

Utilisation de l'ordinateur



2. FENÊTRE

- 2.1 Fenêtre « SPEED/VITESSE » : affiche la vitesse actuelle, comprise entre : 1,0 et 18,0 km/h. Lors de l'utilisation des programmes préprogrammés, affiche « P01-P02-...-P25-U01-U02-U03-HP1-HP3-FAT/MASSE ADIPEUSE ».
- 2.2 Affichage « TIME/DURÉE » : affiche la durée de l'exercice, minuteur positif allant de 0:00 à 99:59.
- 2.3 « DISTANCE » Affiche la distance parcourue, en comptant de 0.00 à 99.9
- 2.4 Fenêtre « CAL/PULSE/PULSATION » : le mouvement brûle des calories, valeur des calories consommées entre 0 et 99. Affiche le pouls manuel de 50 à 200
- 2.5 Fenêtre « INCLINE/INCLINAISON » : Affiche les leviers d'inclinaison actuels, sur une échelle de 0 à 18

3. FONCTION DES TOUCHES

- 3.1 « START/DÉMARRAGE » met la machine en marche, « STOP » arrête le tapis de course.
- 3.2 SPEED/VITESSE « +/- » : durant la course, appuyer sur cette touche ajoute ou retire 0,1 km/h à chaque fois, la maintenir appuyée augmente ou diminue la vitesse constamment.
- 3.3 SPEED/VITESSE « - » : touche vitesse -, durant la course, appuyer sur cette touche retire 0,1 km/h à chaque fois, la maintenir appuyée diminue la vitesse constamment.
- 3.4 « INC +/- » : augmente ou diminue les leviers d'inclinaison durant la course, maintenir cette touche appuyée augmente ou diminue les leviers d'inclinaison constamment.
- 3.5 MODE : touche mode : à l'arrêt, sélectionne le compte à rebours, la distance parcourue pendant le compte à rebours et les calories consommées pendant le compte à rebours de manière circulaire.
- 3.7 Haut-parleur Bluetooth : connecter le MP3 pour écouter de la musique en Bluetooth.
- 3.8 Fonctions rapides Vitesse : 3, 6, 9 km/h
- 3.9 Fonctions rapides Inclinaison : 3, 6, 9 %
- 3.10 PROG : Utiliser ce bouton pour choisir les programmes.

P01-P25 sont des programmes préprogrammés
 U01-U02-U03 sont des programmes de l'utilisateur
 HP1-HP2-HP3 sont des programmes du rythme cardiaque
 FAT/MASSE ADIPEUSE : indique le niveau de masse adipeuse

Fonction de la clé de sécurité

La clé de sécurité comprend un interrupteur de contact, une pince et un cordon en nylon pour la fonction d'arrêt d'urgence.

PRÉCAUTIONS D'EMPLOI

- Branchez le cordon d'alimentation dans la prise électrique.
- Placez correctement la clé de sécurité et clippez la pince à votre tenue,
- Mettez le commutateur sur ON. L'écran s'allume et l'appareil émet un signal sonore bref.

4. GUIDE DE DÉMARRAGE RAPIDE (mode manuel) :

- 4.1 Allumer l'interrupteur, la serrure de sécurité magnétique bien enfoncée dans le panneau sous la position de la serrure de sécurité.
- 4.2 Appuyer sur le bouton de démarrage « START/DÉMARRAGE », le système entame trois secondes du compte à rebours, la sonnette retentit, l'heure affiche le compte à rebours, un compte à rebours de 3 secondes est entamé une fois que le tapis de course atteint une vitesse de course d'1,0 km/h.
- 4.3 Après avoir démarré, utiliser les touches « SPEED/VITESSE +/- » pour régler la vitesse du tapis de course ; les touches « INC+/- » pour régler la pente du tapis de course.

5 PENDANT LE MOUVEMENT DE L'OPÉRATION:

- 5.1 La touche «Vitesse -» réduira la vitesse de fonctionnement du tapis de course.
- 5.2 La touche «Vitesse +» augmente la vitesse de fonctionnement du tapis de course.
- 5.3 Appuyez sur le bouton "Stop", le tapis de course cessera de fonctionner.
- 5.4 Appuyez sur les touches d'inclinaison pour régler les niveaux d'inclinaison du tapis de course.
- 5.5 Environ cinq secondes lorsque le mouvement à deux mains rythme cardiaque poignée données de pulsation.

6. PROGRAMMES PRÉPROGRAMMÉS

LISTE DES PROGRAMMES											
Programme de temps		Réglage du temps/10 = chaque intervalle de temps									
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
P01	VITESSE	2	4	3	4	3	5	4	2	5	3
	INCLINAISON	1	2	3	3	3	2	2	2	2	2
P02	VITESSE	2	5	4	6	4	6	4	2	4	2
	INCLINAISON	2	2	2	3	2	2	3	4	4	4
P03	VITESSE	2	5	4	5	4	5	4	2	3	2
	INCLINAISON	2	2	2	3	3	3	3	2	2	2
P04	VITESSE	3	6	7	5	8	5	9	6	4	3
	INCLINAISON	2	2	3	3	3	3	3	3	2	2
P05	VITESSE	3	6	7	5	8	6	7	6	4	3
	INCLINAISON	1	1	1	3	3	3	3	3	2	2
P06	VITESSE	2	8	6	4	5	9	7	5	4	3
	INCLINAISON	2	2	2	2	3	3	3	3	2	2
P07	VITESSE	2	6	7	4	4	7	4	2	4	2
	INCLINAISON	4	4	6	6	6	6	6	6	6	3
P08	VITESSE	2	4	6	8	7	8	6	2	3	2
	INCLINAISON	3	4	4	4	4	4	4	3	3	3
P09	VITESSE	2	4	5	5	6	5	6	3	3	2

	INCLINAISON	3	3	3	2	2	2	4	4	4	2
P10	VITESSE	2	3	5	3	3	5	3	6	3	3
	INCLINAISON	4	4	4	4	4	4	2	2	2	2
P11	VITESSE	3	5	8	8	9	5	7	6	3	2
	INCLINAISON	4	5	5	5	5	9	9	9	6	6
P12	VITESSE	2	5	5	4	4	6	4	2	3	4
	INCLINAISON	3	3	4	6	6	6	6	6	6	3
P13	VITESSE	3	5	7	8	9	10	8	6	4	3
	INCLINAISON	2	2	2	3	3	3	3	3	4	4
P14	VITESSE	2	4	6	8	10	10	8	6	4	2
	INCLINAISON	4	4	4	4	8	8	8	8	4	4
P15	VITESSE	3	4	7	8	10	9	8	6	5	4
	INCLINAISON	3	3	3	5	5	5	5	5	6	2
P16	VITESSE	2	3	5	4	5	5	7	5	4	2
	INCLINAISON	2	2	2	4	4	4	6	6	1	1
P17	VITESSE	2	6	8	3	9	4	12	4	3	2
	INCLINAISON	5	5	5	5	3	3	3	3	1	1
P18	VITESSE	1	5	4	5	9	5	4	5	3	2
	INCLINAISON	5	5	8	8	8	8	7	7	2	2
P19	VITESSE	3	4	8	4	3	8	6	4	3	1
	INCLINAISON	4	4	4	4	4	3	3	3	1	1
P20	VITESSE	3	2	3	6	6	6	6	5	3	3
	INCLINAISON	3	3	5	5	5	5	2	2	2	2
P21	VITESSE	2	6	5	6	8	6	7	4	3	2
	INCLINAISON	3	3	3	3	4	4	1	1	2	2
P22	VITESSE	2	4	6	8	10	8	6	4	6	6
	INCLINAISON	2	2	6	6	6	6	3	3	3	3
P23	VITESSE	2	4	6	8	4	2	7	8	12	1
	INCLINAISON	3	3	3	3	5	5	5	5	2	2
P24	VITESSE	2	4	6	4	6	8	10	8	6	4
	INCLINAISON	2	5	5	5	5	5	3	3	3	3
P25	VITESSE	2	2	2	6	6	10	11	4	8	2
	INCLINAISON	5	5	8	8	8	3	3	5	5	1

7. PROGRAMMES HRC

7.1 À l'arrêt, utiliser la touche « PROG » pour choisir « HR1-HR2-HR3 ». Appuyer sur « START/DÉMARRAGE » pour démarrer. Programme « HR1 », la vitesse maximale est de 8,0 km/h, l'âge est de 30 ans, le rythme cardiaque par défaut est de 124. Programme « HR2 », la vitesse maximale est de 9,0 km/h, l'âge est de 30 ans, le rythme cardiaque par défaut est de 143. Programme « HR3 », la vitesse maximale est de 10,0 km/h, l'âge est de 30 ans, le rythme cardiaque par défaut est de 162.

7.2 En cas d'utilisation de la touche Mode, régler l'âge, la fenêtre de la vitesse affiche 30 et l'utilisateur peut utiliser la touche d'inclinaison pour modifier l'âge comme il le souhaite, en paramétrant l'âge de 15 à 80 ans.

7.3 Après avoir paramétré l'âge, utiliser la touche Mode, le système recommande un objectif en terme de rythme cardiaque et l'affiche

sur la fenêtre. Mais, uniquement pour référence, l'utilisateur peut paramétrer le rythme cardiaque en fonction de sa situation corporelle

de manière à augmenter le rythme cardiaque ou réduire le rythme cardiaque. Peut paramétrer le rythme cardiaque de 86 à 179.

7.4 Une fois que l'utilisateur a défini l'âge et le rythme cardiaque, appuyer sur la touche MODE pour régler la durée, la fenêtre de temps affiche 10:00 par défaut. L'utilisateur peut utiliser la touche d'inclinaison ou de vitesse pour régler la durée de la course. La durée peut être réglée entre 5 et 99 minutes.

7.5 Appuyer sur la touche Mode pour passer en mode d'attente ou appuyer sur la touche Start pour démarrer.

7.6 En utilisant le programme HRC, vous pouvez utiliser la touche d'inclinaison/de vitesse pour régler la vitesse/l'inclinaison de manière à atteindre votre objectif en matière de rythme cardiaque.

La première minute correspond au temps d'échauffement. Le système ajustera ensuite la vitesse de 0,5 km/h à chaque fois pour atteindre votre objectif. À la vitesse maximale avant d'avoir atteint votre objectif, le système augmente l'inclinaison de manière à augmenter l'exercice. Si le rythme cardiaque est trop élevé par rapport à votre objectif, le système diminue le niveau d'inclinaison d'1 niveau toutes les 10 secondes jusqu'à 0, si votre rythme cardiaque est toujours plus élevé que l'objectif, il sera réduit de 0,5 km/h toutes les 10 secondes.

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

Programme HRC1				Programme HRC2				Programme HRC3			
Age	Zone cible (F-E)			Âge	Zone cible (F-E)			Âge	Zone cible (F-E)		
	La plus faible	Par défaut	La plus élevée		La plus faible	Par défaut	La plus élevée		La plus faible	Par défaut	La plus élevée
15	128	133	138	15	149	154	159	15	169	174	179
16	128	133	138	16	148	153	158	16	168	173	178
17	127	132	137	17	147	152	157	17	168	173	178
18	126	131	136	18	147	152	157	18	167	172	177
19	126	131	136	19	146	151	156	19	166	171	176
20	125	130	135	20	145	150	155	20	165	170	175
21	124	129	134	21	144	149	154	21	164	169	174
22	124	129	134	22	144	149	154	22	163	168	173
23	123	128	133	23	143	148	153	23	162	167	172
24	122	127	132	24	142	147	152	24	162	167	172
25	122	127	132	25	141	146	151	25	161	166	171
26	121	126	131	26	141	146	151	26	160	165	170
27	120	125	130	27	140	145	150	27	159	164	169
28	120	125	130	28	139	144	149	28	158	163	168
29	119	124	129	29	138	143	148	29	157	162	167
30	119	124	129	30	138	143	148	30	157	162	167
31	118	123	128	31	137	142	147	31	156	161	166
32	117	122	127	32	136	141	146	32	155	160	165
33	117	122	127	33	135	140	145	33	154	159	164
34	116	121	126	34	135	140	145	34	153	158	163
35	115	120	125	35	134	139	144	35	152	157	162
36	115	120	125	36	133	138	143	36	151	156	161
37	114	119	124	37	132	137	142	37	151	156	161
38	113	118	123	38	132	137	142	38	150	155	160
39	113	118	123	39	131	136	141	39	149	154	159
40	112	117	122	40	130	135	140	40	148	153	158
41	111	116	121	41	129	134	139	41	147	152	157
42	111	116	121	42	129	134	139	42	146	151	156
43	110	115	120	43	128	133	138	43	145	150	155
44	109	114	119	44	127	132	137	44	145	150	155
45	109	114	119	45	126	131	136	45	144	149	154
46	108	113	118	46	126	131	136	46	143	148	153
47	107	112	117	47	125	130	135	47	142	147	152
48	107	112	117	48	124	129	134	48	141	146	151
49	106	111	116	49	123	128	133	49	140	145	150

50	106	111	116	50	123	128	133	50	140	145	150
51	105	110	115	51	122	127	132	51	139	144	149
52	104	109	114	52	121	126	131	52	138	143	148
53	104	109	114	53	120	125	130	53	137	142	147
54	103	108	113	54	120	125	130	54	136	141	146
55	102	107	112	55	119	124	129	55	135	140	145
56	102	107	112	56	118	123	128	56	134	139	144
57	101	106	111	57	117	122	127	57	134	139	144
58	100	105	110	58	117	122	127	58	133	138	143
59	100	105	110	59	116	121	126	59	132	137	142
60	99	104	109	60	115	120	125	60	131	136	141
61	98	103	108	61	114	119	124	61	130	135	140
62	98	103	108	62	114	119	124	62	129	134	139
63	97	102	107	63	113	118	123	63	128	133	138
64	96	101	106	64	112	117	122	64	128	133	138
65	96	101	106	65	111	116	121	65	127	132	137
66	95	100	105	66	111	116	121	66	126	131	136
67	94	99	104	67	110	115	120	67	125	130	135
68	94	99	104	68	109	114	119	68	124	129	134
69	93	98	103	69	108	113	118	69	123	128	133
70	93	98	103	70	108	113	118	70	123	128	133
71	92	97	102	71	107	112	117	71	122	127	132
72	91	96	101	72	106	111	116	72	121	126	131
73	91	96	101	73	105	110	115	73	120	125	130
74	90	95	100	74	105	110	115	74	119	124	129
75	89	94	99	75	104	109	114	75	118	123	128
76	89	94	99	76	103	108	113	76	117	122	127
77	88	93	98	77	102	107	112	77	117	122	127
78	87	92	97	78	102	107	112	78	116	121	126
79	87	92	97	79	101	106	111	79	115	120	125
80	86	91	96	80	100	105	110	80	114	119	124

8. MASSE ADIPEUSE

8.1 Lorsque le tapis de course est à l'arrêt, utiliser la touche « PROG » pour choisir « FAT/MASSE ADIPEUSE »

8.2 Régler le paramètre, F-1 Sexe, F-2 Âge, F-3 Taille, F-4 Poids, F-5 Masse adipeuse, utiliser la touche vitesse pour régler le paramètre de F-1 à F-4. Utilisez le pouls manuel au bout de 5 à 10 secondes, le paramètre F-5 affiche alors votre masse adipeuse.

8.3 Tout en renseignant la masse adipeuse, affiche d'abord F-1, le numéro 01 correspond à Homme, 02 à Femme.

8.4 Appuyer sur la touche Mode pour saisir F-2, utiliser la touche de vitesse pour définir votre âge entre 10 et 99 ans.

8.5 Appuyer sur la touche Mode pour saisir F-3, utiliser la touche de vitesse pour régler votre taille

8.6 Appuyer sur la touche Mode pour saisir F-4, utiliser la touche de vitesse pour régler votre poids.

8.7 Appuyer sur la touche Mode pour saisir F-5. La fenêtre des réglages affiche ---, utiliser ensuite le pouls sur la barre à deux poignées, la masse adipeuse s'affiche au bout de 8 secondes.

8.8 Norme de masse adipeuse ci-dessous

F-1	SEXE	1-HOMME	2-FEMME
F-2	ÂGE	10-99	
F-3	TAILLE	100-200	
F-4	POIDS	20-150	
F-5	MASSE	≤19	Trop faible

	ADIPEUSE	=(20---24)	Normale
		=(25---29)	Trop élevée
		≥30	Très élevée

9. TOUCHE SÉCURITÉ

Dans n'importe quelle situation, tirer sur la clé de sécurité et le tapis de course s'arrêtera immédiatement pour protéger l'utilisateur.

10. ÉCONOMIE D'ÉNERGIE

Si vous n'avez pas utilisé la machine pendant 10 minutes, elle passera en mode Économie d'énergie et vous pourrez appuyer sur n'importe quelle touche pour la redémarrer.

11. BLUETOOTH

Vous pouvez utiliser un smartphone grâce à la fonction Bluetooth, qui permet de connecter un haut-parleur au tapis de course pour jouer de la musique, vous pouvez régler le volume avec votre smartphone.

12. ARRÊTER LA MACHINE

Vous pouvez couper le courant dans n'importe quelle situation pour arrêter la machine.

13. 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

14. DÉPANNAGE

L'ordinateur n'affiche rien.

Vérifier tous les câbles entre l'ordinateur et la carte contrôleur, s'assurer que la broche est en bon état.

E01

Échec de la connexion du câble de l'ordinateur, vérifier les câbles entre l'ordinateur et la carte contrôleur.

E02

Vérifier que votre tension d'alimentation représente moins de 50 % de la tension d'alimentation standard. Vérifier la carte contrôleur

ou vérifier le câble de connexion du moteur.

E03

Absence de capteur de vitesse, vérifier que le capteur de vitesse est dans la bonne position, n'est ni sale ni cassé. Si, après l'avoir nettoyé et remonté,

le capteur de vitesse ne fonctionne toujours pas, le remplacer

E04

Problème d'inclinaison. Vérifier le câble du moteur d'inclinaison ou réinitialiser le moteur d'inclinaison

E05

Une surtension électrique ou autre a provoqué la panne du moteur. Nettoyer le marchepied et la machine tout entière, ajouter de l'huile de silicone sous la bande, puis redémarrer la machine.

