

TCORX
PROFESSIONAL LINE

BEDIENUNGSANLEITUNG



POWER MAG



Übersetzung der Originalanleitung (Original in italienischer Sprache). Lesen Sie die Anleitung sehr aufmerksam und bewahren Sie sie stets griffbereit in der Nähe des Produkts auf.

Code: TOXPRFTRXPOMAG

Revision: 00

Ausgabe: 08/19



INHALTSVERZEICHNIS

1.0	SICHERHEITSHINWEISE.....S. 3 BESTIMMUNGSGEMÄSSER GEBRAUCH UND
1.1	GEGENANZEIGEN - KONVENTIONEN.....S. 4 AUFKLEBER AM PRODUKT.....S. 5
1.2	TECHNISCHE DATEN.....S. 6
1.3	
2.0	AUFSTELLORT DES PRODUKTS..... S. 7 HEBEN UND
2.1	TRANSPORT..... S. 8 MONTAGE DES
2.2	PRODUKTS..... S. 9 PRODUKT IN SENKRECHTER
2.3	POSITION..... S. 10 VERSCHIEBEN DES
2.4	PRODUKTS..... S. 11
3.0	TRAININGSPROGRAMM..... S. 12 VERWENDUNG DES
3.1	BRUSTGURTS (OPTIONAL)..... S. 13 PRAKTISCHE TIPPS ZUR
3.2	NUTZUNG DES GERÄTS..... S. 14 EINSTELLUNG VON
3.3	INTENSITÄT UND STEIGUNG..... S. 15
3.4	KONSOLENFUNKTIONEN - DISPLAY..... S. 16
3.5	KONSOLENFUNKTIONEN - TASTEN..... S. 17 ENTSPANNUNG
3.6	UND STRETCHING..... S. 18
4.0	WARTUNG UND SCHMIERUNG..... S. 19 ZENTRIEREN UND
4.1	SPANNEN DES LAUFBANDS..... S. 20 AUSTAUSCH DER
4.1	BATTERIEN..... S. 21
5.0	AUSSERBETRIEBNAHME - ENTSORGUNG..... S. 22
6.0	ERSATZTEILKATALOG - ERSATZTEILBESTELLUNG..... S. 22
6.1	EXPLOSIONSZEICHNUNG..... S. 23
6.2	ERSATZTEILLISTE..... S. 24
7.0	GARANTIE UND GEWÄHRLEISTUNG..... S. 25

- Lesen Sie vor Montage und Gebrauch diese Bedienungsanleitung und alle beiliegenden Anleitungen sorgfältig durch.
- Das Gerät ist nach Klasse S zertifiziert und für den privaten Gebrauch zu Hause sowie für den gemeinschaftlichen Gebrauch in Fitnessstudios geeignet. Bei Aufstellung in Fitnesscentern, Hotels, Vereinen oder privaten Clubs müssen die Benutzer ein sportärztliches Attest über ihre körperliche Eignung besitzen.
- Verwenden Sie das Gerät nur auf ebenem Untergrund und decken Sie Boden oder Teppich unter dem Gerät ab, um Schäden zu vermeiden.
- Stellen Sie sicher, dass jeder Benutzer die Anleitung verstanden hat, und beaufsichtigen Sie die ersten Trainingseinheiten. Bewahren Sie die Bedienungsanleitung stets griffbereit in der Nähe des Geräts auf.
- Stellen Sie sicher, dass das Gerät nur von Personen über 16 Jahren benutzt wird, die sich in guter körperlicher Verfassung befinden.
- Immer geeignete Sportkleidung tragen, die die Bewegungsfreiheit nicht einschränkt. Stets zum Laufen geeignete Sportschuhe verwenden. Keine Kleidung tragen, die die Atmungsaktivität behindert, und keine Schuhe mit Leder- oder anderen harten Sohlen.
- Beim Starten und Anhalten des Laufbands die Handläufe festhalten, um das Gleichgewicht zu halten. Während des Trainings die Herzfrequenz überwachen und die Trainingsintensität entsprechend anpassen.
- Treten während des Trainings Schwindel, Brustschmerzen oder Atemnot auf, brechen Sie das Training sofort ab und suchen Sie Ihren Arzt auf.
- Regelmäßig den festen Sitz der Schrauben an Ständern und Handläufen sowie den einwandfreien Zustand aller Geräteteile prüfen.
- Stellen Sie das Gerät NICHT in medizinischen Einrichtungen auf; das Produkt ist nicht für Rehabilitationszwecke geeignet.
- Stellen Sie KEINE Gläser oder Flaschen mit Getränken neben oder auf das Gerät.
- Die Konsolenfolie und die Kunststoffteile des Geräts NICHT mit spitzen Gegenständen, Bürsten, Scheuerschwämmen oder aggressiven Chemikalien beschädigen.
- Bauen Sie KEINE Teile des Geräts ab, außer wenn dieser Vorgang in der Bedienungsanleitung beschrieben ist.
- Stellen Sie das Gerät NICHT in Kellern, auf Terrassen oder in feuchten Räumen auf und setzen Sie es keinen Witterungseinflüssen (Regen, Sonne usw.) aus.
- Kinder und Haustiere NICHT in die Nähe des Geräts lassen. Sind Kinder oder Haustiere anwesend, muss das Gerät in einem abschließbaren Raum aufgestellt werden. • Das Gerät NIEMALS benutzen, wenn es beschädigt oder nicht in einwandfreiem Zustand ist. Bei Defekt und/oder Fehlfunktion das Gerät nicht mehr verwenden und keine Eingriffe vornehmen. Reparaturen nur von einem Fachkundendienst durchführen lassen.
- Während das Gerät benutzt wird, NICHT mit den Fingern in die Nähe beweglicher Teile kommen.
- Beim Training KEINE Kleidung aus Kunstfaser oder Wollmischgewebe tragen. Ungeeignete Kleidung kann hygienische Probleme verursachen und elektrostatische Aufladung erzeugen.

Das in dieser Anleitung beschriebene Sportgerät dient dem aeroben Training der Beine und simuliert die Bewegung beim Laufen. Regelmäßiges Training kann zur Erhaltung der Fitness beitragen. Das Produkt ist nach Klasse ‚S‘ ausgelegt und zertifiziert, für die gemeinschaftliche Nutzung im professionellen Bereich (Fitnesscenter und Studios), und kann auch privat im Haushalt verwendet werden. Das Produkt ist nicht für medizinische oder therapeutische Zwecke geeignet. Befolgen Sie alle Anweisungen und Warnhinweise dieser Bedienungsanleitung, um sicher zu trainieren. Intensive und lange Belastungen setzen eine gute körperliche Verfassung voraus; beachten Sie daher die nachfolgend aufgeführten Gegenanzeigen.

Die Benutzung des Produkts ist in folgenden Fällen untersagt:

- Benutzer unter 16 Jahren; • Benutzer, deren Gewicht die auf dem Typenschild und in den technischen Daten angegebene Grenze überschreitet; • Schwangere; • Benutzer mit Diabetes;
- Benutzer mit Herz-, Lungen- oder Nierenerkrankungen.

Die Herstellergarantie erlischt in folgenden Fällen (gesetzliche Rechte bleiben unberührt):

- nicht bestimmungsgemäßer Gebrauch abweichend von der Bedienungsanleitung; • Nichteinhaltung der Wartungsintervalle und -vorgaben; • Eingriffe am Produkt; • Verwendung nicht originaler Ersatzteile; • Nichtbeachtung der Sicherheitshinweise auf Piktogrammen und in der Bedienungsanleitung.

Diese Anleitung enthält alle Informationen zur Aufstellung, Wartung und richtigen Benutzung des Produkts. Alle Benutzer dieses Produkts müssen die Informationen in dieser Anleitung sorgfältig lesen, um das Produkt richtig und sicher zu verwenden.

Die Beachtung der Hinweise in dieser Anleitung dient Ihrer persönlichen Sicherheit und der Lebensdauer des Produkts. Sicherheitshinweise und wichtige Textstellen sind fett hervorgehoben und mit den nachfolgend erläuterten Symbolen gekennzeichnet.



Mit diesem Symbol gekennzeichnete Informationen weisen auf **GEFAHR hin. Gehen Sie besonders vorsichtig vor, um Verletzungen zu vermeiden.**



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

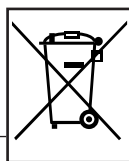
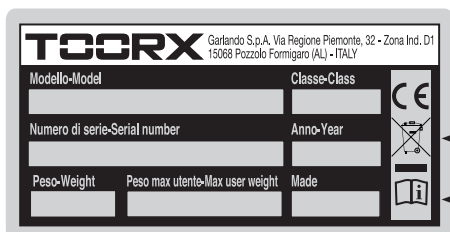
HINWEIS:

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

I.2

AUFKLEBER AM PRODUKT

Das Typenschild des Produkts enthält die wichtigsten Daten und die Seriennummer, die bei Kundendienstanfragen anzugeben ist.



Das Symbol der durchgestrichenen Mülltonne zeigt an, dass das Produkt gemäß den EU-Richtlinien zur Behandlung und Entsorgung gefährlicher Stoffe in Elektro- und Elektronikgeräten hergestellt ist. Das Produkt muss getrennt vom Hausmüll entsorgt werden.

