

MASTER

BRUKSANVISNING LÖPBAND XT450



**GENERALAGENT: VARTEX AB – BATTERIVÄGEN 14 – 432 32 VARBERG
SWEDEN**

WWW.MASTERFITNESS.SE

Version A

TACK!

Tack för att du köpt denna produkt. Den kommer att hjälpa dig att hålla dig friskare och i bättre form på ett mycket enkelt sätt.

ANVÄNDARHANDBOK

- Anslut produkten endast till jordat nätuttag där ingen annan utrustning är ansluten. Användning av skarvsladd rekommenderas inte.
- Se till att löpbandet står stabilt på marken före användning.
- Kontrollera om det fungerar normalt eller ej innan du börjar använda det.
- Stå på de två sidoskenorna när löpbandet startar
- Fäst säkerhetsnyckelbandet i kläderna när du springer, så att du har kontroll över situationen om något skulle hända.
- Tryck på START-knappen för att starta löpbandet.
- Följ löpbandet med vänster ben för att förbereda dig för löpningen. Först när det känns rätt ska du börja springa med båda benen på löpbandet. Inta korrekt hållning.
- ENDAST FÖR EN PERSON. Överbelastning är inte tillåten.
- Du kan justera hastigheten om det behövs.
- När maskinen är igång drar du ut säkerhetsnyckeln eller trycker på stoppknappen för att stanna den.
- När du är klar, kom ihåg att stänga av strömmen och dra ut kontakten.
- Om du känner obehag när du springer på löpbandet, ska du omedelbart sluta springa och uppsöka läkare.
- När du monterar eller använder maskinen ska du se till att det inte finns några personer eller husdjur i närheten.

SÄKERHETSFÖRESKRIFTER

- Placera löpbandet inomhus, undvik vatten och tunga föremål.
- När du använder träningsmaskinen bör du bära bekväma kläder och helst träningsskor eller aerobicsskor.
- Håll barn på säkert avstånd från löpbandet för att förhindra eventuella olyckor.
- Undvik överbelastning som kan orsaka skador på motor, styrenhet, roller och löpmatta. Utför rutinunderhåll på löpbandet.
- Håll dammfri och bibehåll en viss luftfuktighet för att undvika störningar av konsolen och styrenheten.
- Löpbandet får användas i högst 2 timmar i taget.
- Håll god luftcirkulation när du springer.
- Det bör finnas ett säkert utrymme på 200x100 cm i slutet av löpbandet när det är igång.
- Sluta springa om du känner obehag och kontakta vård.
- Förvara silikonoljeflaskan utom räckhåll för barn efter användning för att undvika olyckor.
- Hoppa aldrig av löpbandet direkt efter användning
- Dra försiktigt ut stickkontakten ur uttaget.
- Stoppa maskinen om något är fel och stäng omedelbart av strömmen.
- Vänd dig till din lokala återförsäljare för att lösa eventuella problem eller få service. Det är inte tillåtet att själv demontera komponenterna.

FARA:

För att minska risken för olyckor eller skada på andra bör du följa nedanstående regler.

- ◆ Se till att dra upp dragkedjan innan du börjar springa.
- ◆ Använd inte kläder som lätt fastnar.
- ◆ Håll strömsladden borta från heta föremål.
- ◆ Om något känns fel ska du ta stöd på handtagsstången, skjuta ifrån och stiga av löpbandet.
- ◆ Koppla bort strömmen innan du flyttar löpbandet.
- ◆ Öppna inte skyddet för motor och roller såvida du inte är fackkunnig.
- ◆ Denna maskin kan användas med en 10 A-krets.
- ◆ Se till att bara en person i taget använder träningsmaskinen.
- ◆ HRC-testningen är eventuellt inte lika exakt som för medicintekniska produkter och resultatet är därför endast en referens.

OLÄMPLIGA ANVÄNDARE

Om du genomgår behandling för följande orsaker ska du endast använda löpbandet efter läkares godkännande.

- ◆ Ryggont eller tidigare skador i ben, midja eller nacke.
- ◆ Artros, reumatism eller gikt.
- ◆ Benskörhet.
- ◆ Nedsatt cirkulation, till exempel hjärt- och kärlsjukdomar och högt blodtryck.
- ◆ Besvär med andningsvägarna.
- ◆ Problem med artificiell hjärtrytm.
- ◆ Elakartade tumörer.
- ◆ Blodproppar.
- ◆ Diabetesrelaterade synstörningar.
- ◆ Skolios.
- ◆ Graviditet.

FÖRBUD

Använd inte löpbandet i följande fall, eftersom det kan orsaka brand eller skador.

- ◆Använd inte maskinen om något skydd eller någon inre komponent saknas
- ◆Hoppa inte upp på eller av löpbandet
- ◆Använd eller placera inte löpbandet utomhus eller i regniga eller fuktiga miljöer.
- ◆Använd inte produkten i och utsätt den inte för starkt solljus eller höga temperaturer.
- ◆ Använd inte om strömsladden eller kontakten är skadad eller om uttaget sitter löst.
- ◆Vrid inte eller skada strömsladden och lägg inte något tungt på den.
- ◆Två personer får inte använda produkten samtidigt. Se till att andra personer håller avstånd.
- ◆Låt inte personer med funktionsnedsättning eller personer som inte kan hantera maskinen använda den.
- ◆Demontera inte maskinen på egen hand
Obs!
- ◆Träna inte direkt efter en måltid eller när du känner dig trött, slö eller obekväm.
- ◆Använd inte produkten när du är berusad.
- ◆ Använd inte om du har hårda föremål på dig.
- ◆ Se till att det inte finns damm, smuts eller skräp på stickkontakten.
- ◆ Använd inte med fuktiga händer.

TIPS FÖR ATT DRA UT KONTAKTEN

I följande fall ska du dra ut strömsladden ur uttaget, eftersom det annars kan uppstå brand om damm och fukt försämrar nätsladdens isolering, ELLER finns risk för skada eller elstöt.

◆ Löpbandet används inte

◆ När löpbandet är under service

◆ Kan inte starta eller uppvisar onormalt beteende

◆ Strömavbrott.

◆ När du drar ut kontakten ska du inte hålla i själva sladden utan fatta tag i och dra ut kontakthuvudet.

◆ Löpbandet måste vara jordat för att minska risken för elstöt, eftersom jordningen skapar den kortaste vägen för strömmen. Följ gällande lokala bestämmelser när du monterar uttaget och ansluter kontakten på rätt sätt. Du kan också vända dig till en behörig tekniker för råd. Användning av adapteruttag är inte tillåtet.

