 | 3 | 7 | 9 |
| 6 | 4 | 6 | 7 | 3 | 5 | 7 | 9 | 5 | 11 | 3 | 10 | 9 |
| 7 | 10 | 6 | 9 | 7 | 6 | 3 | 10 | 5 | 9 | 3 | 10 | 5 |
| 8 | 4 | 6 | 3 | 7 | 3 | 8 | 6 | 8 | 6 | 7 | 10 | 5 |
| 9 | 9 | 8 | 5 | 3 | 3 | 8 | 6 | 8 | 8 | 7 | 7 | 8 |
| 10 | 4 | 8 | 7 | 3 | 2 | 3 | 9 | 8 | 9 | 4 | 7 | 8 |
| 11 | 8 | 8 | 10 | 6 | 6 | 9 | 10 | 8 | 10 | 4 | 10 | 8 |
| 12 | 4 | 10 | 3 | 6 | 5 | 9 | 6 | 8 | 10 | 4 | 10 | 4 |
| 13 | 11 | 10 | 5 | 3 | 6 | 3 | 6 | 8 | 11 | 4 | 10 | 4 |
| 14 | 5 | 10 | 7 | 3 | 3 | 3 | 6 | 4 | 9 | 6 | 10 | 4 |
| 15 | 3 | 6 | 11 | 5 | 3 | 7 | 11 | 4 | 6 | 6 | 6 | 4 |
| 16 | 2 | 0 | 5 | 0 | 2 | 0 | 3 | 0 | 5 | 0 | 5 | 0 |

| | P13 | | P14 | | P15 | | P16 | | P17 | | P18 | |
|----|------------|---------|------------|---------|------------|---------|------------|---------|------------|---------|------------|---------|
| No | speed | incline | speed | incline | speed | incline | speed | incline | speed | incline | speed | incline |
| 1 | 1 | 0 | 2 | 5 | 2 | 3 | 2 | 1 | 2 | 3 | 2 | 5 |
| 2 | 2 | 8 | 6 | 6 | 6 | 4 | 5 | 5 | 5 | 5 | 3 | 7 |
| 3 | 3 | 8 | 5 | 5 | 5 | 5 | 7 | 6 | 6 | 6 | 5 | 5 |
| 4 | 4 | 6 | 4 | 8 | 4 | 6 | 5 | 8 | 7 | 8 | 6 | 8 |
| 5 | 5 | 9 | 8 | 4 | 8 | 3 | 8 | 12 | 8 | 6 | 8 | 6 |
| 6 | 6 | 9 | 6 | 5 | 7 | 5 | 6 | 9 | 9 | 5 | 6 | 5 |
| 7 | 7 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 10 | 10 | 8 | 9 | 9 |
| 8 | 8 | 5 | 2 | 10 | 3 | 6 | 2 | 9 | 5 | 7 | 6 | 10 |
| 9 | 9 | 8 | 3 | 6 | 3 | 4 | 4 | 5 | 3 | 5 | 5 | 6 |
| 10 | 10 | 8 | 3 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 4 | 3 | 2 | 2 |
| 11 | 12 | 8 | 8 | 4 | 8 | 3 | 8 | 12 | 8 | 6 | 8 | 6 |
| 12 | 10 | 4 | 6 | 5 | 7 | 5 | 6 | 9 | 9 | 5 | 6 | 5 |
| 13 | 8 | 4 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 10 | 10 | 8 | 9 | 9 |
| 14 | 6 | 4 | 2 | 10 | 3 | 6 | 2 | 9 | 5 | 7 | 6 | 10 |
| 15 | 4 | 4 | 3 | 6 | 3 | 4 | 4 | 5 | 3 | 5 | 5 | 6 |
| 16 | 2 | 0 | 3 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 4 | 3 | 2 | 2 |

| No | P19 | | P20 | | P21 | | P22 | | P23 | | P24 | |
|----|-------|---------|-------|---------|-------|---------|-------|---------|-------|---------|-------|---------|
| | speed | incline | speed | incline | speed | incline | speed | incline | speed | incline | speed | incline |
| 1 | 3 | 3 | 3 | 1 | 3 | 0 | 3 | 0 | 4 | 2 | 4 | 3 |
| 2 | 7 | 5 | 5 | 3 | 7 | 6 | 5 | 7 | 5 | 6 | 6 | 8 |
| 3 | 6 | 6 | 8 | 8 | 9 | 6 | 6 | 7 | 7 | 6 | 10 | 8 |
| 4 | 5 | 8 | 3 | 8 | 4 | 3 | 6 | 7 | 9 | 6 | 10 | 6 |
| 5 | 9 | 5 | 5 | 3 | 7 | 7 | 6 | 5 | 10 | 3 | 7 | 9 |
| 6 | 7 | 6 | 7 | 0 | 10 | 7 | 10 | 5 | 11 | 3 | 10 | 9 |
| 7 | 6 | 5 | 9 | 7 | 4 | 3 | 6 | 5 | 9 | 3 | 12 | 5 |
| 8 | 3 | 12 | 3 | 7 | 7 | 8 | 11 | 8 | 6 | 7 | 10 | 5 |
| 9 | 5 | 8 | 5 | 3 | 11 | 8 | 3 | 8 | 8 | 7 | 7 | 8 |
| 10 | 2 | 3 | 7 | 3 | 5 | 3 | 9 | 9 | 9 | 4 | 7 | 8 |
| 11 | 9 | 5 | 10 | 6 | 7 | 9 | 10 | 8 | 10 | 4 | 10 | 8 |
| 12 | 7 | 6 | 3 | 6 | 12 | 12 | 6 | 12 | 10 | 7 | 11 | 4 |
| 13 | 6 | 5 | 5 | 3 | 4 | 3 | 6 | 8 | 11 | 4 | 10 | 10 |
| 14 | 3 | 12 | 7 | 3 | 7 | 3 | 6 | 4 | 9 | 6 | 10 | 4 |
| 15 | 5 | 8 | 11 | 5 | 12 | 7 | 11 | 4 | 6 | 6 | 6 | 4 |
| 16 | 2 | 3 | 5 | 0 | 6 | 0 | 3 | 0 | 5 | 0 | 5 | 0 |

6 HRC-Programme

6.1 Schalten Sie das Gerät ein und drücken Sie "PROG", um "HR1" oder "HR2" oder "HR3" auszuwählen; drücken Sie dann "START", um zu starten.

"HR1" - Maximalgeschwindigkeit ist 8,0 km/h, Alter 30 und Standardherzfrequenz 150.

"HR2"-Höchstgeschwindigkeit ist 9,0 km/h, Alter 30 und Standardpuls 160.

"HR3"-Höchstgeschwindigkeit ist 10,0 km/h, Alter 30 und Standardherzfrequenz 170.

6.2 Drücken Sie "MODE", um das Alter einzustellen, das Geschwindigkeitsfenster zeigt 30 an, und drücken Sie die INCLINE-Taste, um Ihr Alter einzustellen. Der Altersbereich liegt zwischen 15 und 80 Jahren.

6.3 Nachdem Sie das Alter eingestellt haben, drücken Sie die MODE-Taste, um die Zielherzfrequenz einzustellen. Herzfrequenzbereich 86-179.

6.4 Nachdem Sie Alter und Herzfrequenz eingestellt haben, drücken Sie die MODE-Taste, um die Zeit einzustellen. Das Zeitfenster zeigt 10:00 an, Sie können INCLINE drücken, um die Zeit zu erhöhen/verringern. Der Zeitbereich beträgt 5-99 Minuten.

6.5 Drücken Sie die START-Taste, um zu starten.

6.6 Im HRC-Zustand können Sie die Taste INCLINE drücken, um die Geschwindigkeit/Neigung einzustellen, aber das Gerät wird sich selbst so einstellen, dass es Ihrem Herzfrequenzziel nahe kommt.

6.7 In den ersten 1 Minuten der Aufwärmphase passt das Gerät die Geschwindigkeit/den Neigungswinkel nicht an. Das System passt die Geschwindigkeit jedes Mal um 0,5 km/h an, um Ihr Ziel zu erreichen.

Wenn Sie die Höchstgeschwindigkeit erreicht haben und Ihr Herzfrequenzziel noch nicht erreicht ist, erhöht das Gerät die Steigungsstufen, um Ihnen zu helfen.

Wenn die Herzfrequenz Ihr Ziel übersteigt, reduziert das System die Steigungsstufe um 1 Stufe/10 Sekunden auf 0 und verringert alle 10 Sekunden um 0,5 km/h.

Bemerkung: Für HRC-Programme muss ein drahtloser Brustgurt verwendet werden.

| HP1 | | | | HP2 | | | | HP3 | | | |
|-------|------------------|---------|------|-------|------------------|---------|------|-------|------------------|---------|------|
| Alter | Zielgebiet (L-H) | | | Alter | Zielgebiet (L-H) | | | Alter | Zielgebiet (L-H) | | |
| | + | | + | | + | | + | | + | | + |
| | Niedrig | Vorgabe | Hoch | | Niedrig | Vorgabe | Hoch | | Niedrig | Vorgabe | Hoch |
| 15 | 160 | 165 | 170 | 15 | 170 | 175 | 180 | 15 | 170 | 175 | 180 |
| 16 | 159 | 164 | 169 | 16 | 169 | 174 | 179 | 16 | 170 | 175 | 180 |
| 17 | 158 | 163 | 168 | 17 | 168 | 173 | 178 | 17 | 170 | 175 | 180 |
| 18 | 157 | 162 | 167 | 18 | 167 | 172 | 177 | 18 | 169 | 174 | 179 |
| 19 | 156 | 161 | 166 | 19 | 166 | 171 | 176 | 19 | 169 | 174 | 179 |
| 20 | 155 | 160 | 165 | 20 | 165 | 170 | 175 | 20 | 168 | 173 | 178 |
| 21 | 154 | 159 | 164 | 21 | 164 | 169 | 174 | 21 | 168 | 173 | 178 |
| 22 | 153 | 158 | 163 | 22 | 163 | 168 | 173 | 22 | 168 | 173 | 178 |
| 23 | 152 | 157 | 162 | 23 | 162 | 167 | 172 | 23 | 167 | 172 | 177 |
| 24 | 151 | 156 | 161 | 24 | 161 | 166 | 171 | 24 | 167 | 172 | 177 |
| 25 | 150 | 155 | 160 | 25 | 160 | 165 | 170 | 25 | 166 | 171 | 176 |
| 26 | 149 | 154 | 159 | 26 | 159 | 164 | 169 | 26 | 166 | 171 | 176 |
| 27 | 148 | 153 | 158 | 27 | 158 | 163 | 168 | 27 | 166 | 171 | 176 |
| 28 | 147 | 152 | 157 | 28 | 157 | 162 | 167 | 28 | 165 | 170 | 175 |
| 29 | 146 | 151 | 156 | 29 | 156 | 161 | 166 | 29 | 165 | 170 | 175 |
| 30 | 145 | 150 | 155 | 30 | 155 | 160 | 165 | 30 | 165 | 170 | 175 |
| 31 | 144 | 149 | 154 | 31 | 154 | 159 | 164 | 31 | 164 | 169 | 174 |
| 32 | 143 | 148 | 153 | 32 | 153 | 158 | 163 | 32 | 164 | 169 | 174 |
| 33 | 142 | 147 | 152 | 33 | 152 | 157 | 162 | 33 | 163 | 168 | 173 |
| 34 | 141 | 146 | 151 | 34 | 151 | 156 | 161 | 34 | 163 | 168 | 173 |
| 35 | 140 | 145 | 150 | 35 | 150 | 155 | 160 | 35 | 163 | 168 | 173 |
| 36 | 139 | 144 | 149 | 36 | 149 | 154 | 159 | 36 | 162 | 167 | 172 |
| 37 | 138 | 143 | 148 | 37 | 148 | 153 | 158 | 37 | 162 | 167 | 172 |
| 38 | 137 | 142 | 147 | 38 | 147 | 152 | 157 | 38 | 161 | 166 | 171 |
| 39 | 136 | 141 | 146 | 39 | 146 | 151 | 156 | 39 | 160 | 165 | 170 |
| 40 | 135 | 140 | 145 | 40 | 145 | 150 | 155 | 40 | 160 | 165 | 170 |
| 41 | 134 | 139 | 144 | 41 | 144 | 149 | 154 | 41 | 159 | 164 | 169 |
| 42 | 133 | 138 | 143 | 42 | 143 | 148 | 153 | 42 | 159 | 164 | 169 |
| 43 | 132 | 137 | 142 | 43 | 142 | 147 | 152 | 43 | 158 | 163 | 168 |
| 44 | 131 | 136 | 141 | 44 | 141 | 146 | 151 | 44 | 158 | 163 | 168 |
| 45 | 130 | 135 | 140 | 45 | 140 | 145 | 150 | 45 | 158 | 163 | 168 |
| 46 | 129 | 134 | 139 | 46 | 139 | 144 | 149 | 46 | 157 | 162 | 167 |
| 47 | 128 | 133 | 138 | 47 | 138 | 143 | 148 | 47 | 156 | 161 | 166 |
| 48 | 127 | 132 | 137 | 48 | 137 | 142 | 147 | 48 | 155 | 160 | 165 |
| 49 | 126 | 131 | 136 | 49 | 136 | 141 | 146 | 49 | 154 | 159 | 164 |
| 50 | 125 | 130 | 135 | 50 | 135 | 140 | 145 | 50 | 153 | 158 | 163 |
| 51 | 124 | 129 | 134 | 51 | 134 | 139 | 144 | 51 | 152 | 157 | 162 |
| 52 | 123 | 128 | 133 | 52 | 133 | 138 | 143 | 52 | 151 | 156 | 161 |
| 53 | 122 | 127 | 132 | 53 | 132 | 137 | 142 | 53 | 150 | 155 | 160 |
| 54 | 121 | 126 | 131 | 54 | 131 | 136 | 141 | 54 | 149 | 154 | 159 |

| | | | | | | | | | | | |
|----|-----|-----|-----|----|-----|-----|-----|----|-----|-----|-----|
| 55 | 120 | 125 | 130 | 55 | 130 | 135 | 140 | 55 | 148 | 153 | 158 |
| 56 | 119 | 124 | 129 | 56 | 129 | 134 | 139 | 56 | 147 | 152 | 157 |
| 57 | 118 | 123 | 128 | 57 | 128 | 133 | 138 | 57 | 146 | 151 | 156 |
| 58 | 117 | 122 | 127 | 58 | 127 | 132 | 137 | 58 | 145 | 150 | 155 |
| 59 | 116 | 121 | 126 | 59 | 126 | 131 | 136 | 59 | 144 | 149 | 154 |
| 60 | 115 | 120 | 125 | 60 | 125 | 130 | 135 | 60 | 143 | 148 | 153 |
| 61 | 114 | 119 | 124 | 61 | 124 | 129 | 134 | 61 | 142 | 147 | 152 |
| 62 | 113 | 118 | 123 | 62 | 123 | 128 | 133 | 62 | 141 | 146 | 151 |
| 63 | 112 | 117 | 122 | 63 | 122 | 127 | 132 | 63 | 140 | 145 | 150 |
| 64 | 111 | 116 | 121 | 64 | 121 | 126 | 131 | 64 | 139 | 144 | 149 |
| 65 | 110 | 115 | 120 | 65 | 120 | 125 | 130 | 65 | 138 | 143 | 148 |
| 66 | 109 | 114 | 119 | 66 | 119 | 124 | 129 | 66 | 137 | 142 | 147 |
| 67 | 108 | 113 | 118 | 67 | 118 | 123 | 128 | 67 | 136 | 141 | 146 |
| 68 | 107 | 112 | 117 | 68 | 117 | 122 | 127 | 68 | 135 | 140 | 145 |
| 69 | 106 | 111 | 116 | 69 | 116 | 121 | 126 | 69 | 134 | 139 | 144 |
| 70 | 105 | 110 | 115 | 70 | 115 | 120 | 125 | 70 | 133 | 138 | 143 |
| 71 | 104 | 109 | 114 | 71 | 114 | 119 | 124 | 71 | 132 | 137 | 142 |
| 72 | 103 | 108 | 113 | 72 | 113 | 118 | 123 | 72 | 131 | 136 | 141 |
| 73 | 102 | 107 | 112 | 73 | 112 | 117 | 122 | 73 | 130 | 135 | 140 |
| 74 | 101 | 106 | 111 | 74 | 111 | 116 | 121 | 74 | 129 | 134 | 139 |
| 75 | 100 | 105 | 110 | 75 | 110 | 115 | 120 | 75 | 128 | 133 | 138 |
| 76 | 99 | 104 | 109 | 76 | 109 | 114 | 119 | 76 | 127 | 132 | 137 |
| 77 | 98 | 103 | 108 | 77 | 108 | 113 | 118 | 77 | 126 | 131 | 136 |
| 78 | 97 | 102 | 107 | 78 | 107 | 112 | 117 | 78 | 125 | 130 | 135 |
| 79 | 96 | 101 | 106 | 79 | 106 | 111 | 116 | 79 | 124 | 129 | 134 |
| 80 | 95 | 100 | 105 | 80 | 105 | 110 | 115 | 80 | 123 | 128 | 133 |