E08

La carte contrôleur 24C02 est cassée, remplacer ou remonter la 24C02 ou remplacer la carte contrôleur tout entière.

Si la machine démarre mais que le moteur ne fonctionne pas, vérifier alors le câble de connexion du moteur ou l'IGTB de la carte contrôleur ou remplacer la carte contrôleur.

15. CALORIES

Inclinaison au niveau 0, distance parcourue d'1 km, 70,3 calories consommées.

70,3 x vitesse (en km/h) x durée (en heures) x (1 + niveau d'inclinaison en %)

Reglage

1. Demandez un technicien de vérifier que la tension est adaptée et que la mise à la terre est fiable. Tirez la bande de course à la main et vérifiez qu'elle tourne librement sans crissement.
2. Insérez une extrémité du cordon d'alimentation dans la prise située à l'avant du tapis de course. Branchez l'autre extrémité dans la prise électrique. Mettez le bouton d'arrêt d'urgence dans la position correspondante sur l'ordinateur.
3. Actionnez l'interrupteur de « 0 » à « 1 », le moniteur affiche zéro, la bande de course ne bouge pas.

4. Appuyez sur la touche « START », le tapis fonctionne doucement. Vérifiez si l'ordinateur et la bande de course fonctionnent normalement.
5. Appuyez sur la touche « SPEED » et observez l'état de la bande de course et l'affichage sur l'écran. Veuillez éteindre la machine si la bande ne fonctionne pas correctement et ajustez-la en vous conformant aux instructions de la section « MAINTENANCE ET GESTION DES DYSFONCTIONNEMENTS ».
6. Vérifiez toutes les touches de fonctions sur l'ordinateur.
7. Sortez la clé d'arrêt d'urgence. Le tapis de course doit s'arrêter immédiatement. Il se remettra à fonctionner quand vous l'allumerez à nouveau.
8. Appuyez sur la touche « STOP ». Le tapis s'arrête, puis désactivez la touche si vous souhaitez finir l'exercice.
9. Appuyez sur « Inclinaison +/- » pour modifier l'inclinaison. Appuyez sur la touche programme et les instructions vont s'afficher. L'inclinaison se remet à zéro lorsque vous arrêtez le tapis de course

Instruction pour plier, déplacer et déplier

- 1) Plier : le tapis roulant est pliable. Levez l'extrémité du châssis principal et pliez vers le haut jusqu'à ce que la barre de connexion entre en contact avec le couvercle des montants tubulaires.
(Voir Figure a)
- 2) Déplacement : Appuyez sur les mains courantes pour éloigner les pieds de la base du sol puis poussez le tapis roulant après l'avoir plié.
- 3) Lorsque vous placez le tapis roulant en position de fonctionnement, veuillez lever l'extrémité du châssis principal (embout) afin que le tube de support en position pliée soit plus grand que le cylindre afférent (voir figure a-1), tapotez doucement le tube de support avec votre pied (voir figure a-2), appuyez l'extrémité du châssis principal (embout) en force, retirez votre pied en pressant l'extrémité du châssis principal pendant un instant. Le cylindre raccourcira de lui-même sous le poids (voir figure b) et le châssis principal se positionnera à plat.

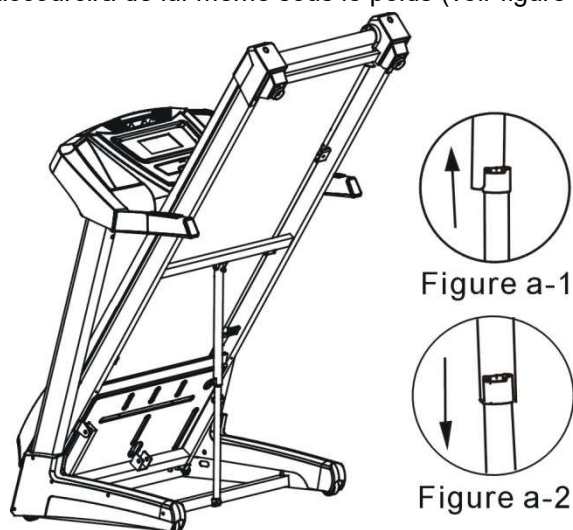


Figure a

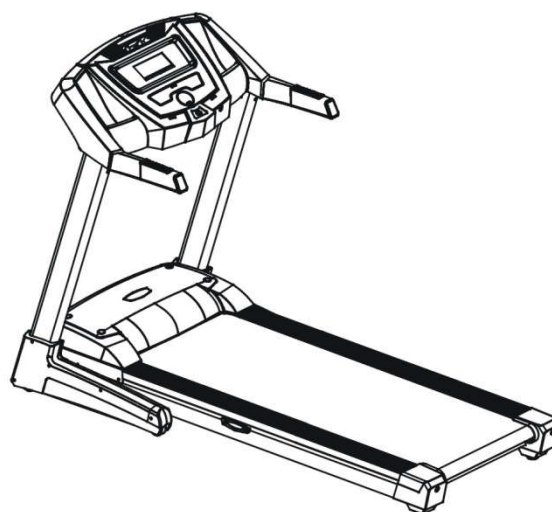


Figure b

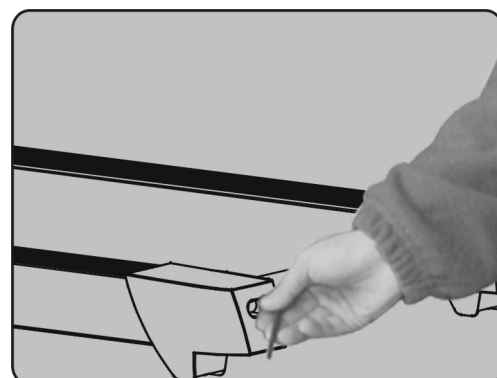
Entretien et traitement des dysfonctionnements

- 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.

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

**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

E mail : sav@carefitness.com

Computer instruction



2. WINDOW

- 2.1 "SPEED" window: display the current speed, speed range: 1.0-18.0 km/h.
 When use the pre-set programs, will display "P01-P02-...-P25-U01-U02-U03-HP1-HP3-FAT".
- 2.2 "TIME" display: display exercise time, positive timing from 0:00-99:59.
- 2.3 "DISTANCE." Display the running distance, count forward from 0.00-99.9
- 2.4 "CAL/PULSE" window : movement burns calories consumed calorie value from 0-99.
 Display hand pulse from 50-200
- 2.5 "INCLINE" window : Displays the current incline levers, range 0-18 levels

3. KEY FUNCTION

- 3.1 "START" start the machine, " STOP" stop the treadmill.
- 3.2 "SPEED" +/-: at the running state, press it will be add or decrease 0.1 km/h every time , press it for a long time ,it will add or decrease the speed constantly.
- 3.3 "SPEED" -: speed – button, at the running state, press it will decrease 0.1km/h every time, press it for a long time, it will decrease the speed constantly.
- 3.4 "INC +/-", increase or decrease the incline levels during running, press it a long time, it will Increase or decrease the incline levels constantly.
- 3.5 MODE: mode button at the stopping state, select the countdown time, countdown distance and countdown calories circularly.
- 3.7 Bluetooth speaker: Connect the MP3 for play the music with bluetooth.
- 3.8 Quickly Speed buttons: 4, 8, 12 km/h
- 3.9 Quickly Incline buttons: 4, 8, 12 %
- 3.10 PROG: Use this button to choose the programs.
 P01-P25 are pre-set programs
 U01-U02-U03 are user program

HP1-HP2-HP3 are heart rate programs
FAT: test the body fat

Function of the safety key

The safety key includes an ignition switch, a clamp and a nylon cord for the emergency stop function.

PRECAUTIONS FOR USE

- Plug the power cord into the electrical outlet.
- Place the safety key correctly and clip the clamp to your outfit,
- Turn the switch to ON. The display will light up and the unit will emit a short beep.

4. QUICK START (manual mode):

4.1 turn on the power switch, the magnetic security lock properly absorbed in the panel below the safety lock position.

4.2 press "START" start button, the system enters three seconds of the countdown, the buzzer sounds, the time display countdown, 3 second countdown after treadmill running speed of 1.0 km / h.

4.3 after the start needed, use the "SPEED+/-" keys to adjust the speed of the treadmill; "INC+/-" keys to adjust the slope of the treadmill.

5 DURING THE MOVEMENT OF OPERATION:

5.1 “Speed –” key will reduce the operating speed of the treadmill.

5.2 "Speed +" key will increase the operating speed of the treadmill.

5.3 Press “Stop” button, treadmill will stop running.

5.4 Press incline keys to adjust the incline levels of the treadmill

5.5 About five seconds when the movement with both hands heartbeat hand grip heartbeat data.

6. PRE-SET PROGRAMS.

PROGRAM LIST											
Time program		Set time/ 10 = every period time									
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
P01	SPEED	2	4	3	4	3	5	4	2	5	3
	INCLINE	1	2	3	3	3	2	2	2	2	2
P02	SPEED	2	5	4	6	4	6	4	2	4	2
	INCLINE	2	2	2	3	2	2	3	4	4	4
P03	SPEED	2	5	4	5	4	5	4	2	3	2
	INCLINE	2	2	2	3	3	3	3	2	2	2
P04	SPEED	3	6	7	5	8	5	9	6	4	3
	INCLINE	2	2	3	3	3	3	3	3	2	2
P05	SPEED	3	6	7	5	8	6	7	6	4	3
	INCLINE	1	1	1	3	3	3	3	3	2	2
P06	SPEED	2	8	6	4	5	9	7	5	4	3
	INCLINE	2	2	2	2	3	3	3	3	2	2
P07	SPEED	2	6	7	4	4	7	4	2	4	2
	INCLINE	4	4	6	6	6	6	6	6	6	3
P08	SPEED	2	4	6	8	7	8	6	2	3	2
	INCLINE	3	4	4	4	4	4	4	3	3	3

P09	SPEED	2	4	5	5	6	5	6	3	3	2
	INCLINE	3	3	3	2	2	2	4	4	4	2
P10	SPEED	2	3	5	3	3	5	3	6	3	3
	INCLINE	4	4	4	4	4	4	2	2	2	2
P11	SPEED	3	5	8	8	9	5	7	6	3	2
	INCLINE	4	5	5	5	5	9	9	9	6	6
P12	SPEED	2	5	5	4	4	6	4	2	3	4
	INCLINE	3	3	4	6	6	6	6	6	6	3
P13	SPEED	3	5	7	8	9	10	8	6	4	3
	INCLINE	2	2	2	3	3	3	3	3	4	4
P14	SPEED	2	4	6	8	10	10	8	6	4	2
	INCLINE	4	4	4	4	8	8	8	8	4	4
P15	SPEED	3	4	7	8	10	9	8	6	5	4
	INCLINE	3	3	3	5	5	5	5	5	6	2
P16	SPEED	2	3	5	4	5	5	7	5	4	2
	INCLINE	2	2	2	4	4	4	6	6	1	1
P17	SPEED	2	6	8	3	9	4	12	4	3	2
	INCLINE	5	5	5	5	3	3	3	3	1	1
P18	SPEED	1	5	4	5	9	5	4	5	3	2
	INCLINE	5	5	8	8	8	8	7	7	2	2
P19	SPEED	3	4	8	4	3	8	6	4	3	1
	INCLINE	4	4	4	4	4	3	3	3	1	1
P20	SPEED	3	2	3	6	6	6	6	5	3	3
	INCLINE	3	3	5	5	5	5	2	2	2	2
P21	SPEED	2	6	5	6	8	6	7	4	3	2
	INCLINE	3	3	3	3	4	4	1	1	2	2
P22	SPEED	2	4	6	8	10	8	6	4	6	6
	INCLINE	2	2	6	6	6	6	3	3	3	3
P23	SPEED	2	4	6	8	4	2	7	8	12	1
	INCLINE	3	3	3	3	5	5	5	5	2	2
P24	SPEED	2	4	6	4	6	8	10	8	6	4
	INCLINE	2	5	5	5	5	5	3	3	3	3
P25	SPEED	2	2	2	6	6	10	11	4	8	2
	INCLINE	5	5	8	8	8	3	3	5	5	1

7. HRC PROGRAMS

7.1 At the stop state and use the “PROG” button to choose the “HR1-HR2-HR3.Press “START” to start.

“HR1” program, max speed is 8.0 km/h, age 30/default heart rate 124.

“HR2” program, max speed is 9.0 km/h, age 30/default heart rate 143.

“HR3” program, max speed is 10.0 km/h, age 30/default heart rate 162.

7.2 If use the Mode button enter the age setting, the speed window will display 30,and user can use incline button to change the age as you want, setting age from 15-80.

7.3 After setting the age, use the Mode button, the system will recommend a hart rate goal and display on the window. But just for reference, the use can set the heart rate according to their body situation to increase the heart rate or reduce the heart rate. Can set heart rate from 86-179.

7.4 After user set the age and heart rate, press the MODE button to enter the time setting, Time window will display 10:00 as default. User can use the incline or speed button to adjust the running time. Time setting can be between 5-99 minutes.

7.5 Press mode button to enter the waiting state, or press the Start button to start.

7.6 While using HRC program, you can use incline/speed button to adjust the speed/incline to close your heart rate goal.

7.7 The first 1 minute is warm up time. Then the system will adjust speed by 0.5km/h every time to close your goal. When at the max speed and still not reach your goal, the system will increase incline to increase your exercise. If the heart rate is more than your goal, system will reduce incline level by 1 level/10 second till to 0, if your heart rate still higher than the goal, it will reduce 0.5km/h every 10 second.

Remark: Must use the wireless chest belt for the HRC programs.

HRC1 program				HRC2 program				HRC3program			
Age	Target zone (L-H)			Age	Target zone (L-H)			Age	Target zone (L-H)		
	Low est	Default	Highe st		Lowest	Defaul t	Highe st		Lowe st	Default	Highe st
15	128	133	138	15	149	154	159	15	169	174	179
16	128	133	138	16	148	153	158	16	168	173	178
17	127	132	137	17	147	152	157	17	168	173	178
18	126	131	136	18	147	152	157	18	167	172	177
19	126	131	136	19	146	151	156	19	166	171	176
20	125	130	135	20	145	150	155	20	165	170	175
21	124	129	134	21	144	149	154	21	164	169	174
22	124	129	134	22	144	149	154	22	163	168	173
23	123	128	133	23	143	148	153	23	162	167	172
24	122	127	132	24	142	147	152	24	162	167	172
25	122	127	132	25	141	146	151	25	161	166	171
26	121	126	131	26	141	146	151	26	160	165	170
27	120	125	130	27	140	145	150	27	159	164	169
28	120	125	130	28	139	144	149	28	158	163	168
29	119	124	129	29	138	143	148	29	157	162	167
30	119	124	129	30	138	143	148	30	157	162	167
31	118	123	128	31	137	142	147	31	156	161	166
32	117	122	127	32	136	141	146	32	155	160	165
33	117	122	127	33	135	140	145	33	154	159	164
34	116	121	126	34	135	140	145	34	153	158	163
35	115	120	125	35	134	139	144	35	152	157	162
36	115	120	125	36	133	138	143	36	151	156	161
37	114	119	124	37	132	137	142	37	151	156	161
38	113	118	123	38	132	137	142	38	150	155	160
39	113	118	123	39	131	136	141	39	149	154	159
40	112	117	122	40	130	135	140	40	148	153	158
41	111	116	121	41	129	134	139	41	147	152	157
42	111	116	121	42	129	134	139	42	146	151	156
43	110	115	120	43	128	133	138	43	145	150	155
44	109	114	119	44	127	132	137	44	145	150	155
45	109	114	119	45	126	131	136	45	144	149	154
46	108	113	118	46	126	131	136	46	143	148	153
47	107	112	117	47	125	130	135	47	142	147	152
48	107	112	117	48	124	129	134	48	141	146	151
49	106	111	116	49	123	128	133	49	140	145	150
50	106	111	116	50	123	128	133	50	140	145	150
51	105	110	115	51	122	127	132	51	139	144	149
52	104	109	114	52	121	126	131	52	138	143	148

53	104	109	114	53	120	125	130	53	137	142	147
54	103	108	113	54	120	125	130	54	136	141	146
55	102	107	112	55	119	124	129	55	135	140	145
56	102	107	112	56	118	123	128	56	134	139	144
57	101	106	111	57	117	122	127	57	134	139	144
58	100	105	110	58	117	122	127	58	133	138	143
59	100	105	110	59	116	121	126	59	132	137	142
60	99	104	109	60	115	120	125	60	131	136	141
61	98	103	108	61	114	119	124	61	130	135	140
62	98	103	108	62	114	119	124	62	129	134	139
63	97	102	107	63	113	118	123	63	128	133	138
64	96	101	106	64	112	117	122	64	128	133	138
65	96	101	106	65	111	116	121	65	127	132	137
66	95	100	105	66	111	116	121	66	126	131	136
67	94	99	104	67	110	115	120	67	125	130	135
68	94	99	104	68	109	114	119	68	124	129	134
69	93	98	103	69	108	113	118	69	123	128	133
70	93	98	103	70	108	113	118	70	123	128	133
71	92	97	102	71	107	112	117	71	122	127	132
72	91	96	101	72	106	111	116	72	121	126	131
73	91	96	101	73	105	110	115	73	120	125	130
74	90	95	100	74	105	110	115	74	119	124	129
75	89	94	99	75	104	109	114	75	118	123	128
76	89	94	99	76	103	108	113	76	117	122	127
77	88	93	98	77	102	107	112	77	117	122	127
78	87	92	97	78	102	107	112	78	116	121	126
79	87	92	97	79	101	106	111	79	115	120	125
80	86	91	96	80	100	105	110	80	114	119	124

8. BODY FAT

8.1 When the treadmill at stop state, use the “PROG” button to choose the “FAT”

8.2 Set the parameter, F-1 Sex, F-2 Age, F-3, Height, F-4, Weight, F-5, body fat, use speed button to adjust parameter from F-1 to F-4. Use hand pulse after 5-10 second, then the F-5 will display your body fat.