SPRÄNGSKISS



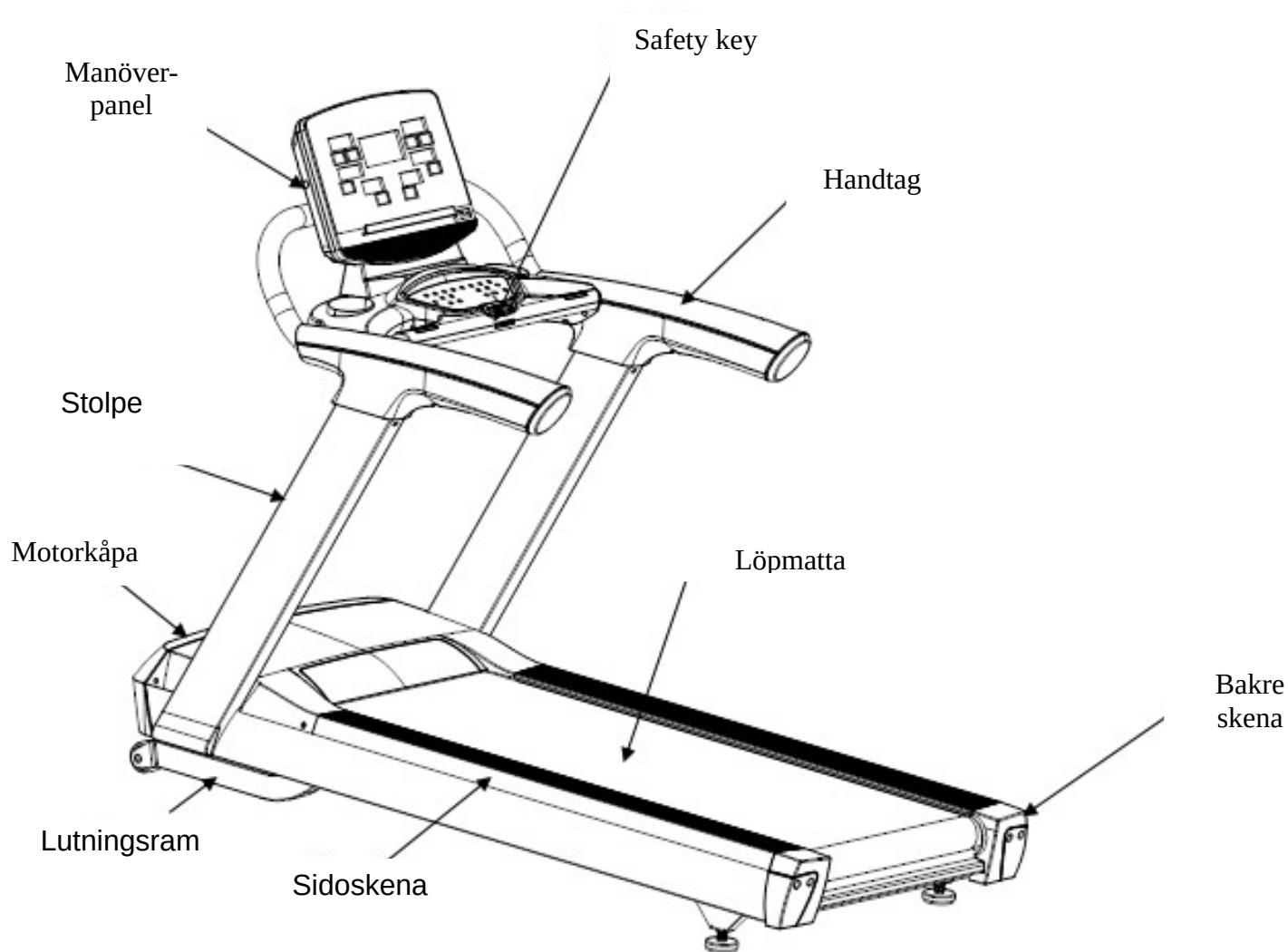
EXPLODED DRAWING CHART

Item	Description	Specification	QTY
1	main frame		1
2	Incline motor frame		1
3	upright post left		1
4	upright post right		1
5	console frame		1
6	screen frame		1
7	Motor fixed plate		1
8	Side rail guider		8
9	Rear cover plate		2
10	Cap left		1
11	Cap right		1
12	sleeve	Φ36×Φ20×Φ11×70	2
13	Motor		1
14	Incline motor		1
15	Inverter		1
16	Front roller		1
17	Rear roller		1
18	Running board	1410×670×t25	1
19	Running belt		1
20	Hexagon large flat head half tooth bolt	M10×40×20	1
21	Philips C.K.S. full threat screw(cusplate end)	M5×15	6
22	Philips C.K.S. full threat screw	M4×16	12
23	Serrated lock washers external teeth	Φ5	7
24	Philip C.K. S self-taping screw	ST4×12	23
25	Philip C.K. S self-taping screw	ST4×16	60
26	Philip C.K. S self-taping screw	ST4×25	5
27	Hexagon socket full thread bolt	M8×80	3
28	Hexagon socket full thread bolt	M8×25	6
29	Hexagon socket full thread bolt	M8×30	2
30	Hexagon socket half thread bolt	M10×55×20	2
31	Hexagon large flat head half thread bolt	M10×70×20	1
32	Hexagon socket full thread bolt	M10×40	4
33	Hexagon large flat head half thread bolt	M8×40×20	6
34	Hexagon large flat head full thread bolt	M8×15	8
35	Hexagon full thread screw	M8×20	4
36	Philips self-tapping screw	ST3X10	4
37	Philips self-tapping screw	ST4X15	2
38	Flat washer	Φ8	13
39	Flat washer	Φ10	5
40	Hex lock nut	M10	5
42	Hexagon socket full thread bolt	M8X55	2
43	Spring washer	Φ10	4
45	T shape wrench	6x80	1
46	Open wrench	14×17×75	1

47	Foot pad	Φ74×86×M12	2
48	Console		1
48-1	Plastic panel	480×270×22	1
48-2	Upper console housing		1
48-3	Safety key fixed seat		1
48-4	Safety key pin		1
48-5	Safety key press piece		1
48-6	Compressed spring	φ11.8×φ0.8×24	1
48-7	Safety key	L-1000/with clam	1
48-8	Handle pulse		4
48-9	PCB board of display		1
48-10	Overlay of display		1
48-11	PCB board of button		1
48-12	Overlay of button		1
49	Communication wire 1	L-800MM	1
50	Communication wire 2	L-1100MM	1
51	Communication wire 3	L-800MM	1
52	Power cord	3×1.5mm ² ×2000	1
53	Motor belt	250PJ10	1
54	Wire (grounding)	L-200mm/1.5mm ² /	3
55	Switch		1
56	Reset Switch		1
57	Computer socket		1
58	Travel switch	L-800	1
59	Square cushion	35×35×t5.0×Φ8	4
60	Motor cover-bottom		1
61	Motor cover-upper		1
62	Upright post cover L		1
63	Upright post cover R		1
64	Rear cover L		1
65	Rear cover R		1
66	Bottom cover of console		1
67	Back cover of plastic panel		1
68	PU handle bar L		1
69	PU handle bar R		1
70	Console connection frame		1
71	Side rail	1430	2
72	Round cushion	φ30×30×M8×8	6
73	wheel	Φ71×t48×Φ19.2	2
74	Cable tie	3×100	10
75	Magnetic ring	Φ40.6×φ27.4×t15.0	3
76	Filter		1
77	Power connection wire	L-500mm/1.5mm ² /Black	1
78	Power connection wire	L-500mm/1.5mm ² /Red	1
79	Power connection wire	L-200mm/1.5mm ² /Red	1
80	Power connection wire	L-200mm/1.5mm ² /Black	1
81	Wire (grounding)	L-150mm/1.5mm ²	1
82	Wheel axle	Φ19×60×M6	2
83	13-14wrench	t4.0×28×145	1
84	Tapper feet pad	φ50×φ41×26×M8×27	2