7. BODY FAT

7.1 Schalten Sie das Gerät ein und drücken Sie "PROG", um "FAT" zu wählen;

7.2 Stellen Sie die Parameter ein: F-1 Geschlecht, F-2 Alter, F-3 Größe, F-4 Gewicht, F-5 Körperfett.

7.3 Drücken Sie MODE, um F-1 einzustellen, 01 bedeutet MANN, 02 bedeutet FRAU, drücken Sie SPEED, um es zu ändern.

7.4 Drücken Sie MODE, um F-2 einzustellen, drücken Sie SPEED, um Ihr Alter einzustellen.

7.5 Drücken Sie MODE, um F-3 einzustellen, drücken Sie SPEED, um Ihre Größe einzustellen.

7.6 Drücken Sie MODE, um F-4 einzustellen, drücken Sie SPEED, um Ihr Gewicht einzustellen.

7.7 Drücken Sie MODE, um F-5 einzustellen. Legen Sie Ihre Hände für mehr als 8 Sekunden auf den Herzfrequenzstift am Lenker, F5 zeigt Ihr Körperfett an.

7.8 Der Körperfett-Standard wie unten:

| | | | |
|-----|--------|------------|------------|
| F-1 | sexe | 1-homme | 2-femme |
| F-2 | AGE | 10-99 | |
| F-3 | taille | 100-200 | |
| F-4 | poids | 20-150 | |
| F-5 | FAT | ≤19 | Trop mine |
| | | =(20---24) | normal |
| | | =(25---29) | Trop lourd |
| | | ≥30 | Très lourd |

8. Funktion des Sicherheitsschlüssels

Wenn der Sicherheitsschlüssel abgezogen wird, stoppt das Laufband sofort, um den Benutzer zu schützen.

9. Energiesparmodus.

Wenn Sie das Gerät 10 Minuten lang nicht benutzen, schaltet das Laufband in den Energiesparmodus. Drücken Sie eine beliebige Taste, um es wieder zu starten.

10. bluetooth-Verbindung & Anwendung

Kopieren Sie den untenstehenden Link in Ihren Browser (Edge, Firefox, Chrome, Safari etc.).

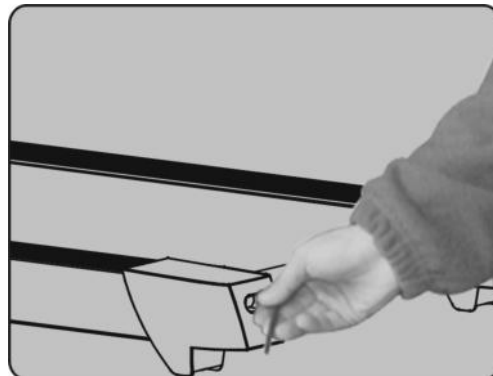
<https://cloud.carefitness.com/index.php/s/E2WD22KMNBQzERL>

Und folgen Sie den detaillierten Anweisungen

Wartung und Störungsbeseitigung

1) Die Oberfläche des Laufbandes sollte sauber gehalten werden. Ziehen Sie vor der Reinigung das Netzkabel ab. Sie können die Lauffläche und die Oberfläche des Laufbandes mit einem weichen, feuchten Tuch reinigen.

2) Das Laufband ist werkseitig eingestellt, es kann nach dem Transport oder der Benutzung nicht mehr richtig funktionieren. Halten Sie das Laufband an, bevor Sie es einstellen, ziehen Sie es in die Mitte und stellen Sie die linken und rechten hinteren Rollenbolzen mit einem Sechskantschlüssel ein (siehe Abbildung). Es wird empfohlen, die Einstellung jeweils um eine halbe Umdrehung vorzunehmen. Drehen Sie dann den Schalter und prüfen Sie, ob die Matte bei einer Geschwindigkeit von etwa 4 bis 5 km/h 10 Umdrehungen ausgeschaltet ist.



Warnung: Um einen elektrischen Schlag zu vermeiden, vergewissern Sie sich, dass das Laufband ausgeschaltet und vom Stromnetz getrennt ist, bevor Sie es reinigen oder routinemäßige Wartungsarbeiten durchführen.

SCHMIEREN DES LAUFBANDES UND DES DECKES

Um die Lebensdauer des Laufbandes zu verlängern, muss das Laufband regelmäßig geschmiert werden, was einer allgemeinen Wartung des Geräts entspricht. Die routinemäßige Wartung verhindert eine vorzeitige Abnutzung des Laufbandes und des Motorsystems. Der empfohlene Zeitplan für die Schmierung sieht wie folgt aus:

SCHMIERUNG VERWENDUNG

1-6 km/h Alle 6 Monate

6-12 km/h Alle 3 Monate

12-16 km/h Alle 2 Monate

Dieser Zeitplan entspricht der empfohlenen Anwendung für einen einzelnen Benutzer, bis zu 20-30 Minuten auf einmal, 3-4 Mal pro Woche.

REINIGUNG

Nach dem Training sollte der Schweiß von der Konsole und der Oberfläche des Laufbandes abgewischt werden. Sie sollten Ihr Laufband einmal pro Woche mit einem weichen, feuchten Tuch abwischen. Befeuchten Sie das Anzeigefeld nicht zu stark, da dies zu elektrischen und elektronischen Problemen führen kann.

LAGERUNG

Lagern Sie Ihr Laufband an einem sauberen, trockenen Ort. Vergewissern Sie sich, dass es ausgeschaltet ist und der Stecker gezogen ist.

BEWEGUNG

Dieses Laufband ist mit Rädern ausgestattet, um es leicht bewegen zu können. Vergewissern Sie sich vor dem Transport, dass das Gerät ausgeschaltet und der Netzstecker gezogen ist.

NUR FÜR DEN HEIMGEBRAUCH!

Dieses Laufband ist nur für den Heimgebrauch bestimmt. Verwenden Sie es nicht in einer Einrichtung oder für kommerzielle Zwecke.

WARTUNG UND SCHMIERUNG

Es ist wichtig, Ihr Laufband zu pflegen (insbesondere die Lauffläche unter dem Laufband). Eine ordnungsgemäße Silikonschmierung verbessert auch die Leistung Ihres Laufbandes.

WARNUNG: Schalten Sie das Laufband aus und entfernen Sie den Sicherheitsschlüssel, bevor Sie die Lauffläche schmieren.

SO TRAGEN SIE SILIKON AUF DAS LAUFBAND AUF

A/ Suchen Sie die Flasche mit dem Silikon. Sie befindet sich in dem DIY-Kit, das diesem Laufband beiliegt.

B/ Suchen Sie einen Strohhalm und setzen Sie ihn auf die Silikonflasche, wie in der Zeichnung dargestellt.

C/ Tragen Sie das Silikon gleichmäßig auf, wie in der Zeichnung dargestellt (ACHTUNG: Das Laufband MUSS vor dem Auftragen des Schmiermittels angehalten werden, um Verletzungen zu vermeiden, da Sie sich sonst an der Kante des Laufbandes schneiden oder Ihre Finger von den Rollen gequetscht werden könnten).

Tragen Sie nicht zu viel Silikon auf die Matte auf. Zu viel Schmiermittel kann dazu führen, dass die Matte auf den Rollen rutscht.

Bestellung von Einzelteilen

Für eine effizientere Abwicklung stellen Sie bitte, bevor Sie unseren Kundendienst kontaktieren, folgende Angaben zusammen:

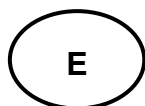
Den Namen oder die Artikelnummer des Produkts.

Die Fabrikationsnummer, die auf dem Hauptrahmen und dem Verpackungskarton steht.

Die Nummer des fehlenden oder schadhaften Teils, wie sie aus der diesen Informationen beigelegten Explosionszeichnung hervorgeht.

Service Après Vente (Kundendienst)

E mail : service-de@carefitness.com

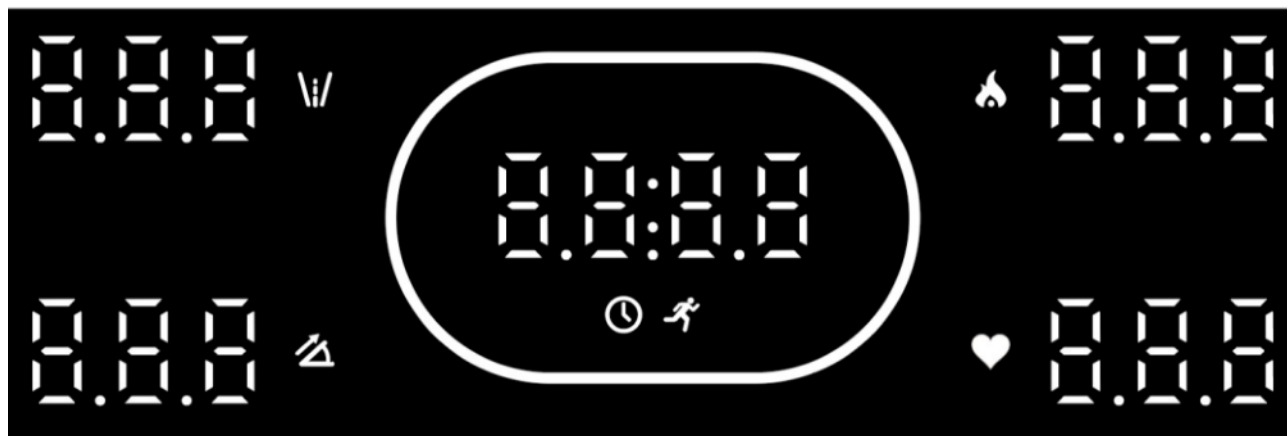


Instrucciones del ordenador

DISTANCE

TIME/SPEED

CALORIES



INCLINE

PIIISF

INCLINE QUICK BUTTONS

SPEED

SPEED QUICK BUTTON



INCLINE BUTTONS

SPEED ADJUST KNOB

PROGRAM/MODE

2.1 "VELOCIDAD": muestra la velocidad actual, intervalo de velocidad: 1--18,0 km/h ,Al utilizar los programas preajustados programas predefinidos. Cuando se utilizan los programas predefinidos, la pantalla muestra "P01-P02—-P24-HR1-HR2-HR3-FAT".

2.2 "TIME": visualización del tiempo de ejercicio, cronometraje positivo de 0:00-99:59.

2.3 "DISTANCIA". Muestra la distancia recorrida, con una cuenta atrás de 0,00 a 99,9.

2.4 "CAL": calorías consumidas, valor calórico de 0 a 999,

2.5 "INCLINE": Muestra los niveles de inclinación actuales, rango de 0 a 18 niveles.

2.6 "PULSE" Visualización de pulsos de 50 a 200

3. FUNCIÓN CLAVE

3.1 "START": Arranca la máquina; "STOP": Parar la máquina.

3.2 "VELOCIDAD+/-": En el momento de uso, al pulsarlo aumentará/disminuirá 0,1 km/h de una vez; al pulsarlo más de 5 segundos, aumentará/disminuirá constantemente.

3.3 "INCLINACIÓN +/-": Al mismo tiempo, si lo pulsa, aumentará/disminuirá 1 nivel de una vez; si lo pulsa durante más de 5 segundos, aumentará/disminuirá constantemente.

más de 5 segundos, aumentará/disminuirá constantemente.

3.4 MODO: Al utilizarlo, púlselo para seleccionar el tiempo de cuenta atrás/distancia/calorías de forma circular.

3.5 ALTAVOZ BLUETOOTH: Conecta tu teléfono y la máquina por Bluetooth.

3.6 VELOCIDAD RÁPIDA:3KM/H, 6KM/H,9KM/H

3.7 INCLINACIÓN RÁPIDA: 3 NIVELES, 6 NIVELES, 9 NIVELES

3.8 PROG: Púlselo para seleccionar los programas que desee.

3.9 Rotary: Gire a la derecha para aumentar la velocidad, gire a la izquierda para disminuir la velocidad.

P01-P24: Programas preestablecidos.

HP1-HP2-HP3: Programas de ritmo cardíaco.

FAT: Test de grasa corporal.