8.3 While enter the body fat, first display F-1, the number 01 mean is Mam, 02 means Woman.

8.4 Press mode button will enter F-2, use the speed button to set your age between 10-99.

8.5 Press mode button will enter F-3, use the speed button to adjust your height

8.6 Press mode button will enter F-4, use the speed button to adjust your weight.

8.7 Press the model button will display F-5. Setting window will display ---, then use the two handle bar pulse, after 8 second will display the body fat.

8.8 The body fat standard as below

F-1	SEX	1-MAN	2-WOMAN
F-2	AGE	10-99	
F-3	HIGHT	100-200	
F-4	WEIGHT	20-150	
F-5	FAT	≤19	Too thin
		=(20---24)	normal

		=(25---29)	Too heavy
		≥30	Much heavy

9.SAFETY KEY

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

10.SAVING ENERGY

If you did not use the machine for 10 minutes, the machine will enter Saving energy mode, and you can press any button to restart the machine.

11. STOP MACHINE

You can cut the power at any situation to stop the machine.

12. BLUETOOTH

You can use smart phone through the Bluetooth to connect speaker with treadmill to play music, you can adjust volume by your smart phone.

13. Bluetooth & application connection

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

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

And Follorw the detailed instruction

14.TROUBLE SHOOTING

Computer not any display.

Check all the cable between computer and controller board, make sure the connection pin is good.

E01

Computer cable connection fail, check the cables between the computer and controller board.

E02

Check if your power voltage is under 50% of standard power voltage.Check if the controller board with smell, or check the motor connection cable.

E03

No speed sensor, check the speed sensor if in right position or dirty or broken. If clean and re-assemble, still not repair, the replace speed sensor

E04

Incline issue. Check the incline motor cable or reset the incline motor

E05

Over power current or something was fixed cause the motor not working. Clean the running board and whole machine, add the silicon oil under the running belt, then re-start the machine.

E08

the controller board 24C02 broken, replace or re-assemble the 24C02 or replace the whole controller board.

If star the machine, but motor not working, then check the motor connection cable, or check the IGBT from controller board or replace the controller board.

15. CALORIE

The incline at 0 level, run 1km consume 70.3 Calorie.

$70.3 \times \text{Speed(km/h)} \times \text{Time(hour)} \times (1+ \text{incline level}\%)$

Adjustment

1. Ask the authorized service representative or professional technician to check if the voltage is suitable, and if the grounded wire is reliable. Pull the running belt by your hand and check if it turns freely, without screech.
2. Insert one end of the power line into the socket at the forepart of treadmill; plug the other end in the electrical outlet. Put the emergency stop key on to the corresponding place on the computer.
3. Turn on the switch from "0" to "1", the computer displays zero, the running belt do not move.
4. Press the "START" key, the treadmill runs slowly, check if the computer and running belt work normally.
5. Press the "SPEED" key, and observe the status of the running belt and display on the computer. Please turn off the machine if the belt runs defectively, adjust it following the rules in "MAINTENANCE AND MALFUNCTION TREATMENT".
6. Check all the functions keys on the computer.

7. Pull out emergency stop key, the treadmill should stop immediately; it'll work when you put it on again.
8. Press the "STOP" key, the treadmill will stop, and then turn off the switch if you want to finish your exercise.
9. Press "Incline +/-", it will have some change for the incline. Press program key and it will should the instruction. The incline will return zero when you stop treadmill.

Folding, Moving and Unfolding Instruction

- 1) Folding: The treadmill is foldaway. Lift the end of the main frame and fold upwards until the connecting bar rebound to the cover of cylinder tube. (See figure a)
- 2) Moving: Press the handrails to make the front base foot away from the ground then push the treadmill after folding.
- 3) When you want to put the treadmill to the work position, please lift the end of main fame (end cap) a little to make the foldaway support tube higher than the cylinder cover (see figure a-1), tip the foldaway support tube with your foot slightly (see figure a-2), press the end of main fame (end cap) forcibly, remove your foot and keep on pressing the end of main fame for a while. The cylinder will shrink under the weight of itself (see figure b) and the main fame goes flat.

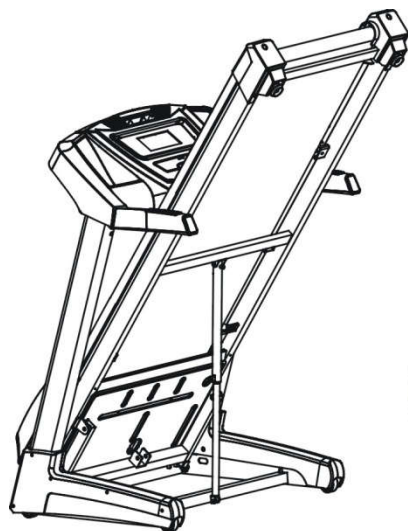


Figure a

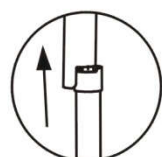


Figure a-1

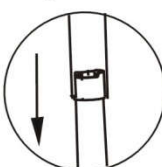


Figure a-2

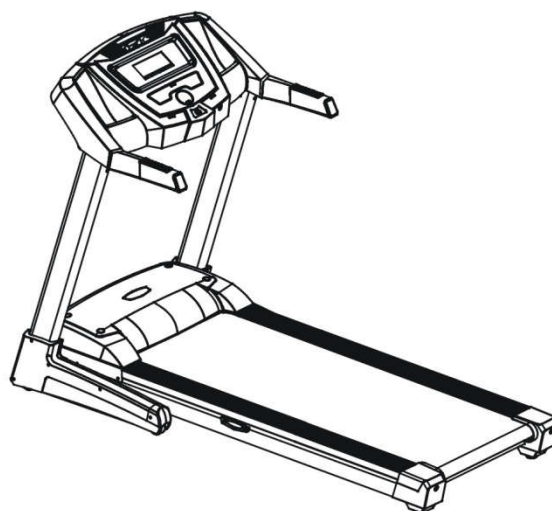


Figure b

Maintenance and Malfunction Treatment

- 1) The surface of the treadmill should be kept clean, pull out the power line before cleaning. You can clean the running belt and the surface of the treadmill with a soft and wet cloth.
- 2) The running belt is adjusted at factory; it may runs defectively after transportation and use. Turn off the treadmill before adjusting, pull the belt in the center, and then adjust the left and right bolts in rear roller with hex spanner (See figure) it is better to adjust 1/2 circle once. Then turn on the switch, check if the belt runs defectively when the running speed is 4~5 km/h.
- 3) After using over 100hours or the lubricant between the running board and the running belt is used up, please lubricate the running board and adjust the running belt well.
- 4) After a long time of running, the belt may be longer and stuck. You should turn the left and right adjustor bolt in rear roller clockwise at same position till the runs smoothly and freely.

Warning:

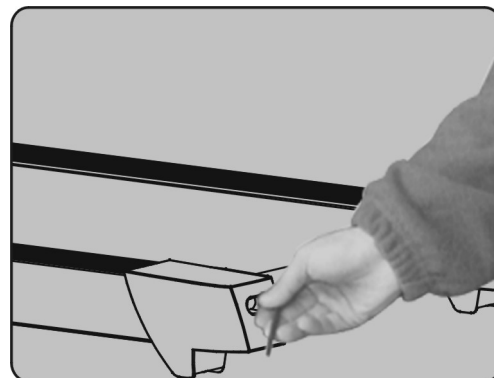
To order spare parts

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**.

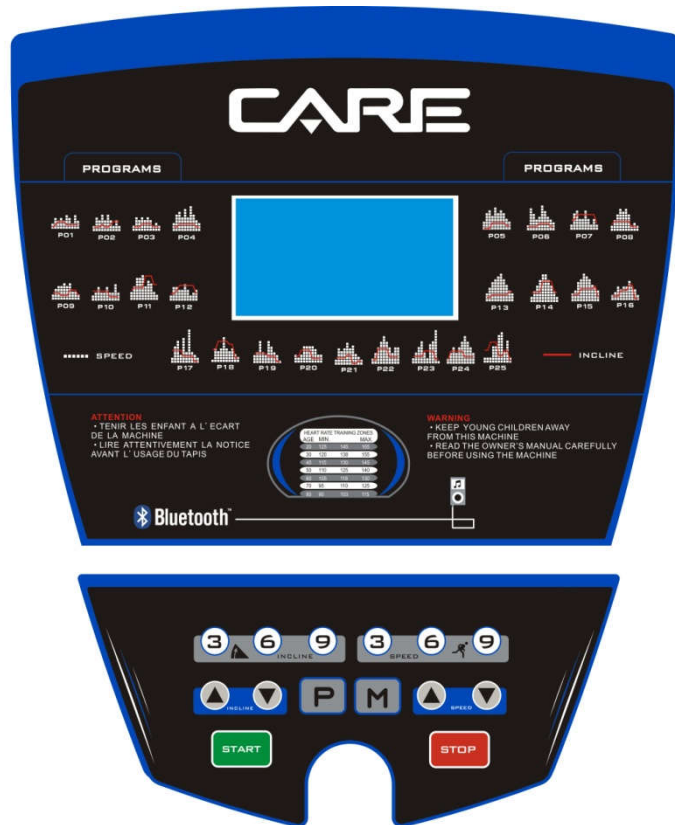
The **manufacturing number** shown on the main chassis and on the packing box.

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

Bedienung des Computers



2. ANZEIGE

2.1 Die Anzeige „SPEED“ (Geschwindigkeit) gibt die aktuelle Geschwindigkeit mit dem Geschwindigkeitsbereich an: 1,0 - 18,0 km/h.

Bei der Verwendung der vorhandenen Programme wird „P01-P02-...-P25-U01-U02-U03-HP1-HP3-FAT“ angezeigt.

2.2 Die Anzeige „TIME“ (Dauer) gibt die Dauer des Trainings von 0:00 bis 99:59 an.

2.3 Die Anzeige „DISTANCE“ (Strecke) gibt die Laufstrecke von 0,00 bis 99,9 an.

2.4 Die Anzeige „CAL/PULSE“ (Kal/Puls) gibt die Anzahl der verbrannten Kalorien von 0 bis 99 an.

Der Handpuls wird von 50 bis 200 angezeigt.

2.5 Die Anzeige „INCLINE“ (Steigung) gibt den aktuellen Steigungswinkel von Level 0 bis 18 an.

3. TASTENFUNKTIONEN

3.1 Starten Sie das Laufband mit „START“ oder beenden Sie die Trainingseinheit mit „STOP“ (Stopp).

3.2 „SPEED +/-“ (Geschwindigkeit +/-): Drücken Sie auf diese Tasten, um die Geschwindigkeit um jeweils 0,1 km/h zu erhöhen bzw. zu reduzieren.

Ein längerer Tastendruck ermöglicht, die Geschwindigkeit konstant zu erhöhen bzw. zu senken.

3.3 „SPEED -“ (Geschwindigkeit -): Drücken Sie auf diese Taste, um die Geschwindigkeit um jeweils 0,1 km/h zu erhöhen bzw. zu reduzieren.

Ein längerer Tastendruck ermöglicht, die Geschwindigkeit konstant zu senken.

3.4 „INCLINE +/-“ (Steigung +/-): Drücken Sie länger auf diese Tasten, um den Steigungswinkel während dem Training

zu steigern bzw. zu reduzieren.

Der Steigungswinkel wird konstant erhöht bzw. reduziert.

3.5 „MODE“ (Modus): Wählen Sie vor dem Training abwechselnd die Countdown-Zeit, -Strecke und -Kalorien.

3.7 Bluetooth-Lautsprecher: Verbinden Sie einen MP3-Player im Bluetooth-Modus.

3.8 Schnellwahltasten der Geschwindigkeit: 3, 6, 9 km/h.

PROGRAMMLISTE											
Dauer Programm		Eingestellte Dauer / 10 = für jede Dauer									
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
P01	GESCHWINDIGKEIT	2	4	3	4	3	5	4	2	5	3
	STEIGUNGSWINKEL	1	2	3	3	3	2	2	2	2	2
P02	GESCHWINDIGKEIT	2	5	4	6	4	6	4	2	4	2
	STEIGUNGSWINKEL	2	2	2	3	2	2	3	4	4	4
P03	GESCHWINDIGKEIT	2	5	4	5	4	5	4	2	3	2
	STEIGUNGSWINKEL	2	2	2	3	3	3	3	2	2	2
P04	GESCHWINDIGKEIT	3	6	7	5	8	5	9	6	4	3
	STEIGUNGSWINKEL	2	2	3	3	3	3	3	3	2	2
P05	GESCHWINDIGKEIT	3	6	7	5	8	6	7	6	4	3
	STEIGUNGSWINKEL	1	1	1	3	3	3	3	3	2	2
P06	GESCHWINDIGKEIT	2	8	6	4	5	9	7	5	4	3
	STEIGUNGSWINKEL	2	2	2	2	3	3	3	3	2	2
P07	GESCHWINDIGKEIT	2	6	7	4	4	7	4	2	4	2
	STEIGUNGSWINKEL	4	4	6	6	6	6	6	6	6	3
P08	GESCHWINDIGKEIT	2	4	6	8	7	8	6	2	3	2
	STEIGUNGSWINKEL	3	4	4	4	4	4	4	3	3	3

P09	GESCHWINDIGKEIT	2	4	5	5	6	5	6	3	3	2
	STEIGUNGSWINKEL	3	3	3	2	2	2	4	4	4	2
P10	GESCHWINDIGKEIT	2	3	5	3	3	5	3	6	3	3
	STEIGUNGSWINKEL	4	4	4	4	4	4	2	2	2	2
P11	GESCHWINDIGKEIT	3	5	8	8	9	5	7	6	3	2
	STEIGUNGSWINKEL	4	5	5	5	5	9	9	9	6	6
P12	GESCHWINDIGKEIT	2	5	5	4	4	6	4	2	3	4
	STEIGUNGSWINKEL	3	3	4	6	6	6	6	6	6	3
P13	GESCHWINDIGKEIT	3	5	7	8	9	10	8	6	4	3
	STEIGUNGSWINKEL	2	2	2	3	3	3	3	3	4	4
P14	GESCHWINDIGKEIT	2	4	6	8	10	10	8	6	4	2
	STEIGUNGSWINKEL	4	4	4	4	8	8	8	8	4	4
P15	GESCHWINDIGKEIT	3	4	7	8	10	9	8	6	5	4
	STEIGUNGSWINKEL	3	3	3	5	5	5	5	5	6	2
P16	GESCHWINDIGKEIT	2	3	5	4	5	5	7	5	4	2
	STEIGUNGSWINKEL	2	2	2	4	4	4	6	6	1	1
P17	GESCHWINDIGKEIT	2	6	8	3	9	4	12	4	3	2
	STEIGUNGSWINKEL	5	5	5	5	3	3	3	3	1	1
P18	GESCHWINDIGKEIT	1	5	4	5	9	5	4	5	3	2
	STEIGUNGSWINKEL	5	5	8	8	8	8	7	7	2	2
P19	GESCHWINDIGKEIT	3	4	8	4	3	8	6	4	3	1
	STEIGUNGSWINKEL	4	4	4	4	4	3	3	3	1	1
P20	GESCHWINDIGKEIT	3	2	3	6	6	6	6	5	3	3
	STEIGUNGSWINKEL	3	3	5	5	5	5	2	2	2	2
P21	GESCHWINDIGKEIT	2	6	5	6	8	6	7	4	3	2
	STEIGUNGSWINKEL	3	3	3	3	4	4	1	1	2	2
P22	GESCHWINDIGKEIT	2	4	6	8	10	8	6	4	6	6
	STEIGUNGSWINKEL	2	2	6	6	6	6	3	3	3	3
P23	GESCHWINDIGKEIT	2	4	6	8	4	2	7	8	12	1
	STEIGUNGSWINKEL	3	3	3	3	5	5	5	5	2	2
P24	GESCHWINDIGKEIT	2	4	6	4	6	8	10	8	6	4
	STEIGUNGSWINKEL	2	5	5	5	5	5	3	3	3	3
P25	GESCHWINDIGKEIT	2	2	2	6	6	10	11	4	8	2
	STEIGUNGSWINKEL	5	5	8	8	8	3	3	5	5	1

7. HERZFREQUENZ-PROGRAMME

7.1 Wählen Sie vor dem Training mit der Taste „PROG“ (Programm) eines der Programme „HR1“, „HR2“ oder „HR3“ und drücken Sie auf „START“.

Die maximale Geschwindigkeit des Programmes „HR1“ entspricht 8,0 km/h, das Alter 30 und die Standardherzfrequenz 124.

Die maximale Geschwindigkeit des Programmes „HR2“ entspricht 9,0 km/h, das Alter 30 und die Standardherzfrequenz 143.

Die maximale Geschwindigkeit des Programmes „HR3“ entspricht 10,0 km/h, das Alter 30 und die Standardherzfrequenz 162.

7.2 Drücken Sie auf „MODE“ (Modus), um das Alter 30 in „SPEED“ (Geschwindigkeit) anzuzeigen und mit „INCLINE +/-“ (Steigung +/-) das gewünschte Alter zwischen 10 und 99 Jahren auszuwählen.

7.3 Drücken Sie erneut auf „MODE“ (Modus), um das Alter zu speichern. Das System empfiehlt Ihnen eine Herzfrequenz und zeigt diese

auf dem Display an. Sie können die Herzfrequenz selbstverständlich je nach körperlicher Verfassung nach oben bzw. unten anpassen. Die Herzfrequenz muss zwischen 86 und 179 liegen.

7.4 Drücken Sie erneut auf „MODE“ (Modus), um die Herzfrequenz zu speichern und um auf die Einstellung der Dauer überzugehen. Diese entspricht standardmäßig 10:00 Minuten. Sie können die Dauer selbstverständlich über die Tasten „INCLINE“ (Steigung) oder „SPEED“ (Geschwindigkeit) anpassen. Die Dauer muss zwischen 5 und 99 Minuten liegen.