85	Inner hexagon bolt	M6×15	4
86	Outside cover	t1.2×φ31	4
87	Wire (grounding)	L-200mm/2.5mm ² /φ5	1
88	Power connection wire	L-100mm/1.5mm ² Red	1
96	Spring washer	φ5	6
97	Philips C.K.S. full threat screw	M4X10	4
	CE components		
90	Philips C.K.S. full threat screw	M4×10	2
91	Inductance		1
75	Magnetic ring	Φ40.6×φ27.4×t15.0	2
	ERP components		
92	ERP power energy saving board		1
93	Power connection wire	L-800mm/1.5mm ²	1
94	Power connection wire	L-800mm/1.5mm ²	1
95	ERP wire	L-500mm	1
22	Philips C.K.S. full threat screw	M4×16	2

LÖPBANDETS KONSTRUKTION



Motorlutningsram

TEKNISK INFORMATION

Mått i hopfällt läge	2 120×900×1 590
Löpyta	1 550×560
Hastighet	1,0-25,0km/h
Lutning	0-15 %

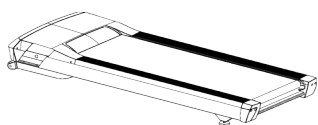
VI FÖRBEHÅLLER OSS RÄTTEN ATT GENOMFÖRA ÄNDRINGAR AV PRODUKTEN UTAN FÖREGÅENDE MEDDELANDE.

FÖRPACKNINGENS INNEHÅLL:

A Bas

B Stolpe

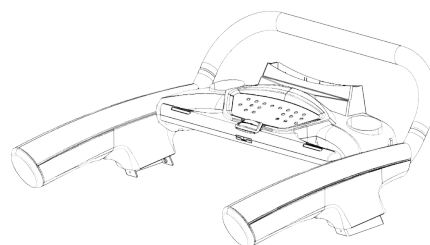
C Konsolram



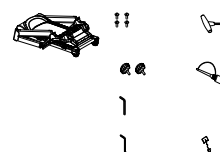
D Skärm



E Påse med skruvar



F Silikonolja

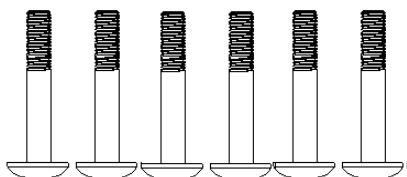


G manual

H Sidokåpa



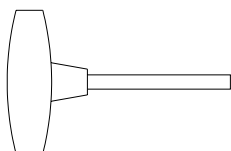
LISTA ÖVER HÅRDVARA



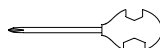
C.K.S. halvgängad insexskruv (M8*40*20) 6 st



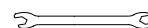
C.K.S. halvgängad insexskruv (M8*15) 4 st



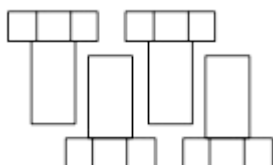
T-nyckel



Öppen fast nyckel



13–14 öppen fast nyckel



Helgängad insexskruv (M8x20) 4 st

Philip C.K.S. självgående skruv (M4x10) 4 st

Huvudkomponenter



Motorkåpa

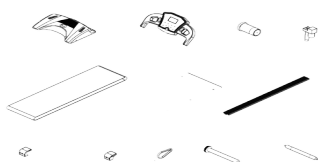


Bakre kåpa

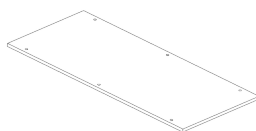


Motorrem

Motor



Löpmatta



Löpdäck



Lutningsmotor



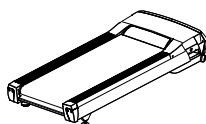
Bakre roller

Främre roller

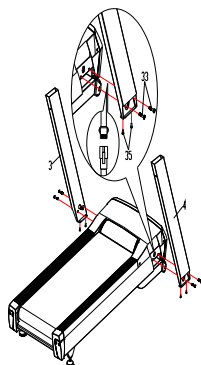


Sidoskena

MONTERINGSINSTRUKTION



Steg 1. Ta ut maskinen ur förpackningen och ställ den på ett plant golv (enligt bilden). Ta bort alla plastpåsar och förpackningsband som har satts fast på maskinen.



Steg 2. Anslut signalkabeln mellan höger stolpe (4) och huvudramen. För in stolpens nedre del i det runda hålet på huvudramens sidorör och fäst den nedre delen av höger stolpe med 2 st skruvar M8*40*20 (33). Fäst den nedre delen av höger stolpe med 2 st skruvar M8*20 (35). Montering av vänster stolpe sker på samma sätt som på höger sida.

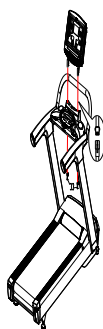


Steg 3: Montera det högra sidokåpan (63) på undersidan av höger stolpe enligt bilden ovan och fäst den sedan med 2 st M4 × 10 stora helgängade korsskruvar (97).

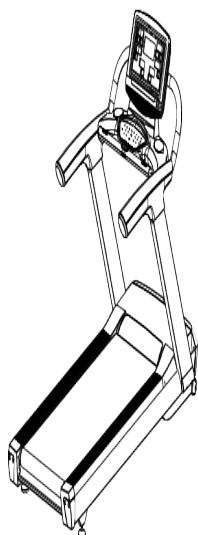
Montera och lås sedan den vänstra kåpan (62) på samma sätt.



Steg 4: Anslut signalkablarna mellan den högra konsolramen och den högra stolpen, och sätt in klockstativet i de vänstra och högra stolparna. Fäst med 4 st skruvar M8 × 15 (34) på båda sidor av pelaren.