4. Inicio rápido (modo manual)

4.1 Conecte el interruptor de alimentación y coloque la llave de seguridad.

4.2 Pulse el botón "START" y la máquina se pondrá en marcha en 5 segundos.

4.3 Pulse "SPEED +/-" para ajustar la velocidad; pulse "INC +/-" para ajustar la inclinación.

5. Programas Pr-set

| | P01 | | P02 | | P03 | | P04 | | P05 | | P06 | |
|----|------------|---------|------------|---------|------------|---------|------------|---------|------------|---------|------------|---------|
| No | speed | incline | speed | incline | speed | incline | speed | incline | speed | incline | speed | incline |
| 1 | 1 | 0 | 2 | 0 | 2 | 0 | 2 | 0 | 3 | 0 | 3 | 0 |
| 2 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 2 | 2 | 3 | 4 | 2 | 4 | 8 |
| 3 | 3 | 6 | 3 | 9 | 5 | 3 | 3 | 6 | 5 | 4 | 5 | 8 |
| 4 | 7 | 6 | 6 | 9 | 5 | 4 | 5 | 6 | 6 | 4 | 5 | 8 |
| 5 | 7 | 8 | 5 | 9 | 7 | 5 | 5 | 6 | 7 | 8 | 6 | 8 |
| 6 | 5 | 8 | 5 | 2 | 7 | 5 | 5 | 9 | 8 | 8 | 6 | 8 |
| 7 | 5 | 6 | 8 | 2 | 8 | 7 | 8 | 9 | 9 | 6 | 7 | 7 |
| 8 | 5 | 6 | 5 | 8 | 5 | 7 | 8 | 9 | 10 | 6 | 7 | 7 |
| 9 | 7 | 4 | 5 | 8 | 5 | 4 | 8 | 9 | 10 | 6 | 7 | 7 |
| 10 | 7 | 4 | 6 | 4 | 5 | 4 | 8 | 9 | 10 | 6 | 9 | 7 |
| 11 | 5 | 4 | 8 | 1 | 3 | 4 | 5 | 9 | 9 | 8 | 9 | 7 |
| 12 | 5 | 6 | 8 | 1 | 3 | 4 | 5 | 6 | 8 | 7 | 10 | 5 |
| 13 | 5 | 6 | 8 | 4 | 8 | 6 | 5 | 6 | 7 | 6 | 10 | 5 |
| 14 | 5 | 2 | 5 | 4 | 8 | 3 | 3 | 6 | 5 | 5 | 11 | 3 |
| 15 | 3 | 2 | 4 | 4 | 4 | 2 | 2 | 2 | 4 | 1 | 5 | 3 |
| 16 | 2 | 0 | 3 | 0 | 3 | 0 | 2 | 0 | 3 | 0 | 3 | 0 |
| | P07 | | P08 | | P09 | | P10 | | P11 | | P12 | |
| No | speed | incline | speed | incline | speed | incline | speed | incline | speed | incline | speed | incline |
| 1 | 3 | 0 | 3 | 0 | 2 | 0 | 3 | 0 | 4 | 0 | 4 | 0 |
| 2 | 4 | 1 | 5 | 3 | 4 | 6 | 5 | 7 | 5 | 6 | 6 | 8 |
| 3 | 9 | 4 | 8 | 8 | 5 | 6 | 6 | 7 | 7 | 6 | 10 | 8 |
| 4 | 4 | 4 | 3 | 8 | 5 | 3 | 6 | 7 | 9 | 6 | 10 | 6 |
| 5 | 10 | 4 | 5 | 8 | 6 | 7 | 6 | 5 | 10 | 3 | 7 | 9 |
| 6 | 4 | 6 | 7 | 3 | 5 | 7 | 9 | 5 | 11 | 3 | 10 | 9 |
| 7 | 10 | 6 | 9 | 7 | 6 | 3 | 10 | 5 | 9 | 3 | 10 | 5 |
| 8 | 4 | 6 | 3 | 7 | 3 | 8 | 6 | 8 | 6 | 7 | 10 | 5 |
| 9 | 9 | 8 | 5 | 3 | 3 | 8 | 6 | 8 | 8 | 7 | 7 | 8 |
| 10 | 4 | 8 | 7 | 3 | 2 | 3 | 9 | 8 | 9 | 4 | 7 | 8 |
| 11 | 8 | 8 | 10 | 6 | 6 | 9 | 10 | 8 | 10 | 4 | 10 | 8 |
| 12 | 4 | 10 | 3 | 6 | 5 | 9 | 6 | 8 | 10 | 4 | 10 | 4 |
| 13 | 11 | 10 | 5 | 3 | 6 | 3 | 6 | 8 | 11 | 4 | 10 | 4 |
| 14 | 5 | 10 | 7 | 3 | 3 | 3 | 6 | 4 | 9 | 6 | 10 | 4 |
| 15 | 3 | 6 | 11 | 5 | 3 | 7 | 11 | 4 | 6 | 6 | 6 | 4 |
| 16 | 2 | 0 | 5 | 0 | 2 | 0 | 3 | 0 | 5 | 0 | 5 | 0 |

| No | P13 | | P14 | | P15 | | P16 | | P17 | | P18 | |
|----|-------|---------|-------|---------|-------|---------|-------|---------|-------|---------|-------|---------|
| | speed | incline | speed | incline | speed | incline | speed | incline | speed | incline | speed | incline |
| 1 | 1 | 0 | 2 | 5 | 2 | 3 | 2 | 1 | 2 | 3 | 2 | 5 |
| 2 | 2 | 8 | 6 | 6 | 6 | 4 | 5 | 5 | 5 | 5 | 3 | 7 |
| 3 | 3 | 8 | 5 | 5 | 5 | 5 | 7 | 6 | 6 | 6 | 5 | 5 |
| 4 | 4 | 6 | 4 | 8 | 4 | 6 | 5 | 8 | 7 | 8 | 6 | 8 |
| 5 | 5 | 9 | 8 | 4 | 8 | 3 | 8 | 12 | 8 | 6 | 8 | 6 |
| 6 | 6 | 9 | 6 | 5 | 7 | 5 | 6 | 9 | 9 | 5 | 6 | 5 |
| 7 | 7 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 10 | 10 | 8 | 9 | 9 |
| 8 | 8 | 5 | 2 | 10 | 3 | 6 | 2 | 9 | 5 | 7 | 6 | 10 |
| 9 | 9 | 8 | 3 | 6 | 3 | 4 | 4 | 5 | 3 | 5 | 5 | 6 |
| 10 | 10 | 8 | 3 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 4 | 3 | 2 | 2 |
| 11 | 12 | 8 | 8 | 4 | 8 | 3 | 8 | 12 | 8 | 6 | 8 | 6 |
| 12 | 10 | 4 | 6 | 5 | 7 | 5 | 6 | 9 | 9 | 5 | 6 | 5 |
| 13 | 8 | 4 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 10 | 10 | 8 | 9 | 9 |
| 14 | 6 | 4 | 2 | 10 | 3 | 6 | 2 | 9 | 5 | 7 | 6 | 10 |
| 15 | 4 | 4 | 3 | 6 | 3 | 4 | 4 | 5 | 3 | 5 | 5 | 6 |
| 16 | 2 | 0 | 3 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 4 | 3 | 2 | 2 |

| No | P19 | | P20 | | P21 | | P22 | | P23 | | P24 | |
|----|-------|---------|-------|---------|-------|---------|-------|---------|-------|---------|-------|---------|
| | speed | incline | speed | incline | speed | incline | speed | incline | speed | incline | speed | incline |
| 1 | 3 | 3 | 3 | 1 | 3 | 0 | 3 | 0 | 4 | 2 | 4 | 3 |
| 2 | 7 | 5 | 5 | 3 | 7 | 6 | 5 | 7 | 5 | 6 | 6 | 8 |
| 3 | 6 | 6 | 8 | 8 | 9 | 6 | 6 | 7 | 7 | 6 | 10 | 8 |
| 4 | 5 | 8 | 3 | 8 | 4 | 3 | 6 | 7 | 9 | 6 | 10 | 6 |
| 5 | 9 | 5 | 5 | 3 | 7 | 7 | 6 | 5 | 10 | 3 | 7 | 9 |
| 6 | 7 | 6 | 7 | 0 | 10 | 7 | 10 | 5 | 11 | 3 | 10 | 9 |
| 7 | 6 | 5 | 9 | 7 | 4 | 3 | 6 | 5 | 9 | 3 | 12 | 5 |
| 8 | 3 | 12 | 3 | 7 | 7 | 8 | 11 | 8 | 6 | 7 | 10 | 5 |
| 9 | 5 | 8 | 5 | 3 | 11 | 8 | 3 | 8 | 8 | 7 | 7 | 8 |
| 10 | 2 | 3 | 7 | 3 | 5 | 3 | 9 | 9 | 9 | 4 | 7 | 8 |
| 11 | 9 | 5 | 10 | 6 | 7 | 9 | 10 | 8 | 10 | 4 | 10 | 8 |
| 12 | 7 | 6 | 3 | 6 | 12 | 12 | 6 | 12 | 10 | 7 | 11 | 4 |
| 13 | 6 | 5 | 5 | 3 | 4 | 3 | 6 | 8 | 11 | 4 | 10 | 10 |
| 14 | 3 | 12 | 7 | 3 | 7 | 3 | 6 | 4 | 9 | 6 | 10 | 4 |
| 15 | 5 | 8 | 11 | 5 | 12 | 7 | 11 | 4 | 6 | 6 | 6 | 4 |
| 16 | 2 | 3 | 5 | 0 | 6 | 0 | 3 | 0 | 5 | 0 | 5 | 0 |

6 Programas HRC

6.1 Encendido, pulse "PROG" para elegir "HR1 o HR2 o HR3; después pulse "START" para empezar.

"HR1": la velocidad máxima es de 8,0 km/h, la edad es de 30 años y la frecuencia cardíaca predeterminada es de 150.

"HR2"-Velocidad máxima 9,0 km/h, edad 30 años y frecuencia cardíaca por defecto 160.

"HR3": la velocidad máxima es de 10,0 km/h, edad 30 años y frecuencia cardíaca predeterminada 170.

6.2 Pulse "MODE" para ajustar la edad, la ventana de velocidad mostrará 30, y pulse el botón INCLINE para ajustar su edad. El rango de edad es 15-80.

6.3 Después de ajustar la edad, pulse el botón "MODE" para ajustar la frecuencia cardíaca objetivo, es sólo para referencia, puede considerar su situación corporal para aumentarla/disminuirla. El rango de frecuencia cardiaca es de 86-179.

6.4 Después de ajustar la edad y la frecuencia cardíaca, pulse el botón MODE para ajustar la hora. La ventana de tiempo muestra 10:00, puede pulsar INCLINE para aumentarlo/disminuirlo. Rango de tiempo 5-99 minutos.

6.5 Pulse el botón START para continuar.

6.6 En el estado HRC, puede pulsar el botón INCLINE para ajustar la velocidad/inclinación, pero se ajustará por sí mismo para acercarse a su objetivo de ritmo cardíaco.

6.7 El primer minuto es de calentamiento, la máquina no ajustará la velocidad/inclinación.

El sistema ajustará la velocidad en 0,5 km/h cada vez para acercarse a su objetivo.

Cuando la ajuste a la velocidad máxima, y aún no alcance su objetivo de ritmo cardíaco, aumentará los niveles de inclinación para ayudarlo.

Cuando el ritmo cardíaco sea superior a su objetivo, el sistema reducirá el nivel de inclinación en 1 nivel/10 segundos hasta 0, y reducirá 0,5 km/h cada 10 segundos.

Nota: Debe utilizar el cinturón pectoral inalámbrico para los programas HRC.

| HP1 | | | | HP2 | | | | HP3 | | | |
|------|---------------------|-------|-------|------|---------------------|-------|-------|------|---------------------|-------|-------|
| Edad | Área objetivo (L-H) | | | Edad | Área objetivo (L-H) | | | Edad | Área objetivo (L-H) | | |
| | + | fallo | + Top | | + | fallo | + Top | | + | fallo | + Top |
| | fondo | | | | fondo | | | | fondo | | |
| 15 | 160 | 165 | 170 | 15 | 170 | 175 | 180 | 15 | 170 | 175 | 180 |
| 16 | 159 | 164 | 169 | 16 | 169 | 174 | 179 | 16 | 170 | 175 | 180 |
| 17 | 158 | 163 | 168 | 17 | 168 | 173 | 178 | 17 | 170 | 175 | 180 |
| 18 | 157 | 162 | 167 | 18 | 167 | 172 | 177 | 18 | 169 | 174 | 179 |
| 19 | 156 | 161 | 166 | 19 | 166 | 171 | 176 | 19 | 169 | 174 | 179 |
| 20 | 155 | 160 | 165 | 20 | 165 | 170 | 175 | 20 | 168 | 173 | 178 |
| 21 | 154 | 159 | 164 | 21 | 164 | 169 | 174 | 21 | 168 | 173 | 178 |
| 22 | 153 | 158 | 163 | 22 | 163 | 168 | 173 | 22 | 168 | 173 | 178 |
| 23 | 152 | 157 | 162 | 23 | 162 | 167 | 172 | 23 | 167 | 172 | 177 |
| 24 | 151 | 156 | 161 | 24 | 161 | 166 | 171 | 24 | 167 | 172 | 177 |
| 25 | 150 | 155 | 160 | 25 | 160 | 165 | 170 | 25 | 166 | 171 | 176 |
| 26 | 149 | 154 | 159 | 26 | 159 | 164 | 169 | 26 | 166 | 171 | 176 |
| 27 | 148 | 153 | 158 | 27 | 158 | 163 | 168 | 27 | 166 | 171 | 176 |
| 28 | 147 | 152 | 157 | 28 | 157 | 162 | 167 | 28 | 165 | 170 | 175 |
| 29 | 146 | 151 | 156 | 29 | 156 | 161 | 166 | 29 | 165 | 170 | 175 |
| 30 | 145 | 150 | 155 | 30 | 155 | 160 | 165 | 30 | 165 | 170 | 175 |
| 31 | 144 | 149 | 154 | 31 | 154 | 159 | 164 | 31 | 164 | 169 | 174 |
| 32 | 143 | 148 | 153 | 32 | 153 | 158 | 163 | 32 | 164 | 169 | 174 |
| 33 | 142 | 147 | 152 | 33 | 152 | 157 | 162 | 33 | 163 | 168 | 173 |
| 34 | 141 | 146 | 151 | 34 | 151 | 156 | 161 | 34 | 163 | 168 | 173 |
| 35 | 140 | 145 | 150 | 35 | 150 | 155 | 160 | 35 | 163 | 168 | 173 |
| 36 | 139 | 144 | 149 | 36 | 149 | 154 | 159 | 36 | 162 | 167 | 172 |
| 37 | 138 | 143 | 148 | 37 | 148 | 153 | 158 | 37 | 162 | 167 | 172 |
| 38 | 137 | 142 | 147 | 38 | 147 | 152 | 157 | 38 | 161 | 166 | 171 |
| 39 | 136 | 141 | 146 | 39 | 146 | 151 | 156 | 39 | 160 | 165 | 170 |
| 40 | 135 | 140 | 145 | 40 | 145 | 150 | 155 | 40 | 160 | 165 | 170 |
| 41 | 134 | 139 | 144 | 41 | 144 | 149 | 154 | 41 | 159 | 164 | 169 |
| 42 | 133 | 138 | 143 | 42 | 143 | 148 | 153 | 42 | 159 | 164 | 169 |
| 43 | 132 | 137 | 142 | 43 | 142 | 147 | 152 | 43 | 158 | 163 | 168 |
| 44 | 131 | 136 | 141 | 44 | 141 | 146 | 151 | 44 | 158 | 163 | 168 |
| 45 | 130 | 135 | 140 | 45 | 140 | 145 | 150 | 45 | 158 | 163 | 168 |
| 46 | 129 | 134 | 139 | 46 | 139 | 144 | 149 | 46 | 157 | 162 | 167 |
| 47 | 128 | 133 | 138 | 47 | 138 | 143 | 148 | 47 | 156 | 161 | 166 |
| 48 | 127 | 132 | 137 | 48 | 137 | 142 | 147 | 48 | 155 | 160 | 165 |
| 49 | 126 | 131 | 136 | 49 | 136 | 141 | 146 | 49 | 154 | 159 | 164 |
| 50 | 125 | 130 | 135 | 50 | 135 | 140 | 145 | 50 | 153 | 158 | 163 |
| 51 | 124 | 129 | 134 | 51 | 134 | 139 | 144 | 51 | 152 | 157 | 162 |
| 52 | 123 | 128 | 133 | 52 | 133 | 138 | 143 | 52 | 151 | 156 | 161 |
| 53 | 122 | 127 | 132 | 53 | 132 | 137 | 142 | 53 | 150 | 155 | 160 |
| 54 | 121 | 126 | 131 | 54 | 131 | 136 | 141 | 54 | 149 | 154 | 159 |