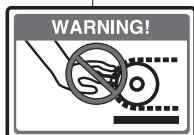
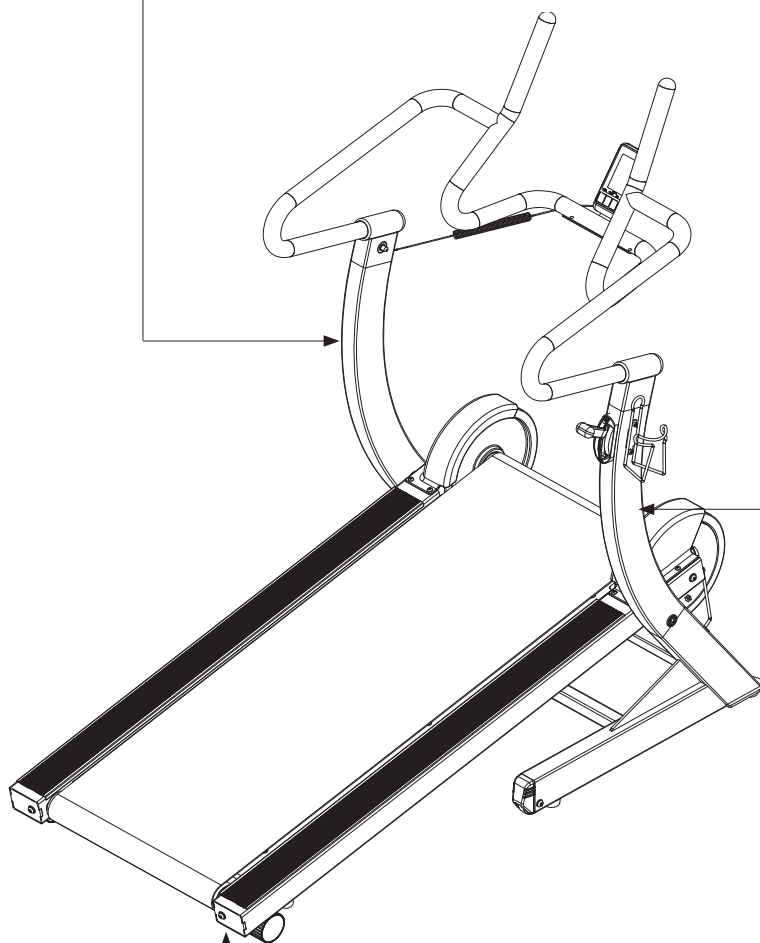


Vor der Benutzung des Produkts diese Anleitung mit den Hinweisen zur sicheren Benutzung aufmerksam lesen.



Das Laufband wird durch die Beinbewegung angetrieben. Auf einen plötzlichen Antritt reagiert das Band schnell und läuft durch seine Trägheit auch nach dem Anhalten noch etwas weiter.

Die Position von Handläufen und seitlichen Trittplätzen stets im Blick behalten, falls Sie das Training unterbrechen oder schnell vom Laufband absteigen müssen. Immer seitlich auf- und absteigen.



Warnhinweis: Einzugs- und Quetschgefahr für die Finger zwischen den Rollen und den Lamellen der Lauffläche, wenn sich Personen während der Benutzung den beweglichen Teilen nähern.



Vor der Benutzung des Produkts den eigenen Gesundheitszustand ärztlich abklären lassen.

I.3

TECHNISCHE DATEN

INTENSITÄTSEINSTELLUNG	Magnetbremse in 8 Stufen einstellbar
LAUFFLÄCHE	460 x 1250 mm - Bandstärke 1,6 mm
STEIGUNG	manuell in 3 Stufen einstellbar
MASSE AUFGEBAUT (LXTXH)	1400 x 765 x 1445 mm
MASSE ZUSAMMENGEKLAPPT (LXTXH)	765 x 670 x 1450 mm
NETTOGEWICHT	75 kg
BRUTTOGEWICHT	90 kg
MAX. BENUTZERGEWICHT:	180 kg
HERZFREQUENZMESSUNG:	integrierter HF-Empfänger (*)
KONSOLEANZEIGEN:	Zeit, Distanz, Geschwindigkeit, Kalorien, Puls, Erholungsindex
STROMVERSORGUNG KONSOLE	4 Batterien Typ Mignon 1,5 V - AA
KONFORMITÄT	Normen: EN ISO 20957-1:2013 (Klasse SB) - EN 957-6:2010+A1:2014 Richtlinien: 2001/95/EG - 2014/30/EU - 2014/35/EU - 2011/65/EU

(*) Der drahtlose HF-Empfänger des Produkts ist mit Polar®-kompatiblen, uncodierten Brustgurt-Sendern kompatibel.

GERÄUSCHPEGEL

Bei der Konstruktion wurden die Richtlinien zur Geräuschminderung befolgt und alle rotierenden Teile dynamisch ausgewuchtet. Der tatsächliche Geräuschpegel am Benutzerplatz liegt je nach Trainingsintensität zwischen 75 dB(A) und 85 dB(A).

Weitere Faktoren, die den Gesamtgeräuschpegel beeinflussen können: • die Expositionsdauer; • andere Geräte in Betrieb neben dem Produkt; • Art und Beschaffenheit des Gebäudes, in dem das Produkt betrieben wird; • Verwendung von Gehörschutz.

Die Geräuschemission lässt sich verringern durch: • angemessene Einstellung der Trainingsintensität; • regelmäßige Wartung der mechanischen Teile; • Verlegen schalldämmender Unterlagsmatten.

Länger andauernde Lärmbelastung kann gesundheitliche Beschwerden verursachen; daher ist geeignete persönliche Schutzausrüstung (z. B. Ohrstöpsel, Gehörschutz usw.) zu verwenden. Der Betreiber des Fitnesscenters ist in diesen Fällen gesetzlich verpflichtet: • die Expositionszeit durch eine maximale Benutzungsdauer zu begrenzen, • persönliche Schutzausrüstung bereitzustellen und die Benutzer in deren Gebrauch einzuweisen, • die Benutzer über die Risiken länger andauernder Lärmbelastung zu informieren.

2.0

AUFSTELLRAUM FÜR DAS PRODUKT

RAUMANFORDERUNGEN: • Der Raum für Aufstellung und Lagerung des Produkts muss: - belüftet, beleuchtet und temperiert (beheizt, klimatisiert) sein, - überdacht und ausreichend groß sein, - über geeignete künstliche und natürliche Beleuchtung verfügen, - ein oder mehrere Fenster zur Belüftung haben, - eine Betriebstemperatur zwischen 5°C und 32°C aufweisen, - eine relative Luftfeuchtigkeit zwischen 20% und 90% aufweisen. Das Gerät darf NICHT im Freien, in feuchten Räumen oder in salzhaltiger Luft aufgestellt werden.

BODENANFORDERUNGEN: • Der Boden für die Aufstellung muss: - vollkommen eben sein, - eine für das Produktgewicht ausreichende Tragfähigkeit haben. Empfindliche Bodenbeläge (z. B. Teppichboden oder Parkett) MÜSSEN an den Auflagepunkten mit einer Gummimatte oder Filzstücken geschützt werden.

SICHERHEITSANFORDERUNGEN: • Hinter dem Laufband MUSS ein freier Sicherheitsabstand von mindestens 2 Metern zur Wand eingehalten werden. Im Sicherheitsbereich dürfen KEINE Gegenstände stehen. • Das Produkt möglichst in einem abschließbaren Raum aufstellen, damit Kinder und Haustiere keinen Zugang haben. Während der Benutzung dürfen sich Kinder und Tiere dem Produkt nie nähern.

ANFORDERUNGEN AN DEN AUFSTELLRAUM: • Der Aufstellbereich darf nicht der Sonne ausgesetzt sein; bei großen Fensterflächen einen blickdichten Vorhang anbringen. Das Produkt von Klima- und Heizanlagen fernhalten, damit der Benutzer während des Trainings keinem Luftzug ausgesetzt ist. Das Produkt außerdem von elektromagnetischen Störquellen fernhalten, z. B. Fernseher, Elektromotoren, Antennen, Hochspannungsleitungen, Funksender, WLAN-Netze usw.;



GEFAHR

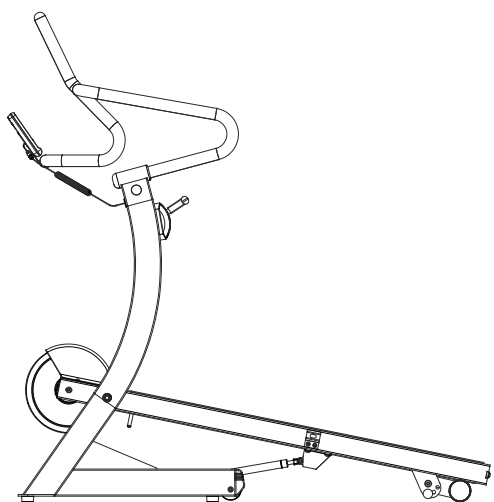
Die Verpackung unterliegt der Verordnung (EU) 2025/40; beachten Sie bei der Entsorgung die örtlichen Vorschriften zur Verwertung und zum Recycling.

Verpackungsteile (Karton und Beutel) dürfen nicht in Reichweite von Kindern bleiben, da sie eine Gefahrenquelle darstellen können.



ACHTUNG

Die Originalverpackung möglichst nicht beschädigen und aufbewahren, falls das Produkt Mängel aufweist und eine Reparatur im Rahmen der Gewährleistung nötig wird.



2 m

**Mindestabstand zur Wand
(Freiraum)**

2.1**HEBEN UND TRANSPORT**

Zum Heben und Transportieren des verpackten Produkts ausschließlich einen Hubwagen (hydraulisch oder elektrohydraulisch) mit ausreichender Tragfähigkeit verwenden. Bei jedem anderen Hilfsmittel entfällt der Versicherungsschutz für Schäden, die beim Transport, Abladen, Heben und Bewegen am Produkt entstehen.

Heben, Abladen und Verschieben des Produkts dürfen nur von qualifiziertem, entsprechend ausgerüstetem Personal durchgeführt werden.

Zum Heben und Bewegen des verpackten Produkts einen Handhubwagen oder Gabelstapler verwenden. Die Gabeln mittig unter die Palette an der Längsseite des Produkts schieben. Die Tragfähigkeit des Hebergeräts muss für die Last (90 kg) ausreichen. Das verpackte Produkt anheben und in die Nähe des gewählten Aufstellorts bringen.

Die Verpackung besteht aus einem Karton; das Produkt ist darin mit Schutzmaterial umhüllt und mit Umreifungsbändern gesichert.

Zum Öffnen die Umreifungsbänder und Metallklammern durchtrennen und das gesamte Schutzmaterial entfernen; anschließend muss das Produkt von mindestens 4 Personen angehoben und am Aufstellort abgesetzt werden.

2.2

MONTAGE DES PRODUKTS



Das vormontierte Laufband muss von mindestens vier Personen oder mit geeigneten mechanischen Hebemitteln angehoben und bewegt werden.