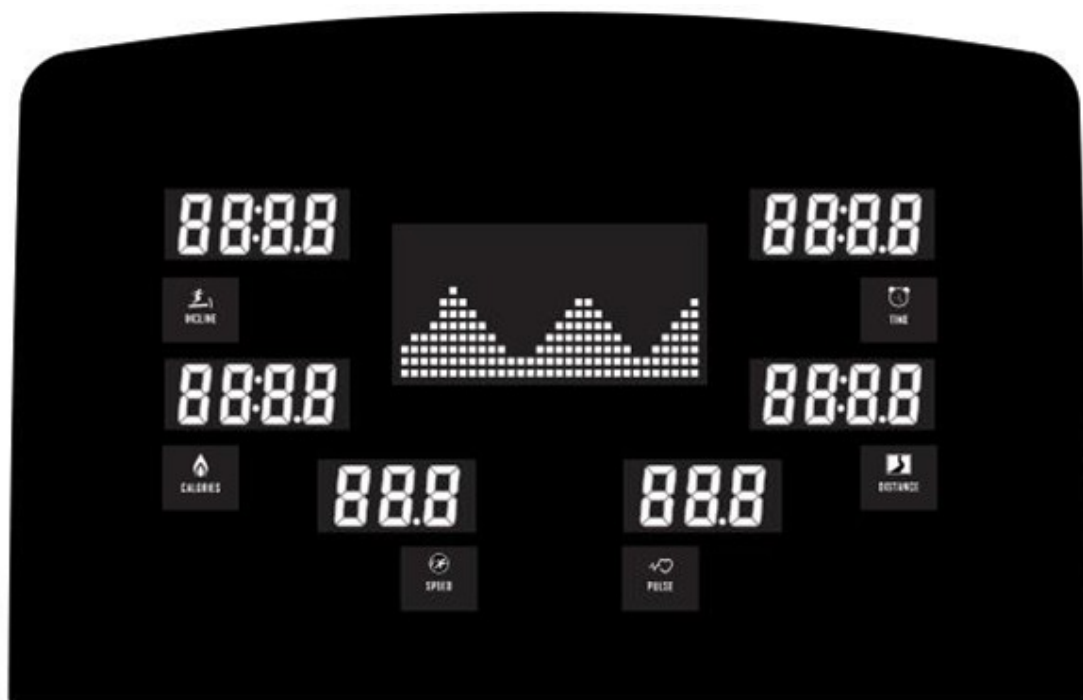


Steg 5: Anslut signalkabeln mellan skärmen och konsolramen. Sätt konsolen på konsolramen och fäst den med två stora halvgängade insexsexskruvar (33) längst ned.



Steg 6: Dra åt alla skruvar. Monteringen är nu slutförd.

Använda konsolen



Konsolfunktion beskrivning

- 1.1 P1–P36 är inbyggda automatiska träningsprogram, inklusive 3 U-program och BMI-funktion.
- 1.2 Utrustad med 1 LED-matrissskärm, 6 digitala rörskrmar och 16 funktionsknappar.
- 1.3 Hastighetsområde: 1,0–25,0 km/h. Lutningsintervall: 0–15 %.
- 1.4 Systemets självtest och funktion för felvarning.
- 1.5 Omräkning av längdenheter mellan det metriska och det brittiska måttsystemet.
- 1.6 HRC-funktion (tillval).
- 1.7 ERP-funktion.

Instruktioner för LCD-skärm

- 2.1 Fönstret SPEED (HASTIGHET): Visar hastigheten.

- 2.2 Fönstret TIME (TID): Visar tiden.
- 2.3 Fönstret DISTANCE (STRÄCKA): Visar tillryggalagd sträcka.
- 2.4 Fönstret CALORIES (KALORIER): Visar förbrända kalorier.
- 2.5 Fönstret PULSE (PULS): Visar puls.
- 2.6 Fönstret INCLINE (LUTNING): Visar lutning.

Knappinstruktioner

- 3.1 PROG: Knapp för programval I viloläge bläddrar du mellan programmen: P01–P36, U01, U02, U03, BMI.
- 3.2 MODE (LÄGE): I det inledande manuella läget övergår den till normalläge. Tryck på MODE för att växla mellan fyra manuella lägen: Nedräkning av tid → Nedräkning av sträcka → Nedräkning av kalorier → Förfluten tid (räknas uppåt). I programmen P1–P36 återställer MODE standardinställningen för nedräkningstiden till 30 minuter.
- 3.3 START: Start/paus-knapp: Startar löpbandet i standby-läge eller pausar löpbandet under drift.
- 3.4 STOP: Stoppknapp. Tryck på STOP när bandet körs för att sakta stanna.
- 3.5 ▲ Speed (hastighet): Tangent för att öka hastigheten. I standby- eller fettmätningläge ökar den inställningsparametrarna, under drift ökar den hastigheten.
- 3.6 ▲ Speed (hastighet): Tangenten för hastighetsminskning. I standby-läge eller fettmätningläge minskar den inställningsvärdena, under drift minskar den varvtalet.
- 3.7 ▲ Incline (lutning): Tangent för att öka lutningen, endast under drift.
- 3,8 ▼ Incline (lutning): Tangent för att minska lutningen, endast under drift.

Omvandling mellan metriska och brittiska måttenheter

- 4.1 Ta bort säkerhetsnyckeln och håll sedan PROG + MODE intryckta samtidigt. Skärmen visar **M**, vilket innebär att enheten växlar från kilometer till miles.
- 4.2 Ta bort säkerhetsnyckeln och håll sedan PROG + MODE intryckta samtidigt igen. Skärmen visar **KM**, vilket växlar tillbaka från miles till kilometer.

Beskrivning av säkerhetslåsfunktionen

Säkerhetslåset består av en låssprint ("nyckel"), en tygklämma och ett nylonrep, vilket ger skydd i form av en nödstoppsfunktion. Oavsett i vilket driftläge löpbandet befinner sig stannar det omedelbart så snart säkerhetsnyckeln tas ut, alla knappar på konsolen låses och skärmen visar **E-07** och en varningssignal hörs. När säkerhetsnyckeln sätts tillbaka lyser skärmen i 2 sekunder och återgår sedan till systemets standardläge.

Riktlinjer för säker användning

- 6.1 Anslut strömsladden till ett jordat 10 A-uttag. Slå på strömbrytaren. Konsolens display tänds och ett pip hörs, varefter säkerhetsnyckeln registreras.
- 6.2 Sätt säkerhetsnyckeln i konsolen och fäst tygklämman på ditt plagg på bröstet. Skärmen visas i fullskärmsläge i 2 sekunder och övergår sedan till standardviloläge: Alla räknare nollställs, alla inställningar återställs och löpbandet övergår till manuellt läge P0 med uppräknings av förfluten tid.
- 6.3 Tryck på PROG för att välja program: P1–P36, U1, U2, U3, BMI.

a) P0 Användardefinierat program

Tryck på MODE för att växla mellan de 4 träningslägena. Användare kan ställa in önskad hastighet och lutning. Standardinställning: Hastighet 1,0 km/h, lutning 0 %.

- Läge 1: Uppräknings av förfluten tid — Tid, distans och kalorier räknas uppåt. Inställningsfunktionen är inaktiverad under träningspasset.
- Läge 2: Nedräkningstid — Tidsfönstret blinkar under inställningen. Justera värdet med ▲/▼. Intervall: 5–99 minuter, standardinställning 30:00.
- Läge 3: Nedräkning av kalorier — Kalorifönstret blinkar under inställning. Justera värdet med ▲/▼. Intervall: 20–9 990 CAL, standard 50 CAL.
- Läge 4: Nedräkning av sträcka — Fönstret för sträcka blinkar under inställning. Justera värdet med ▲/▼. Intervall: 1,0–99,0 km, standardvärde 1 km.

b) P1–P36 Förinställda program.

Stöder endast läget för nedräkning av tid. Tidsfönstret blinkar under inställning. Ställ in tiden med ▲/▼. Tryck på MODE för att återställa standardinställningarna.

Inställningsintervall: 5–99 minuter, standardinställning 30:00.

- 6.4 När du har ställt in träningsläget trycker du på START. Skärmen visar en nedräkning på 5 sekunder med 5 pip. När nedräkningen når 1 startar löpbandet försiktigt, accelererar gradvis till den inställda hastigheten och kör sedan med konstant hastighet.