| | | | | | | | | | | | |
|----|-----|-----|-----|----|-----|-----|-----|----|-----|-----|-----|
| 55 | 120 | 125 | 130 | 55 | 130 | 135 | 140 | 55 | 148 | 153 | 158 |
| 56 | 119 | 124 | 129 | 56 | 129 | 134 | 139 | 56 | 147 | 152 | 157 |
| 57 | 118 | 123 | 128 | 57 | 128 | 133 | 138 | 57 | 146 | 151 | 156 |
| 58 | 117 | 122 | 127 | 58 | 127 | 132 | 137 | 58 | 145 | 150 | 155 |
| 59 | 116 | 121 | 126 | 59 | 126 | 131 | 136 | 59 | 144 | 149 | 154 |
| 60 | 115 | 120 | 125 | 60 | 125 | 130 | 135 | 60 | 143 | 148 | 153 |
| 61 | 114 | 119 | 124 | 61 | 124 | 129 | 134 | 61 | 142 | 147 | 152 |
| 62 | 113 | 118 | 123 | 62 | 123 | 128 | 133 | 62 | 141 | 146 | 151 |
| 63 | 112 | 117 | 122 | 63 | 122 | 127 | 132 | 63 | 140 | 145 | 150 |
| 64 | 111 | 116 | 121 | 64 | 121 | 126 | 131 | 64 | 139 | 144 | 149 |
| 65 | 110 | 115 | 120 | 65 | 120 | 125 | 130 | 65 | 138 | 143 | 148 |
| 66 | 109 | 114 | 119 | 66 | 119 | 124 | 129 | 66 | 137 | 142 | 147 |
| 67 | 108 | 113 | 118 | 67 | 118 | 123 | 128 | 67 | 136 | 141 | 146 |
| 68 | 107 | 112 | 117 | 68 | 117 | 122 | 127 | 68 | 135 | 140 | 145 |
| 69 | 106 | 111 | 116 | 69 | 116 | 121 | 126 | 69 | 134 | 139 | 144 |
| 70 | 105 | 110 | 115 | 70 | 115 | 120 | 125 | 70 | 133 | 138 | 143 |
| 71 | 104 | 109 | 114 | 71 | 114 | 119 | 124 | 71 | 132 | 137 | 142 |
| 72 | 103 | 108 | 113 | 72 | 113 | 118 | 123 | 72 | 131 | 136 | 141 |
| 73 | 102 | 107 | 112 | 73 | 112 | 117 | 122 | 73 | 130 | 135 | 140 |
| 74 | 101 | 106 | 111 | 74 | 111 | 116 | 121 | 74 | 129 | 134 | 139 |
| 75 | 100 | 105 | 110 | 75 | 110 | 115 | 120 | 75 | 128 | 133 | 138 |
| 76 | 99 | 104 | 109 | 76 | 109 | 114 | 119 | 76 | 127 | 132 | 137 |
| 77 | 98 | 103 | 108 | 77 | 108 | 113 | 118 | 77 | 126 | 131 | 136 |
| 78 | 97 | 102 | 107 | 78 | 107 | 112 | 117 | 78 | 125 | 130 | 135 |
| 79 | 96 | 101 | 106 | 79 | 106 | 111 | 116 | 79 | 124 | 129 | 134 |
| 80 | 95 | 100 | 105 | 80 | 105 | 110 | 115 | 80 | 123 | 128 | 133 |

7 GRAISSE DU CORPS

7.1 Encienda y pulse "PROG" para elegir "FAT";

7.2 Ajuste el parámetro, F-1 Sexo, F-2 Edad, F-3 Altura, F-4 Peso, F-5 grasa corporal.

7.3 Pulse MODE para ajustar F-1, 01 significa HOMBRE, 02 significa MUJER, pulse SPEED para cambiarlo.

7.4 Pulse MODE para ajustar F-2, pulse SPEED para ajustar su edad.

7.5 Pulse MODE para ajustar F-3, pulse SPEED para ajustar su altura.

7.6 Pulse MODE para ajustar F-4, pulse SPEED para ajustar su peso.

7.7 Pulsa MODE para ajustar F-5, pon tus manos en el pulsómetro del manillar durante más de 8 segundos, F5 mostrará tu grasa corporal.

7.8 El estándar de grasa corporal es el siguiente:

F-1 SEXO 1-HOMBRE 2-MUJER
F-2 EDAD 10-99
F-3 ESTATURA 100-200
F-4 PESO 20-150
F-5 PESO ≤19 Demasiado delgado
=(20-24) normal
=(25-29) Demasiado pesado/graso
≥30 Demasiado pesado

8. Función de la clave de seguridad

Cuando se retira la llave de seguridad, la cinta se detiene inmediatamente para proteger al usuario..

9. Modo de ahorro de energía.

Si no utiliza la máquina durante 10 minutos, la cinta pasará al modo de ahorro de energía. Pulse cualquier tecla para volver a ponerla en marcha.

10. conexión bluetooth & aplicación

Copie el siguiente enlace en su navegador (Edge, Firefox, Chrome, Safari, etc.)

<https://cloud.carefitness.com/index.php/s/E2WD22KMNBQzERL>

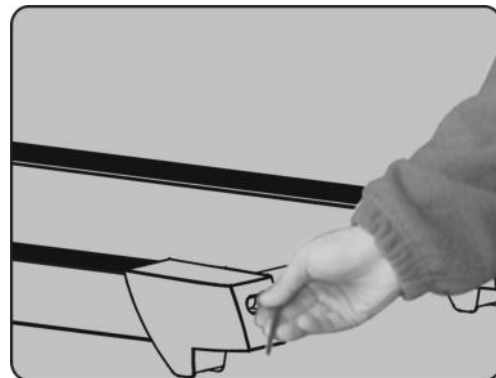
Y siga las instrucciones detalladas

Mantenimiento y solución de problemas

1) La superficie de la cinta de correr debe mantenerse limpia, desconectar el cable de alimentación antes de limpiarla. Puede limpiar la cinta de correr y la superficie de la máquina con un paño suave y húmedo.

2) La cinta de correr se ajusta en fábrica, puede que no funcione correctamente tras el transporte y el uso. Apague la cinta de correr antes de realizar los ajustes, coloque la cinta en el centro y a continuación apriete los tornillos izquierdo y derecho del rodillo trasero con llave Allen (ver figura) es mejor ajustar 1/2 círculo cada vez. A continuación enciende el interruptor, comprueba si la cinta 10 funciona correctamente con una velocidad de trabajo de 4~5 km/h.

CUIDADO Y MANTENIMIENTO



ADVERTENCIA: Para prevenir descargas eléctricas, asegúrese que la caminadora este apagada y desconectada antes de limpiarla o de correr el mantenimiento de rutina.

LUBRICACION DE LA CORREA Y EL MARCO

Para que la correa tenga una vida máxima, la caminadora necesita una lubricación rutinaria como parte de un mantenimiento general de la máquina. El procedimiento de mantenimiento rutinario prevendrá un desgaste prematuro de la correa, marco y motor del sistema. La lubricación recomendada es la siguiente.

| USO | LUBRICACION |
|-----------|--------------|
| 1-6 kph | Cada 6 meses |
| 6-12 kph | Cada 3 meses |
| 12-16 kph | Cada 2 meses |

Este horario es la aplicación recomendada para un solo usuario, con 20 o 30 minutos por uso y de 3 a 4 veces por semana. Para lubricación, puede contactar a su vendedor.

LIMPIEZA

Transpiración debe ser limpiada de la superficie de la consola y correa después de su entrenamiento. Usted debe limpiar su caminadora una vez por semana con un paño suave y humedecido con agua. Tenga cuidado de no humedecer excesivamente la pantalla ya que esto podría causar un peligro eléctrico o que los electrónicos fallen.

ALMACENAMIENTO DE INFORMACIÓN

Almacene su caminadora en un entorno limpio y seco. Asegúrese que el interruptor principal este apagado y desconectado de la toma eléctrica.

MOVIMIENTO DE LA MAQUINA

Esta caminadora ha sido diseñada y equipada con ruedas para una movilidad fácil. Antes de moverla, asegúrese que el interruptor de alimentación esté apagado y el cable de alimentación esté desconectado de la toma eléctrica.

PARA EL CONSUMIDOR/SOLO PARA USO EN EL HOGAR!!

Esta caminadora está diseñada para uso doméstico solamente. No para uso ligero institucional o comercial.

MANTENIMIENTO DE LUBRICACION

Es importante que tenga un buen cuidado del marco de la caminadora (la superficie para caminar bajo la correa). Una buena lubricación de silicona también mejorara la ejecución de su caminadora.

NOTA: Use la silicona que viene con la caminadora. Lubricante adicional de silicona puede ser encontrado en la tienda al por menor.

ADVERTENCIA: PARE la caminadora y remueva la llave de seguridad antes de lubricar el marco.

COMO LUBRICAR EL MARCO (DECK)?

- A. La botella de silicona está en el paquete de herramientas que viene con la caminadora.
 - B. Encuentre un sorbete y colóquelo en la botella de silicona como se muestra en la figura.
 - C. Rocíe la silicona igualmente en el marco de la caminadora como se muestra en la figura (ATENCIÓN: la caminadora debe de estar apagada antes de aplicar la lubricación. Esto es para prevenir daños, de otra manera el borde de la correa puede cortarle o puede machucarse los dedos por los rodillos.
- No coloque mucha silicona en el marco. Un exceso de lubricante puede causar resbalo en la correa sobre los rodillos.

Para solicitar piezas sueltas

En aras de la eficacia, antes de ponerse en contacto con nuestro Servicio Posventa, tenga a mano los siguientes datos:

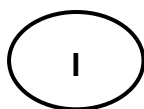
El nombre o la **referencia del producto**.

El **número de fabricación** indicado en el chasis principal y en la caja de embalaje.

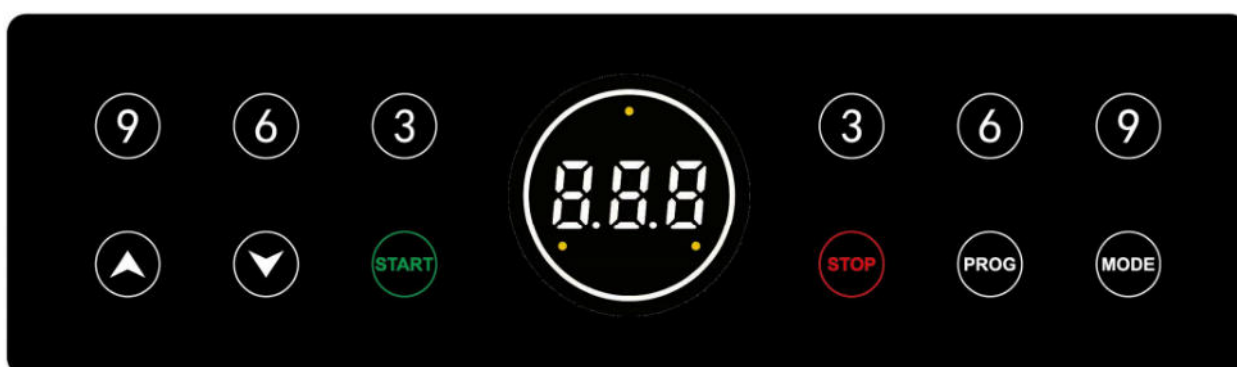
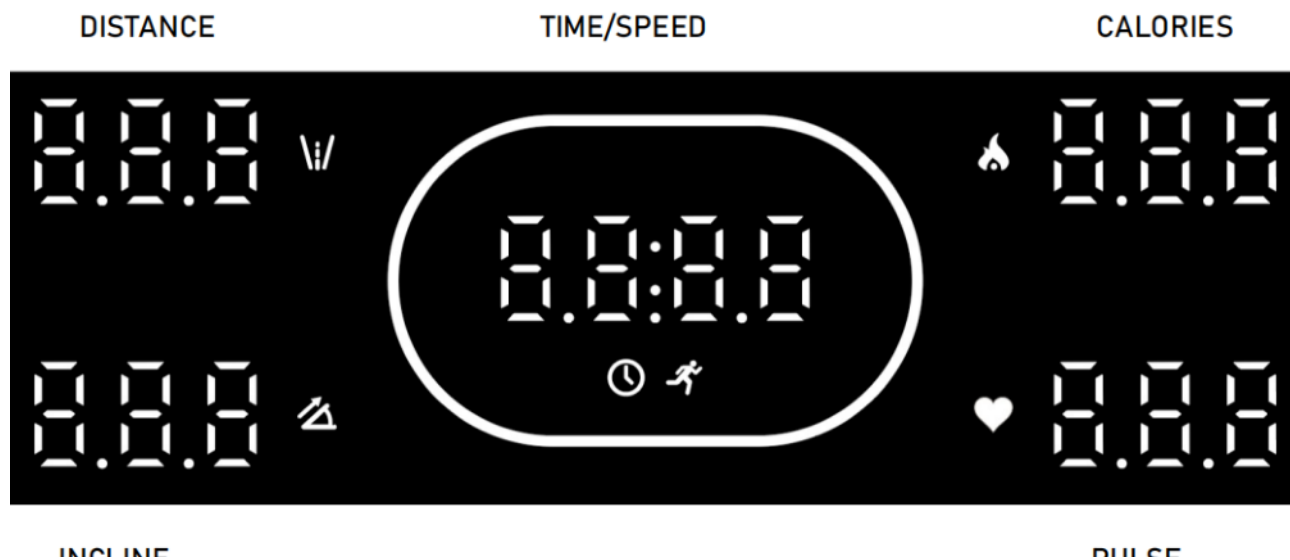
El **número de la pieza** que falta o está defectuosa, indicado en la vista despiezada del producto que encontrará en estas instrucciones.