7.5 Drücken Sie auf „MODE“ (Modus), um in den Pausenmodus zu schalten oder auf „START“, um mit dem Training zu beginnen.

7.6 Sie können die Geschwindigkeit/Steigung auch im Herzfrequenz-Programm Ihrer gewünschten Herzfrequenz anpassen.

7.7 Wärmen Sie sich während der 1. Minute auf, während das Laufband die Geschwindigkeit konstant um jeweils 0,5 km/h erhöht, bis die eingestellte Geschwindigkeit erreicht wird. Wurde die maximale Geschwindigkeit erreicht, jedoch nicht die gewünschte Herzfrequenz, erhöht das Laufband weiterhin die Steigung, um sich dieser zu nähern. Liegt die Herzfrequenz über dem eingestellten Wert, reduziert das Laufband die Steigung um 1 Level alle 10 Sekunden bis auf 0. Liegt Ihre Herzfrequenz weiterhin über dem Sollwert, wird die Geschwindigkeit um 0,5 km/h alle 10 Sekunden reduziert.

Hinweis: Der schnurlose Brustgurt muss bei den Herzfrequenz-Programmen verwendet werden.

Programm HRC1				Programm HRC2				Programm HRC3			
Alter	Zielbereich (N-H)			Alter	Zielbereich (N-H)			Alter	Zielbereich (N-H)		
	Tiefstwert	Standardwert	Höchstwert		Tiefstwert	Standardwert	Höchstwert		Tiefstwert	Standardwert	Höchstwert
15	128	133	138	15	149	154	159	15	169	174	179
16	128	133	138	16	148	153	158	16	168	173	178
17	127	132	137	17	147	152	157	17	168	173	178
18	126	131	136	18	147	152	157	18	167	172	177
19	126	131	136	19	146	151	156	19	166	171	176
20	125	130	135	20	145	150	155	20	165	170	175
21	124	129	134	21	144	149	154	21	164	169	174
22	124	129	134	22	144	149	154	22	163	168	173
23	123	128	133	23	143	148	153	23	162	167	172
24	122	127	132	24	142	147	152	24	162	167	172
25	122	127	132	25	141	146	151	25	161	166	171
26	121	126	131	26	141	146	151	26	160	165	170
27	120	125	130	27	140	145	150	27	159	164	169
28	120	125	130	28	139	144	149	28	158	163	168
29	119	124	129	29	138	143	148	29	157	162	167
30	119	124	129	30	138	143	148	30	157	162	167
31	118	123	128	31	137	142	147	31	156	161	166
32	117	122	127	32	136	141	146	32	155	160	165
33	117	122	127	33	135	140	145	33	154	159	164
34	116	121	126	34	135	140	145	34	153	158	163
35	115	120	125	35	134	139	144	35	152	157	162
36	115	120	125	36	133	138	143	36	151	156	161
37	114	119	124	37	132	137	142	37	151	156	161
38	113	118	123	38	132	137	142	38	150	155	160
39	113	118	123	39	131	136	141	39	149	154	159
40	112	117	122	40	130	135	140	40	148	153	158
41	111	116	121	41	129	134	139	41	147	152	157
42	111	116	121	42	129	134	139	42	146	151	156
43	110	115	120	43	128	133	138	43	145	150	155
44	109	114	119	44	127	132	137	44	145	150	155
45	109	114	119	45	126	131	136	45	144	149	154

46	108	113	118	46	126	131	136	46	143	148	153
47	107	112	117	47	125	130	135	47	142	147	152
48	107	112	117	48	124	129	134	48	141	146	151
49	106	111	116	49	123	128	133	49	140	145	150
50	106	111	116	50	123	128	133	50	140	145	150
51	105	110	115	51	122	127	132	51	139	144	149
52	104	109	114	52	121	126	131	52	138	143	148
53	104	109	114	53	120	125	130	53	137	142	147
54	103	108	113	54	120	125	130	54	136	141	146
55	102	107	112	55	119	124	129	55	135	140	145
56	102	107	112	56	118	123	128	56	134	139	144
57	101	106	111	57	117	122	127	57	134	139	144
58	100	105	110	58	117	122	127	58	133	138	143
59	100	105	110	59	116	121	126	59	132	137	142
60	99	104	109	60	115	120	125	60	131	136	141
61	98	103	108	61	114	119	124	61	130	135	140
62	98	103	108	62	114	119	124	62	129	134	139
63	97	102	107	63	113	118	123	63	128	133	138
64	96	101	106	64	112	117	122	64	128	133	138
65	96	101	106	65	111	116	121	65	127	132	137
66	95	100	105	66	111	116	121	66	126	131	136
67	94	99	104	67	110	115	120	67	125	130	135
68	94	99	104	68	109	114	119	68	124	129	134
69	93	98	103	69	108	113	118	69	123	128	133
70	93	98	103	70	108	113	118	70	123	128	133
71	92	97	102	71	107	112	117	71	122	127	132
72	91	96	101	72	106	111	116	72	121	126	131
73	91	96	101	73	105	110	115	73	120	125	130
74	90	95	100	74	105	110	115	74	119	124	129
75	89	94	99	75	104	109	114	75	118	123	128
76	89	94	99	76	103	108	113	76	117	122	127
77	88	93	98	77	102	107	112	77	117	122	127
78	87	92	97	78	102	107	112	78	116	121	126
79	87	92	97	79	101	106	111	79	115	120	125
80	86	91	96	80	100	105	110	80	114	119	124

8. KÖRPERFETT

8.1 Drücken Sie beim Stillstand des Laufbandes auf „PROG“ (Programm) und wählen Sie „FAT“ (Körperfett).

8.2 Wählen Sie die gewünschten Einstellungen F-1 Geschlecht, F-2 Alter, F-3 Größe, F-4 Gewicht mit der Taste „SPEED“ (Geschwindigkeit), um diese Parameter anzupassen. F-5 Körperfettanteil wird ebenfalls angezeigt. Der Körperfettanteil (F-5) wird nach 5 bis 10 Sekunden über die Handpulssensoren ermittelt und angezeigt.

8.3 Während der Ermittlung des Körperfettanteils wird zuerst F-1 (Geschlecht) angezeigt. Hierbei entspricht 01 einem Mann und 02 einer Frau.

8.4 Drücken Sie auf „MODE“ um auf F-2 (Alter) überzugehen und stellen Sie dieses über die Taste „SPEED +/-“ (Geschwindigkeit +/-) ein. Dieses muss zwischen 10 und 99 Jahren liegen.

8.5 Drücken Sie auf „MODE“ (Modus) um auf F-3 (Größe) überzugehen und stellen Sie diese über die Taste „SPEED +/-“ (Geschwindigkeit +/-) ein.

8.6 Drücken Sie auf „MODE“ (Modus) um auf F-4 (Gewicht) überzugehen und stellen Sie dieses über die Taste „SPEED +/-“ (Geschwindigkeit +/-) ein.

8.7 Drücken Sie auf „MODE“ (Modus), um F-5 (Körperfett) anzuzeigen. Die Einstellungen werden angezeigt. Legen Sie die Hände auf die Pulssensoren, um den Körperfettanteil in etwa 8 Sekunden anzuzeigen.

8.8 Die Standardwerte des Körperfettanteils werden nachstehend aufgeführt.

F-1	GESCHLECHT	1-MANN	2-FRAU
F-2	ALTER	10-99	
F-3	GRÖSSE	100-200	
F-4	GEWICHT	20-150	
F-5	FETTANTEIL	≤19	Untergewicht
		=(20---24)	Normalgewicht
		=(25---29)	Übergewicht
		≥30	Adipositas

9. MAGNETCHIP-SICHERUNG

Ziehen Sie, falls nötig, die Magnetchip-Sicherung, um das Laufband jederzeit und umgehend anzuhalten.

10. ENERGIESPARMODUS

Wenn keine der Tasten des Laufbandes über mehr als 10 Minuten nicht gedrückt werden, schaltet es in den Energiesparmodus um.

Drücken Sie eine beliebige Taste, um es erneut zu starten.

11. STOPPEN SIE DIE MASCHINE

Sie können die Stromversorgung jederzeit unterbrechen, um die Maschine anzuhalten.

12. BLUETOOTH

Sie können Ihr Smartphone per Bluetooth mit dem Laufband verbinden, um Musik über den integrierten Lautsprecher abzuspielen.

Die Lautstärke kann über Ihr Smartphone angepasst werden.

13. Bluetooth & Anwendungsverbindung

Kopieren Sie den Link hier unten auf Ihren Browser (Edge, Firefox, Chrome, Safari usw.)

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

Und folgen Sie der detaillierten Anleitung

14. PANNENHILFE

Die Konsole zeigt keine Informationen an

Stellen Sie sicher, dass das Kabel zwischen Platine und Konsole nicht beschädigt und richtig eingesteckt ist.

E01

Verbindungsfehler Stellen Sie sicher, dass alle Kabel zwischen Platine und Konsole vorhanden sind und richtig verbunden wurden.

E02

Stellen Sie sicher, dass die Spannungsversorgung 50 % unter der Standardspannungsversorgung liegt. Überprüfen Sie, ob die Konsole

seltsam riecht und überprüfen Sie die Verbindungskabel.

E03

Kein Geschwindigkeitssensor Überprüfen Sie, dass der Geschwindigkeitssensor korrekt positioniert wurde und dass dieser sauber und unbeschädigt ist. Kommt der Fehler auch nach der Reinigung und dem erneuten Einbau wieder auf,

muss der Geschwindigkeitssensor ersetzt werden.

E04

Steigungsfehler Stellen Sie sicher, dass das Stromkabel verbunden ist und setzen Sie den Steigungsmotor zurück.

E05

Überlastungsfehler oder der defekter Motor. Reinigen Sie das Laufband und das gesamte Gerät. Schmieren Sie das Laufband mit Silikonöl und starten Sie es neu.

E08

Die Platine 24C02 ist defekt, ersetzen oder reparieren Sie diese, oder ersetzen Sie die gesamte Platine. Wenn sich das Laufband einschaltet, jedoch nicht der Motor, dann müssen Sie das Verbindungskabel des Motors überprüfen oder sicherstellen, dass der IGBT-Transistor der Platine intakt ist und diesen ggf. ersetzen.

15. KALORIENVERBRAUCH

Bei einer Steigung auf Level 0 verbrennt der Körper im Durchschnitt 70,3 Kalorien pro Kilometer.

$70,3 \times \text{Geschwindigkeit (km/h)} \times \text{Dauer (Stunden)} \times (1 + \text{Steigungswinkel in \%})$

Ausrichtung

1. Erkundigen Sie sich bei einem autorisierten Fachhändler oder einem professionellen Techniker, ob die Spannung für dieses Gerät geeignet ist. Das Laufband darf nur an eine geerdete Steckdose angeschlossen werden. Bewegen Sie das Endlosband mit der Hand und prüfen Sie, ob es reibungsfrei und geräuschlos läuft.
2. Schließen Sie ein Ende des Netzkabels an der Vorderseite des Laufbands, das andere an eine elektrische Steckdose an. Platzieren Sie die Nothaltaste an dem entsprechenden Platz auf dem Computer.
3. Drehen Sie den Schalter von „0“ auf „1“, der Monitor zeigt Null an, das Laufband bewegt sich nicht.
4. Drücken Sie nun die Taste "START". Das Band setzt sich langsam in Bewegung. Prüfen Sie, ob Computer und Laufband ordnungsgemäß funktionieren.
5. Drücken Sie die Taste "GESCHWINDIGKEIT" und beobachten Sie den Zustand des Laufbands und die Anzeige auf dem Monitor. Bitte schalten Sie die Maschine ab, wenn das Band nicht ordnungsgemäß läuft, und stellen Sie es wie in "WARTUNG UND FEHLFUNKTION" angegeben ein.
6. Prüfen Sie alle Funktionstasten auf dem Computer
7. Wenn Sie die Notfalltaste drücken, sollte das Laufband sofort stehen bleiben. Nach dem erneuten Einschalten läuft es weiter.
8. Wenn Sie die Taste "STOP" drücken, bleibt das Laufband stehen. Schalten Sie den Schalter aus, wenn Sie Ihr Training beenden wollen.
9. Drücken Sie „Steigung +/-“, wenn Sie diese ändern möchten. Drücken Sie die Programmtaste und folgen Sie den Anweisungen. Steigung zeigt Null an, wenn Sie das Laufband anhalten.

Anweisungen zum Zusammenklappen, Umstellen und Ausklappen

- 1) Zusammenklappen: Das Laufband kann zusammengeklappt werden. Dazu das Ende des Hauptrahmens anheben und nach oben klappen bis die Verbindungsstange durch die Zylinderstange hält. (Siehe Abbildung a)
- 2) Umstellen: An den Griffen anheben, sodass die Vorderfüße nicht mehr auf dem Boden aufliegen. Dann das zusammengeklappte Laufband schieben.
- 3) Um das Laufband wieder aufzustellen, das Ende des Hauptrahmens ein wenig anheben, bis die klappbare Stützstange höher als die Zylinderstange ist (siehe Abbildung a-1). Dann die klappbare Stützstange leicht mit dem Fuß neigen (siehe Abbildung a-2). Das Ende des Hauptrahmens kraftvoll herunterdrücken. Dabei den Fuß wegnehmen und das Ende des Hauptrahmens weiterdrücken. Das Zylinderstange gibt unter dem eigenen Gewicht nach (siehe Abbildung b) und der Hauptrahmen liegt flach auf dem Boden.

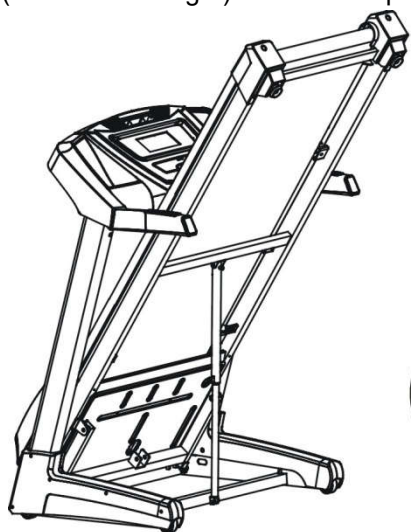


Figure a

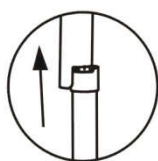


Figure a-1

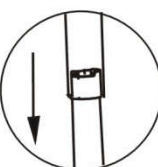


Figure a-2

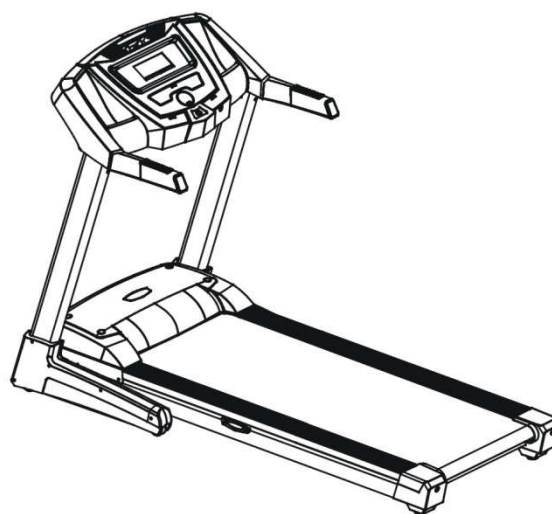
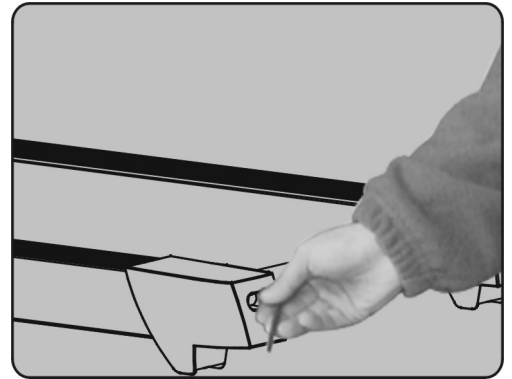


Figure b

Instandhaltung und Störungen

- 1) Die Fläche des Laufbands muss sauber gehalten werden. Vor der Reinigung den Stecker herausziehen. Das Laufband und die Oberfläche des Geräts mit einem feuchten weichen Tuch reinigen.
- 2) Das Laufband wird bei der Herstellung passend in das Gerät eingebaut. Es kann nach dem Transport oder der Benutzung Funktionsstörungen aufweisen. Das Gerät vor der Ausrichtung abschalten. Das Laufband in der Mitte ziehen und dann die Bolzen links und rechts in der hinteren Rolle mit einem Innensechskantschlüssel anpassen (siehe Abbildung). Es wird empfohlen, zunächst mit einer halben Umdrehung zu beginnen. Dann das Gerät einschalten und prüfen, ob das Laufband Funktionsstörungen bei einer Geschwindigkeit von 4-5 km/h aufweist.
- 3) Nach 100 Stunden Benutzung oder wenn das Schmiermittel zwischen der Lauffläche und dem Laufband aufgebraucht ist, die Lauffläche schmieren und das Laufband sorgfältig ausrichten.
- 4) Nach einer langen Laufzeit kann das Band länger sein und feststecken. Dann muss der rechte und linke Ausrichtungsbolzen in der hinteren Rolle im Uhrzeigersinn gedreht werden, bis das Laufband reibungslos und frei funktioniert.



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.

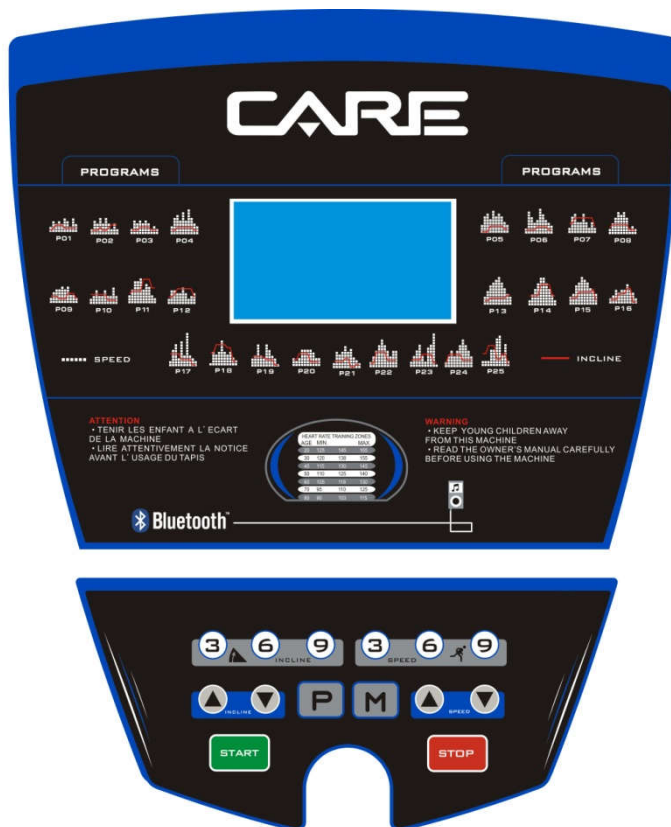
Die Fabrikationsnummer, die auf dem Hauptrahmen und dem Verpackungskarton steht.