- a) Justera hastigheten med ▲/▼ under drift.
- b) P1–P36 är indelade i 16 segment med jämn tidsfördelning. Inställningarna för hastighet och lutning gäller endast för det aktuella segmentet. 3 varningssignaler hörs 3 sekunder innan segmentet växlar. Motorn stannar automatiskt och avger en signal efter att ha genomfört 16 segment.
- c) Tryck på START igen för att växla mellan att köra bandet och pausa. Alla träningsdata och framsteg förblir oförändrade när du återupptar träningen efter en paus.

- 6.5 Tryck på STOP under drift, motorn saktar in gradvis tills den stannar mjukt, och alla inställningar återställs till standardvärdena.

- 6.6 Ta bort säkerhetsnyckeln oavsett läge: Skärmen visar E-07 och en varningssignal hörs, löpbandet stannar omedelbart.

- 6.7 Det elektroniska styrsystemet utför säkerhetsövervakning i realtid. Om någon avvikelse upptäcks stannar löpbandet omedelbart, och en felkod visas samtidigt som en varningssignal hörs.

- 6.8 Kroppsfettsmätning (BMI-funktion) Tryck på PROG för att välja BMI-programmet. Fönstret CALORIES (kalorier) visar artikelnummer, tryck på MODE för att växla

mellan artiklarna. Fönstret DISTANCE (sträcka) visar parametervärden; justera med ▲/▼.

- F1 Kön: Intervall 1–2 (1 = man, 2 = kvinna), standardvärde 1.
- F2 Ålder: Åldersintervall 1–99 år, standardvärde 25.
- F3 Längd: Längd 100–220 cm, standardlängd 170 cm.
- F4 Vikt: Intervall 20–150 kg, standardvärde 70 kg.
- F5 BMI: Slutför inställningarna och gå till testläge. Håll i handpulssensorerna på båda handtagen i 8 sekunder. Skärmen visar nu kroppsfettprocenten.

Referensvärden för BMI (internationell standard)

- Under 18,5 Undervikt
- 18–24,9 Idealvikt
- 25–29,9 Övervikt
- Över 30: Överviktig *Uppgifterna är endast avsedda som riktlinjer för träning.*

HRC-program (valfritt)

7.1 Standardinställningar för de tre HRC-lägena:

- HRC1: Maxhastighet 9 km/h
- HRC2: Maxhastighet 11 km/h
- HRC3: Maxhastighet 13 km/h

7.2 Inställning av HRC Tryck på PROG för att öppna HRC-gränssnittet. Tryck på MODE för att bekräfta och gå vidare till nästa punkt. Justera parametrarna med hastighetsknapparna ▲/▼. Löpbandet kan startas först när alla inställningar är klara.

- A Ålder: 15–80 år, utgångsvärde 25 år
- B Utgångsvärde för målpuls (THR): $(220 - \text{ålder}) \times 0,6$
- C Justerbart THR-intervall: 80–180 slag per minut
- Träningstid: 5–99 minuter, standardinställning 30 minuter.

7.3 Formel för hastighetsjustering

- Pulsmätning var 30:e sekund (realtidsvisning alltid aktiv).
- B Puls 30 slag/min lägre än målpuls → hastighet +2,0 km/h
- C Puls 6–29 slag/min lägre än THR → Hastighet +1,0 km/h
- D Puls 30 slag/min högre än målpuls → hastighet –2,0 km/h
- E Puls 6–29 slag/min högre än målpuls → hastighet –1,0 km/h
- G Puls inom 0–5 slag per minut från målpuls → hastigheten förblir oförändrad.

7.4 Villkor för automatisk stopp: Löpbandet saktar in till lägsta hastighet inom 20 sekunder, kör med lägsta hastighet i 15 sekunder och stannar sedan, med ett pip per sekund, i följande fall:

- A Ingen puls har registrerats vid två på varandra följande kontroller.
- B Hastigheten sjunker till 1 km/h (0,6 mph) på grund av pulsjustering.
- C Puls överstiger $(220 - \text{inställd ålder})$.

7.5 Formel för hastighetsbegränsning: Hastigheten får inte sjunka under 1 km/h (0,6 mph) under inbromsning. Exempel: Aktuell hastighet 1,6 km/h, måste sänkas till 1,0 km/h → slutlig hastighet låses på 1,0 km/h.

7.6 Lutningen styrs inte av målpulsen och kan justeras manuellt. Pulsstyrningen är inaktiverad under den första minuten efter start och aktiveras automatiskt efter en minut.

ERP-energispärläge

Systemet är som standard inställt på ERP-läge. Det går in i viloläge efter cirka 4,5 minuters inaktivitet för att spara ström. Tryck på valfri knapp för att väcka den. I standby-läge, håll MODE intryckt i cirka 3 sekunder → skärmen visar **2222** för att inaktivera ERP. Håll MODE intryckt ytterligare 3 sekunder → skärmen visar **1111** för att återställa ERP-läget.

USER (anpassade användarprogram)

Tre användarprofiler finns tillgängliga: USER1–USER3. Användare kan spara och hämta personliga träningsprogram. Tryck på PROG för att välja mellan USER1–USER3, tryck på MODE för att redigera inställningarna eller tryck på START för att direkt påbörja träningen. Tryck på MODE för att ställa in 16 segment med anpassad hastighet och lutning. Tryck på START för att spara programmet permanent så att du kan använda det direkt nästa gång.

Tabell över hastighet och lutning för förinställda program P1–P36

Program		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
P1	SPEED (HASTIG -HET)	1, 0	3, 0	3,0	7, 0	7,0	5,0	5,0	5,0	7,0	7,0	5,0	5,0	5,0	5,0	3,0	2,0
	INCLINE (LUTNING)	2	2	6	6	8	8	6	6	4	4	4	6	6	2	2	2
P2	SPEED (HASTIG -HET)	2, 0	3, 0	3,0	6, 0	5,0	5,0	8,0	5,0	5,0	6,0	8,0	8,0	8,0	5,0	4,0	3,0
	INCLINE (LUTNING)	3	3	9	9	9	2	2	8	8	4	1	1	4	4	4	4
P3	SPEED (HASTIG -HET)	2, 0	3, 0	5,0	5, 0	7,0	7,0	8,0	5,0	5,0	6,0	8,0	8,0	8,0	5,0	4,0	3,0
	INCLINE (LUTNING)	1	2	3	4	5	5	7	7	4	4	4	4	6	3	2	2
P4	SPEED (HASTIG -HET)	2, 0	2, 0	3,0	5, 0	5,0	5,0	8,0	8,0	8,0	8,0	5,0	5,0	5,0	3,0	3,0	2,0
	INCLINE (LUTNING)	3	3	6	6	6	9	9	9	9	9	9	6	6	6	2	2
P5	SPEED (HASTIG -HET)	3, 0	4, 0	5,0	6, 0	7,0	8,0	9,0	10,0	10, 0	10,0	9,0	8,0	7,0	5,0	4,0	3,0