Servicio Posventa

Correo electrónico: service-es@carefitness.com



Istruzioni per il computer



2 FUNZIONI DEL DISPLAY

- 2.1 "SPEED": visualizza la velocità attuale, intervallo di velocità: 1--18,0 km/h ,Quando si utilizzano i programmi preimpostati . Quando i programmi preimpostati sono in uso, il display visualizza "P01-P02-- -P24-HR1-HR2-HR3-FAT".
- 2.2 "TIME": visualizzazione del tempo di esercizio, temporizzazione positiva da 0:00-99:59.
- 2.3 "DISTANZA. Visualizza la distanza percorsa, con un conteggio decrescente da 0,00 a 99,9.
- 2.4 "CAL": calorie consumate, valore calorico da 0 a 999,
- 2.5 "INCLINE": visualizza i livelli di inclinazione attuali, da 0 a 18 livelli.
- 2.6 "IMPULSI" Visualizzazione di impulsi da 50 a 200

3. FUNZIONE CHIAVE

- 3.1 "START": Avvia la macchina; "STOP": Arresto della macchina.
- 3.2 "VELOCITÀ+/-": Al momento dell'utilizzo, premendolo si aumenta/diminuisce di 0,1 km/h in una sola volta; premendolo per più di 5 secondi, aumenta/diminuisce costantemente.
per più di 5 secondi, aumenterà/diminuirà costantemente.
- 3.3 "INCLINAZIONE +/-": Al momento dell'utilizzo, premendolo si aumenta/diminuisce di 1 livello in una sola volta; premendolo per più di 5 secondi, si aumenta/diminuisce costantemente.
per più di 5 secondi, aumenta/diminuisce costantemente.
- 3.4 MODALITÀ: Al momento dell'utilizzo, premere per selezionare il conto alla rovescia di tempo/distanza/calorie in modo circolare.
- 3.5 SPEAKER BLUETOOTH: collegare il telefono all'apparecchio tramite Bluetooth.
- 3.6 VELOCITÀ RAPIDA: 3KM/H, 6KM/H, 9KM/H
- 3.7 INCLINAZIONE RAPIDA: 3 LIVELLI, 6 LIVELLI, 9 LIVELLI
- 3.8 PROG: Premere per selezionare i programmi desiderati.
- 3.9 Rotary: ruotare a destra per aumentare la velocità, a sinistra per diminuirla.
P01-P24: Programmi preimpostati.
HP1-HP2-HP3: programmi di frequenza cardiaca.
FAT: test del grasso corporeo.

4. Avvio rapido (modalità manuale)

- 4.1 Accendere l'interruttore di alimentazione e inserire la chiave di sicurezza.
- 4.2 Premere il pulsante "START" e la macchina si avvierà entro 5 secondi.
- 4.3 Premere "SPEED +/-" per regolare la velocità; premere "INC +/-" per regolare l'inclinazione.

5. Programmi preimpostati

| No | P01 | | P02 | | P03 | | P04 | | P05 | | P06 | |
|----|-------|---------|-------|---------|-------|---------|-------|---------|-------|---------|-------|---------|
| | speed | incline | speed | incline | speed | incline | speed | incline | speed | incline | speed | incline |
| 1 | 1 | 0 | 2 | 0 | 2 | 0 | 2 | 0 | 3 | 0 | 3 | 0 |
| 2 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 2 | 2 | 3 | 4 | 2 | 4 | 8 |
| 3 | 3 | 6 | 3 | 9 | 5 | 3 | 3 | 6 | 5 | 4 | 5 | 8 |
| 4 | 7 | 6 | 6 | 9 | 5 | 4 | 5 | 6 | 6 | 4 | 5 | 8 |
| 5 | 7 | 8 | 5 | 9 | 7 | 5 | 5 | 6 | 7 | 8 | 6 | 8 |
| 6 | 5 | 8 | 5 | 2 | 7 | 5 | 5 | 9 | 8 | 8 | 6 | 8 |
| 7 | 5 | 6 | 8 | 2 | 8 | 7 | 8 | 9 | 9 | 6 | 7 | 7 |
| 8 | 5 | 6 | 5 | 8 | 5 | 7 | 8 | 9 | 10 | 6 | 7 | 7 |
| 9 | 7 | 4 | 5 | 8 | 5 | 4 | 8 | 9 | 10 | 6 | 7 | 7 |
| 10 | 7 | 4 | 6 | 4 | 5 | 4 | 8 | 9 | 10 | 6 | 9 | 7 |
| 11 | 5 | 4 | 8 | 1 | 3 | 4 | 5 | 9 | 9 | 8 | 9 | 7 |
| 12 | 5 | 6 | 8 | 1 | 3 | 4 | 5 | 6 | 8 | 7 | 10 | 5 |
| 13 | 5 | 6 | 8 | 4 | 8 | 6 | 5 | 6 | 7 | 6 | 10 | 5 |
| 14 | 5 | 2 | 5 | 4 | 8 | 3 | 3 | 6 | 5 | 5 | 11 | 3 |
| 15 | 3 | 2 | 4 | 4 | 4 | 2 | 2 | 2 | 4 | 1 | 5 | 3 |
| 16 | 2 | 0 | 3 | 0 | 3 | 0 | 2 | 0 | 3 | 0 | 3 | 0 |

| | P07 | | P08 | | P09 | | P10 | | P11 | | P12 | |
|----|------------|---------|------------|---------|------------|---------|------------|---------|------------|---------|------------|---------|
| No | speed | incline | speed | incline | speed | incline | speed | incline | speed | incline | speed | incline |
| 1 | 3 | 0 | 3 | 0 | 2 | 0 | 3 | 0 | 4 | 0 | 4 | 0 |
| 2 | 4 | 1 | 5 | 3 | 4 | 6 | 5 | 7 | 5 | 6 | 6 | 8 |
| 3 | 9 | 4 | 8 | 8 | 5 | 6 | 6 | 7 | 7 | 6 | 10 | 8 |
| 4 | 4 | 4 | 3 | 8 | 5 | 3 | 6 | 7 | 9 | 6 | 10 | 6 |
| 5 | 10 | 4 | 5 | 8 | 6 | 7 | 6 | 5 | 10 | 3 | 7 | 9 |
| 6 | 4 | 6 | 7 | 3 | 5 | 7 | 9 | 5 | 11 | 3 | 10 | 9 |
| 7 | 10 | 6 | 9 | 7 | 6 | 3 | 10 | 5 | 9 | 3 | 10 | 5 |
| 8 | 4 | 6 | 3 | 7 | 3 | 8 | 6 | 8 | 6 | 7 | 10 | 5 |
| 9 | 9 | 8 | 5 | 3 | 3 | 8 | 6 | 8 | 8 | 7 | 7 | 8 |
| 10 | 4 | 8 | 7 | 3 | 2 | 3 | 9 | 8 | 9 | 4 | 7 | 8 |
| 11 | 8 | 8 | 10 | 6 | 6 | 9 | 10 | 8 | 10 | 4 | 10 | 8 |
| 12 | 4 | 10 | 3 | 6 | 5 | 9 | 6 | 8 | 10 | 4 | 10 | 4 |
| 13 | 11 | 10 | 5 | 3 | 6 | 3 | 6 | 8 | 11 | 4 | 10 | 4 |
| 14 | 5 | 10 | 7 | 3 | 3 | 3 | 6 | 4 | 9 | 6 | 10 | 4 |
| 15 | 3 | 6 | 11 | 5 | 3 | 7 | 11 | 4 | 6 | 6 | 6 | 4 |
| 16 | 2 | 0 | 5 | 0 | 2 | 0 | 3 | 0 | 5 | 0 | 5 | 0 |

| | P13 | | P14 | | P15 | | P16 | | P17 | | P18 | |
|----|------------|---------|------------|---------|------------|---------|------------|---------|------------|---------|------------|---------|
| No | speed | incline | speed | incline | speed | incline | speed | incline | speed | incline | speed | incline |
| 1 | 1 | 0 | 2 | 5 | 2 | 3 | 2 | 1 | 2 | 3 | 2 | 5 |
| 2 | 2 | 8 | 6 | 6 | 6 | 4 | 5 | 5 | 5 | 5 | 3 | 7 |
| 3 | 3 | 8 | 5 | 5 | 5 | 5 | 7 | 6 | 6 | 6 | 5 | 5 |
| 4 | 4 | 6 | 4 | 8 | 4 | 6 | 5 | 8 | 7 | 8 | 6 | 8 |
| 5 | 5 | 9 | 8 | 4 | 8 | 3 | 8 | 12 | 8 | 6 | 8 | 6 |
| 6 | 6 | 9 | 6 | 5 | 7 | 5 | 6 | 9 | 9 | 5 | 6 | 5 |
| 7 | 7 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 10 | 10 | 8 | 9 | 9 |
| 8 | 8 | 5 | 2 | 10 | 3 | 6 | 2 | 9 | 5 | 7 | 6 | 10 |
| 9 | 9 | 8 | 3 | 6 | 3 | 4 | 4 | 5 | 3 | 5 | 5 | 6 |
| 10 | 10 | 8 | 3 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 4 | 3 | 2 | 2 |
| 11 | 12 | 8 | 8 | 4 | 8 | 3 | 8 | 12 | 8 | 6 | 8 | 6 |
| 12 | 10 | 4 | 6 | 5 | 7 | 5 | 6 | 9 | 9 | 5 | 6 | 5 |
| 13 | 8 | 4 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 10 | 10 | 8 | 9 | 9 |
| 14 | 6 | 4 | 2 | 10 | 3 | 6 | 2 | 9 | 5 | 7 | 6 | 10 |
| 15 | 4 | 4 | 3 | 6 | 3 | 4 | 4 | 5 | 3 | 5 | 5 | 6 |
| 16 | 2 | 0 | 3 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 4 | 3 | 2 | 2 |

| No | P19 | | P20 | | P21 | | P22 | | P23 | | P24 | |
|----|-------|---------|-------|---------|-------|---------|-------|---------|-------|---------|-------|---------|
| | speed | incline | speed | incline | speed | incline | speed | incline | speed | incline | speed | incline |
| 1 | 3 | 3 | 3 | 1 | 3 | 0 | 3 | 0 | 4 | 2 | 4 | 3 |
| 2 | 7 | 5 | 5 | 3 | 7 | 6 | 5 | 7 | 5 | 6 | 6 | 8 |
| 3 | 6 | 6 | 8 | 8 | 9 | 6 | 6 | 7 | 7 | 6 | 10 | 8 |
| 4 | 5 | 8 | 3 | 8 | 4 | 3 | 6 | 7 | 9 | 6 | 10 | 6 |
| 5 | 9 | 5 | 5 | 3 | 7 | 7 | 6 | 5 | 10 | 3 | 7 | 9 |
| 6 | 7 | 6 | 7 | 0 | 10 | 7 | 10 | 5 | 11 | 3 | 10 | 9 |
| 7 | 6 | 5 | 9 | 7 | 4 | 3 | 6 | 5 | 9 | 3 | 12 | 5 |
| 8 | 3 | 12 | 3 | 7 | 7 | 8 | 11 | 8 | 6 | 7 | 10 | 5 |
| 9 | 5 | 8 | 5 | 3 | 11 | 8 | 3 | 8 | 8 | 7 | 7 | 8 |
| 10 | 2 | 3 | 7 | 3 | 5 | 3 | 9 | 9 | 9 | 4 | 7 | 8 |
| 11 | 9 | 5 | 10 | 6 | 7 | 9 | 10 | 8 | 10 | 4 | 10 | 8 |
| 12 | 7 | 6 | 3 | 6 | 12 | 12 | 6 | 12 | 10 | 7 | 11 | 4 |
| 13 | 6 | 5 | 5 | 3 | 4 | 3 | 6 | 8 | 11 | 4 | 10 | 10 |
| 14 | 3 | 12 | 7 | 3 | 7 | 3 | 6 | 4 | 9 | 6 | 10 | 4 |
| 15 | 5 | 8 | 11 | 5 | 12 | 7 | 11 | 4 | 6 | 6 | 6 | 4 |
| 16 | 2 | 3 | 5 | 0 | 6 | 0 | 3 | 0 | 5 | 0 | 5 | 0 |

6 Programmi HRC

6.1 Accendere l'apparecchio, premere "PROG" per scegliere "HR1 o HR2 o HR3"; quindi premere "START" per iniziare.

"HR1" - Velocità massima 8,0 km/h, età 30 anni e frequenza cardiaca predefinita 150.

"HR2" - Velocità massima 9,0 km/h, età 30 anni e frequenza cardiaca predefinita 160.

"HR3": velocità massima di 10,0 km/h, età 30 anni e frequenza cardiaca predefinita 170.

6.2 Premere "MODE" per impostare l'età, la finestra della velocità mostra 30 e premere il pulsante INCLINE per regolare l'età. L'età è compresa tra 15 e 80 anni.

6.3 Dopo aver impostato l'età, premere il pulsante MODE per impostare l'obiettivo della frequenza cardiaca: è solo un riferimento, si può considerare la situazione del proprio corpo per aumentarla/diminuirla. Intervallo di frequenza cardiaca 86-179.

6.4 Dopo aver impostato l'età e la frequenza cardiaca, premere il pulsante MODE per impostare l'ora. La finestra dell'ora mostra 10:00, è possibile premere INCLINE per aumentarla/diminuirla. L'intervallo di tempo va da 5 a 99 minuti.

6.5 Premere il pulsante START per iniziare.

6.6 Nello stato HRC, è possibile premere il pulsante INCLINE per regolare la velocità/inclinazione, ma il sistema si regolerà da solo per avvicinarsi all'obiettivo della frequenza cardiaca.

6.7 The first 1 minute is warming up, the machine will not adjust the speed/incline.

The system will adjust speed by 0.5 km/h each time to close your goal.

When you adjust it to the max speed, and still not reach your heart rate goal, it will increase the incline levels to help you.

When the heart rate is more than your goal, the system will reduce incline level by 1 level/10 seconds to 0, and it will reduce 0.5 km/h every 10 seconds.

Remark: Must use wireless chest belt for HRC programs.