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

Service Après Vente (Kundendienst)

E mail : service-de@carefitness.com

Instrucciones del ordenador



2. FUNCIÓN DE VENTANA

2.1 Ventana "SPEED / VELOCIDAD": exhibe la velocidad actual; rango de velocidad: 1,0-18,0 km/h.

Al utilizar los programas predefinidos, exhibirá "P01-P02-...-P25-U01-U02-U03-HP1-HP3-FAT".

2.2 Ventana "TIME / TIEMPO": exhibe tiempo de ejercicio; cronometraje positivo de 0:00 a 99:59.

2.3 Ventana "DISTANCE / DISTANCIA". Exhibe la distancia de carrera; cuenta hacia adelante de 0:00 a 99:9.

2.4 Ventana "CAL/PULSE / CALORÍAS/PULSO": el movimiento quema calorías; valor consumido en calorías de 0 a 99.

Exhibe el pulsímetro de 50 a 200.

2.5 Ventana "INCLINE / INCLINACIÓN": Exhibe las palancas de inclinación actuales; rango 0-18 palancas.

3. FUNCIONES CLAVE

3.1 "START / INICIO" pone en marcha la máquina; "STOP / PARO" detiene la cinta.

3.2 SPEED / VELOCIDAD"+/-": en modo de carrera, al pulsarse hará aumentar o disminuir 0,1 km/h cada vez; al pulsarse durante un tiempo prolongado hará aumentar o disminuir la velocidad constantemente.

3.3 SPEED / VELOCIDAD"-": botón de velocidad; en modo de carrera, al pulsarse hará disminuir 0,1 km/h cada vez; al pulsarse durante un tiempo prolongado hará disminuir la velocidad constantemente.

3.4 "INC +/-", hace aumentar o disminuir los niveles de inclinación durante la carrera; al pulsarse durante un tiempo prolongado hará aumentar o disminuir los niveles de inclinación constantemente.

3.5 MODE / MODO: botón de modo en posición de parada; selecciona el tiempo de cuenta atrás, la distancia de cuenta atrás y las calorías de cuenta atrás de manera circular.

3.7 Altavoz bluetooth: Conectar el MP3 para tocar música con bluetooth.

3.8 Botones para cambio de velocidad rápido: 3, 6, 9 km/h.

3.9 Botones para cambio de inclinación rápido: 3, 6, 9 %

3.10 PROG / PROGRAMA: Utilice este botón para seleccionar los programas.

P01-P25 son programas predeterminados

U01-U02-U03 son programas de usuario
 HP1-HP2-HP3 son programas de frecuencia cardíaca
 FAT / GRASA: pone a prueba la grasa corporal

Función de la llave de seguridad

La llave de seguridad incluye un interruptor de encendido, una pinza y un cordón de nylon para la función de parada de emergencia.

PRECAUCIONES DE USO

- Enchufe el cable de alimentación en la toma de corriente.
- Coloca la llave de seguridad correctamente y sujeta la pinza a tu traje,
- Ponga el interruptor en ON. La pantalla se iluminará y la unidad emitirá un breve pitido.

4. INICIO RÁPIDO (modo manual):

4.1 encienda el interruptor de corriente; el bloqueo de seguridad magnético se introducirá correctamente en el panel debajo de la posición de bloqueo de seguridad.

4.2 pulse el botón de inicio "START / INICIO"; el sistema se activará a tres segundos de la cuenta atrás; el zumbador sonará;

la ventana "TIME / TIEMPO" exhibirá la cuenta atrás; a 3 segundos de la cuenta atrás, la cinta ergométrica se pondrá en marcha a una velocidad 1,0 km/h.

4.3 una vez configurado el inicio, utilice los botones "SPEED / VELOCIDAD +/-" para ajustar la velocidad de la cinta ergométrica y los botones "INC+/-" para ajustar la inclinación de la misma.

5 DURANTE EL MOVIMIENTO DE OPERACIÓN:

La tecla 5.1 "Velocidad -" reducirá la velocidad de operación de la máquina para correr.

5.2 La tecla "Velocidad +" aumentará la velocidad de operación de la máquina para correr.

5.3 Presione el botón "Detener", la máquina para correr dejará de correr.

5.4 Presione las teclas de inclinación para ajustar los niveles de inclinación de la máquina para correr

5.5 Aproximadamente cinco segundos cuando el movimiento con ambas manos, latido del corazón, empuñadura datos del latido del corazón.

6.PROGRAMAS PREDETERMINADOS.

LISTA DE PROGRAMAS											
Tiempo programa		Tiempo predeterminado / 10 = cada periodo de tiempo									
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
P01	SPEED / VELOCIDAD	2	4	3	4	3	5	4	2	5	3
	INCLINE / INCLINACIÓN	1	2	3	3	3	2	2	2	2	2
P02	SPEED / VELOCIDAD	2	5	4	6	4	6	4	2	4	2
	INCLINE / INCLINACIÓN	2	2	2	3	2	2	3	4	4	4
P03	SPEED / VELOCIDAD	2	5	4	5	4	5	4	2	3	2
	INCLINE / INCLINACIÓN	2	2	2	3	3	3	3	2	2	2
P04	SPEED / VELOCIDAD	3	6	7	5	8	5	9	6	4	3
	INCLINE / INCLINACIÓN	2	2	3	3	3	3	3	3	2	2
P05	SPEED / VELOCIDAD	3	6	7	5	8	6	7	6	4	3
	INCLINE / INCLINACIÓN	1	1	1	3	3	3	3	3	2	2
P06	SPEED /	2	8	6	4	5	9	7	5	4	3

	VELOCIDAD										
	INCLINE / INCLINACIÓN	2	2	2	2	3	3	3	3	2	2
P07	SPEED / VELOCIDAD	2	6	7	4	4	7	4	2	4	2
	INCLINE / INCLINACIÓN	4	4	6	6	6	6	6	6	6	3
P08	SPEED / VELOCIDAD	2	4	6	8	7	8	6	2	3	2
	INCLINE / INCLINACIÓN	3	4	4	4	4	4	4	3	3	3
P09	SPEED / VELOCIDAD	2	4	5	5	6	5	6	3	3	2
	INCLINE / INCLINACIÓN	3	3	3	2	2	2	4	4	4	2
P10	SPEED / VELOCIDAD	2	3	5	3	3	5	3	6	3	3
	INCLINE / INCLINACIÓN	4	4	4	4	4	4	2	2	2	2
P11	SPEED / VELOCIDAD	3	5	8	8	9	5	7	6	3	2
	INCLINE / INCLINACIÓN	4	5	5	5	5	9	9	9	6	6
P12	SPEED / VELOCIDAD	2	5	5	4	4	6	4	2	3	4
	INCLINE / INCLINACIÓN	3	3	4	6	6	6	6	6	6	3
P13	SPEED / VELOCIDAD	3	5	7	8	9	10	8	6	4	3
	INCLINE / INCLINACIÓN	2	2	2	3	3	3	3	3	4	4
P14	SPEED / VELOCIDAD	2	4	6	8	10	10	8	6	4	2
	INCLINE / INCLINACIÓN	4	4	4	4	8	8	8	8	4	4
P15	SPEED / VELOCIDAD	3	4	7	8	10	9	8	6	5	4
	INCLINE / INCLINACIÓN	3	3	3	5	5	5	5	5	6	2
P16	SPEED / VELOCIDAD	2	3	5	4	5	5	7	5	4	2
	INCLINE / INCLINACIÓN	2	2	2	4	4	4	6	6	1	1
P17	SPEED / VELOCIDAD	2	6	8	3	9	4	12	4	3	2
	INCLINE / INCLINACIÓN	5	5	5	5	3	3	3	3	1	1
P18	SPEED / VELOCIDAD	1	5	4	5	9	5	4	5	3	2
	INCLINE / INCLINACIÓN	5	5	8	8	8	8	7	7	2	2
P19	SPEED / VELOCIDAD	3	4	8	4	3	8	6	4	3	1
	INCLINE / INCLINACIÓN	4	4	4	4	4	3	3	3	1	1
P20	SPEED / VELOCIDAD	3	2	3	6	6	6	6	5	3	3
	INCLINE / INCLINACIÓN	3	3	5	5	5	5	2	2	2	2

P21	SPEED / VELOCIDAD	2	6	5	6	8	6	7	4	3	2
	INCLINE / INCLINACIÓN	3	3	3	3	4	4	1	1	2	2
P22	SPEED / VELOCIDAD	2	4	6	8	10	8	6	4	6	6
	INCLINE / INCLINACIÓN	2	2	6	6	6	6	3	3	3	3
P23	SPEED / VELOCIDAD	2	4	6	8	4	2	7	8	12	1
	INCLINE / INCLINACIÓN	3	3	3	3	5	5	5	5	2	2
P24	SPEED / VELOCIDAD	2	4	6	4	6	8	10	8	6	4
	INCLINE / INCLINACIÓN	2	5	5	5	5	5	3	3	3	3
P25	SPEED / VELOCIDAD	2	2	2	6	6	10	11	4	8	2
	INCLINE / INCLINACIÓN	5	5	8	8	8	3	3	5	5	1

7. PROGRAMAS HCR

7.1 En paro, establecer y utilizar el botón “PROG / PROGRAMA” para elegir el “HR1-HR2-HR3. Pulsar “START / INICIO” para iniciar.

Programa “HR1”, la velocidad máxima es de 8,0 km/h, edad 30/frecuencia cardíaca predeterminada 124.

Programa “HR2”, la velocidad máxima es de 9,0 km/h, edad 30/frecuencia cardíaca predeterminada 143.

Programa “HR3”, la velocidad máxima es de 10,0 km/h, edad 30/frecuencia cardíaca predeterminada 162.

7.2 Si utiliza el botón MODE / MODO, introduzca la edad preestablecida; la ventana de velocidad exhibirá 30, y el usuario podrá utilizar

el botón de inclinación para cambiar la edad según su preferencia, configurando la edad de 15 a 80.

7.3 Una vez configurada la edad, utilice el botón MODE / MODO; el sistema recomendará una meta de frecuencia cardíaca, que se exhibirá

en la ventana. Pero solo para referencia; el usuario puede configurar la frecuencia cardíaca de acuerdo con su situación corporal

para aumentar o reducir la frecuencia cardíaca. Se puede configurar la frecuencia cardíaca de 86 a 179.

7.4 Una vez configuradas la edad y la frecuencia cardíaca, pulsar el botón MODE / MODO para introducir la configuración de tiempo. La ventana de tiempo exhibirá 10:00 como valor predeterminado. El usuario puede utilizar el botón de inclinación o velocidad para ajustar el tiempo de carrera. La configuración del tiempo puede ser de 5 a 99 minutos.

7.5 Pulsar el botón MODE / MODO para introducir el estado de espera, o pulsar el botón START / INICIO para iniciar.

7.6 Mientras esté utilizando el programa HRC, puede utilizar el botón de inclinación/velocidad para ajustar la inclinación/velocidad para alcanzar su meta de frecuencia cardíaca.

7.7 El primer minuto es tiempo de calentamiento. Seguidamente, el sistema ajustará la velocidad en 0,5 km/h cada vez para alcanzar su meta. Cuando esté en velocidad máxima y aún no haya alcanzado su meta, el sistema aumentará la inclinación para aumentar su ejercicio. Si la frecuencia cardíaca es superior a su meta, el sistema reducirá el nivel de inclinación en 1 nivel/10 segundos hasta 0; si su frecuencia cardíaca sigue siendo superior a la meta, reducirá 0,5 km/h cada 10 segundos.

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

Programa HRC1				Programa HRC2				Programa HRC3			
Edad	Zona objetivo (L-H)			Edad	Zona objetivo (L-H)			Edad	Zona objetivo (L-H)		
	Más bajo	Predeterminado	Más alto		Más bajo	Predeterminado	Más alto		Más bajo	Predeterminado	Más alto
15	128	133	138	15	149	154	159	15	169	174	179
16	128	133	138	16	148	153	158	16	168	173	178
17	127	132	137	17	147	152	157	17	168	173	178
18	126	131	136	18	147	152	157	18	167	172	177
19	126	131	136	19	146	151	156	19	166	171	176
20	125	130	135	20	145	150	155	20	165	170	175
21	124	129	134	21	144	149	154	21	164	169	174
22	124	129	134	22	144	149	154	22	163	168	173
23	123	128	133	23	143	148	153	23	162	167	172
24	122	127	132	24	142	147	152	24	162	167	172
25	122	127	132	25	141	146	151	25	161	166	171
26	121	126	131	26	141	146	151	26	160	165	170
27	120	125	130	27	140	145	150	27	159	164	169
28	120	125	130	28	139	144	149	28	158	163	168
29	119	124	129	29	138	143	148	29	157	162	167
30	119	124	129	30	138	143	148	30	157	162	167
31	118	123	128	31	137	142	147	31	156	161	166
32	117	122	127	32	136	141	146	32	155	160	165
33	117	122	127	33	135	140	145	33	154	159	164
34	116	121	126	34	135	140	145	34	153	158	163
35	115	120	125	35	134	139	144	35	152	157	162
36	115	120	125	36	133	138	143	36	151	156	161
37	114	119	124	37	132	137	142	37	151	156	161
38	113	118	123	38	132	137	142	38	150	155	160
39	113	118	123	39	131	136	141	39	149	154	159
40	112	117	122	40	130	135	140	40	148	153	158
41	111	116	121	41	129	134	139	41	147	152	157
42	111	116	121	42	129	134	139	42	146	151	156
43	110	115	120	43	128	133	138	43	145	150	155
44	109	114	119	44	127	132	137	44	145	150	155
45	109	114	119	45	126	131	136	45	144	149	154
46	108	113	118	46	126	131	136	46	143	148	153
47	107	112	117	47	125	130	135	47	142	147	152
48	107	112	117	48	124	129	134	48	141	146	151
49	106	111	116	49	123	128	133	49	140	145	150
50	106	111	116	50	123	128	133	50	140	145	150
51	105	110	115	51	122	127	132	51	139	144	149
52	104	109	114	52	121	126	131	52	138	143	148
53	104	109	114	53	120	125	130	53	137	142	147
54	103	108	113	54	120	125	130	54	136	141	146
55	102	107	112	55	119	124	129	55	135	140	145
56	102	107	112	56	118	123	128	56	134	139	144
57	101	106	111	57	117	122	127	57	134	139	144
58	100	105	110	58	117	122	127	58	133	138	143
59	100	105	110	59	116	121	126	59	132	137	142
60	99	104	109	60	115	120	125	60	131	136	141

61	98	103	108	61	114	119	124	61	130	135	140
62	98	103	108	62	114	119	124	62	129	134	139
63	97	102	107	63	113	118	123	63	128	133	138
64	96	101	106	64	112	117	122	64	128	133	138
65	96	101	106	65	111	116	121	65	127	132	137
66	95	100	105	66	111	116	121	66	126	131	136
67	94	99	104	67	110	115	120	67	125	130	135
68	94	99	104	68	109	114	119	68	124	129	134
69	93	98	103	69	108	113	118	69	123	128	133
70	93	98	103	70	108	113	118	70	123	128	133
71	92	97	102	71	107	112	117	71	122	127	132
72	91	96	101	72	106	111	116	72	121	126	131
73	91	96	101	73	105	110	115	73	120	125	130
74	90	95	100	74	105	110	115	74	119	124	129
75	89	94	99	75	104	109	114	75	118	123	128
76	89	94	99	76	103	108	113	76	117	122	127
77	88	93	98	77	102	107	112	77	117	122	127
78	87	92	97	78	102	107	112	78	116	121	126
79	87	92	97	79	101	106	111	79	115	120	125
80	86	91	96	80	100	105	110	80	114	119	124

8. GRASA CORPORAL

8.1 Cuando la cinta ergométrica esté en posición de paro, utilice el botón "PROG / PROGRAMA" para seleccionar "FAT / GRASA".

8.2 Configure los parámetros: Sexo F-1, Edad F-2, F-3, Altura, F-4, Peso, F-5, grasa corporal; utilice el botón de velocidad para ajustar los parámetros de F-1 a F-4. Utilice el pulsímetro después de 5-10 segundos; a continuación, el F-5 mostrará su grasa corporal.

8.3 Al introducir la grasa corporal, primero aparecerá F-1; el número 01 significa Hombre, 02 significa Mujer.

7.4 Al pulsar el botón MODE / MODO, aparecerá F-2; utilice el botón de velocidad para configurar su edad entre 10 y 99.

8.5 Al pulsar el botón MODE / MODO, aparecerá F-3; utilice el botón de velocidad para configurar su altura.

8.6 Al pulsar el botón MODE / MODO, aparecerá F-4; utilice el botón de velocidad para configurar su peso.

8.7 Al pulsar el botón MODE / MODO, aparecerá F-5. Al configurar la ventana, aparecerá ---; seguidamente, utilice las dos agarraderas del pulsímetro; transcurridos 8 segundos se exhibirá la grasa corporal.

8.8 El estándar de grasa corporal aparecerá tal como se muestra a continuación.

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

9. LLAVE DE SEGURIDAD

En cualquier situación, retire la llave de seguridad; la cinta ergométrica se detendrá inmediatamente para proteger al usuario.

10. AHORRO DE ENERGÍA

Si no ha utilizado la máquina durante 10 minutos, esta última entrará en modo Saving Energy (Ahorro de energía) y puede pulsar cualquier botón para reiniciar la máquina.