	INCLINE (LUTNIN G)	2	2	4	4	8	8	6	6	6	6	8	7	6	5	1	1
P6	SPEED (HASTIG -HET)	3, 0	4, 0	5,0	5, 0	6,0	6,0	7,0	7,0	7,0	9,0	9,0	10,0	10,0	11,0	5,0	3,0
	INCLINE (LUTNIN G)	1	8	8	8	8	8	7	7	7	7	7	5	5	3	3	1
P7	SPEED (HASTIG -HET)	3, 0	4, 0	9,0	4, 0	11, 0	4,0	10,0	4,0	9,0	4,0	8,0	4,0	11, 0	5,0	3,0	2,0
	INCLINE (LUTNIN G)	1	1	4	4	4	6	6	6	8	8	8	10	10	10	6	2
P8	SPEED (HASTIG -HET)	3, 0	5, 0	8,0	3, 0	5,0	7,0	9,0	3,0	5,0	7,0	10, 0	3,0	5,0	7,0	11, 0	5,0
	INCLINE (LUTNIN G)	3	3	8	8	3	3	7	7	3	3	6	6	3	3	5	5
P9	SPEED (HASTIG -HET)	3, 0	7, 0	9,0	4, 0	7,0	10,0	4,0	7,0	11, 0	5,0	7,0	12,0	4,0	7,0	12, 0	6,0
	INCLINE (LUTNIN G)	3	6	6	3	7	7	3	8	8	3	9	9	3	3	7	7
P1 0	SPEED (HASTIG -HET)	3, 0	5, 0	6,0	6, 0	6,0	9,0	10,0	6,0	6,0	9,0	10, 0	6,0	6,0	6,0	11, 0	3,0
	INCLINE (LUTNIN G)	2	7	7	7	5	5	5	8	8	8	8	8	8	4	4	4
P1 1	SPEED (HASTIG -HET)	4, 0	5, 0	7,0	9, 0	10, 0	11,0	9,0	6,0	8,0	9,0	10, 0	10,0	11, 0	9,0	6,0	5,0
	INCLINE (LUTNIN G)	1	6	6	6	3	3	3	7	7	4	4	4	4	6	6	6
P1 2	SPEED (HASTIG -HET)	4, 0	6, 0	10, 0	10, 0	7,0	10,0	10,0	10,0	7,0	7,0	10,0	10, 0	10,0	10, 0	6,0	5,0
	INCLINE (LUTNIN G)	3	8	8	6	9	9	5	5	8	8	8	4	4	4	4	4
P1 3	SPEED (HASTIG -HET)	4, 0	12, 0	4,0	12, 0	4,0	12,0	4,0	12,0	4,0	12,0	4,0	12,0	4,0	12,0	4,0	12, 0
	INCLINE (LUTNIN G)	4	8	10	12	4	8	10	12	4	8	10	12	4	8	10	12
P1 4	SPEED (HASTIG -HET)	2, 0	3, 0	3,0	6, 0	9,0	11,0	3,0	6,0	9,0	11,0	3,0	6,0	9,0	11,0	3,0	6,0
	INCLINE (LUTNIN G)	5	9	11	12	5	9	11	12	5	9	11	12	5	9	11	12
P1 5	SPEED (HASTIG -HET)	4, 0	6,0	11, 0	11, 0	9,0	6,0	11,0	11,0	9,0	6,0	11, 0	11, 0	9,0	6,0	11, 0	11, 0
	INCLINE (LUTNIN G)	2	3	4	5	6	8	7	8	8	7	7	6	5	4	3	2
P1	SPEED	2,	4,0	4,0	12,	4,0	12,0	4,0	12,0	4,0	12,	4,0	12,	4,0	12,	4,0	12,

6	(HASTIG -HET)	0			0						0		0		0		0
	INCLINE (LUTNIN G)	2	4	5	6	2	4	5	6	2	4	5	6	2	4	5	6
P1 7	SPEED (HASTIG -HET)	2, 0	2,0	2,0	4,0	6,0	6,0	9,0	11,0	11,0	2,0	4,0	6,0	6,0	11, 0	11, 0	9,0
	INCLINE (LUTNIN G)	2	4	6	8	10	12	12	12	12	12	12	10	8	6	4	2
P1 8	SPEED (HASTIG -HET)	3, 0	6,0	3,0	6,0	6,0	3,0	6,0	6,0	3,0	6,0	6,0	3,0	6,0	6,0	3,0	6,0
	INCLINE (LUTNIN G)	2	6	8	2	6	8	2	6	8	2	6	8	2	6	8	2
P1 9	SPEED (HASTIG -HET)	4, 0	12, 0	4,0	12, 0	4,0	12,0	4,0	12,0	4,0	12, 0	4,0	12, 0	4,0	12, 0	4,0	12, 0
	INCLINE (LUTNIN G)	10	8	6	4	10	8	6	4	10	8	6	4	10	8	6	4
P2 0	SPEED (HASTIG -HET)	5, 0	13, 0	5,0	13, 0	5,0	13,0	5,0	13,0	5,0	13, 0	5,0	13, 0	5,0	13, 0	5,0	13, 0
	INCLINE (LUTNIN G)	12	8	2	12	8	2	12	8	2	12	8	2	12	8	2	2
P2 1	SPEED (HASTIG -HET)	2, 0	6,0	2,0	6,0	11,0	2,0	6,0	11,0	2,0	6,0	11, 0	2,0	6,0	11, 0	2,0	6,0
	INCLINE (LUTNIN G)	12	9	3	12	9	3	12	9	3	12	9	3	12	9	3	3
P2 2	SPEED (HASTIG -HET)	4, 0	6,0	11, 0	6,0	2,0	11,0	6,0	2,0	11,0	6,0	2,0	11, 0	6,0	2,0	11, 0	6,0
	INCLINE (LUTNIN G)	2	4	10	2	4	10	2	6	12	6	8	12	6	8	12	2
P2 3	SPEED (HASTIG -HET)	4, 0	6,0	11, 0	6,0	6,0	2,0	11,0	6,0	6,0	2,0	11, 0	6,0	6,0	2,0	11, 0	6,0
	INCLINE (LUTNIN G)	2	3	4	5	6	6	7	8	10	11	12	12	12	12	10	2
P2 4	SPEED (HASTIG -HET)	4, 0	6,0	11, 0	6,0	4,0	11,0	6,0	4,0	11,0	6,0	4,0	11, 0	6,0	4,0	11, 0	6,0
	INCLINE (LUTNIN G)	4	4	5	6	7	8	10	10	12	12	12	12	12	12	10	2
P2 5	SPEED (HASTIG HET)	5, 0	13, 0	5,0	13, 0	5,0	13,0	5,0	13,0	5,0	13, 0	5,0	13, 0	5,0	13, 0	5,0	13, 0
	INCLINE (LUTNIN G)	5	9	11	12	5	9	11	12	5	9	11	12	5	9	11	12
P2 6	SPEED (HASTIG -HET)	3, 0	4,0	4,0	7,0	10,0	12,0	4,0	7,0	10,0	12, 0	4,0	7,0	10, 0	12, 0	4,0	7,0
	INCLINE (LUTNIN G)	6	10	12	12	6	10	11	12	6	10	12	12	6	10	12	12