| HP1 | | | HP2 | | | HP3 | | | | | |
|-----|----------------------------|---------|-----|----------------------------|---------|-----|----------------------------|---------|-----|-----|-----|
| età | Area di destinazione (L-H) | | età | Area di destinazione (L-H) | | età | Area di destinazione (L-H) | | | | |
| | + | difetto | | + | difetto | | + | difetto | | | |
| | fondo | + top | | fondo | + top | | fondo | + top | | | |
| 15 | 160 | 165 | 170 | 15 | 170 | 175 | 180 | 15 | 170 | 175 | 180 |
| 16 | 159 | 164 | 169 | 16 | 169 | 174 | 179 | 16 | 170 | 175 | 180 |
| 17 | 158 | 163 | 168 | 17 | 168 | 173 | 178 | 17 | 170 | 175 | 180 |
| 18 | 157 | 162 | 167 | 18 | 167 | 172 | 177 | 18 | 169 | 174 | 179 |
| 19 | 156 | 161 | 166 | 19 | 166 | 171 | 176 | 19 | 169 | 174 | 179 |
| 20 | 155 | 160 | 165 | 20 | 165 | 170 | 175 | 20 | 168 | 173 | 178 |
| 21 | 154 | 159 | 164 | 21 | 164 | 169 | 174 | 21 | 168 | 173 | 178 |
| 22 | 153 | 158 | 163 | 22 | 163 | 168 | 173 | 22 | 168 | 173 | 178 |
| 23 | 152 | 157 | 162 | 23 | 162 | 167 | 172 | 23 | 167 | 172 | 177 |
| 24 | 151 | 156 | 161 | 24 | 161 | 166 | 171 | 24 | 167 | 172 | 177 |
| 25 | 150 | 155 | 160 | 25 | 160 | 165 | 170 | 25 | 166 | 171 | 176 |
| 26 | 149 | 154 | 159 | 26 | 159 | 164 | 169 | 26 | 166 | 171 | 176 |
| 27 | 148 | 153 | 158 | 27 | 158 | 163 | 168 | 27 | 166 | 171 | 176 |
| 28 | 147 | 152 | 157 | 28 | 157 | 162 | 167 | 28 | 165 | 170 | 175 |
| 29 | 146 | 151 | 156 | 29 | 156 | 161 | 166 | 29 | 165 | 170 | 175 |
| 30 | 145 | 150 | 155 | 30 | 155 | 160 | 165 | 30 | 165 | 170 | 175 |
| 31 | 144 | 149 | 154 | 31 | 154 | 159 | 164 | 31 | 164 | 169 | 174 |
| 32 | 143 | 148 | 153 | 32 | 153 | 158 | 163 | 32 | 164 | 169 | 174 |
| 33 | 142 | 147 | 152 | 33 | 152 | 157 | 162 | 33 | 163 | 168 | 173 |
| 34 | 141 | 146 | 151 | 34 | 151 | 156 | 161 | 34 | 163 | 168 | 173 |
| 35 | 140 | 145 | 150 | 35 | 150 | 155 | 160 | 35 | 163 | 168 | 173 |
| 36 | 139 | 144 | 149 | 36 | 149 | 154 | 159 | 36 | 162 | 167 | 172 |
| 37 | 138 | 143 | 148 | 37 | 148 | 153 | 158 | 37 | 162 | 167 | 172 |
| 38 | 137 | 142 | 147 | 38 | 147 | 152 | 157 | 38 | 161 | 166 | 171 |
| 39 | 136 | 141 | 146 | 39 | 146 | 151 | 156 | 39 | 160 | 165 | 170 |
| 40 | 135 | 140 | 145 | 40 | 145 | 150 | 155 | 40 | 160 | 165 | 170 |
| 41 | 134 | 139 | 144 | 41 | 144 | 149 | 154 | 41 | 159 | 164 | 169 |
| 42 | 133 | 138 | 143 | 42 | 143 | 148 | 153 | 42 | 159 | 164 | 169 |
| 43 | 132 | 137 | 142 | 43 | 142 | 147 | 152 | 43 | 158 | 163 | 168 |
| 44 | 131 | 136 | 141 | 44 | 141 | 146 | 151 | 44 | 158 | 163 | 168 |
| 45 | 130 | 135 | 140 | 45 | 140 | 145 | 150 | 45 | 158 | 163 | 168 |
| 46 | 129 | 134 | 139 | 46 | 139 | 144 | 149 | 46 | 157 | 162 | 167 |
| 47 | 128 | 133 | 138 | 47 | 138 | 143 | 148 | 47 | 156 | 161 | 166 |
| 48 | 127 | 132 | 137 | 48 | 137 | 142 | 147 | 48 | 155 | 160 | 165 |
| 49 | 126 | 131 | 136 | 49 | 136 | 141 | 146 | 49 | 154 | 159 | 164 |
| 50 | 125 | 130 | 135 | 50 | 135 | 140 | 145 | 50 | 153 | 158 | 163 |
| 51 | 124 | 129 | 134 | 51 | 134 | 139 | 144 | 51 | 152 | 157 | 162 |
| 52 | 123 | 128 | 133 | 52 | 133 | 138 | 143 | 52 | 151 | 156 | 161 |
| 53 | 122 | 127 | 132 | 53 | 132 | 137 | 142 | 53 | 150 | 155 | 160 |
| 54 | 121 | 126 | 131 | 54 | 131 | 136 | 141 | 54 | 149 | 154 | 159 |

| | | | | | | | | | | | |
|----|-----|-----|-----|----|-----|-----|-----|----|-----|-----|-----|
| 55 | 120 | 125 | 130 | 55 | 130 | 135 | 140 | 55 | 148 | 153 | 158 |
| 56 | 119 | 124 | 129 | 56 | 129 | 134 | 139 | 56 | 147 | 152 | 157 |
| 57 | 118 | 123 | 128 | 57 | 128 | 133 | 138 | 57 | 146 | 151 | 156 |
| 58 | 117 | 122 | 127 | 58 | 127 | 132 | 137 | 58 | 145 | 150 | 155 |
| 59 | 116 | 121 | 126 | 59 | 126 | 131 | 136 | 59 | 144 | 149 | 154 |
| 60 | 115 | 120 | 125 | 60 | 125 | 130 | 135 | 60 | 143 | 148 | 153 |
| 61 | 114 | 119 | 124 | 61 | 124 | 129 | 134 | 61 | 142 | 147 | 152 |
| 62 | 113 | 118 | 123 | 62 | 123 | 128 | 133 | 62 | 141 | 146 | 151 |
| 63 | 112 | 117 | 122 | 63 | 122 | 127 | 132 | 63 | 140 | 145 | 150 |
| 64 | 111 | 116 | 121 | 64 | 121 | 126 | 131 | 64 | 139 | 144 | 149 |
| 65 | 110 | 115 | 120 | 65 | 120 | 125 | 130 | 65 | 138 | 143 | 148 |
| 66 | 109 | 114 | 119 | 66 | 119 | 124 | 129 | 66 | 137 | 142 | 147 |
| 67 | 108 | 113 | 118 | 67 | 118 | 123 | 128 | 67 | 136 | 141 | 146 |
| 68 | 107 | 112 | 117 | 68 | 117 | 122 | 127 | 68 | 135 | 140 | 145 |
| 69 | 106 | 111 | 116 | 69 | 116 | 121 | 126 | 69 | 134 | 139 | 144 |
| 70 | 105 | 110 | 115 | 70 | 115 | 120 | 125 | 70 | 133 | 138 | 143 |
| 71 | 104 | 109 | 114 | 71 | 114 | 119 | 124 | 71 | 132 | 137 | 142 |
| 72 | 103 | 108 | 113 | 72 | 113 | 118 | 123 | 72 | 131 | 136 | 141 |
| 73 | 102 | 107 | 112 | 73 | 112 | 117 | 122 | 73 | 130 | 135 | 140 |
| 74 | 101 | 106 | 111 | 74 | 111 | 116 | 121 | 74 | 129 | 134 | 139 |
| 75 | 100 | 105 | 110 | 75 | 110 | 115 | 120 | 75 | 128 | 133 | 138 |
| 76 | 99 | 104 | 109 | 76 | 109 | 114 | 119 | 76 | 127 | 132 | 137 |
| 77 | 98 | 103 | 108 | 77 | 108 | 113 | 118 | 77 | 126 | 131 | 136 |
| 78 | 97 | 102 | 107 | 78 | 107 | 112 | 117 | 78 | 125 | 130 | 135 |
| 79 | 96 | 101 | 106 | 79 | 106 | 111 | 116 | 79 | 124 | 129 | 134 |
| 80 | 95 | 100 | 105 | 80 | 105 | 110 | 115 | 80 | 123 | 128 | 133 |

7 GRASSO CORPOREO

7.1 Accendere l'apparecchio e premere "PROG" per scegliere "FAT";

7.2 Impostare i parametri F-1 Sesso, F-2 Età, F-3 Altezza, F-4 Peso, F-5 Grasso corporeo.

7.3 Premere MODE per impostare F-1, 01 significa UOMO, 02 significa DONNA, premere SPEED per modificarlo.

7.4 Premere MODE per impostare F-2, premere SPEED per regolare l'età.

7.5 Premere MODE per impostare F-3, premere SPEED per regolare l'altezza.

7.6 Premere MODE per impostare F-4, premere SPEED per regolare il peso.

7.7 Premere MODE per impostare F-5, mettere le mani sul perno della frequenza cardiaca del manubrio per più di 8 secondi, F5 mostrerà il grasso corporeo.

7.8 Lo standard di grasso corporeo è il seguente:

F-1 SESSO 1-MASCHIO 2-FEMMINA

F-2 ETÀ 10-99

F-3 ALTEZZA 100-200

F-4 PESO 20-150

F-5 PESO ≤19 Troppo magro

=(20-24) normale

=(25-29) Troppo pesante/grassa

≥30 Troppo pesante

8. Funzione della chiave di sicurezza

Quando la chiave di sicurezza viene rimossa, il tapis roulant si ferma immediatamente per proteggere l'utente.

9. Modalità di risparmio energetico.

Se non si utilizza l'unità per 10 minuti, il tapis roulant entra in modalità di risparmio energetico. Premere un tasto qualsiasi per riavviarlo.

10. connessione bluetooth e applicazione

Copiate il link sottostante nel vostro browser (Edge, Firefox, Chrome, Safari ecc.)

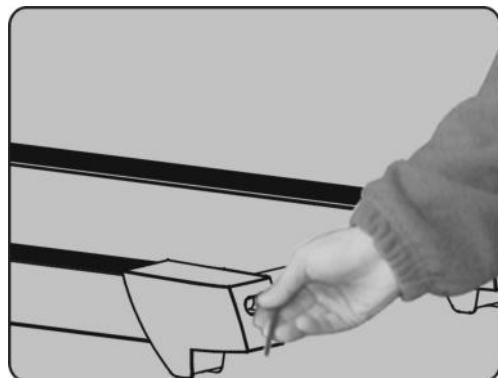
<https://cloud.carefitness.com/index.php/s/E2WD22KMNBQzERL>

E seguite le istruzioni dettagliate

MANUTENZIONE E INTERVENTO MALFUNZIONAMENTO

1) La superficie del tapis roulant deve essere tenuta pulita, staccare l'alimentazione prima di pulire. Si può pulire il nastro per la corsa e la superficie del tapis roulant con un panno morbido e umido.

2) Il nastro per la corsa è regolato in fabbrica; può girare in modo difettoso dopo il trasporto e l'uso. Spegnerne il tapis roulant prima della regolazione, mettere il nastro nel centro e poi regolare i bulloni sinistro e destro nel rullo posteriore con la chiave esagonale (vedere figura) è meglio regolare 1/2 giro alla volta. Poi, accendere l'interruttore, controllare se il nastro 10 gira in modo difettoso quando la velocità è di 4-5 km/h.



CURA & MANUTENZIONE

ATTENZIONE! : Per evitare delle scosse elettriche, assicurarsi che il tapis roulant sia spento prima di iniziare la pulizia o la manutenzione regolare.

LUBRIFICAZIONE DEL NASTRO E DELLA PIATTAFORMA

Per garantire lunga vita al vostro tapis roulant e come manutenzione generale bisogna lubrificarlo regolarmente. La manutenzione regolare eviterà l'usura prematura del vostro tapis roulant e del sistema motore. Il programma per la lubrificazione raccomandata è quanto segue :

| USO | LUBRIFICAZIONE |
|------------|----------------|
| 1-6 km/h | Ogni 6 mesi |
| 6-12 km/h | Ogni 3 mesi |
| 12-16 km/h | Ogni 2 mesi |

Lubrificante per il nastro

Lo schema per la lubrificazione si riferisce ad un uso di una sola persona, per un allenamento di 20-30 minuti per volta, 3-4 volte alla settimana. Per la lubrificazione si può contattare il rivenditore.

PULIZIA

Tracce di sudore devono essere rimosse dalla console e dalla superficie del tapis roulant dopo ogni allenamento. Pulire il tapis roulant con uno straccio morbido e leggermente umido facendo attenzione a non inumidire troppo il pannello del display. Un eccesso di umidità può causare un guasto elettrico ed essere pericoloso.

STIVAGGIO

Stivare il tapis roulant in un luogo asciutto e pulito. Assicurarsi che l'interruttore principale sia spento e che la spina della corrente sia staccata dalla presa.

MUOVERE IL TAPIS ROULANT

Il tapis roulant è stato progettato e dotato di ruote per spostarlo facilmente. Prima di muoverlo, assicurarsi che l'interruttore principale sia spento e che il filo della corrente sia staccato dalla presa.

PER USO DOMESTICO

Questo tapis roulant è stato progettato per uso domestico. Non adatto per uso professionale o commerciale.

LUBRIFICAZIONE

E' importante avere cura del vostra tapis roulant (in particolare la superficie sotto al tapis roulant). Una buona lubrificazione con del silicone migliora la prestazione del vostro tapis roulant.

NOTA : Usare silicone in dotazione al vostro tapis roulant. Se ne può acquistare altro presso il rivenditore.

AVVERTIMENTO : **ARRESTARE** il tapis roulant e levare la chiave di sicurezza prima di iniziare la lubrificazione o la pulizia.

COME APPLICARE IL LUBRIFICANTE SUL TAPIS ROULANT?

A/ Prendere il flacone di lubrificante nel kit per bricolaggio in dotazione al tapis roulant.

B/ Prendere una canuccia e sistemarla sul flacone di silicone come mostrato sul disegno.

C/ Applicare il silicone uniformemente come mostrato sul disegno (**ATTENZIONE** : il tapis roulant **DEVE ESSERE FERMO** prima di applicare il silicone, altrimenti i bordi del tapis potrebbero tagliarvi o le dita potrebbero incastrarsi tra i rulli).

ORDINE DI PEZZI DI RICAMBIO

Prima di contattare il nostro Servizio post-vendita, assicurarsi di disporre dei seguenti elementi:

Il nome o il riferimento del prodotto.

Il numero di serie indicato sul telaio principale e sul cartone dell'imballaggio.

Il numero del pezzo mancante o difettoso indicato sull'esploso del prodotto presente in queste istruzioni.

Servizio post-vendita
E mail : service-it@carefitness.com

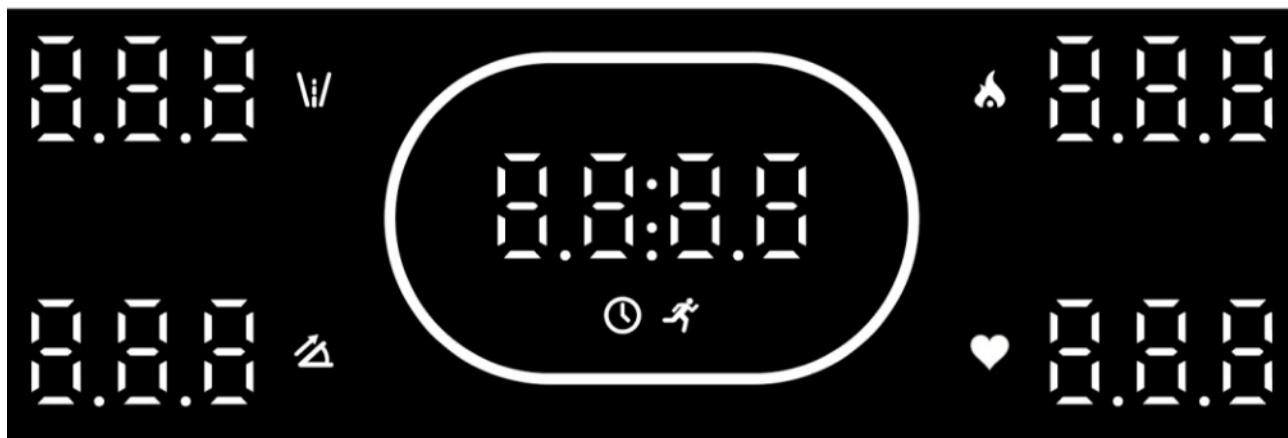
NL

De computer gebruiken

DISTANCE

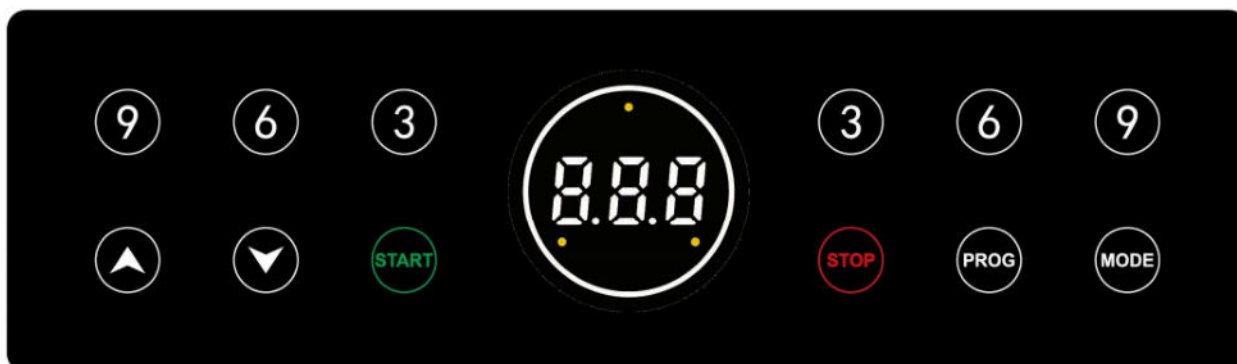
TIME/SPEED

CALORIES



INCLINE

PULSE



INCLINE BUTTONS

SPEED ADJUST KNOB

PROGRAM/MODE

2. DISPLAYFUNCTIES

2.1 "SPEI"

Bij gebruik zullen de vooraf ingestelde programma's "P01-P02-P24-HR1-HR2-HR3-FAT" weergegeven.