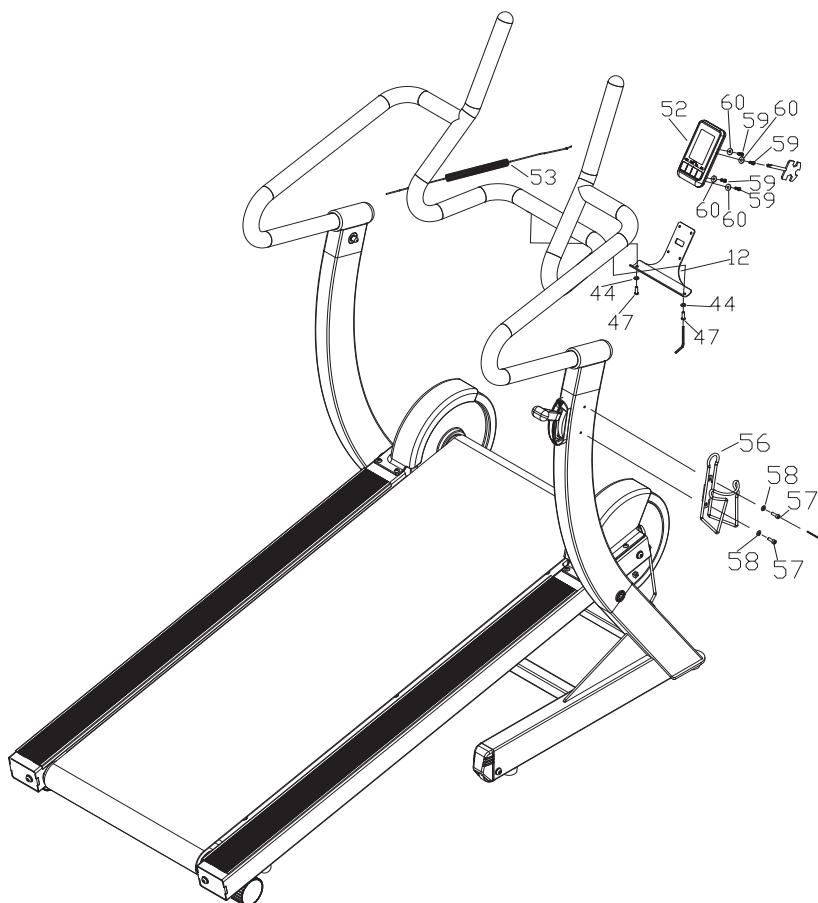
Für eine sichere Montage müssen die folgenden Schritte von zwei Personen ausgeführt werden.

Auspacken und Ausrichten des Laufbands Nach dem Öffnen der Originalverpackung das montierte Laufband mit geeigneten mechanischen Hebemitteln anheben und am gewählten Aufstellort auf den Boden stellen. Alle Teile aus dem Karton nehmen und montagebereit auf dem Boden auslegen. Bodenunebenheiten mit den hinteren Stellfüßen ausgleichen, bis der Rahmen vollständig aufliegt.

Montage der Konsole • Die Konsolenhalterung 12 mittig am Handlauf 03 befestigen: zwei Schrauben 47 [M6x25] mit Unterlegscheiben 44 [Ø6.5xØ12x1.5T] mit dem Innensechskantschlüssel festziehen.

• Die Befestigungsbohrungen der Konsole 52 auf die Halterung 12 ausrichten und die Konsole mit einem Kreuzschlitzschraubendreher mit vier Schrauben 59 [M4] und Unterlegscheiben 60 [M4] befestigen. Den Stecker des Verlängerungskabels 53 des Geschwindigkeitssensors in die Klinkenbuchse auf der Rückseite der Konsole stecken.

• Den Flaschenhalter 56 mit zwei Schrauben 57 [M5] und Unterlegscheiben 58 [M5] am rechten Ständer befestigen.



2.3

PRODUKT IN SENKRECHTER POSITION

Das Produkt kann bei Nichtgebrauch platzsparend senkrecht aufgestellt werden; gehen Sie dazu wie folgt vor.

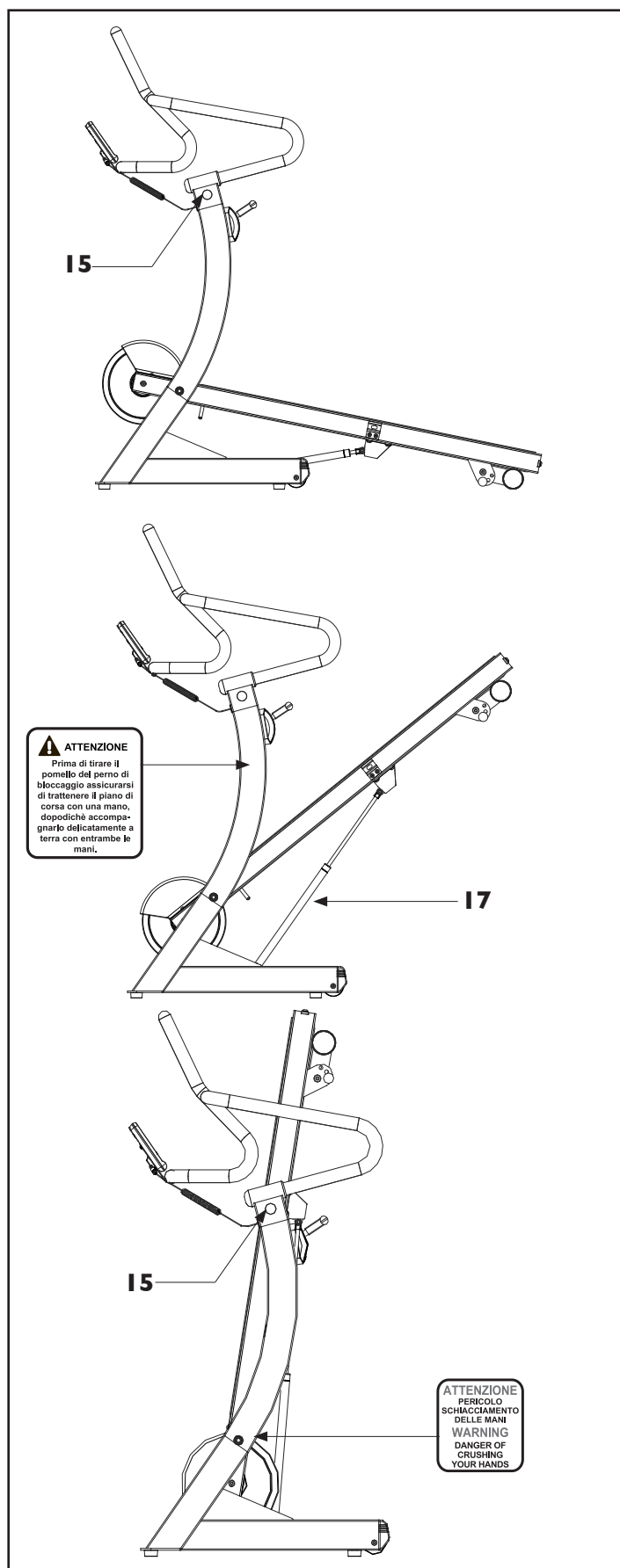


- Beim Hochklappen der Laufläche darauf achten, dass die Finger nicht zwischen Laufläche und Ständern oder Handlauf eingeklemmt werden.
- Nach Erreichen der senkrechten Position und vor dem Loslassen sicherstellen, dass der Verriegelungsbolzen richtig eingerastet ist: dazu die Laufläche mit den Händen nach unten drücken.
- Die Laufläche am hinteren Ende mit beiden Händen anheben, bis zum Handlauf hochführen und weiter anheben, bis der Verriegelungsbolzen 15 einrastet.

- Die Gasdruckfeder 17 am Fuß unterstützt das Hoch- und Herunterklappen der Laufläche.



- Gefahr durch herabfallende Laufläche. Vor dem Ziehen am Knopf des Verriegelungsbolzens die Laufläche festhalten; nach dem Entriegeln die Laufläche mit beiden Händen langsam zu Boden führen.
- Zum Zurückklappen in die waagrechte Position das hintere Ende der Laufläche mit der rechten Hand fassen und mit der linken Hand am Knopf des Verriegelungsbolzens 15 ziehen, bis die Laufläche entriegelt ist. Dann die Laufläche mit beiden Händen an den hinteren Ecken langsam absenken, bis sie vollständig auf dem Boden aufliegt.



2.4

TRANSPORT DES PRODUKTS

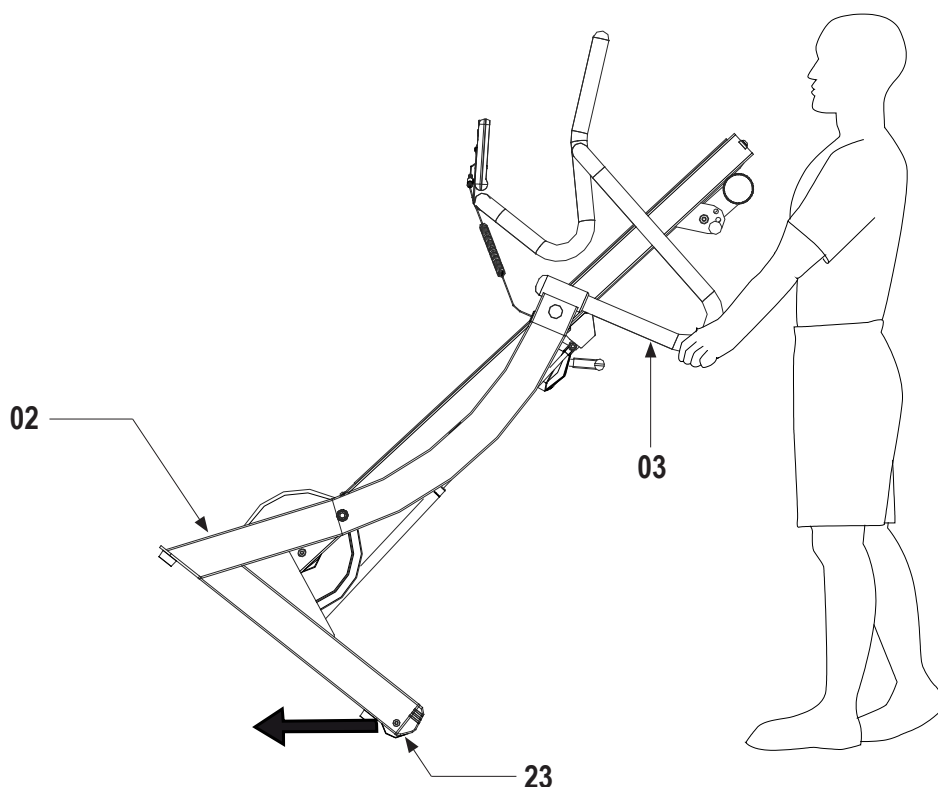


• Wegen des hohen Gewichts das Anheben des hinteren Teils und das Verschieben des Geräts immer zu zweit durchführen.