	G)																
P2 7	SPEED (HASTIG -HET)	5, 0	7,0	12, 0	12, 0	10,0	7,0	12,0	12,0	10,0	7,0	12, 0	12, 0	10, 0	7,0	12, 0	12, 0
	INCLINE (LUTNIN G)	3	4	5	6	7	9	8	9	9	8	8	7	6	5	4	3
P2 8	SPEED (HASTIG -HET)	3, 0	5,0	5,0	13, 0	5,0	13,0	5,0	13,0	5,0	13, 0	5,0	13, 0	5,0	13, 0	5,0	13, 0
	INCLINE (LUTNIN G)	3	5	6	7	3	5	6	7	3	5	6	7	3	5	6	7
P2 9	SPEED (HASTIG -HET)	3, 0	3,0	3,0	5,0	7,0	7,0	10,0	12,0	12,0	3,0	5,0	7,0	7,0	12, 0	12, 0	10, 0
	INCLINE (LUTNIN G)	3	5	7	9	11	12	12	12	12	12	12	11	9	7	5	3
P3 0	SPEED (HASTIG HET)	4, 0	7,0	4,0	7,0	7,0	4,0	7,0	7,0	4,0	7,0	7,0	4,0	7,0	7,0	4,0	7,0
	INCLINE (LUTNIN G)	3	7	9	3	7	9	3	7	9	3	7	9	3	7	9	3
P3 1	SPEED (HASTIG -HET)	5, 0	13, 0	5,0	13, 0	5,0	13,0	5,0	13,0	5,0	13, 0	5,0	13, 0	5,0	13, 0	5,0	13, 0
	INCLINE (LUTNIN G)	11	9	7	5	11	9	7	5	11	9	7	5	11	9	7	5
P3 2	SPEED (HASTIG -HET)	6, 0	14, 0	6,0	14, 0	6,0	14,0	6,0	14,0	6,0	14, 0	6,0	14, 0	6,0	14, 0	6,0	14, 0
	INCLINE (LUTNIN G)	12	9	3	12	9	3	12	9	3	12	9	3	12	9	3	3
P3 3	SPEED (HASTIG -HET)	3, 0	7,0	3,0	7,0	12,0	3,0	7,0	12,0	3,0	7,0	12, 0	7,0	7,0	12, 0	3,0	7,0
	INCLINE (LUTNIN G)	12	10	4	12	10	4	12	10	4	12	10	4	12	10	4	4
P3 4	SPEED (HASTIG -HET)	5, 0	7,0	12, 0	7,0	3,0	12,0	7,0	3,0	12,0	7,0	3,0	12, 0	7,0	3,0	12, 0	7,0
	INCLINE (LUTNIN G)	3	5	11	3	5	11	3	7	12	7	9	12	7	9	12	3
P3 5	SPEED (HASTIG -HET)	5, 0	7,0	12, 0	7,0	7,0	3,0	12,0	7,0	7,0	3,0	12, 0	7,0	7,0	3,0	12, 0	7,0
	INCLINE (LUTNIN G)	3	4	5	6	7	7	8	9	11	12	12	12	12	12	11	3
P3 6	SPEED (HASTIG -HET)	5, 0	7,0	12, 0	7,0	5,0	12,0	7,0	5,0	12,0	7,0	5,0	12, 0	7,0	5,0	12, 0	7,0
	INCLINE (LUTNIN G)	5	5	6	7	8	9	11	11	12	12	12	12	12	12	11	3

Problem och kod	Möjliga orsaker	Lösning
Systemet fungerar inte	A、 Ingen strömanslutning eller strömbrytaren är av	Anslut strömförsörjningen eller vrid strömbrytaren till läge "ON".
	B、 Säkerhetsnyckeln är inte korrekt placerad	Placera säkerhetsnyckeln i rätt läge
	C、 Öppen krets	Kontrollera systemets in- och utgång samt kommunikationskablar.
Stannar plötsligt under normala förhållanden	A、 Säkerhetsnyckeln åker ut	Sätt in säkerhetsnyckeln ordentligt
	B、 Systemet felaktigt	Kontakta fackman för underhåll.
Knappar fungerar ej	A、 Skadad eller icke-fungerande knapp	Byt ut knappen
	B、 Ingen av knapparna fungerar	1、 Byt ut tangentbordet och tangentbordets bandkabel.2、 Byt ut moderkortet 3、 Byt ut panelen
	B、 Touchknapparna fungerar inte	Byt ut panelen
Ingen pulsvisning	A、 Handpuls kabeln är inte helt isatt eller är defekt.	Kontrollera och återanslut eller byt ut pulskabeln.
	B、 Kretsfel	Byt ut panelen
Ofullständig visning på konsolen	A、 Sprucken eller defekt skärm	Byt ut panelen
	B、 Systemfel	Byt ut panelen
E-01	A、 Dålig kontakt i kommunikationskabeln	Kontrollera kommunikationskabeln eller byt ut antingen styrenheten eller växelriktaren.
E-02	A、 VFD överströmsskydd	Byt ut växelriktaren
E-03	A、 Överspännings- och överbelastningsskydd för växelriktare	Byt ut växelriktaren
E-04	A、 Växelriktaren saknar fasskydd	Byt ut växelriktaren
E-07	Konsolen registrerar inte säkerhetsnyckeln.	1、 Kontrollera att säkerhetsnyckeln sitter på plats. 2、 Sätt tillbaka säkerhetsnyckeln. 3、 Byt ut panelen
E-08	A、 Överbelastningsskydd för växelriktare	Byt ut växelriktaren
E-09	A、 Överhettningsskydd för växelriktare	Byt ut växelriktaren

Vanliga problem och felsökning

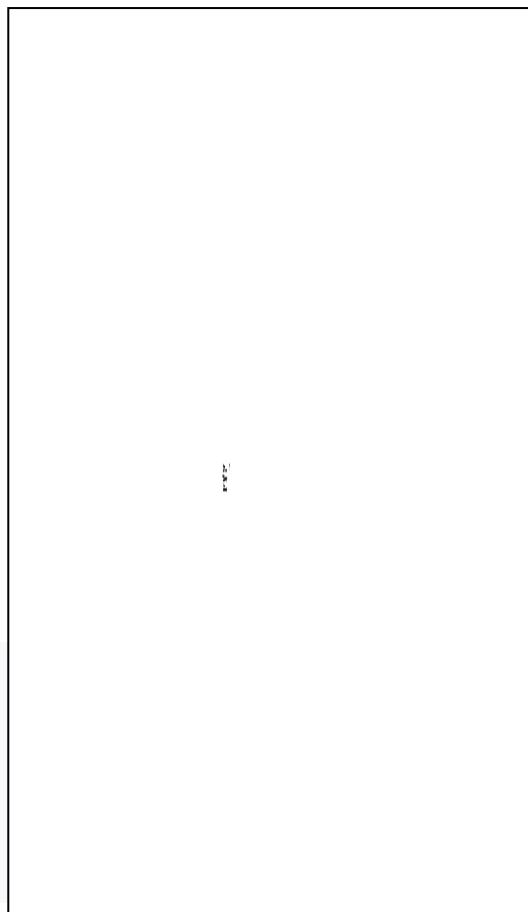
RÖRELSER PÅ LÖPBANDET

1. Innan du flyttar löpbandet bör du se till att basramen är i sitt lägsta läge, löpbandet är avstängt och att strömkontakten inte är ansluten i uttaget.