2.2 "TIJD" toont de oefentijd; positieve tijd van 0:00 tot 99:59.

2.3 "AFSTAND" toont de raceafstand, vooruittellend van 0,00 tot 99,9.

2.4 "CAL" toont het aantal verbrande calorieën tussen 0 en 999..

2.5 "INCLINE" toont de huidige hellingsniveaus; niveaubereik 0 tot 18

2.6 "PULSE" toont de radiale puls tussen 50 en 200 BPM.

3. FUNCTIE VAN DE TOETSEN

3.1 "START": Start de machine; "STOP": Stop de machine.

3.2 "SPEED+/-": Als u er tijdens het gebruik op drukt, wordt de snelheid in één keer met 0,1 km/u verhoogd/verlaagd; als u er langer dan 5 seconden op drukt, wordt de snelheid constant verhoogd/verlaagd. meer dan 5 seconden ingedrukt wordt, zal de snelheid constant toenemen/afnemen.

3.3 "INCLINE +/-": Als u er tijdens het gebruik op drukt, wordt de snelheid in één keer met 1 niveau verhoogd/verlaagd; als u er langer dan 5 seconden op drukt, wordt de snelheid constant verhoogd/verlaagd. langer dan 5 seconden ingedrukt, wordt de helling constant verhoogd/verlaagd.

3.4 MODE: Druk op deze knop om tijdens het gebruik de afteltijd/afstand/calorieën cirkelvormig te selecteren.

3.5 BLUETOOTH SPEAKER: Verbind je telefoon met het apparaat via Bluetooth.

3.6 SNELLE SNELHEID: 3KM/U, 6KM/U, 9KM/U

3.7 SNELLE HELLING: 3 NIVEAUS, 6 NIVEAUS, 9 NIVEAUS

3.8 PROG: Druk hierop om de gewenste programma's te selecteren.

3.9 Rotary: draai naar rechts om de snelheid te verhogen, draai naar links om de snelheid te verlagen.

P01-P24: Vooraf ingestelde programma's.

HP1-HP2-HP3: Hartslagprogramma's.

FAT: Lichaamsvet test.

4. Snel aan de slag (handmatige modus)

4.1 Zet de stroomschakelaar aan en doe de veiligheidssleutel om.

4.2 Druk op de "START"-knop en de machine start binnen 5 seconden.

4.3 Druk op "SPEED +/-" om de snelheid aan te passen; druk op "INC +/-" om de helling aan te passen.

5. het verloop van de operatie

| No | P01 | | P02 | | P03 | | P04 | | P05 | | P06 | |
|----|-------|---------|-------|---------|-------|---------|-------|---------|-------|---------|-------|---------|
| | speed | incline | speed | incline | speed | incline | speed | incline | speed | incline | speed | incline |
| 1 | 1 | 0 | 2 | 0 | 2 | 0 | 2 | 0 | 3 | 0 | 3 | 0 |
| 2 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 2 | 2 | 3 | 4 | 2 | 4 | 8 |
| 3 | 3 | 6 | 3 | 9 | 5 | 3 | 3 | 6 | 5 | 4 | 5 | 8 |
| 4 | 7 | 6 | 6 | 9 | 5 | 4 | 5 | 6 | 6 | 4 | 5 | 8 |
| 5 | 7 | 8 | 5 | 9 | 7 | 5 | 5 | 6 | 7 | 8 | 6 | 8 |
| 6 | 5 | 8 | 5 | 2 | 7 | 5 | 5 | 9 | 8 | 8 | 6 | 8 |
| 7 | 5 | 6 | 8 | 2 | 8 | 7 | 8 | 9 | 9 | 6 | 7 | 7 |
| 8 | 5 | 6 | 5 | 8 | 5 | 7 | 8 | 9 | 10 | 6 | 7 | 7 |
| 9 | 7 | 4 | 5 | 8 | 5 | 4 | 8 | 9 | 10 | 6 | 7 | 7 |
| 10 | 7 | 4 | 6 | 4 | 5 | 4 | 8 | 9 | 10 | 6 | 9 | 7 |
| 11 | 5 | 4 | 8 | 1 | 3 | 4 | 5 | 9 | 9 | 8 | 9 | 7 |
| 12 | 5 | 6 | 8 | 1 | 3 | 4 | 5 | 6 | 8 | 7 | 10 | 5 |
| 13 | 5 | 6 | 8 | 4 | 8 | 6 | 5 | 6 | 7 | 6 | 10 | 5 |
| 14 | 5 | 2 | 5 | 4 | 8 | 3 | 3 | 6 | 5 | 5 | 11 | 3 |
| 15 | 3 | 2 | 4 | 4 | 4 | 2 | 2 | 2 | 4 | 1 | 5 | 3 |
| 16 | 2 | 0 | 3 | 0 | 3 | 0 | 2 | 0 | 3 | 0 | 3 | 0 |

| | P07 | | P08 | | P09 | | P10 | | P11 | | P12 | |
|----|------------|---------|------------|---------|------------|---------|------------|---------|------------|---------|------------|---------|
| No | speed | incline | speed | incline | speed | incline | speed | incline | speed | incline | speed | incline |
| 1 | 3 | 0 | 3 | 0 | 2 | 0 | 3 | 0 | 4 | 0 | 4 | 0 |
| 2 | 4 | 1 | 5 | 3 | 4 | 6 | 5 | 7 | 5 | 6 | 6 | 8 |
| 3 | 9 | 4 | 8 | 8 | 5 | 6 | 6 | 7 | 7 | 6 | 10 | 8 |
| 4 | 4 | 4 | 3 | 8 | 5 | 3 | 6 | 7 | 9 | 6 | 10 | 6 |
| 5 | 10 | 4 | 5 | 8 | 6 | 7 | 6 | 5 | 10 | 3 | 7 | 9 |
| 6 | 4 | 6 | 7 | 3 | 5 | 7 | 9 | 5 | 11 | 3 | 10 | 9 |
| 7 | 10 | 6 | 9 | 7 | 6 | 3 | 10 | 5 | 9 | 3 | 10 | 5 |
| 8 | 4 | 6 | 3 | 7 | 3 | 8 | 6 | 8 | 6 | 7 | 10 | 5 |
| 9 | 9 | 8 | 5 | 3 | 3 | 8 | 6 | 8 | 8 | 7 | 7 | 8 |
| 10 | 4 | 8 | 7 | 3 | 2 | 3 | 9 | 8 | 9 | 4 | 7 | 8 |
| 11 | 8 | 8 | 10 | 6 | 6 | 9 | 10 | 8 | 10 | 4 | 10 | 8 |
| 12 | 4 | 10 | 3 | 6 | 5 | 9 | 6 | 8 | 10 | 4 | 10 | 4 |
| 13 | 11 | 10 | 5 | 3 | 6 | 3 | 6 | 8 | 11 | 4 | 10 | 4 |
| 14 | 5 | 10 | 7 | 3 | 3 | 3 | 6 | 4 | 9 | 6 | 10 | 4 |
| 15 | 3 | 6 | 11 | 5 | 3 | 7 | 11 | 4 | 6 | 6 | 6 | 4 |
| 16 | 2 | 0 | 5 | 0 | 2 | 0 | 3 | 0 | 5 | 0 | 5 | 0 |
| | P13 | | P14 | | P15 | | P16 | | P17 | | P18 | |
| No | speed | incline | speed | incline | speed | incline | speed | incline | speed | incline | speed | incline |
| 1 | 1 | 0 | 2 | 5 | 2 | 3 | 2 | 1 | 2 | 3 | 2 | 5 |
| 2 | 2 | 8 | 6 | 6 | 6 | 4 | 5 | 5 | 5 | 5 | 3 | 7 |
| 3 | 3 | 8 | 5 | 5 | 5 | 5 | 7 | 6 | 6 | 6 | 5 | 5 |
| 4 | 4 | 6 | 4 | 8 | 4 | 6 | 5 | 8 | 7 | 8 | 6 | 8 |
| 5 | 5 | 9 | 8 | 4 | 8 | 3 | 8 | 12 | 8 | 6 | 8 | 6 |
| 6 | 6 | 9 | 6 | 5 | 7 | 5 | 6 | 9 | 9 | 5 | 6 | 5 |
| 7 | 7 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 10 | 10 | 8 | 9 | 9 |
| 8 | 8 | 5 | 2 | 10 | 3 | 6 | 2 | 9 | 5 | 7 | 6 | 10 |
| 9 | 9 | 8 | 3 | 6 | 3 | 4 | 4 | 5 | 3 | 5 | 5 | 6 |
| 10 | 10 | 8 | 3 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 4 | 3 | 2 | 2 |
| 11 | 12 | 8 | 8 | 4 | 8 | 3 | 8 | 12 | 8 | 6 | 8 | 6 |
| 12 | 10 | 4 | 6 | 5 | 7 | 5 | 6 | 9 | 9 | 5 | 6 | 5 |
| 13 | 8 | 4 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 10 | 10 | 8 | 9 | 9 |
| 14 | 6 | 4 | 2 | 10 | 3 | 6 | 2 | 9 | 5 | 7 | 6 | 10 |
| 15 | 4 | 4 | 3 | 6 | 3 | 4 | 4 | 5 | 3 | 5 | 5 | 6 |
| 16 | 2 | 0 | 3 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 4 | 3 | 2 | 2 |

| No | P19 | | P20 | | P21 | | P22 | | P23 | | P24 | |
|----|-------|---------|-------|---------|-------|---------|-------|---------|-------|---------|-------|---------|
| | speed | incline | speed | incline | speed | incline | speed | incline | speed | incline | speed | incline |
| 1 | 3 | 3 | 3 | 1 | 3 | 0 | 3 | 0 | 4 | 2 | 4 | 3 |
| 2 | 7 | 5 | 5 | 3 | 7 | 6 | 5 | 7 | 5 | 6 | 6 | 8 |
| 3 | 6 | 6 | 8 | 8 | 9 | 6 | 6 | 7 | 7 | 6 | 10 | 8 |
| 4 | 5 | 8 | 3 | 8 | 4 | 3 | 6 | 7 | 9 | 6 | 10 | 6 |
| 5 | 9 | 5 | 5 | 3 | 7 | 7 | 6 | 5 | 10 | 3 | 7 | 9 |
| 6 | 7 | 6 | 7 | 0 | 10 | 7 | 10 | 5 | 11 | 3 | 10 | 9 |
| 7 | 6 | 5 | 9 | 7 | 4 | 3 | 6 | 5 | 9 | 3 | 12 | 5 |
| 8 | 3 | 12 | 3 | 7 | 7 | 8 | 11 | 8 | 6 | 7 | 10 | 5 |
| 9 | 5 | 8 | 5 | 3 | 11 | 8 | 3 | 8 | 8 | 7 | 7 | 8 |
| 10 | 2 | 3 | 7 | 3 | 5 | 3 | 9 | 9 | 9 | 4 | 7 | 8 |
| 11 | 9 | 5 | 10 | 6 | 7 | 9 | 10 | 8 | 10 | 4 | 10 | 8 |
| 12 | 7 | 6 | 3 | 6 | 12 | 12 | 6 | 12 | 10 | 7 | 11 | 4 |
| 13 | 6 | 5 | 5 | 3 | 4 | 3 | 6 | 8 | 11 | 4 | 10 | 10 |
| 14 | 3 | 12 | 7 | 3 | 7 | 3 | 6 | 4 | 9 | 6 | 10 | 4 |
| 15 | 5 | 8 | 11 | 5 | 12 | 7 | 11 | 4 | 6 | 6 | 6 | 4 |
| 16 | 2 | 3 | 5 | 0 | 6 | 0 | 3 | 0 | 5 | 0 | 5 | 0 |

6 HRC-programma's

6.1 Inschakelen, druk op "PROG" om "HR1 of HR2 of HR3" te kiezen; druk vervolgens op "START" om te gaan.

"HR1" -Maximum snelheid is 8,0 km/u, leeftijd 30 en standaard hartslag 150.

"HR2"-Maximumsnelheid is 9,0 km/u, leeftijd 30 en standaardhartslag 160.

"HR3"-Maximumsnelheid is 10,0 km/u, leeftijd 30 en standaardhartslag 170.

6.2 Druk op "MODE" om je leeftijd in te stellen, het snelheidsscherm toont 30 en druk op de INCLINE knop om je leeftijd aan te passen. Het leeftijdsbereik is 15-80.

6.3 Nadat je de leeftijd hebt ingesteld, druk je op de knop MODE om het hartslagdoel in te stellen. Het is alleen ter referentie, je kunt rekening houden met je lichaamssituatie om het te verhogen/verlagen. Hartslagbereik 86-179.

6.4 Nadat je de leeftijd en hartslag hebt ingesteld, druk je op de MODE knop om de tijd in te stellen. Het tijdvenster toont 10:00, je kunt op INCLINE drukken om de tijd te verhogen/verlagen. Tijdbereik 5-99 minuten.

6.5 Druk op de START knop om te gaan.

6.6 In de HRC-status kunt u op de INCLINE-knop drukken om de snelheid/het hellingspercentage aan te passen, maar het toestel zal zichzelf aanpassen om zo dicht mogelijk bij uw hartslagdoel te komen.

6.7 De eerste 1 minuut tijdens het opwarmen past het apparaat de snelheid/het hellingspercentage niet aan.

Het systeem past de snelheid elke keer met 0,5 km/u aan om je doel te benaderen.

Wanneer je de maximale snelheid instelt en je je hartslagdoel nog steeds niet bereikt, zal het de hellingsniveaus verhogen om je te helpen.

Wanneer de hartslag hoger is dan je doel, verlaagt het systeem het hellingsniveau met 1 niveau/10 seconden tot 0 en verlaagt het elke 10 seconden 0,5 km/u.