• Beim Anheben des vorderen Geräteteils aus den Beinen heraus heben, um den unteren Rücken nicht zu überlasten.

• Der Ständerrahmen 02 ist mit zwei Rollen 23 ausgestattet.

Zum Verschieben innerhalb des Raums den Handlauf 03 fassen, das Gerät kippen, bis es auf den Rollen 23 im Gleichgewicht ist, und es auf den beiden Rollen an die gewünschte Stelle schieben; danach mit Kraft aus den Armen langsam absenken.



3.0

TRAININGSPROGRAMM

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

- niedrige Intensität: bei einer Herzfrequenz zwischen 60% und 75% wird mit geringer Belastung trainiert; - mittlere Intensität: bei einer Herzfrequenz zwischen 75% und 85% wird im aeroben Bereich trainiert; - hohe Intensität: bei einer Herzfrequenz zwischen 85% und 100% wird im anaeroben Bereich trainiert.



Training im anaeroben Bereich ist nur gut trainierten Leistungssportlern gestattet.

Das Training mit dem Produkt gliedert sich in drei Phasen.

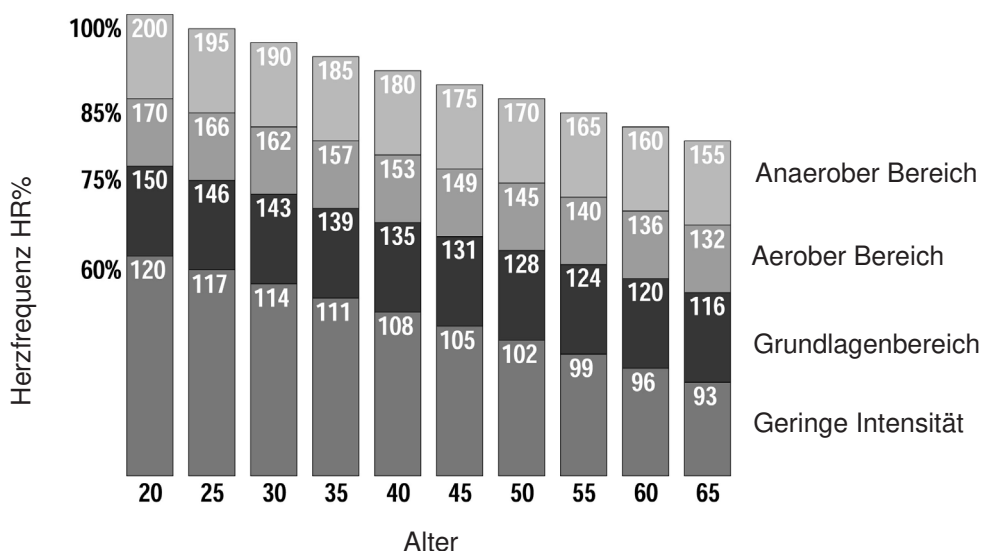
AUFWÄRMEN: Machen Sie vor dem Training mit dem Produkt stets einige Übungen zum Aufwärmen und Lockern der Muskulatur, um den Körper auf die Belastung vorzubereiten.

TRAINING: Beginnen Sie mit geringer Belastung und steigern Sie nach dem Aufwärmen die Intensität schrittweise, bis die Herzfrequenz den gewünschten Zielwert erreicht. Halten Sie die Herzfrequenz im gewünschten Trainingsbereich konstant. In den ersten Wochen sollten die Trainingseinheiten nicht länger als 20 Minuten dauern; mit zunehmender Übung können sie auf bis zu 60 Minuten verlängert werden.

ABKÜHLEN: Entspannen Sie sich nach dem Training einige Minuten mit Dehnübungen.



ACHTUNG: Bei gewerblicher und/oder gemeinschaftlicher Nutzung ist die Anwesenheit eines Personal Trainers oder eines erfahrenen Benutzers erforderlich, der diese Anleitung sorgfältig gelesen hat und das Produkt sowie die Grundlagen des Ausdauer- und Herz-Kreislauf-Trainings gut kennt.



3.1

VERWENDUNG DES BRUSTGURTS (OPTIONAL)



- Lesen Sie vor der Verwendung des Brustgurts die Anweisungen auf dieser Seite und gegebenenfalls die des Herstellers sorgfältig durch.

- Trennen Sie den Sender nach jedem Gebrauch vom elastischen Gurt, reinigen Sie beide von Schweiß und trocknen Sie sie gründlich ab.

- Reinigen Sie den Sender mit einem feuchten Tuch und milder Seife. Waschen Sie den elastischen Gurt regelmäßig, z. B. in der Waschmaschine mit der Sportkleidung bei unter 40 °C.

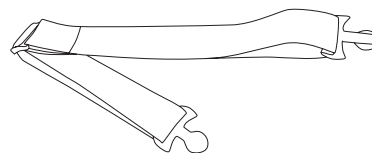
- Bewahren Sie Gurt und Sender nicht in Schubladen, geschlossenen Beuteln oder anderen Behältern auf; hängen Sie sie am besten an die Wand, damit sie vollständig trocknen.

- Zeigt das Display Pulse durch Funkstörungen oder eine Fehlfunktion von Brustgurt oder Empfänger unplausible Werte, keine HR-Programme verwenden.

Dieses Gerät hat einen integrierten Empfänger, der mit uncodierten Polar®-Brustgurtsendern kompatibel ist. Ein oder mehrere Brustgurte sind auf Anfrage erhältlich, auch für die gemeinschaftliche Nutzung.

1) Haken Sie ein Ende des Senders am elastischen Gurt ein. 2) Stellen Sie die Länge des Gurts mit der Schnalle passend zu Ihrem Brustumfang ein. Legen Sie den Gurt direkt unterhalb der Brustmuskeln an (siehe Abbildung) und haken Sie das andere Ende am Sender ein. 3) Heben Sie den Sender an und befeuchten Sie die Elektroden auf der Rückseite mit nassen Fingern. 4) Prüfen Sie, ob die Elektrodenfläche gut auf der Haut aufliegt.

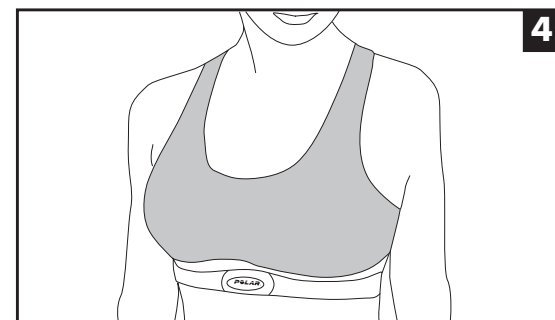
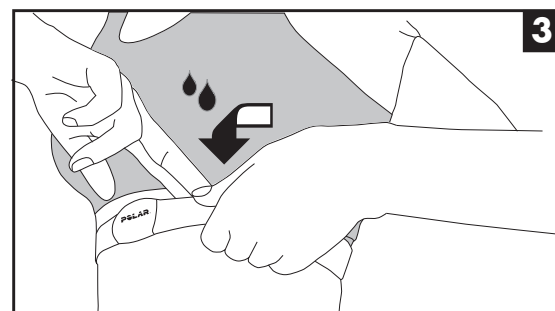
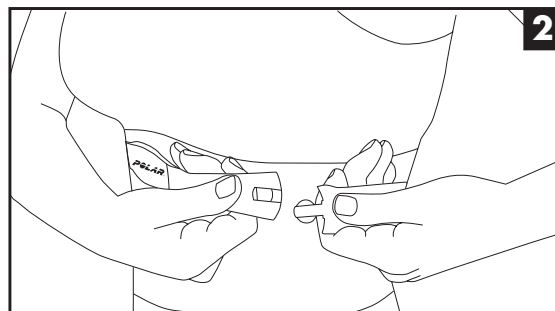
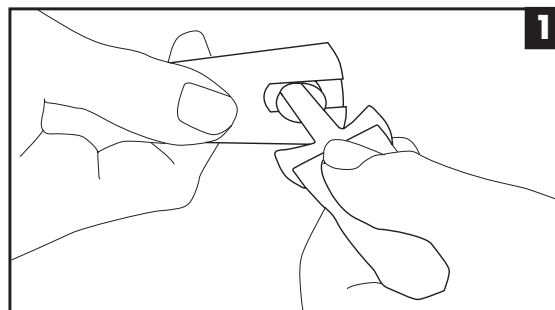
Die über den Brustgurt gemessene Herzfrequenz ist nur ein Richtwert zur Überwachung der Herzfrequenz im gewählten Trainingsbereich und zur Orientierung beim Kalorienverbrauch. Der vom Sender gemessene Wert ist in keinem Fall als medizinischer Wert zu betrachten.