2. Sedan kan du lyfta upp löpbandets ena ände med två händerna för att flytta det framåt eller bakåt till önskat läge.

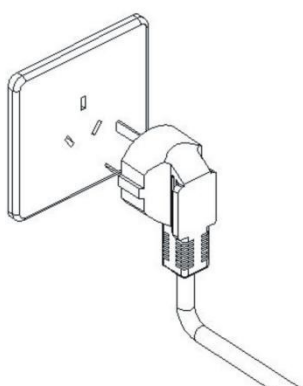
3. Lägg sedan ner det försiktigt.

När du har förstått stegen ovan, ta tag i änden på löpbandet med båda händerna och lyft maskinen. Se till att stå rakt för att kunna röra maskinen långsamt framåt eller bakåt. Ställ försiktigt maskinen på plats.



JORDNING

Löpbandet måste jordas med rätt uttag som är kompatibelt med lokala regler. Konsultera en elektriker för rådgivning. Jordningen ska vara under 220-240 V och matcha den typ av uttag som visas på bilden.



ANVÄNDNINGSANVISNING

1. Slå på strömmen, håll löpbandet utfällt i sitt lägsta läge och kontrollera att det fungerar normalt.
2. Fäst säkerhetsnyckelns sladd på dina kläder.
3. Säkerställ och kontrollera löpbandets funktion och stabilitet innan användning.
 - Du får inte stå på löpbandet för att starta det.
 - Det korrekta sättet att börja är att stå på sidospåren med händerna på styret.
 - När man trycker på startknappen börjar löpbandet köra med en hastighet på 1,0 km/h.
 - Tryck sedan på "+"-knappen för att ställa in hastigheten till 2,5–3,5 km/h. Ställ dig på löpbandet och börja springa.
4. Efter några minuter kan du öka hastigheten genom att trycka på "+"-knappen eller sänka hastigheten genom att trycka på "-"-knappen samtidigt som du håller i styret.
5. Under löpning trycker du på hastighetsvärdet för att ange önskad fast hastighet.
6. Du kan trycka på stoppknappen för att få motorn att stanna omedelbart.
8. Test av pulsvärde: När löpbandet är påslaget, håll händerna på pulssensorerna i metall för att se pulsvärdet (HRC) i displayfönstret. (Obs: Värdet är inte avsett för medicinska ändamål utan fungerar endast som referens.)

UNDERHÅLL AV LÖPBANDET

Ett korrekt underhåll är mycket viktigt för att försäkra sig om en felfri och funktionsduglig användning av löpbandet. Felaktigt underhåll kan orsaka skador på löpbandet eller minska dess livstid. Alla delar av löpbandet måste kontrolleras och dras åt regelbundet. Utslitna delar måste bytas ut omedelbart.

Smörjning

1. Hur kontrollerar man om man behöver fylla på silikonolja?

Du kan lyfta upp löpbandet och röra vid mitten på baksidan av löpremmen.

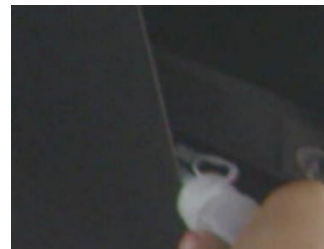
Om du får silikonolja på händerna (något fuktigt) betyder det att det finns tillräckligt med silikonolja.

2. Hur applicerar man silikonolja? Se bilden.

Steg ett: Stoppa löpbandet och vik ihop det.

Steg två : Lyft upp baksidan av löpremmen och spreja den med silikonolja, med början från mitten av löpremmen och sedan ut mot båda sidorna.

Steg tre: Kör i en hastighet på 1 km/h för att få en jämn fördelning av silikonoljan Steg fyra: Kliv försiktigt upp på löpbandet. Silikonoljan absorberas inom några minuter.



3. Hur man får ett löpremmen att fästa

Alla löpremmar justeras innan leverans från fabrik eller montering. Men efter en tid kan den se ut att sitta snett, vara lös eller glida av av följande skäl:

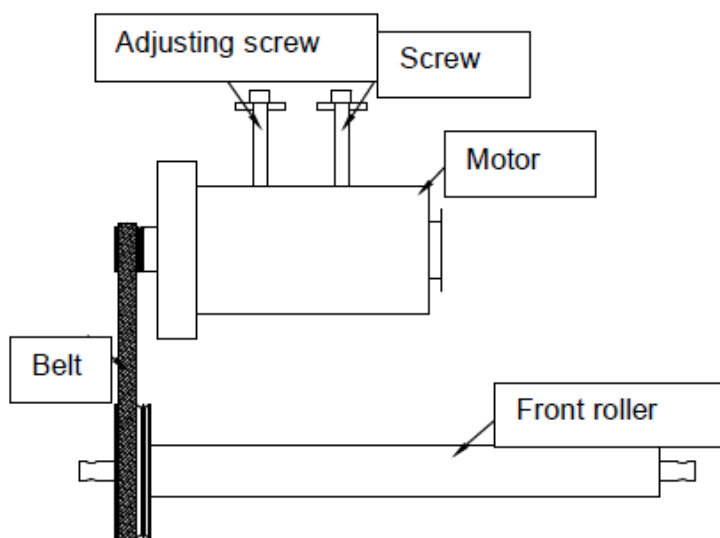
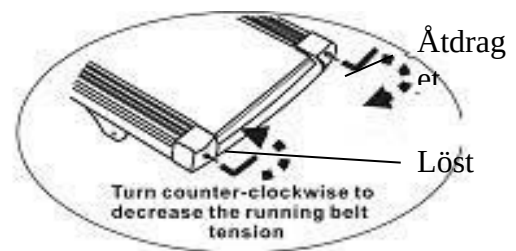
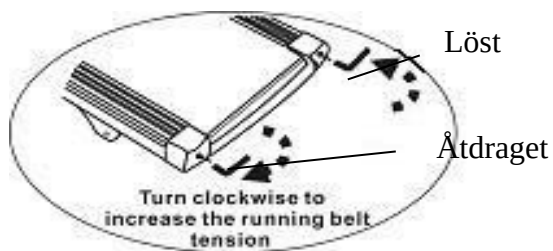
- Löpbandet står inte på en stabil yta eller är inte korrekt uppställt.
- Löpbandets fötter är inte placerade i dess mitt.
- Löparens tyngd är inte jämnt fördelad på fötterna.

Att köra löpbandet utan belastning i några minuter kan åtgärda ojämnheter som orsakats av användaren.

Om inte kan du justera remmen med hjälp av C.K.S-insexnyckeln 6 mm som finns i

tillbehörspåsen, genom att vrida justeringsskruven moturs, ett halvt varv i taget.

- Om den är till vänster vrids den vänstra spänningsskruven ett fjärdedels varv medurs och den högra spänningsskruven ett fjärdedels varv moturs.
- Om den är till höger vrids den högra spänningsskruven ett fjärdedels varv medurs och den högra spänningsskruven ett fjärdedels varv moturs.



Obs!

Om löpremmen sitter snett täcker garantin inte skadorna, och det krävs därför en tidig kontroll och korrigering, annars riskerar löpremmen att skadas allvarligt.

Löpbandet och hjulspåret måste rengöras regelbundet