Opmerking: Gebruik een draadloze borstriem voor HRC-programma's.

| HP1 | | | HP2 | | | | HP3 | | | | |
|----------|------------------|--------|-------|----------|------------------|--------|-------|----------|------------------|--------|-------|
| Leeftijd | Doelgebied (L-H) | | | Leeftijd | Doelgebied (L-H) | | | Leeftijd | Doelgebied (L-H) | | |
| | + | Defect | + top | | + | Defect | + top | | + | Defect | + top |
| | bodem | | | | bodem | | | | bodem | | |
| 15 | 160 | 165 | 170 | 15 | 170 | 175 | 180 | 15 | 170 | 175 | 180 |
| 16 | 159 | 164 | 169 | 16 | 169 | 174 | 179 | 16 | 170 | 175 | 180 |
| 17 | 158 | 163 | 168 | 17 | 168 | 173 | 178 | 17 | 170 | 175 | 180 |
| 18 | 157 | 162 | 167 | 18 | 167 | 172 | 177 | 18 | 169 | 174 | 179 |
| 19 | 156 | 161 | 166 | 19 | 166 | 171 | 176 | 19 | 169 | 174 | 179 |
| 20 | 155 | 160 | 165 | 20 | 165 | 170 | 175 | 20 | 168 | 173 | 178 |
| 21 | 154 | 159 | 164 | 21 | 164 | 169 | 174 | 21 | 168 | 173 | 178 |
| 22 | 153 | 158 | 163 | 22 | 163 | 168 | 173 | 22 | 168 | 173 | 178 |
| 23 | 152 | 157 | 162 | 23 | 162 | 167 | 172 | 23 | 167 | 172 | 177 |
| 24 | 151 | 156 | 161 | 24 | 161 | 166 | 171 | 24 | 167 | 172 | 177 |
| 25 | 150 | 155 | 160 | 25 | 160 | 165 | 170 | 25 | 166 | 171 | 176 |
| 26 | 149 | 154 | 159 | 26 | 159 | 164 | 169 | 26 | 166 | 171 | 176 |
| 27 | 148 | 153 | 158 | 27 | 158 | 163 | 168 | 27 | 166 | 171 | 176 |
| 28 | 147 | 152 | 157 | 28 | 157 | 162 | 167 | 28 | 165 | 170 | 175 |
| 29 | 146 | 151 | 156 | 29 | 156 | 161 | 166 | 29 | 165 | 170 | 175 |
| 30 | 145 | 150 | 155 | 30 | 155 | 160 | 165 | 30 | 165 | 170 | 175 |
| 31 | 144 | 149 | 154 | 31 | 154 | 159 | 164 | 31 | 164 | 169 | 174 |
| 32 | 143 | 148 | 153 | 32 | 153 | 158 | 163 | 32 | 164 | 169 | 174 |
| 33 | 142 | 147 | 152 | 33 | 152 | 157 | 162 | 33 | 163 | 168 | 173 |
| 34 | 141 | 146 | 151 | 34 | 151 | 156 | 161 | 34 | 163 | 168 | 173 |
| 35 | 140 | 145 | 150 | 35 | 150 | 155 | 160 | 35 | 163 | 168 | 173 |
| 36 | 139 | 144 | 149 | 36 | 149 | 154 | 159 | 36 | 162 | 167 | 172 |
| 37 | 138 | 143 | 148 | 37 | 148 | 153 | 158 | 37 | 162 | 167 | 172 |
| 38 | 137 | 142 | 147 | 38 | 147 | 152 | 157 | 38 | 161 | 166 | 171 |
| 39 | 136 | 141 | 146 | 39 | 146 | 151 | 156 | 39 | 160 | 165 | 170 |
| 40 | 135 | 140 | 145 | 40 | 145 | 150 | 155 | 40 | 160 | 165 | 170 |
| 41 | 134 | 139 | 144 | 41 | 144 | 149 | 154 | 41 | 159 | 164 | 169 |
| 42 | 133 | 138 | 143 | 42 | 143 | 148 | 153 | 42 | 159 | 164 | 169 |
| 43 | 132 | 137 | 142 | 43 | 142 | 147 | 152 | 43 | 158 | 163 | 168 |
| 44 | 131 | 136 | 141 | 44 | 141 | 146 | 151 | 44 | 158 | 163 | 168 |
| 45 | 130 | 135 | 140 | 45 | 140 | 145 | 150 | 45 | 158 | 163 | 168 |
| 46 | 129 | 134 | 139 | 46 | 139 | 144 | 149 | 46 | 157 | 162 | 167 |
| 47 | 128 | 133 | 138 | 47 | 138 | 143 | 148 | 47 | 156 | 161 | 166 |
| 48 | 127 | 132 | 137 | 48 | 137 | 142 | 147 | 48 | 155 | 160 | 165 |
| 49 | 126 | 131 | 136 | 49 | 136 | 141 | 146 | 49 | 154 | 159 | 164 |
| 50 | 125 | 130 | 135 | 50 | 135 | 140 | 145 | 50 | 153 | 158 | 163 |
| 51 | 124 | 129 | 134 | 51 | 134 | 139 | 144 | 51 | 152 | 157 | 162 |
| 52 | 123 | 128 | 133 | 52 | 133 | 138 | 143 | 52 | 151 | 156 | 161 |
| 53 | 122 | 127 | 132 | 53 | 132 | 137 | 142 | 53 | 150 | 155 | 160 |
| 54 | 121 | 126 | 131 | 54 | 131 | 136 | 141 | 54 | 149 | 154 | 159 |

| | | | | | | | | | | | |
|----|-----|-----|-----|----|-----|-----|-----|----|-----|-----|-----|
| 55 | 120 | 125 | 130 | 55 | 130 | 135 | 140 | 55 | 148 | 153 | 158 |
| 56 | 119 | 124 | 129 | 56 | 129 | 134 | 139 | 56 | 147 | 152 | 157 |
| 57 | 118 | 123 | 128 | 57 | 128 | 133 | 138 | 57 | 146 | 151 | 156 |
| 58 | 117 | 122 | 127 | 58 | 127 | 132 | 137 | 58 | 145 | 150 | 155 |
| 59 | 116 | 121 | 126 | 59 | 126 | 131 | 136 | 59 | 144 | 149 | 154 |
| 60 | 115 | 120 | 125 | 60 | 125 | 130 | 135 | 60 | 143 | 148 | 153 |
| 61 | 114 | 119 | 124 | 61 | 124 | 129 | 134 | 61 | 142 | 147 | 152 |
| 62 | 113 | 118 | 123 | 62 | 123 | 128 | 133 | 62 | 141 | 146 | 151 |
| 63 | 112 | 117 | 122 | 63 | 122 | 127 | 132 | 63 | 140 | 145 | 150 |
| 64 | 111 | 116 | 121 | 64 | 121 | 126 | 131 | 64 | 139 | 144 | 149 |
| 65 | 110 | 115 | 120 | 65 | 120 | 125 | 130 | 65 | 138 | 143 | 148 |
| 66 | 109 | 114 | 119 | 66 | 119 | 124 | 129 | 66 | 137 | 142 | 147 |
| 67 | 108 | 113 | 118 | 67 | 118 | 123 | 128 | 67 | 136 | 141 | 146 |
| 68 | 107 | 112 | 117 | 68 | 117 | 122 | 127 | 68 | 135 | 140 | 145 |
| 69 | 106 | 111 | 116 | 69 | 116 | 121 | 126 | 69 | 134 | 139 | 144 |
| 70 | 105 | 110 | 115 | 70 | 115 | 120 | 125 | 70 | 133 | 138 | 143 |
| 71 | 104 | 109 | 114 | 71 | 114 | 119 | 124 | 71 | 132 | 137 | 142 |
| 72 | 103 | 108 | 113 | 72 | 113 | 118 | 123 | 72 | 131 | 136 | 141 |
| 73 | 102 | 107 | 112 | 73 | 112 | 117 | 122 | 73 | 130 | 135 | 140 |
| 74 | 101 | 106 | 111 | 74 | 111 | 116 | 121 | 74 | 129 | 134 | 139 |
| 75 | 100 | 105 | 110 | 75 | 110 | 115 | 120 | 75 | 128 | 133 | 138 |
| 76 | 99 | 104 | 109 | 76 | 109 | 114 | 119 | 76 | 127 | 132 | 137 |
| 77 | 98 | 103 | 108 | 77 | 108 | 113 | 118 | 77 | 126 | 131 | 136 |
| 78 | 97 | 102 | 107 | 78 | 107 | 112 | 117 | 78 | 125 | 130 | 135 |
| 79 | 96 | 101 | 106 | 79 | 106 | 111 | 116 | 79 | 124 | 129 | 134 |
| 80 | 95 | 100 | 105 | 80 | 105 | 110 | 115 | 80 | 123 | 128 | 133 |

7 LICHAAMSVET

7.1 Power on, and press "PROG" to choose "FAT";

7.2 Set the parameter, F-1 Sex, F-2 Age, F-3 Height, F-4 Weight, F-5 body fat.

7.3 Press MODE to set F-1, 01 means MAN, 02 means WOMAN, press SPEED to change it.

7.4 Press MODE to set F-2, press SPEED to adjust your age.

7.5 Press MODE to set F-3, press SPEED to adjust your height.

7.6 Press MODE to set F-4, press SPEED to adjust your weight.

7.7 Press MODE to set F-5, put your hands on the heart rate pin of handle bar more than 8 seconds, F5 will show your body fat.

7.8 The body fat standard as below:

F-1 GESLACHT 1-MAN 2-VROUW

F-2 LEEFTIJD 10-99

F-3 LENGTE 100-200

F-4 GEWICHT 20-150

F-5 GEWICHT ≤19 Te mager

= (20-24) normaal

= (25-29) Te zwaar/vet

≥30 Veel te zwaar

8. Functie van de beveiligingssleutel

Wanneer de veiligheidssleutel wordt verwijderd, stopt de loopband onmiddellijk om de gebruiker te beschermen.

9. Energiebesparende modus.

Als u het apparaat 10 minuten niet gebruikt, gaat de loopband in de spaarstand. Druk op een willekeurige toets om opnieuw te starten.

10. verbinding bluetooth & toepassing

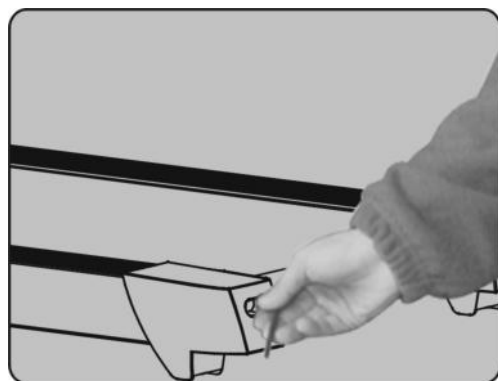
Kopieer de onderstaande link in uw browser (Edge, Firefox, Chrome, Safari enz.)<https://cloud.carefitness.com/index.php/s/E2WD22KMNBQzERL>

En volg de gedetailleerde instructies

Onderhoud en probleemoplossingen bij storingen

1) Het oppervlakte van de loopmat dient te allen tijde schoon te worden gehouden. Zorg ervoor dat u de stekker van de loopband uit het stopcontact haalt alvorens u hieraan schoonmaakwerkzaamheden uitvoert. U kunt de aandrijfriem en het oppervlakte van de loopmat afnemen met een zachte, natte doek.

2) De aandrijfriem wordt afgesteld in de fabriek. Het kan zijn dat deze bijgesteld moet worden na het transport en na veelvuldig gebruik. Schakel de loopband uit voordat u gaan bijstellen. Plaats de riem in het midden en stel de linker- en rechterbouten bij aan de achterzijde met een zeskantsleutel (zie afbeelding). Doe dit geleidelijk, bijvoorbeeld in halve slagen tegelijk. Schakel het apparaat in, en controleer of de loopmat goed gecentreerd loopt bij een snelheid van 4-5 km/u.



ZORG & ONDERHOUD

WAARSCHUWING: Controleer altijd of de stekker uit het stopcontact is verwijderd voor het schoonmaken en smeren om ongelukken te voorkomen .

SMEREN VAN LOOPBAND EN DEK

Om langer plezier te kunnen hebben van uw loopband, dient de band regelmatig gesmeerd te worden. Het routine onderhoud voorkomt dat band, dek en motorsysteem voortijdig versleten raken. Het aanbevolen smeerschema is als volgt :

AANBEVOLEN SMEERSHEMA

1~6kph Elke 6 maanden

6~12kph Elke 3 maanden

12~16kph Elke 2 maanden

Smeerolie voor het loopband dek

Dit schema geldt als aanbevolen behandeling bij een enkele gebruiker, tot 20-30 minuten per training, 3-4 keer per week. Neem voor een smeerbeurt contact op met de dealer.

SCHOONHOUDEN

Transpiratievocht dient van de console en de loopband te worden verwijderd na de training. Maak de loopband een keer per week schoon met een vochtig, zacht doekje. Zorg ervoor dat er niet te veel vocht met de console in aanraking komt. Dit kan leiden tot elektronisch falen en kan gevaarlijk zijn.

OPSLAG

Berg de loopband op in een droge en schone ruimte. Verzekert u ervan dat de stekker uit het stopcontact is en de hoofdschakelaar uit staat.

VERPLAATSEN

Deze loopband is ontworpen en voorzien van wieltjes om hem makkelijk te kunnen verplaatsen. Verzekert u ervan dat de stekker uit het stopcontact is en de hoofdschakelaar uit staat voor u de loopband verplaatst.

ALLEEN VOOR HUISELIJK GEBRUIK

Deze loopband is alleen geschikt voor huiselijk gebruik. Gebruik de loopband niet voor professioneel of commercieel gebruik.

ONDERHOUD EN DOORSMEREN

Het is belangrijk het dek van de loopband (het loopgedeelte onder de band) in goede staat te houden. Een doorsmeerbeurt met silicone verbetert de prestaties van de loopband.

OPMERKING : Gebruik de silicone die bij de loopband is geleverd. Aanvullende silicone kan bij de dealer worden gekocht.

WAARSCHUWING : **ZET DE LOOPBAND UIT** en verwijder de veiligheidsleutel wanneer u de loopband smeert.

DE SILICONE OP DE BAND AANBRENGEN

A/ Zoek de flacon met silicone op. Deze bevindt zich in het bij de loopband geleverde gereedschapset.

B/ Zoek een rietje en plaats dat in de flacon met silicone zoals aangegeven op de tekening.

C/ Sproei de silicone gelijkmatig zoals is aangegeven op de tekening. (WAARSCHUWING : de loopband hoort **STIL TE STAAN** voordat de silicone wordt aangebracht om letsel te voorkomen, anders zou u zich met de scherpe kant van de band kunnen snijden of de vingers zouden klem kunnen komen tussen de rollen)

Breng niet te veel silicone aan op de band. Door te veel silicone gaat de loopband op de rollen glijden.

BESTELLING VAN VERVANGENDE ONDERDELEN

Voor een snellere afhandeling van uw bestelling vragen wij u de volgende elementen onder bereik te houden alvorens onze Klantendienst te bellen:

De naam of de **referentie van het artikel**.

Het **fabricagenummer** dat op het hoofdframe en op de verpakking staat vermeld.

Het **onderdeelnummer** van het ontbrekende of defecte onderdeel dat op de overzichtstekening van het artikel in deze handleiding wordt aangegeven.

C.A.R.E. Klantendienst
E-mail: service-nl@carefitness.com

CARE

FITNESS