Elastischer Gurt



Sender



3.2

PRAKTISCHE TIPPS ZUR BENUTZUNG



- Das Gerät nur unter Aufsicht von qualifiziertem Personal benutzen, das die Grundlagen zum sicheren Gebrauch des Produkts vermitteln kann.
- Dieses Laufband erfordert eine Einweisung durch einen erfahrenen Trainer. Die Lauftechnik unterscheidet sich von der auf einem herkömmlichen Laufband.
- Das Gerät hat keine Notstopp-Bremse.
- Das Gerät darf nicht von mehreren Personen gleichzeitig benutzt werden.
- Nicht barfuß benutzen; Laufschuhe ohne Stollen oder grobes Sohlenprofil tragen.
- Beim Aufsteigen zuerst auf die seitlichen Trittplächen und dann auf das Band treten, nachdem Sie die Handläufe fest gegriffen haben.
- Das Laufband hat eine erhebliche Trägheit; es stoppt daher nicht sofort, und die Auslaufzeit hängt von der Geschwindigkeit ab.
- In den ersten Trainingseinheiten das Gerät vorsichtig benutzen. Bei Bedarf die Handläufe verwenden. Nicht versuchen, die Laufrichtung zu ändern; Gesicht und Körpervorderseite stets zur Konsole gerichtet halten.
- Bei diesem Gerät steigert man die Geschwindigkeit leicht unbewusst. Abrupte Beschleunigungen über die eigene Leistungsfähigkeit hinaus vermeiden, sonst droht beim Abbremsen ein unkontrollierter, gefährlicher Laufstil.
- Das Laufband wird durch die Beinbewegung angetrieben. Auf einen plötzlichen Antritt reagiert das Band schnell und läuft durch seine Trägheit auch nach dem Anhalten noch etwas weiter.
- Die Position von Handläufen und seitlichen Trittplächen stets im Blick behalten, falls Sie das Training unterbrechen oder schnell vom Laufband absteigen müssen. Immer seitlich auf- und absteigen.



- Beim Absteigen vorsichtig sein: Dieses Modell mit geneigter Lauffläche ist höher als ein herkömmliches Laufband – vor allem nach einem Lauf, der die Beinmuskulatur stark beansprucht hat.

Machen Sie sich bei der ersten Benutzung mit den Funktionen der Konsole und dem Gefühl des laufenden Bands unter den Füßen vertraut.

- Die Konsole schaltet sich ein, sobald Sie auf dem Laufband zu gehen beginnen oder eine beliebige Taste drücken.
- Bei Bedarf Zielwerte (Distanz, Dauer, Kalorien) an der Konsole einstellen (siehe folgende Abschnitte). Bei der Dauer (Time) läuft die Zeit rückwärts bis null.
- Mit normalem Tempo und lockerem Schritt zu gehen beginnen; einige Zeit langsam bleiben, um sich an das Gerät zu gewöhnen.
- Das Gerät schrittweise nutzen. Die seitlichen Handläufe beim normalen Gehen oder langsamen Laufen verwenden, den mittleren Handlauf für mehr Abdruck beim schnelleren Laufen.
- Während des Trainings konzentriert bleiben, um Unfälle zu vermeiden. Eine korrekte Laufhaltung mit den verschiedenen Griffpositionen der Handläufe einnehmen, nach vorne blicken und die Haltung besonders bei höherem Tempo nicht verändern.
- Während des Trainings die Herzfrequenz regelmäßig mit dem Herzfrequenzmesser (optional) kontrollieren; der Wert erscheint im Display „PULSE“.

3.3

EINSTELLUNG VON INTENSITÄT UND STEIGUNG

EINSTELLUNG DER TRAININGSINTENSITÄT

- Die Trainingsintensität wird mit dem Hebel 16 (acht Positionen) am rechten Ständer eingestellt.
- Hebel nach unten: Die Bremswirkung der Magnetbremse und damit die Intensität steigt. Hebel nach oben: Die Bremswirkung und damit die Intensität sinkt.

HINWEIS:

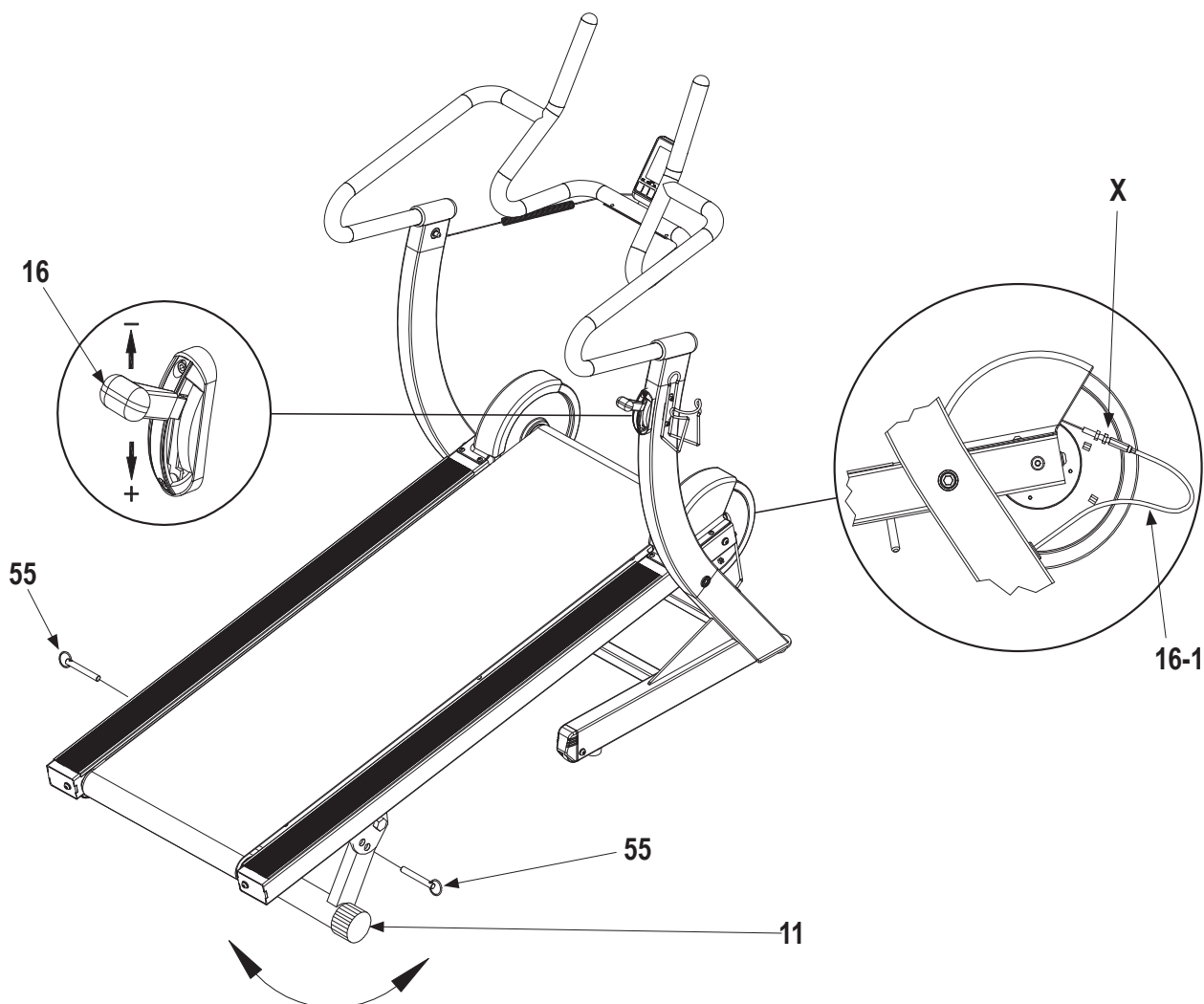
Mit der Zeit dehnt sich das Stahlseil 16-1, wodurch die Bremswirkung nachlässt; die richtige Spannung dann an der Stellschraube X wiederherstellen.

EINSTELLUNG DER LAUFFLÄCHE

- Die Neigung der Lauffläche lässt sich an der hinteren Auflage manuell in drei Stufen einstellen.
- Dazu den hinteren Teil der Lauffläche anheben und den Einstellbolzen 55 der hinteren Auflage 11 in eine der drei Positionen (Bohrungen) stecken.

HINWEIS:

Für den rechten und den linken Bolzen muss dieselbe Bohrung gewählt werden.



3.4

KONSOLENFUNKTIONEN – DISPLAY

GESCHWINDIGKEIT - [Speed] - Zeigt die GESCHWINDIGKEIT des Laufbands in km/h. .

DAUER - [Time] - Zeigt die seit Trainingsbeginn vergangenen Minuten oder die verbleibende Zeit von der eingestellten Dauer bis null.

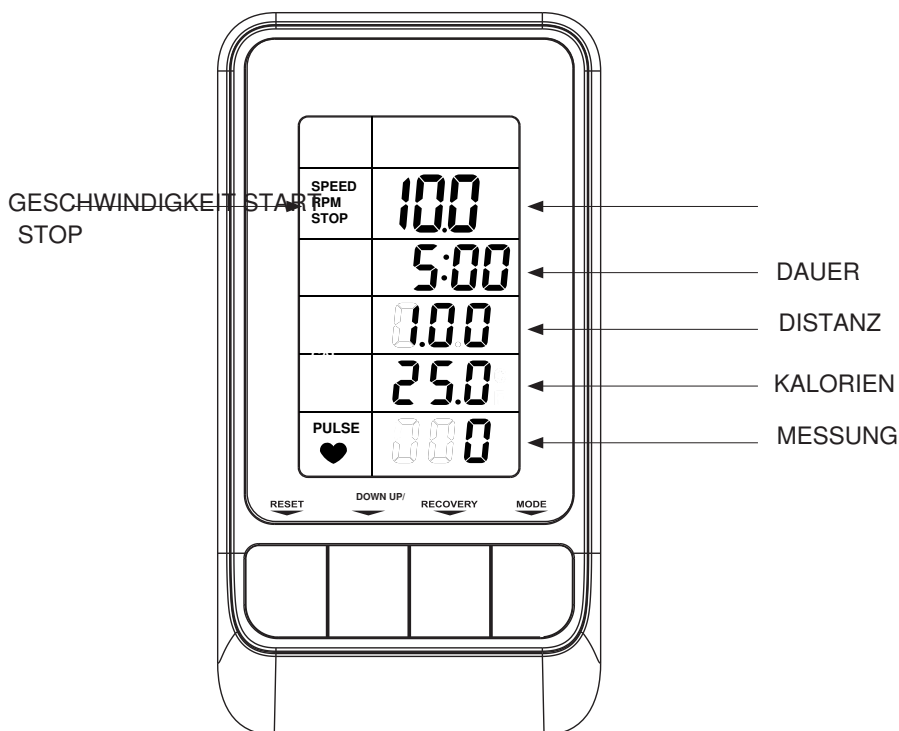
DISTANZ - [Distance] - Zeigt die seit Trainingsbeginn zurückgelegte DISTANZ oder die verbleibende Strecke von der eingestellten Distanz bis null.