11. DETENER LA MAQUINA

Puede cortar la energía en cualquier situación para detener la máquina.

12. BLUETOOTH

Puede utilizar el smartphone a través del Bluetooth para conectar el altavoz con la cinta ergométrica para reproducir música; el volumen se puede ajustar con el smartphone.

13. Bluetooth y conexión de la aplicación

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

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

Y Follow las instrucciones detalladas

14. SOLUCIÓN DE PROBLEMAS

No se visualiza nada en el ordenador.

Compruebe todos los cables entre el ordenador y el tablero de control; asegúrese de que la clavija de conexión esté correctamente.

E01

En caso de que la conexión del cable del ordenador falle, compruebe los cables entre el ordenador y el tablero de control.

E02

Compruebe si la tensión de alimentación es inferior al 50% de la tensión de alimentación estándar. Compruebe si la placa del controlador tiene olor, o compruebe el cable de conexión del motor.

E03

No hay sensor de velocidad; compruebe el sensor de velocidad está en la posición correcta, o está sucio o roto. Si está limpio y ha sido recompuesto pero sigue sin funcionar, en tal caso debe reemplazarse.

E04

Problemas con la inclinación. Compruebe el cable del motor de inclinación o restablezca el motor de inclinación.

E05

El exceso de corriente o algo similar ha sido arreglado porque el motor no funciona. Limpie la tabla de correr y el esto de la máquina, añada aceite de silicona debajo de la cinta ergométrica y reinicie la máquina.

E08

El tablero de control 24C02 está roto; recompóngalo o reemplácelo totalmente.

Si ha puesto en marcha la máquina, pero el motor no funciona, compruebe entonces el cable de conexión del motor, o revise el IGBT en el tablero de control o reemplace el tablero.

15. CALORÍAS

La inclinación en el nivel 0 con un trayecto de 1 km consume 70,3 calorías.

$70,3 \times \text{Velocidad (km/h)} \times \text{Tiempo (hora)} \times (1 + \text{nivel inclinación \%})$

Ajuste

1. Solicite al agente comercial o profesional técnico autorizado que compruebe si la tensión es adecuada y si la toma de tierra es segura. Tire de la cinta de correr con la mano y compruebe si gira libremente, sin ruidos.
2. Inserte un extremo del cable de alimentación en la toma en la parte frontal de la cinta de correr; enchufe el otro extremo en la salida de alimentación eléctrica. Coloque la llave de parada de emergencia en el lugar correspondiente en el ordenador.
3. Gire el interruptor de "0" a "1"; el ordenador mostrará cero; la cinta de correr no se moverá.
4. Pulse la tecla «START», la cinta de correr funciona lentamente, compruebe si el ordenador y la cinta de correr funcionan normalmente.
5. Pulse la tecla "SPEED" y compruebe el estado de la cinta de correr y la visualización en el monitor. Apague la máquina si la cinta funciona de forma defectuosa; ajústela siguiendo las normas en "MAINTENANCE AND MALFUNCTION TREATMENT" (mantenimiento y tratamiento de fallos).
6. Compruebe todas las funciones principales en el ordenador.
7. Retire la llave de parada de emergencia; la cinta de correr debería detenerse inmediatamente, funcionando de

nuevo al volverla a colocar.

8. Pulse la tecla «STOP», la cinta de correr se detendrá, a continuación apague el interruptor si desea terminar su ejercicio.
9. Pulse "Incline +/-" para cambiar la inclinación. Pulse la tecla de programa y seguirá las instrucciones. La inclinación volverá a la posición cero cuando pare la cinta de correr.

Instrucciones de plegado, desplazamiento y desplegado

- 1) Plegado: La cinta de correr es plegable. Levante el extremo del marco principal y dóblelo hacia arriba hasta que la barra conectora haga contacto con la cubierta del tubo cilíndrico. (ver figura a)
- 2) Desplazamiento: Presione los pasamanos para levantar el pie de la base frontal y a continuación empuje la cinta de correr una vez plegada.
- 3) Cuando quiera poner la cinta de correr en posición de trabajo, levante el extremo del marco principal (tapa final) para que el tubo de soporte plegable esté más alto que la cubierta cilíndrica (ver figura a-1), incline ligeramente con su pie el tubo de soporte plegable (ver figura a-2), presione con fuerza el extremo del marco principal (tapa final), retire su pie y siga presionando el extremo del marco principal durante un momento. El cilindro se hundirá bajo su propio peso (ver figura b) y el marco principal quedará horizontal.

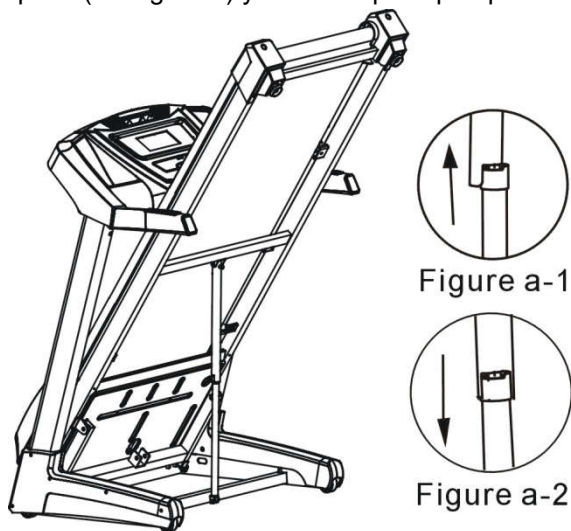


Figure a

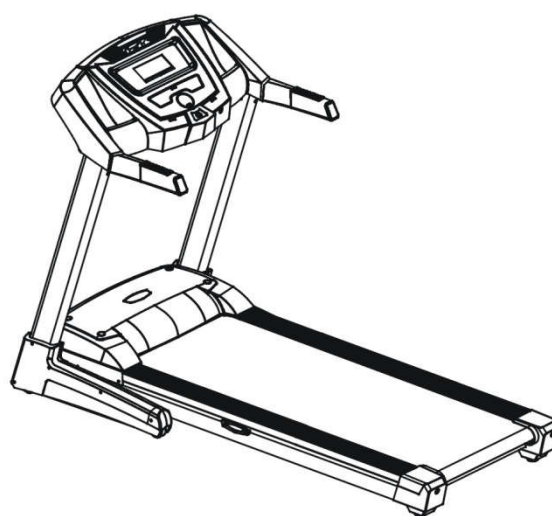
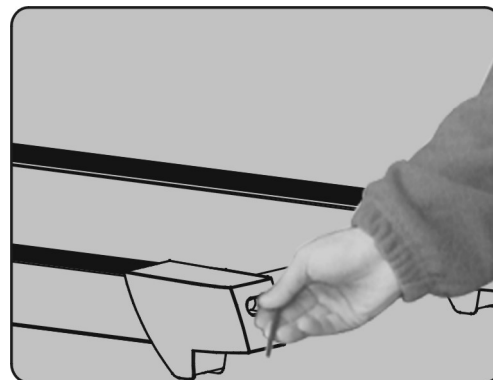


Figure b

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 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 danos, 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. FINESTRA FUNZIONE

- 2.1 Finestra "SPEED/VELOCITÀ": visualizza la velocità attuale, l'intervallo di velocità è: 1.0-18.0 km/h. Utilizzando i programmi predefiniti, verrà visualizzato "P01-P02-...-P25-U01-U02-U03-HP1-HP3-FAT".
- 2.2 Finestra "TIME/TEMPO": visualizza la durata dell'esercizio, il conteggio va da 0:00 a 99:59.
- 2.3 "DISTANCE/DISTANZA." Visualizza la distanza dell'esercizio, il conteggio va da 0.00 a 99.9
- 2.4 Finestra "CAL/PULSE / CALORIE/PULSAZIONI": visualizza il ritmo cardiaco e le calorie bruciate, il conteggio va da 0 a 99. Visualizza la frequenza cardiaca da 50-200
- 2.5 Finestra "INCLINE/INCLINAZIONE": Visualizza i livelli di inclinazione utilizzati, l'intervallo dei livelli è di 0-18

3. FUNZIONE DEI PULSANTI

- 3.1 "START/AVVIO" avvia il tapis roulant, "STOP" ferma il tapis roulant.
- 3.2 SPEED/VELOCITÀ "+/-": dopo aver avviato il tapis roulant, premere per incrementare o diminuire di 0.1 km/h ogni volta, premendolo a lungo, incrementerà o diminuirà la velocità in modo continuo.
- 3.3 SPEED/VELOCITÀ "-": dopo aver avviato il tapis roulant, premere per diminuire di 0.1 km/h ogni volta, premendolo a lungo, diminuirà la velocità in modo continuo.
- 3.4 "INC/INCLINAZIONE +/-", aumenta o diminuisce i livelli di inclinazione durante la corsa, premendolo a lungo aumenterà o diminuirà il livelli di inclinazione in modo continuo.
- 3.5 MODE/MODALITÀ: il pulsante "mode/modalità" allo stato di arresto, selezionare il conto alla rovescia per il tempo, la distanza e le calorie in maniera circolare.
- 3.7 Altoparlanti bluetooth: Collegare il lettore MP3 con il bluetooth per riprodurre la musica.
- 3.8 Pulsanti d'accesso rapido "Speed": 3, 6, 9 km/h
- 3.9 Pulsanti d'accesso rapido "Incline/Inclinazione": 3, 6, 9 %
- 3.10 PROG/PROGRAMMA: Utilizzare questo pulsante per scegliere i programmi.
- P01-P25 sono programmi predefiniti
- U01-U02-U03 sono programmi utente

HP1-HP2-HP3 sono programmi per la frequenza cardiaca
FAT: è la funzione di test della massa grassa corporea

Funzione della chiave di sicurezza

La chiave di sicurezza comprende un interruttore di accensione, un morsetto e un cavo di nylon per la funzione di arresto di emergenza.

PRECAUZIONI D'USO

- Collegare il cavo di alimentazione alla presa di corrente.
- Posizionare correttamente la chiave di sicurezza e agganciare il morsetto all'abbigliamento,
- Portare l'interruttore su ON. Il display si accende e l'unità emette un breve segnale acustico.

4. AVVIO RAPIDO (modalità manuale)

- 4.1 accendere l'interruttore, fissare correttamente la chiave magnetica di sicurezza alla console, nella posizione del blocco di sicurezza.
- 4.2 premere il pulsante "START/AVVIO", il sistema attiva un conteggio di tre secondi, il segnalatore acustico suona, il display visualizza il conto alla rovescia, la velocità sarà di 1.0 km/h dopo 3 secondi.
- 4.3 dopo l'avvio necessario, utilizzare i tasti "SPEED/VELOCITÀ +/-" per regolare la velocità del tapis roulant; i tasti "INC /INCLINAZIONE +/-" per regolare i livelli di inclinazione del tapis roulant.

5 DURANTE IL MOVIMENTO DELL'OPERAZIONE:

- 5.1 Il tasto "Velocità -" riduce la velocità operativa del tapis roulant.
- 5.2 Il tasto "Speed +" aumenterà la velocità operativa del tapis roulant.
- 5.3 Premere il pulsante "Stop", il tapis roulant smetterà di funzionare.
- 5.4 Premere i tasti di inclinazione per regolare i livelli di inclinazione del tapis roulant
- 5.5 Circa cinque secondi quando il movimento con entrambe le mani batte il cuore dati di battito cardiaco.

6. PROGRAMMI PREDEFINITI.

TABELLA DEI PROGRAMMI											
Tempo - programma		tempo stabilito/10 = ogni lasso di tempo									
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
P01	VELOCITÀ	2	4	3	4	3	5	4	2	5	3
	INCLINAZIONE	1	2	3	3	3	2	2	2	2	2
P02	VELOCITÀ	2	5	4	6	4	6	4	2	4	2
	INCLINAZIONE	2	2	2	3	2	2	3	4	4	4
P03	VELOCITÀ	2	5	4	5	4	5	4	2	3	2
	INCLINAZIONE	2	2	2	3	3	3	3	2	2	2
P04	VELOCITÀ	3	6	7	5	8	5	9	6	4	3
	INCLINAZIONE	2	2	3	3	3	3	3	3	2	2
P05	VELOCITÀ	3	6	7	5	8	6	7	6	4	3
	INCLINAZIONE	1	1	1	3	3	3	3	3	2	2
P06	VELOCITÀ	2	8	6	4	5	9	7	5	4	3
	INCLINAZIONE	2	2	2	2	3	3	3	3	2	2
P07	VELOCITÀ	2	6	7	4	4	7	4	2	4	2
	INCLINAZIONE	4	4	6	6	6	6	6	6	6	3
P08	VELOCITÀ	2	4	6	8	7	8	6	2	3	2
	INCLINAZIONE	3	4	4	4	4	4	4	3	3	3
P09	VELOCITÀ	2	4	5	5	6	5	6	3	3	2
	INCLINAZIONE	3	3	3	2	2	2	4	4	4	2

P10	VELOCITÀ	2	3	5	3	3	5	3	6	3	3
	INCLINAZIONE	4	4	4	4	4	4	2	2	2	2
P11	VELOCITÀ	3	5	8	8	9	5	7	6	3	2
	INCLINAZIONE	4	5	5	5	5	9	9	9	6	6
P12	VELOCITÀ	2	5	5	4	4	6	4	2	3	4
	INCLINAZIONE	3	3	4	6	6	6	6	6	6	3
P13	VELOCITÀ	3	5	7	8	9	10	8	6	4	3
	INCLINAZIONE	2	2	2	3	3	3	3	3	4	4
P14	VELOCITÀ	2	4	6	8	10	10	8	6	4	2
	INCLINAZIONE	4	4	4	4	8	8	8	8	4	4
P15	VELOCITÀ	3	4	7	8	10	9	8	6	5	4
	INCLINAZIONE	3	3	3	5	5	5	5	5	6	2
P16	VELOCITÀ	2	3	5	4	5	5	7	5	4	2
	INCLINAZIONE	2	2	2	4	4	4	6	6	1	1
P17	VELOCITÀ	2	6	8	3	9	4	12	4	3	2
	INCLINAZIONE	5	5	5	5	3	3	3	3	1	1
P18	VELOCITÀ	1	5	4	5	9	5	4	5	3	2
	INCLINAZIONE	5	5	8	8	8	8	7	7	2	2
P19	VELOCITÀ	3	4	8	4	3	8	6	4	3	1
	INCLINAZIONE	4	4	4	4	4	3	3	3	1	1
P20	VELOCITÀ	3	2	3	6	6	6	6	5	3	3
	INCLINAZIONE	3	3	5	5	5	5	2	2	2	2
P21	VELOCITÀ	2	6	5	6	8	6	7	4	3	2
	INCLINAZIONE	3	3	3	3	4	4	1	1	2	2
P22	VELOCITÀ	2	4	6	8	10	8	6	4	6	6
	INCLINAZIONE	2	2	6	6	6	6	3	3	3	3
P23	VELOCITÀ	2	4	6	8	4	2	7	8	12	1
	INCLINAZIONE	3	3	3	3	5	5	5	5	2	2
P24	VELOCITÀ	2	4	6	4	6	8	10	8	6	4
	INCLINAZIONE	2	5	5	5	5	5	3	3	3	3
P25	VELOCITÀ	2	2	2	6	6	10	11	4	8	2
	INCLINAZIONE	5	5	8	8	8	3	3	5	5	1

7. PROGRAMMI HRC

7.1 Con il tapis roulant in Standby e utilizzare il pulsante "PROG/PROGRAMMA" per scegliere ""HR1-HR2-HR3. Premere "START/AVVIO" per iniziare.

Programma "HR1", la velocità massima è di 8.0 km/h, età 30 anni/ frequenza cardiaca predefinita di 124.

Programma "HR2", la velocità massima è di 9.0 km/h, età 30 anni/ frequenza cardiaca predefinita di 143.

Programma "HR3", la velocità massima è di 10.0 km/h, età 30 anni/ frequenza cardiaca predefinita di 162.

7.2 Se si utilizza il pulsante "Mode/Modalità" per inserire le impostazioni relative all'età, la finestra "Time/Tempo" visualizza 30 come impostazione predefinita. L'utente può usare il pulsante "Incline/Inclinazione" per modificare l'età come desidera, entro l'intervallo 15-80.

7.3 Dopo aver impostato l'età, utilizzare il pulsante "Mode/Modalità", il sistema propone un ritmo cardiaco e lo mostra sulla finestra. Ma solo come riferimento, l'utilizzatore può impostare il battito cardiaco in base alla propria situazione corporea

per aumentare o diminuire il ritmo cardiaco. L'intervallo di regolazione è 86-179.

7.4 Dopo aver selezionato l'età e il ritmo cardiaco, premere il pulsante MODE/MODALITÀ per impostare la durata, la finestra Time/Tempo visualizza 10:00 come impostazione predefinita. L'utente può utilizzare il pulsante Incline/Inclinazione o Speed/Velocità per regolare la durata. L'intervallo di regolazione è tra 5 - 99 minuti.

7.5 Premere il pulsante Mode/Modalità per memorizzare e lanciare l'avvio o premere il pulsante Start/Avvio per avviare immediatamente.

7.6 Nel programma HRC, è possibile usare il pulsante Incline/Inclinazione o Speed/Velocità per modificare la velocità o l'inclinazione per raggiungere il proprio obiettivo.

7.7 Il primo minuto rappresenta la fase di riscaldamento. Un minuto più tardi, il sistema aumenterà automaticamente la velocità di 0.5 km/h alla volta, a seconda del proprio ritmo cardiaco. Quando viene raggiunta la velocità massima, senza aver raggiunto l'obiettivo, il sistema aumenta l'inclinazione, per incrementare il tuo allenamento. Se il ritmo cardiaco è superiore al proprio obiettivo, il sistema riduce il livello di inclinazione di 1 livello/10 secondi fino a 0, se il ritmo cardiaco è ancora alto, diminuisce la velocità di 0.5km/h ogni 10 secondi.

Attenzione: Utilizzare la cinghia pettorale per i programmi HRC.

Programma HRC1				Programma HRC2				Programma HRC3			
Età	Zona target (L-H)			Età	Zona target (L-H)			Età	Zona target (L-H)		
	Mini mo	Default	Massi mo		Minimo	Default	Massi mo		Minim o	Default	Massi mo
15	128	133	138	15	149	154	159	15	169	174	179
16	128	133	138	16	148	153	158	16	168	173	178
17	127	132	137	17	147	152	157	17	168	173	178
18	126	131	136	18	147	152	157	18	167	172	177
19	126	131	136	19	146	151	156	19	166	171	176
20	125	130	135	20	145	150	155	20	165	170	175
21	124	129	134	21	144	149	154	21	164	169	174
22	124	129	134	22	144	149	154	22	163	168	173
23	123	128	133	23	143	148	153	23	162	167	172
24	122	127	132	24	142	147	152	24	162	167	172
25	122	127	132	25	141	146	151	25	161	166	171
26	121	126	131	26	141	146	151	26	160	165	170
27	120	125	130	27	140	145	150	27	159	164	169
28	120	125	130	28	139	144	149	28	158	163	168
29	119	124	129	29	138	143	148	29	157	162	167
30	119	124	129	30	138	143	148	30	157	162	167
31	118	123	128	31	137	142	147	31	156	161	166
32	117	122	127	32	136	141	146	32	155	160	165
33	117	122	127	33	135	140	145	33	154	159	164
34	116	121	126	34	135	140	145	34	153	158	163
35	115	120	125	35	134	139	144	35	152	157	162
36	115	120	125	36	133	138	143	36	151	156	161
37	114	119	124	37	132	137	142	37	151	156	161
38	113	118	123	38	132	137	142	38	150	155	160
39	113	118	123	39	131	136	141	39	149	154	159
40	112	117	122	40	130	135	140	40	148	153	158
41	111	116	121	41	129	134	139	41	147	152	157
42	111	116	121	42	129	134	139	42	146	151	156
43	110	115	120	43	128	133	138	43	145	150	155
44	109	114	119	44	127	132	137	44	145	150	155
45	109	114	119	45	126	131	136	45	144	149	154
46	108	113	118	46	126	131	136	46	143	148	153
47	107	112	117	47	125	130	135	47	142	147	152
48	107	112	117	48	124	129	134	48	141	146	151
49	106	111	116	49	123	128	133	49	140	145	150
50	106	111	116	50	123	128	133	50	140	145	150

51	105	110	115	51	122	127	132	51	139	144	149
52	104	109	114	52	121	126	131	52	138	143	148
53	104	109	114	53	120	125	130	53	137	142	147
54	103	108	113	54	120	125	130	54	136	141	146
55	102	107	112	55	119	124	129	55	135	140	145
56	102	107	112	56	118	123	128	56	134	139	144
57	101	106	111	57	117	122	127	57	134	139	144
58	100	105	110	58	117	122	127	58	133	138	143
59	100	105	110	59	116	121	126	59	132	137	142
60	99	104	109	60	115	120	125	60	131	136	141
61	98	103	108	61	114	119	124	61	130	135	140
62	98	103	108	62	114	119	124	62	129	134	139
63	97	102	107	63	113	118	123	63	128	133	138
64	96	101	106	64	112	117	122	64	128	133	138
65	96	101	106	65	111	116	121	65	127	132	137
66	95	100	105	66	111	116	121	66	126	131	136
67	94	99	104	67	110	115	120	67	125	130	135
68	94	99	104	68	109	114	119	68	124	129	134
69	93	98	103	69	108	113	118	69	123	128	133
70	93	98	103	70	108	113	118	70	123	128	133
71	92	97	102	71	107	112	117	71	122	127	132
72	91	96	101	72	106	111	116	72	121	126	131
73	91	96	101	73	105	110	115	73	120	125	130
74	90	95	100	74	105	110	115	74	119	124	129
75	89	94	99	75	104	109	114	75	118	123	128
76	89	94	99	76	103	108	113	76	117	122	127
77	88	93	98	77	102	107	112	77	117	122	127
78	87	92	97	78	102	107	112	78	116	121	126
79	87	92	97	79	101	106	111	79	115	120	125
80	86	91	96	80	100	105	110	80	114	119	124

8. MASSA GRASSA

8.1 Quando il tapis roulant è in Standby, utilizzare il pulsante “PROG/PROGRAMMA” per scegliere la modalità “FAT”

8.2 Impostare i parametri, F-1 Sesso, F-2 Età, F-3, Altezza, F-4, Peso, F-5, massa grassa, utilizzare il pulsante Speed per regolare i parametri da F-1 a F-4. Utilizzare il ritmo cardiaco dopo 5-10 secondi, quindi il parametro F-5 visualizza la massa grassa dell'utilizzatore.

8.3 Inserendo la massa grassa, per prima cosa visualizza F-1, il numero 01 significa Uomo, 02 significa Donna.

8.4 Premere il pulsante Mode/Modalità per accedere a F-2, utilizzare il pulsante Speed/Velocità per impostare la propria età, tra 10 e 99 anni.

8.5 Premere il pulsante Mode/Modalità per accedere a F-3, utilizzare il pulsante F-3 per regolare la propria altezza.

8.6 Premere il pulsante Mode/Modalità per accedere a F-4, utilizzare il pulsante F-3 per regolare il proprio peso.

8.7 Premere il pulsante Mode/Modalità per visualizzare F-5. La finestra delle Impostazioni mostra ---, quindi utilizzare i due impulsi del manubrio, dopo 8 secondi verrà visualizzata la massa grassa.

8.8 Di seguito gli standard della massa grassa:

F-1	SESSO	1- UOMO	2 - DONNA
F-2	ETÀ	10-99	
F-3	ALTEZZA	100-200	
F-4	PESO	20-150	
F-5	GRASSO	≤19	Peso troppo basso

		=(20---24)	Peso normale
		=(25---29)	Peso troppo elevato
		≥30	Obesità

9. BLOCCO DI SICUREZZA

In qualsiasi situazione, togliere la chiave di sicurezza, il tapis roulant si ferma immediatamente per proteggere l'utilizzatore.

10. RISPARMIO ENERGETICO

Se non si utilizza l'apparecchio per 10 minuti, questa funzione si attiva e il display si spegne ed è possibile premere qualsiasi tasto per riaccendere il tapis roulant.

11. FERMARE LA MACCHINA

È possibile interrompere l'alimentazione in qualsiasi situazione per arrestare la macchina.

12. BLUETOOTH

È possibile utilizzare il cellulare attraverso Bluetooth per collegare l'altoparlante con il tapis roulant per riprodurre musica, è possibile regolare il volume dal cellulare.

13. Connessione Bluetooth e applicazioni

Copia il link qui sotto sul tuo browser (Edge, Firefox, Chrome, Safari ecc.)

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

E Follow le istruzioni dettagliate

14. RISOLUZIONE DEI PROBLEMI

Nessuna visualizzazione sulla console.

Verificare ogni cavo dalla console al pannello di comando e controllare che tutti i cavi siano collegati correttamente.

E01

Comunicazione non riuscita, verificare i cavi dalla console al pannello di comando

E02

Verificare se la tensione è inferiore del 50% rispetto alla tensione normale. Verificare se il pannello di comando emette un odore strano, o verificare che i cavi del motore siano collegati correttamente.

E03

Assenza di segnale del sensore di velocità, verificare se il sensore di velocità sia collegato correttamente, sporco o rotto. Se pulito e riassembleato, non ancora riparato, sostituire il sensore di velocità.

E04

Errore inclinazione. Verificare il cavo del motore di inclinazione o resettare il motore di inclinazione

E05

Il sovraccarico di potenza è dovuto al fatto che il motore non funziona. Pulire la pedana e tutto l'apparecchio, aggiungere olio di silicone sotto il nastro, quindi riaccendere l'apparecchio.

E08

il pannello di comando 24C02 si è rotto, sostituire o riassembleare il 24C02 o sostituire l'intero pannello di controllo. Se il tapis roulant è acceso, ma il motore non gira, verificare che il cavo del motore sia collegato correttamente e controllare il transistor IGBT del pannello di comando o sostituire il pannello di comando.

15. CALORIE

L'inclinazione al livello 0, percorrere 1 km e bruciare 70.3 calorie.

70.3 x velocità(km/h) x durata(ore x (1+livello di inclinazione%))

Regolazione

1. Chiedere al rappresentante dell'assistenza o a un professionista di controllare se il voltaggio è adatto e se il filo di terra è affidabile. Tirare la cinghia a mano e controllare se ruota liberamente senza rumori.
2. Inserire un capo del cavo di alimentazione nella presa, sulla parte anteriore del tapis roulant, collegare l'altro capo alla presa di corrente. Collocare la chiave di arresto di emergenza nel punto corretto sul computer.
3. Accendere l'interruttore, ruotandolo da "0" a "1"; il computer visualizza zero, e il tappeto scorrevole non si muove.
4. Premere il tasto "START"; il tapis roulant si muove lentamente ; controllare se il computer e la cinghia funzionano

correttamente.

5. Premere il tasto "SPEED" [VELOCITÀ] e osservare lo stato del tappeto scorrevole e il display sul computer. Spegner la macchina se il funzionamento del tappeto scorrevole è anormale. Regolarlo seguendo le indicazioni in "MANUTENZIONE E RIMEDI IN CASO DI MALFUNZIONAMENTI".
6. Controllare tutti i tasti funzione sul computer.
7. Estrarre la chiave di arresto di emergenza. Il tapis roulant deve arrestarsi immediatamente; funziona nuovamente reinserendola.
8. Premere il tasto "STOP" per arrestare il tapis roulant; quindi spegnere l'interruttore se si desidera continuare l'esercizio.
9. Premere "INCLINE +/-" [INCLINAZIONE +/-] per modificare l'inclinazione. Premere il tasto Program [Programma] per visualizzare le istruzioni. Quando si arresta il tapis roulant, l'inclinazione si azzer.

Istruzioni per la chiusura, lo spostamento e la riapertura

- 1) Chiusura: Il tapis roulant è pieghevole. Sollevare l'estremità del telaio principale e chiuderlo tirando su fino a quando la barra di connessione non si collega alla copertura del tubo cilindrico. (Vedere figura a).
- 2) Spostamento: Premere i manubri per allontanare il piede frontale della base da terra, poi spingere il tapis roulant dopo averlo piegato.
- 3) Quando si desidera mettere il tapis roulant in posizione di funzionamento, sollevare un po' l'estremità del telaio principale (copertura estremità) per sollevare il tubo di supporto pieghevole al di sopra della copertura cilindrica (vedere figura a-1), coprire leggermente il tubo di supporto pieghevole con il piede (vedere figura a-2), premere con forza l'estremità del telaio principale (copertura estremità), togliere il piede e tenere premuta per un po' l'estremità del telaio principale. Il cilindro si ritirerà sotto il suo stesso peso (vedere figura b) e il telaio principale si appiattisce.

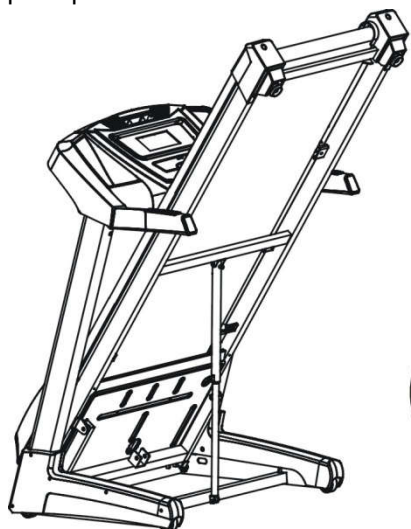


Figure a

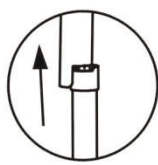


Figure a-1

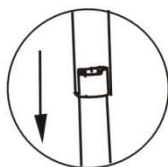


Figure a-2

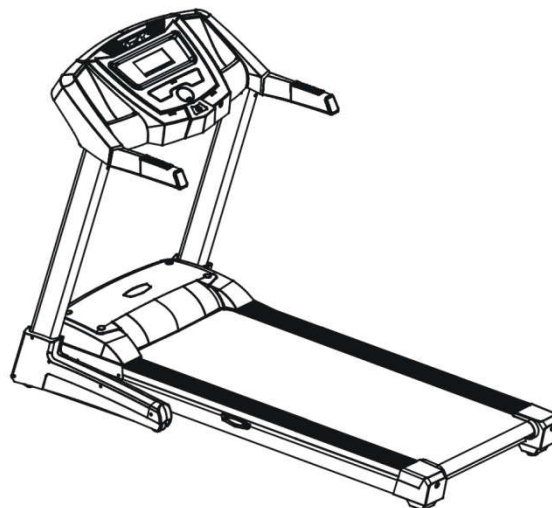


Figure b

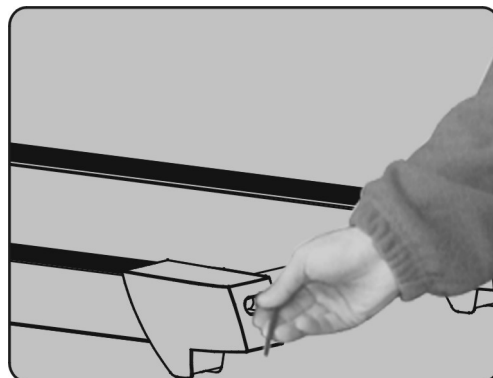
MANUTENZIONE E INTERVENTO MALFUNZIONAMENTO

- 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. Spegner 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 giri 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

Funcities en bediening console



2. SCHERM

- 2.1 „SNELHEID/SPEED“-venster: geeft de huidige snelheid weer, bereik snelheid: 1,0-18,0 km/u.
Toont bij gebruik van vooraf ingestelde programma's "P01-P02-...-P25-U01-U02-U03-HP1-HP3-FAT".
- 2.2 „TIJD/TIME“-venster: toont tijd oefening, oplopende tijd van 0:00-99:59.
- 2.3 „AFSTAND/DISTANCE“ Toont gelopen afstand, telt oplopend van 0,00-99,9
- 2.4 „CAL/POLS CAL/PULSE“-venster: beweging verbrandt calorieën verbruikte calorieën waarde van 0-99
Toon polsslag van 50-200
- 2.5 „HELLING/INCLINE“-venster: Toont het huidige hellingshoek, niveau 0-18

3. KNOPFUNCTIES

- 3.1 „START“ start het apparaat, „STOP“ stopt de loopband
- 3.2 SNELHEID/SPEED „+/-“ druk in de hardlooptmodus op de knop om de snelheid met 0,1 km/u per stap te verhogen of te verlagen bij ingedrukt houden neemt de snelheid constant toe of af.
- 3.3 SNELHEID/SPEED „-“ snelheidsknop, druk in de hardlooptmodus hierop om de snelheid met 0,1 km/u per stap te verlagen houd hem ingedrukt om de snelheid constant af te laten nemen.
- 3.4 „INC +/-“ laat de hellingshoek tijdens het hardlopen toe- of afnemen. Houd de knop lang ingedrukt om de hellingshoek constant toe- of af te laten nemen.
- 3.5 MODE: selecteer in de stopmodus met deze knop afwisselend aftellende tijd, teruglopende afstand en terugtellende calorieën
- 3.7 Bluetooth speaker: Verbindt de MP3 voor het afspelen van muziek via Bluetooth.
- 3.8 Snelknoppen snelheid: 3, 6, 9 km/u.
- 3.9 Snelknoppen helling: 3, 6, 9 %
- 3.10 PROG: Gebruik deze knop voor de programmakeuze.
P01-P25 zijn vooraf ingestelde programma's
U01-U02-U03 zijn gebruikersprogramma's

HP1-HP2-HP3 zijn cardioprogramma's
FAT: test het lichaamsvet

Functie van de veiligheidssleutel

De veiligheidssleutel omvat een ontstekingsschakelaar, een klem en een nylon koord voor de noodstopfunctie.

VOORZORGSMATREGELEN VOOR GEBRUIK

- Steek de stekker in het stopcontact.
- Plaats de veiligheidssleutel correct en klem de klem aan uw outfit,
- Zet de schakelaar op ON. Het display licht op en het toestel laat een korte pieptoon horen.

4. SNELSTART (handmatige modus):

4.1 druk de schakelaar in, de magnetische veiligheidsvergrendeling goed weggewerkt in het paneel onder de veiligheidsvergrendelingspositie.

4.2 Druk op de „START“-knop, het systeem telt eerst drie seconden af, daarna gaat de zoemer af, het tijdvenster begint 3 seconden zodra de snelheid van de loopband 1,0 km/u is af te tellen.

4.3 Gebruik na het opstarten de „SPEED +/-“-knoppen om de snelheid van de loopband aan te passen; „INC +/-“-knoppen voor het aanpassen van de helling van de loopband.