KALORIEN – Zeigt die seit Trainingsbeginn verbrauchten Kalorien oder die Restkalorien vom eingestellten Wert bis null (*) (Kalorien bei Trainingsende).

PULS - [Pulse] - Zeigt die HERZFREQUENZ, gemessen über die Handsensoren an den Handläufen oder über den Brustgurt (optional). Der Wert wird in bpm (Schläge pro Minute) angegeben (*).

START/STOP - Zeigt den aktuellen Status: Start = Training läuft, Stop = Training angehalten.

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



3.5

KONSOLENFUNKTIONEN – TASTEN

Taste MODE Vor Trainingsbeginn MODE drücken, um eine Trainingsart zu wählen: Dauer (Time), Distanz (Distance), Kalorien (Calorie), Puls (Pulse).

Tasten UP und DOWN Vor Trainingsbeginn mit UP und DOWN einen Trainingswert einstellen: Dauer, Distanz, Kalorien, Puls. Taste gedrückt halten, um den Wert schnell zu ändern.

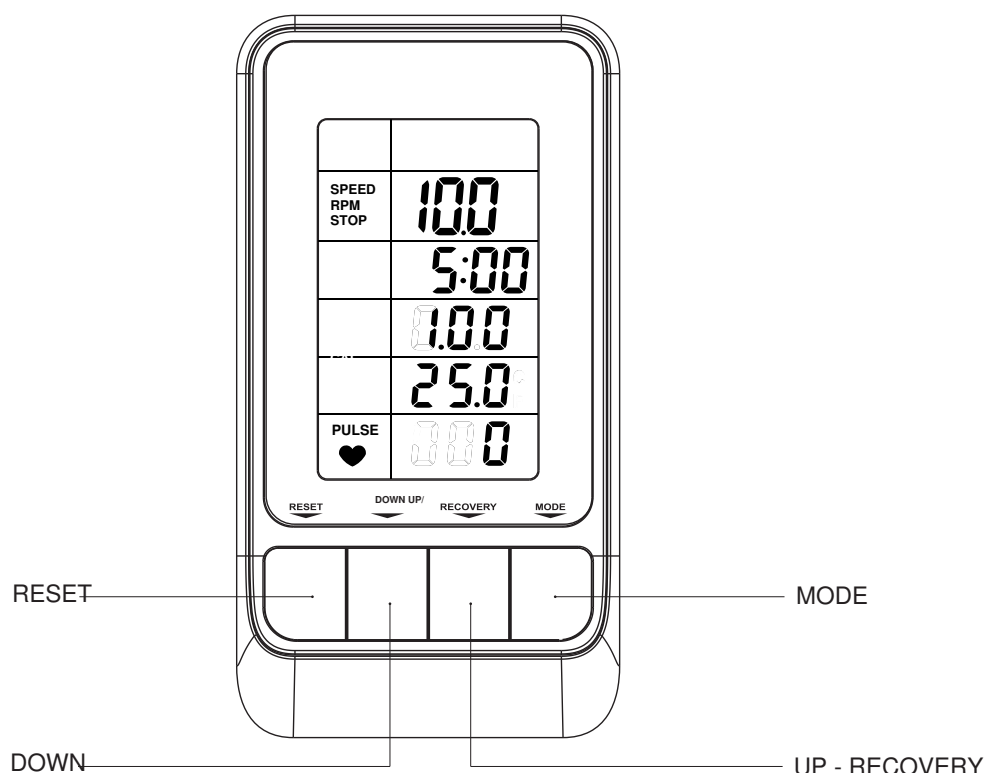
Taste RESET Während der Einstellung RESET drücken, um den eingestellten Wert der gewählten Funktion zu löschen. RESET mindestens drei Sekunden gedrückt halten, um das laufende Training zurückzusetzen, alle Daten zu löschen und zum Ausgangszustand zurückzukehren.

Auto On/Off Zum Einschalten der Konsole einfach losgehen – so wird der Stromkreis mit Energie versorgt. Im Ausgangsmodus schaltet sich die Konsole nach 4 Minuten ohne Benutzung (nachdem Sie aufgehört haben zu gehen) automatisch aus.

Taste RECOVERY Nach dem Training die Taste UP-RECOVERY drücken, um einen Erholungsindex als Richtwert für Ihren Trainingsfortschritt zu erhalten.

Für den Test muss ein Brustgurt zur Herzfrequenzmessung getragen werden.

Es wird empfohlen, den Test wöchentlich nach einem Training mit gleichbleibender Dauer von 30 Minuten durchzuführen: am Ende mit dem Laufen aufhören und die Taste „RECOVERY“ drücken. Nach einem Countdown von 60 Sekunden zeigt das Display den ermittelten Index in sechs Stufen an: P $\geq$ 50 = F1 = HERVORRAGEND P $\geq$ 40 = F2 = SEHR GUT P $\geq$ 30 = F3 = GUT P $\geq$ 20 = F4 = BEFRIEDIGEND P $\geq$ 10 = F5 = AUSREICHEND P<10 = F6 = UNGENÜGEND.



3.6

ENTSPANNUNG UND STRETCHING

Nach jedem Training 5 bis 10 Minuten mit Dehnübungen abwärmen. So klingt das Training ruhig aus.

1 - Rumpfbeuge Mit gestreckten Beinen nach vorne beugen, bis die Finger die Füße erreichen.

2 - Wadendehnung Nach vorne geneigt mit den Händen an der Wand abstützen, das rechte Bein nach vorne, das linke gestreckt nach hinten.

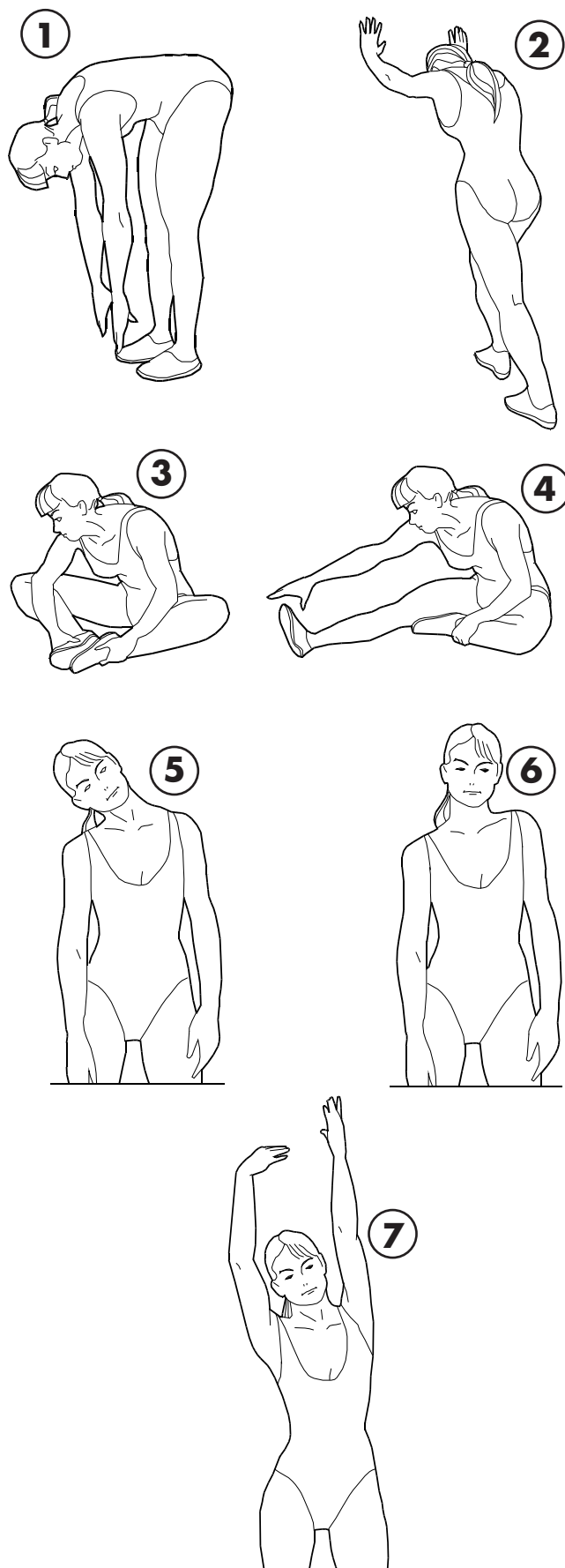
3 - Oberschenkeldehnung Hinsetzen, Schuhsohlen aneinander, Knie nach außen. Die Knie langsam Richtung Boden drücken.

4 - Beindehnung Mit gestrecktem rechtem Bein hinsetzen. Die linke Schuhsohle an die Innenseite des rechten Oberschenkels legen. Zum rechten Fuß strecken. Entspannen, dann Seite wechseln.

5 - Nackenrotation Den Kopf nach rechts drehen und die Dehnung der Nackenmuskeln spüren, dann nach links, nach vorne und nach hinten – stets sehr langsam.

6 - Schulterübung Die rechte Schulter zum Ohr heben und bis 3 zählen. Schulter wechseln und wiederholen.

7 - Armdehnung Die Arme öffnen und über den Kopf heben. Den rechten Arm so weit wie möglich zur Decke strecken und die Dehnung der rechten Seite spüren. Seite wechseln und wiederholen.



4.0

WARTUNG UND SCHMIERUNG



GEFAHR

Das Gerät stets sauber und staubfrei halten.

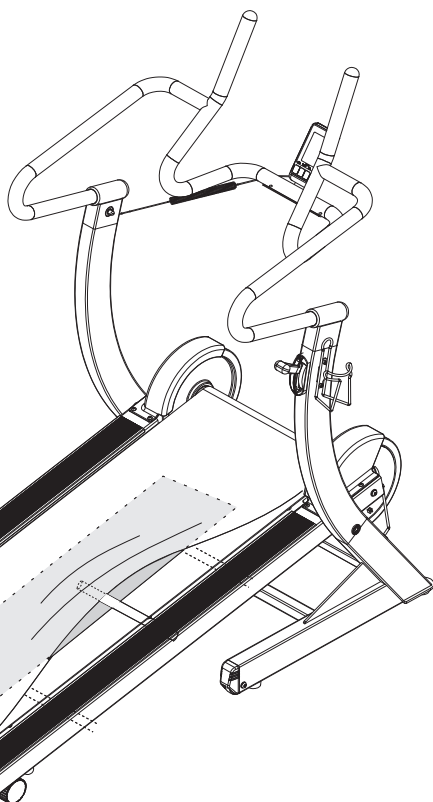
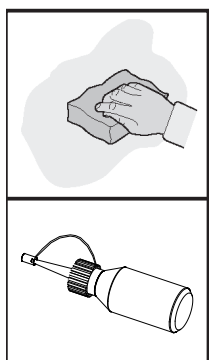


ACHTUNG

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

KEINE Lösungsmittel mit Erdölderivaten wie Aceton, Benzol oder chlorhaltige Öle, Tetrachlorkohlenstoff oder Ammoniak verwenden; sie können Kunststoff-, Gummi- und Schaumstoffteile beschädigen und angreifen.

- Lauffläche und seitliche Trittflächen wöchentlich mit einem Schwamm und Wasser mit Neutralseife reinigen; außerdem das Laufband senkrecht hochklappen und den Boden darunter absaugen.
- Die Konsole mit einem feuchten, nicht nassen Tuch reinigen.
- Beim Reinigen nicht zu fest über das Bedienfeld reiben.



ACHTUNG

Das Laufbrett mit einem geeigneten, handelsüblichen Silikon-Schmierspray schmieren, sobald es trocken wirkt. Das verringert die Reibung und verlängert die Lebensdauer von Laufbrett und Laufband.

Die Schmierung des Laufbretts ist wichtig und muss vor der Benutzung erfolgen. Ohne Schmierung verschleißten Laufband und Laufbrett vorzeitig.

Das Laufbrett muss bei der ersten Benutzung des Produkts geschmiert werden. Beachten Sie auch: Zu viel Schmiermittel lässt das Band auf den Rollen rutschen, und an überschüssigem Öl seitlich des Bands sammelt sich Staub, der verklebt und den Lauf schwergängig macht.

- Das Laufband alle 50 ÷ 60 Betriebsstunden oder alle 300 km wie folgt schmieren.
- Den Rand des Laufbands auf der linken Seite anheben.
- Mit dem mitgelieferten Schmiermittel zehn Tropfen Öl unter das Band geben und möglichst in der Mitte des Laufbretts verteilen. Alternativ kann ein Silikon-Schmierspray (nicht im Lieferumfang) verwendet werden: vier Sprühstöße zu je zwei Sekunden.
- Den Vorgang auf der rechten Seite des Laufbands wiederholen.
- Einige Minuten auf dem Band gehen, um das Schmiermittel auf dem Laufbrett zu verteilen.

4.1

ZENTRIEREN UND SPANNEN DES LAUFBANDS



ACHTUNG

Ungewöhnliche Geräusche zeigen, dass das Laufband nicht richtig auf den Rollen zentriert oder zu straff bzw. zu locker gespannt ist. Die Position des Bands auf den Rollen dann mit dem mitgelieferten Innensechskantschlüssel einstellen.

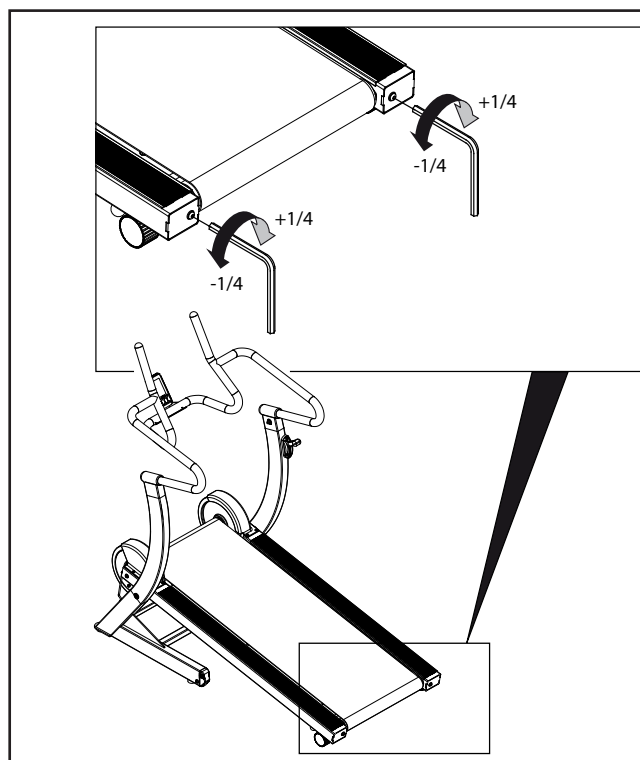
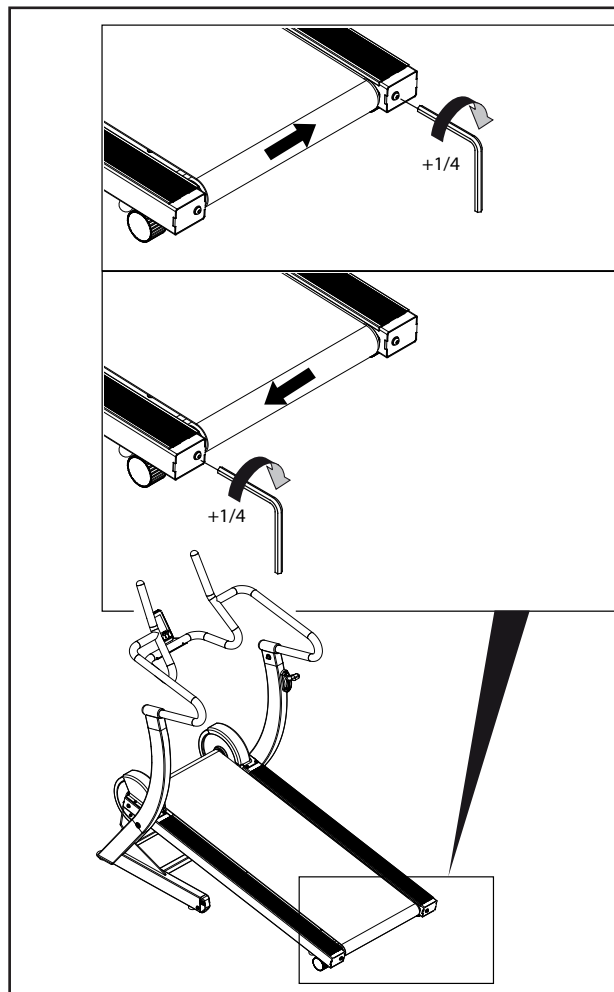
- Läuft das Band nach rechts, die rechte Einstellschraube jeweils um eine Vierteldrehung im Uhrzeigersinn drehen.
- Nach jeder Einstellung das Laufband laufen lassen, um das Ergebnis zu prüfen.
- Läuft es weiter nach rechts, die linke Schraube um eine Vierteldrehung gegen den Uhrzeigersinn drehen. Läuft das Band nach links, gilt dasselbe sinngemäß.



ACHTUNG

Die Spannschrauben jeweils höchstens 1/4 Umdrehung drehen. Zu hohe Bandspannung führt zu vorzeitigem Verschleiß des Bands und der Rollenlager.

- Ist das Band zu locker, beide Schrauben um eine Vierteldrehung im Uhrzeigersinn anziehen; ist es zu straff, beide Schrauben um eine Vierteldrehung gegen den Uhrzeigersinn lösen.



4.2

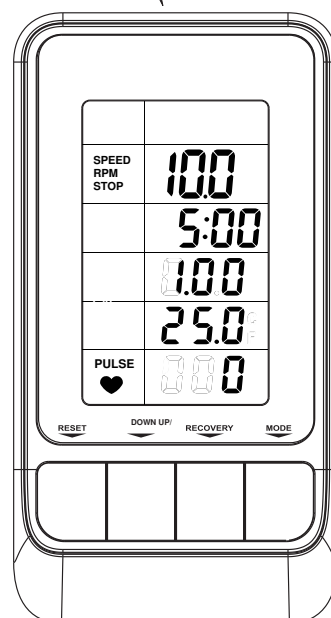
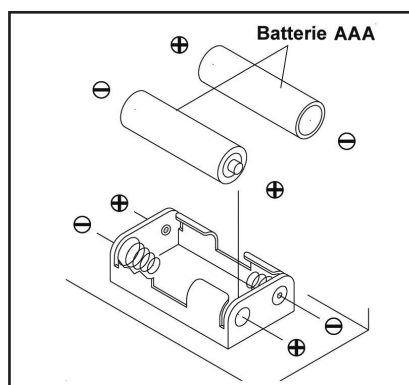
AUSTAUSCH DER BATTERIEN



GEFAHR

- Auf die Polarität achten: Lage von Plus- und Minuspol anhand des Aufdrucks prüfen.
- Verbrauchte Batterien nicht ins Feuer werfen.
- Verbrauchte Batterien nicht mit dem Hausmüll entsorgen. In den dafür vorgesehenen Batterie-Sammelbehältern getrennt entsorgen.
- Verbrauchte Batterien nicht aufladen; nur neue Micro-Batterien (Typ AAA) verwenden.

Zeigt das Display die Ziffern nur noch verzögert an, müssen die Batterien gewechselt werden. Dazu die Abdeckung auf der Rückseite des Computers abnehmen, die leeren Batterien herausnehmen und durch zwei neue Micro-Batterien (Typ AAA) ersetzen.



5.0

AUSSERBETRIEBNAHME – ENTSORGUNG



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

Dieses Produkt darf NICHT über den Hausmüll entsorgt werden, sondern muss (in den Staaten der Europäischen Union) getrennt bei den dafür vorgesehenen Sammelstellen zur Entsorgung und Verwertung abgegeben werden.



Die CE-Kennzeichnung bedeutet, dass das Produkt der RoHS-Richtlinie 2011/65/EU entspricht und keines der eingebauten elektrischen und elektronischen Bauteile bestimmte gesundheitsgefährdende Stoffe über den zulässigen Grenzwerten enthält.