5 TIJDENS DE BEWEGING:

5.1 Toets "Snelheid -" verlaagt de snelheid van de loopband.

5.2 Toets "Snelheid +" verhoogt de snelheid van de loopband.

5.3 Druk op de knop "Stop", de loopband stopt met lopen.

5.4 Druk op de hellingtoetsen om de hellingniveaus van de loopband aan te passen

5.5 Ongeveer vijf seconden wanneer de beweging met beide handen hartslag handgreep hartslaggegevens.

6. VOORAF INGESTELDE PROGRAMMA'S

LIJST MET PROGRAMMA'S											
Tijd programma		Ingestelde tijd/ 10 = elke periode									
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
P01	SNELHEID	2	4	3	4	3	5	4	2	5	3
	HELLING	1	2	3	3	3	2	2	2	2	2
P02	SNELHEID	2	5	4	6	4	6	4	2	4	2
	HELLING	2	2	2	3	2	2	3	4	4	4
P03	SNELHEID	2	5	4	5	4	5	4	2	3	2
	HELLING	2	2	2	3	3	3	3	2	2	2
P04	SNELHEID	3	6	7	5	8	5	9	6	4	3
	HELLING	2	2	3	3	3	3	3	3	2	2
P05	SNELHEID	3	6	7	5	8	6	7	6	4	3
	HELLING	1	1	1	3	3	3	3	3	2	2
P06	SNELHEID	2	8	6	4	5	9	7	5	4	3
	HELLING	2	2	2	2	3	3	3	3	2	2
P07	SNELHEID	2	6	7	4	4	7	4	2	4	2
	HELLING	4	4	6	6	6	6	6	6	6	3
P08	SNELHEID	2	4	6	8	7	8	6	2	3	2
	HELLING	3	4	4	4	4	4	4	3	3	3
P09	SNELHEID	2	4	5	5	6	5	6	3	3	2
	HELLING	3	3	3	2	2	2	4	4	4	2
P10	SNELHEID	2	3	5	3	3	5	3	6	3	3

	HELLING	4	4	4	4	4	4	2	2	2	2
P11	SNELHEID	3	5	8	8	9	5	7	6	3	2
	HELLING	4	5	5	5	5	9	9	9	6	6
P12	SNELHEID	2	5	5	4	4	6	4	2	3	4
	HELLING	3	3	4	6	6	6	6	6	6	3
P13	SNELHEID	3	5	7	8	9	10	8	6	4	3
	HELLING	2	2	2	3	3	3	3	3	4	4
P14	SNELHEID	2	4	6	8	10	10	8	6	4	2
	HELLING	4	4	4	4	8	8	8	8	4	4
P15	SNELHEID	3	4	7	8	10	9	8	6	5	4
	HELLING	3	3	3	5	5	5	5	5	6	2
P16	SNELHEID	2	3	5	4	5	5	7	5	4	2
	HELLING	2	2	2	4	4	4	6	6	1	1
P17	SNELHEID	2	6	8	3	9	4	12	4	3	2
	HELLING	5	5	5	5	3	3	3	3	1	1
P18	SNELHEID	1	5	4	5	9	5	4	5	3	2
	HELLING	5	5	8	8	8	8	7	7	2	2
P19	SNELHEID	3	4	8	4	3	8	6	4	3	1
	HELLING	4	4	4	4	4	3	3	3	1	1
P20	SNELHEID	3	2	3	6	6	6	6	5	3	3
	HELLING	3	3	5	5	5	5	2	2	2	2
P21	SNELHEID	2	6	5	6	8	6	7	4	3	2
	HELLING	3	3	3	3	4	4	1	1	2	2
P22	SNELHEID	2	4	6	8	10	8	6	4	6	6
	HELLING	2	2	6	6	6	6	3	3	3	3
P23	SNELHEID	2	4	6	8	4	2	7	8	12	1
	HELLING	3	3	3	3	5	5	5	5	2	2
P24	SNELHEID	2	4	6	4	6	8	10	8	6	4
	HELLING	2	5	5	5	5	5	3	3	3	3
P25	SNELHEID	2	2	2	6	6	10	11	4	8	2
	HELLING	5	5	8	8	8	3	3	5	5	1

7. CARDIOPROGRAMMA'S

7.1 Gebruik in de stopmodus de „PROG“-knop om “HR1-HR2-HR3” te kiezen. Druk op „START“ om te beginnen.

“HR1”-programma, maximale snelheid is 8,0 km/h, leeftijd 30/standaard hartslag 124.

“HR2”-programma, maximale snelheid is 9,0 km/h, leeftijd 30/standaard hartslag 143.

“HR3”-programma, maximale snelheid is 10,0 km/h, leeftijd 30/standaard hartslag 162.

7.2 Gebruik de Mode-knop om de leeftijd in te voeren. Het snelheidsvenster toont 30 en de gebruiker kan de „Incline“-knop gebruiken om de leeftijd aan te passen, van 15-80 jaar.

7.3 Druk na het instellen van de leeftijd op de Mode-knop, het systeem beveelt een streefhartslag aan en toont deze op het scherm. Dit is slechts een referentie. De gebruiker kan de hartslag naar gelang zijn lichamelijke conditie de hartslag verhogen of verlagen. Instelling van de hartslag is mogelijk van 86-179.

7.4 Druk na het instellen van de leeftijd en hartslag op de MODE-knop om de tijd in te stellen. Het tijdvenster toont standaard 10:00. De gebruiker kan met behulp van de „INCLINE“- of „SPEED“-knop de looptijd aanpassen. De tijd kan worden ingesteld van 5 tot 99 minuten.

7.5 Druk op de mode-knop om het apparaat in de wachtstand te zetten of op Start om te beginnen.

7.6 Tijdens het cardioprogramma kunt u de „INCLINE“- of „SPEED“-knop gebruiken voor het aanpassen van de snelheid/helling om meer in de buurt van uw streefhartslag te komen.

7.7 De eerste minuut is de warming-up. Daarna past het systeem de snelheid met steeds 0,5 km/u aan om dichterbij uw doel te komen. Als het apparaat op zijn maximale snelheid staat en u nog steeds uw doel niet bereikt, vergroot het systeem de helling om de oefening zwaarder te maken. Als de hartslag hoger is dan het doel, vermindert het systeem de helling met 1 niveau/10 seconden tot 0; als uw hartslag dan nog steeds hoger is dan het doel, verlaagt het de snelheid met 0,5 km/u per 10 seconden.

Opmerking: Het gebruik van de draadloze borstband is nodig voor de cardioprogramma's.

HRC1 program				HRC2 program				HRC3program			
Leeftijd	Streefwaarden (L-H)			Leeftijd	Streefwaarden (L-H)			Leeftijd	Streefwaarden (L-H)		
	Laagste	Standaard	Hoogste		Laagste	Standaard	Hoogste		Laagste	Standaard	Hoogste
15	128	133	138	15	149	154	159	15	169	174	179
16	128	133	138	16	148	153	158	16	168	173	178
17	127	132	137	17	147	152	157	17	168	173	178
18	126	131	136	18	147	152	157	18	167	172	177
19	126	131	136	19	146	151	156	19	166	171	176
20	125	130	135	20	145	150	155	20	165	170	175
21	124	129	134	21	144	149	154	21	164	169	174
22	124	129	134	22	144	149	154	22	163	168	173
23	123	128	133	23	143	148	153	23	162	167	172
24	122	127	132	24	142	147	152	24	162	167	172
25	122	127	132	25	141	146	151	25	161	166	171
26	121	126	131	26	141	146	151	26	160	165	170
27	120	125	130	27	140	145	150	27	159	164	169
28	120	125	130	28	139	144	149	28	158	163	168
29	119	124	129	29	138	143	148	29	157	162	167
30	119	124	129	30	138	143	148	30	157	162	167
31	118	123	128	31	137	142	147	31	156	161	166
32	117	122	127	32	136	141	146	32	155	160	165
33	117	122	127	33	135	140	145	33	154	159	164
34	116	121	126	34	135	140	145	34	153	158	163
35	115	120	125	35	134	139	144	35	152	157	162
36	115	120	125	36	133	138	143	36	151	156	161
37	114	119	124	37	132	137	142	37	151	156	161
38	113	118	123	38	132	137	142	38	150	155	160
39	113	118	123	39	131	136	141	39	149	154	159
40	112	117	122	40	130	135	140	40	148	153	158
41	111	116	121	41	129	134	139	41	147	152	157
42	111	116	121	42	129	134	139	42	146	151	156
43	110	115	120	43	128	133	138	43	145	150	155
44	109	114	119	44	127	132	137	44	145	150	155
45	109	114	119	45	126	131	136	45	144	149	154
46	108	113	118	46	126	131	136	46	143	148	153
47	107	112	117	47	125	130	135	47	142	147	152
48	107	112	117	48	124	129	134	48	141	146	151
49	106	111	116	49	123	128	133	49	140	145	150
50	106	111	116	50	123	128	133	50	140	145	150
51	105	110	115	51	122	127	132	51	139	144	149
52	104	109	114	52	121	126	131	52	138	143	148
53	104	109	114	53	120	125	130	53	137	142	147
54	103	108	113	54	120	125	130	54	136	141	146

55	102	107	112	55	119	124	129	55	135	140	145
56	102	107	112	56	118	123	128	56	134	139	144
57	101	106	111	57	117	122	127	57	134	139	144
58	100	105	110	58	117	122	127	58	133	138	143
59	100	105	110	59	116	121	126	59	132	137	142
60	99	104	109	60	115	120	125	60	131	136	141
61	98	103	108	61	114	119	124	61	130	135	140
62	98	103	108	62	114	119	124	62	129	134	139
63	97	102	107	63	113	118	123	63	128	133	138
64	96	101	106	64	112	117	122	64	128	133	138
65	96	101	106	65	111	116	121	65	127	132	137
66	95	100	105	66	111	116	121	66	126	131	136
67	94	99	104	67	110	115	120	67	125	130	135
68	94	99	104	68	109	114	119	68	124	129	134
69	93	98	103	69	108	113	118	69	123	128	133
70	93	98	103	70	108	113	118	70	123	128	133
71	92	97	102	71	107	112	117	71	122	127	132
72	91	96	101	72	106	111	116	72	121	126	131
73	91	96	101	73	105	110	115	73	120	125	130
74	90	95	100	74	105	110	115	74	119	124	129
75	89	94	99	75	104	109	114	75	118	123	128
76	89	94	99	76	103	108	113	76	117	122	127
77	88	93	98	77	102	107	112	77	117	122	127
78	87	92	97	78	102	107	112	78	116	121	126
79	87	92	97	79	101	106	111	79	115	120	125
80	86	91	96	80	100	105	110	80	114	119	124

8. LICHAAMSVET

8.1 Gebruik in de stopmodus van de loopband de „PROG“-knop om „VET“ te kiezen

8.2 Stel de parameters in: F-1 Geslacht, F-2 Leeftijd, F-3 Lengte, F-4 Gewicht, F-5 Lichaamsvet. Gebruik de „SPEED“-knop om te wisselen tussen parameters F-1 tot F-4. Pak de handgreep vast en na 5-10 seconden toont de F-5 uw lichaamsvet.

8.3 Voor het invoeren van het lichaamsvet wordt eerst F-1 getoond, 01 betekent Man, 02 Vrouw.

7.4 Na een druk op de mode-knop kunt u F-2 invoeren, gebruik de „SPEED“-knop om uw leeftijd in te stellen van 10-99.

8.5 Na een druk op de mode-knop kunt u F-3 invoeren, gebruik de „SPEED“-knop om uw lengte in te stellen.

8.6 Na een druk op de mode-knop kunt u F-4 invoeren, gebruik de „SPEED“-knop om uw gewicht in te stellen.

8.7 Na een druk op de mode-knop verschijnt F-5. Op het instellingenschermb verschijnt ---. Pak dan de twee handgrepen vast en na 8 seconden wordt het lichaamsvet getoond.

8.8 Normen voor lichaamsvet zoals hieronder

F-1	GESLACHT	1-MAN	2-VROUW
F-2	LEEFTIJD	10-99	
F-3	LENGTE	100-200	
F-4	GEWICHT	20-150	
F-5	VET	≤19	Te mager
		=(20---24)	normaal
		=(25---29)	Te zwaar

		≥30	Veel te zwaar
--	--	-----	---------------

9. VEILIGHEIDSSLEUTEL

Trek in elke situatie de veiligheidssleutel eruit en de loopband stopt onmiddellijk om de gebruiker te beschermen.

10. ENERGIEBESPARING

Als u het apparaat 10 minuten niet gebruikt, schakelt het over op de energiebesparingsstand.

Met een druk op een willekeurige knop kunt u het apparaat herstarten.

11. STOP DE MACHINE

U kunt in elke situatie de stroom uitschakelen om de machine te stoppen.

12. BLUETOOTH

U kunt Bluetooth gebruiken om uw smartphone te verbinden met de luidsprekers van de loopband om muziek af te spelen. U kunt het volume aanpassen op uw smartphone.

13. Bluetooth & applicatie-verbinding

Kopieer de link hieronder naar uw browser (Edge, Firefox, Chrome, Safari enz.)

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

En volg de gedetailleerde instructie

14. PROBLEMEN OPLOSSEN

De computer toont niets op het scherm.

Controleer alle kabels tussen de computer en het bedieningspaneel, ga na of deze goed zijn aangesloten.

E01

Storing in de verbinding met de computerkabel. Controleer de kabels tussen de computer en het bedieningspaneel.

E02

Ga na of de elektrische spanning lager is dan 50% van de gebruikelijke spanning. Controleer het bedieningspaneel op stank of controleer de verbindingkabel van de motor.

E03

Geen snelheidssensor, controleer of de snelheidssensor op zijn plaats zit of vuil of kapot is. Als deze schoon is of opnieuw gemonteerd en nog steeds niet werkt, vervang dan de snelheidssensor

E04

Probleem met de helling. Controleer de motorkabel voor de helling of reset de hellingsmotor

E05

Overbelasting of er is iets gerepareerd omdat de motor niet werkte. Maak de loopband en het hele apparaat schoon, breng siliconenolie aan onder de loopband en herstart het apparaat.

E08

bedieningspaneel 24C02 is defect, vervang of herstel de 24C02 of vervang het hele bedieningspaneel.

Als het apparaat start, maar de motor niet werkt, controleer dan de verbindingkabel van de motor of de IGBT van het bedieningspaneel of vervang het bedieningspaneel.

15. CALORIEËN

1 km hardlopen bij een helling op niveau 0 kost 70,3 calorieën.

$70,3 \times \text{snelheid (km/u)} \times \text{tijd (uur)} \times (1 + \text{hellings\%})$

Aanpassen/herstellen

1. Vraag de erkende onderhoudstechnicus of onderhoudsvertegenwoordiger of het voltage geschikt is en de aardeaansluiting betrouwbaar is. Trek met de hand aan de loopband en controleert dat deze vrij, zonder schuren draait.
2. Steek de stekker van het netsnoer in de aansluiting voor op de loopband; steek de andere stekker in het stopcontact. Plaats de noodstopsleutel in de daarvoor bestemde plek op de computer.
3. Draai de schakelaar van "0" naar "1". De monitor geeft 0 weer, de loopband beweegt niet.
4. Druk op 'START', de loopband draait langzaam, controleer dat de loopband en de computer normaal functioneren.
5. Druk op de toets 'SPEED', de status van de loopband wordt op het computerscherm weergegeven. Schakel het apparaat uit indien de loopband niet correct draait, stel deze bij volgens de regels onder "ONDERHOUD EN STORINGEN".

6. Controleer alle functietoetsen op de computer.
7. Verwijder de noodstopsleutel, de loopband zou onmiddellijk moeten stoppen; hij gaat weer draaien wanneer u de sleutel weer plaatst.
8. Druk op 'STOP', de loopband stopt en zet de schakelaar uit indien u uw oefening wilt afronden.
9. Druk op "Incline +/-" om de hellingshoek aan te passen. Druk op de program-toets om de instructies weer te geven. De hellingshoek wordt tot nul verkleind wanneer u de loopband stopzet.

Inklappen, transport en uitklappen

- 1) Inklappen: de loopband is inklapbaar. Til het loopdek op totdat het vergrendelt in de opbergpositie. Let erop dat bij de vergrendeling de verbindingstang en de cilinderbuis in elkaar klikken (Zie afbeelding a).
- 2) Transport: druk de handsteunen naar beneden en kantel de loopband naar u toe zodat u deze gemakkelijk kunt verplaatsen.
- 3) Uitklappen: til het loopdek iets omhoog zodat de verbindingstang boven de cilinderbuis uitsteekt (zie afbeelding a-1). Houd de verbindingstang met uw voet in de juiste positie en druk het loopdek met de nodige kracht naar beneden (zie afbeelding a-2). Verwijder uw voet en blijf het loopdek naar beneden drukken. Door het gewicht van het loopdek schuift de verbindingstang in de cilinderbuis waardoor het loopdek weer horizontaal staat.

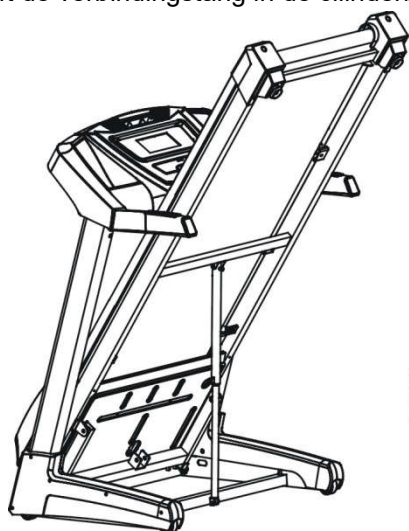


Figure a

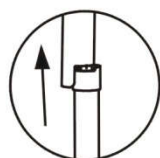


Figure a-1

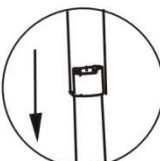


Figure a-2

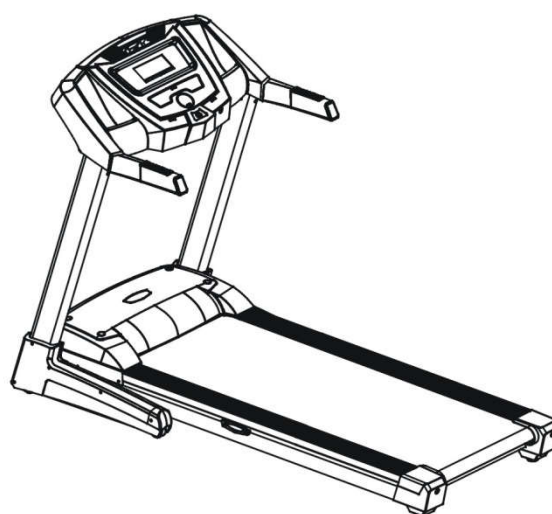
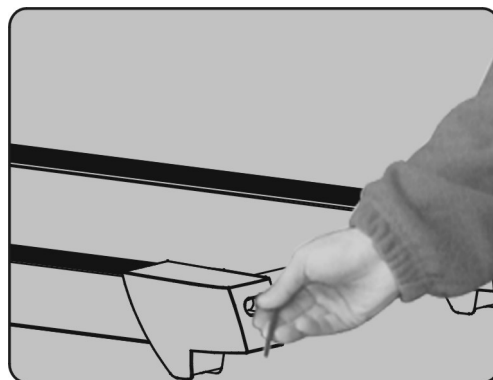


Figure b

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

F I T N E S S