Die Garlando S.p.A. empfiehlt, auch außerhalb der Europäischen Union die örtlichen Vorschriften zur Entsorgung und zum Recycling zu beachten und nach Möglichkeit die getrennte Sammlung von Elektro- und Elektronikgeräten sowie der zahlreichen wiederverwertbaren Bestandteile (z. B. Eisen, Kupfer, Kunststoffe) zu nutzen.

6.0

ERSATZTEILKATALOG – BESTELLUNG VON ERSATZTEILEN

Zur Bestellung von Ersatzteilen beachten Sie die Explosionszeichnung auf der folgenden Seite.

Die Ersatzteilbestellung muss folgende Angaben enthalten: 1. Marke und Modell des Produkts – siehe Typenschild 2. Bezeichnung des zu ersetzenden Teils – siehe Ersatzteilliste 3. Positionsnummer des Teils – siehe Explosionszeichnung 4. Gewünschte Menge 5. Anschrift und Versandangaben – siehe Bestellformular für Ersatzteile, das der Anleitung beiliegt

Verwenden Sie für die Bestellung eine Kopie des Bestellformulars für Ersatzteile auf der beiliegenden Karte, zusammen mit dem Garantieschein.

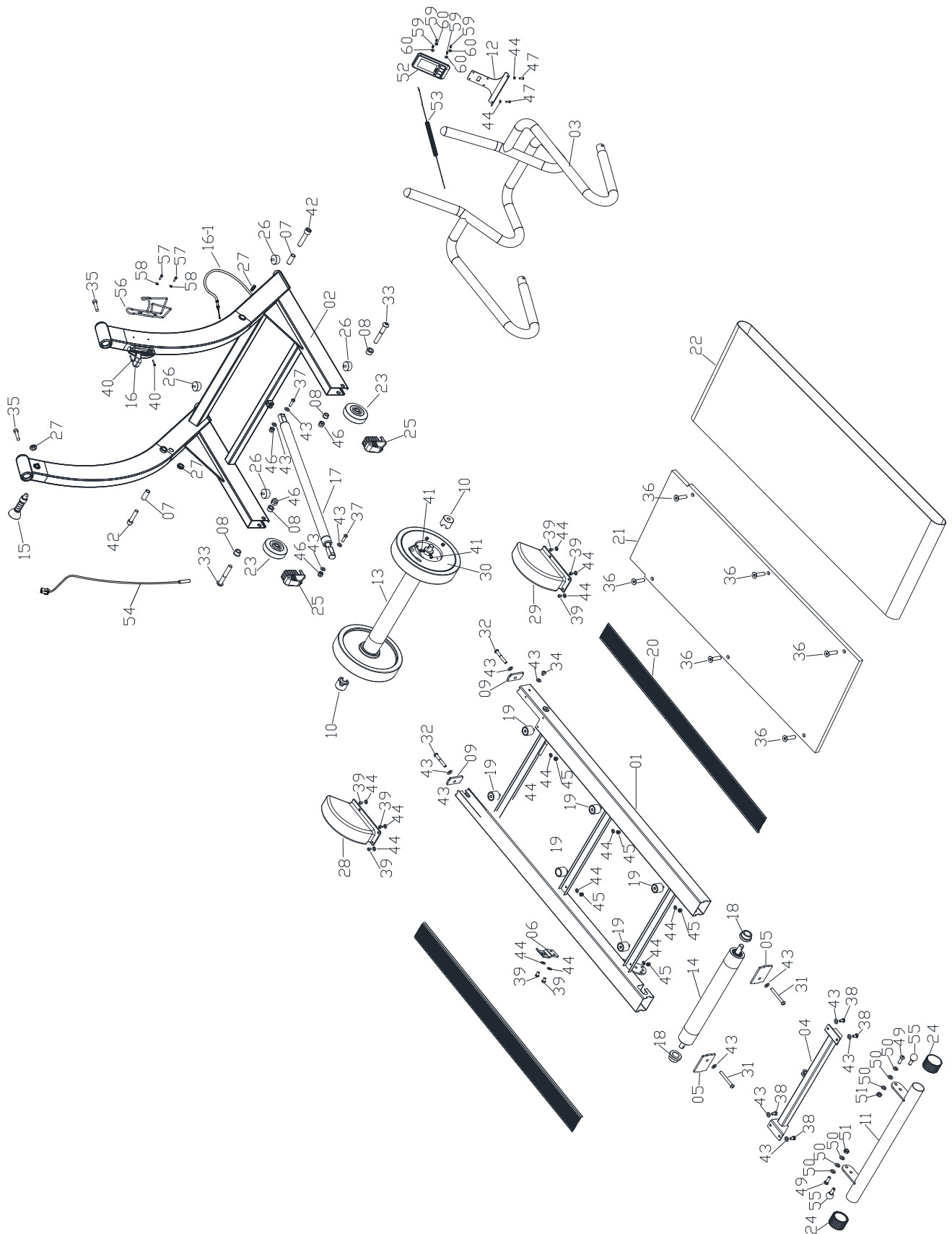
Ersatzteile sind schriftlich per Fax oder E-Mail an folgende Adresse anzufordern:

Fax 0143/318594 ·
assistenza.toorxprofessional@garlando.it

Dieser Katalog kann geringfügig vom vorhandenen Produkt abweichen; zwischenzeitliche Änderungen des Herstellers sind eventuell nicht enthalten. Bei Fragen zu Zeichnungen und Beschreibungen wenden Sie sich an den technischen Kundendienst: 0143/318540, Mo–Fr 9:00–12:00 Uhr

6.1

EXPLOSIONSZEICHNUNG ERSATZTEILE



6.2

ERSATZTEILLISTE

Pos.	Beschreibung	Menge	Pos.	Beschreibung	Menge
01	Rahmen Lauffläche Ständerrahmen	1	54	Geschwindigkeitssensor mit Kabel	1
02	Handlauf Verbindungsrohr Abdeckung	1	55	Einstellbolzen Steigung	2
03	hintere Rolle Aufnahme für	1	56	Flaschenhalter	1
04	Verriegelungsbolzen (senkrecht)	1	57	Schraube M5	2
05	Distanzstück Ø16xØ12x40L Buchse	2	58	Unterlegscheibe M5	2
06	Ø15x9.5 Abdeckung vordere Rolle	1	59	Schraube M4	4
07	Buchse vordere Rolle Hintere	2	60	Unterlegscheibe M4	4
08	Auflagestange Konsolenhalterung	4			
09	Vordere Rolle Hintere Rolle	2			
10	Verriegelungsbolzen (senkrecht)	2			
11	Bedienhebel Intensitätseinstellung	1			
12	Stahlseil Einstellung Magnetbremse	1			
13	Gasdruckfeder Kunststoffbuchse	1			
14	Dämpfungselemente Seitliche	1			
15	Trittläche Laufbrett Laufband	1			
16	Transportrolle Kappe hintere	1			
16-1	Auflagestange Radabdeckung	1			
17	Gummifuß Kabeldurchführung aus	1			
18	Gummi Schwungradabdeckung links	2			
19	Schwungradabdeckung rechts Magnet-	6			
20	Schwungrad Schraube M8x70	2			
21	Schraube M8x40 Schraube M8x55	1			
22	Schraube M8x10 Schraube M8x70	1			
23	Schraube M6x25 Schraube M8x30	2			
24	Schraube M8x15 Schraube M6x15	2			
25	Schraube M5x30 Schraube M6x20	2			
26	Schraube M12x55 Unterlegscheibe	4			
27	Ø8.5xØ16xt1.5 Unterlegscheibe	3			
28	Ø6.5xØ12xt1,5 Mutter M6 Mutter M8	1			
29	Schraube M6x25 Schraube M4x15	1			
30	Schraube M10x30 Unterlegscheibe	1			
31	Ø10.5xØ20xt2.0 Mutter M10 Konsole	2			
32	Verlängerungskabel	2			
33	Geschwindigkeitssensor	2			
34		2			
35		2			
36		6			
37		1			
38		4			
39		8			
40		3			
41		2			
42		2			
43		14			
44		16			
45		6			
46		4			
47		2			
48		2			
49		2			
50		6			
51		2			
52		1			
53		1			

HINWEIS ZUR GARANTIE IN ÖSTERREICH

Die im italienischen Original an dieser Stelle abgedruckte Herstellergarantie der Garlando S.p.A. gilt nur für Produkte, die in Italien bei einem autorisierten Händler gekauft wurden.

Für in Österreich bei der Bodyfit Handels KG gekaufte Produkte gilt die gesetzliche Gewährleistung. Ob und in welchem Umfang zusätzlich eine Herstellergarantie besteht, steht in Ihrem Angebot bzw. in den Allgemeinen Geschäftsbedingungen der Bodyfit Handels KG. Ihre gesetzlichen Rechte werden dadurch nicht eingeschränkt.

Bei Fragen zu Gewährleistung, Garantie und Ersatzteilen wenden Sie sich an: Bodyfit Handels KG, Wiener Straße 190, 4020 Linz, Österreich, info@bodyfit-shop.at, +43 5356 90990.

BESTIMMUNGSGEMÄSSER GEBRAUCH UND FEHLGEBRAUCH

Das Produkt ist ausschließlich für den Sport bestimmt. Die Benutzung setzt eine ärztliche Bestätigung der körperlichen Eignung voraus.

Für Schäden an Personen, Haustieren und Sachen, die direkt oder indirekt durch Nichtbeachtung der Anweisungen und Warnhinweise dieser Bedienungsanleitung entstehen, übernimmt der Hersteller keine Haftung.

Das Produkt ist nicht für therapeutische oder rehabilitative Zwecke geeignet. Unfälle oder Erkrankungen infolge einer solchen Fehlanwendung können nicht dem Hersteller angelastet werden.

Der Hersteller behält sich konstruktive Änderungen am Produkt vor.



GARLANDO SPA Via Regione Piemonte,
32 - Zona Industriale D1
15068 - Pozzolo Formigaro (AL) - Italien
www.toorxprofessional.it ·
contact@toorxprofessional.it