TOORX
FITNESS IN MOTION

BEDIENUNGSANLEITUNG

APP READY 3.0

VOYAGER

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: GRLDTOORXVOYAGER
Revision: 00
Ausgabe: 08/21

CE

INHALTSVERZEICHNIS

1.0 SICHERHEITSHINWEISE.....S. 1.1 3
BESTIMMUNGSGEMÄSSER GEBRAUCH UND GEGENANZEIGEN - KONVENTIONEN.....S. 4
1.2 SICHERHEITSEINRICHTUNGEN.....S. 1.3 AUFKLEBER AM PRODUKT.....S. 1.4 TECHNISCHE DATEN.....S. 5 6 7

2.0 AUFSTELLUNGSORT DES PRODUKTS.....S. 8 2.1 AUSPACKEN – PACKUNGSINHALT.....S. 9 2.2 MONTAGE DES PRODUKTS.....S. 10 2.3 AUSRICHTEN.....S. 13 2.4 LAUFBRETT IN PLATZSPARENDER POSITION.....S. 14 2.5 LAUFBRETT IN BETRIEBSPOSITION.....S. 15 2.6 TRANSPORT DES PRODUKTS.....S. 16 2.7 ELEKTRISCHER ANSCHLUSS.....S. 17

3.0 TRAININGSPROGRAMM.....S. 18 3.1 VERWENDUNG DES BRUSTGURTS (OPTIONAL).....S. 19 3.2 SONDERAUSSTATTUNG.....S. 20 3.3 PRAKTISCHE TIPPS UND HINWEISE ZUR BENUTZUNG.....S. 21 3.4 KONSOLE – (DISPLAY).....S. 22 3.5 KONSOLE – (TASTEN).....S. 23 3.6 EINSCHALTEN / PAUSE / STOPP – MANUELLER MODUS.....S. 25 3.7 TARGET-MODUS.....S. 26 3.8 VORDEFINIERTE PROGRAMME (P01÷P24).....S. 27 3.9 BENUTZERPROGRAMM (U01÷U04).....S. 28 3.10 CARDIO-PROGRAMM (HP1÷HP4).....S. 29 3.11 BODY FAT TEST.....S. 30

4.0 WARTUNG.....S. 31 4.1 SCHMIERUNG DES LAUFBRETTS.....S. 32 4.2 SPANNEN – ZENTRIEREN DES LAUFBANDS.....S. 33

5.0 AUSSERBETRIEBNAHME – ENTSORGUNG.....S. 34

6.0 ERSATZTEILKATALOG – ERSATZTEILBESTELLUNG.....S. 34 6.1 EXPLOSIONSZEICHNUNG.....S. 35 6.2 ERSATZTEILLISTE.....S. 36

7.0 GARANTIE UND GEWÄHRLEISTUNG..... S. 37

1.0 SICHERHEITSHINWEISE

• Lesen Sie vor Montage und Benutzung diese Anleitung und alle eventuell beiliegenden Anweisungen sehr aufmerksam durch.

• Verwenden Sie das Gerät nur im häuslichen Bereich. Die Bedienung und die Warnhinweise müssen allen Familienmitgliedern oder Freunden erklärt werden, denen die Benutzung dieses Geräts gestattet wird.

• 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.

• Trinkflaschen dürfen nur in den dafür vorgesehenen Ablagen bzw. Flaschenhaltern abgestellt werden.

• Stets geeignete Sportkleidung tragen, die die Bewegungen nicht behindert.

• Turn- oder Laufschuhe mit sauberer Sohle ohne Erde oder Steinchen tragen.

• 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.

• Wenn Sie beim Laufen Schwindel, Schmerzen in der Brust oder Atemnot verspüren, brechen Sie das Training sofort ab und wenden Sie sich an Ihren Arzt.

• Prüfen Sie regelmäßig den einwandfreien Zustand aller Teile des Geräts.

• Stellen Sie das Gerät NICHT in Fitnessstudios oder in gewerblich bzw. zur Vermietung genutzten Räumen auf; es ist nicht für die intensive gewerbliche Nutzung oder für Rehabilitationszwecke ausgelegt.

• Schließen Sie das Gerät NICHT an das Stromnetz an, bevor die Montage vollständig abgeschlossen ist.

• Beschädigen Sie die Konsole und die Kunststoffteile des Geräts NICHT mit spitzen Gegenständen, Bürsten, Scheuerschwämmen oder aggressiven Chemikalien.

• Bauen Sie KEINE Teile des Geräts ab, außer wenn dieser Vorgang in der Bedienungsanleitung beschrieben ist.

• Bewegen Sie das Gerät NICHT bei eingestecktem Netzstecker.

• NICHT am Netzkabel ziehen, um den Netzstecker aus der Steckdose zu ziehen.

• Stellen Sie das Gerät NICHT im Freien auf und setzen Sie es keinen Witterungseinflüssen (Regen, Sonne usw.) aus.

• Halten Sie Kinder und Haustiere vom Gerät FERN. Ziehen Sie nach jeder Benutzung den Sicherheitsschlüssel von der Konsole ab. • Benutzen Sie das Gerät NIEMALS, wenn es beschädigt oder das Netzkabel defekt ist. Bei Defekt und/oder Fehlfunktion das Gerät ausschalten und keine Eingriffe vornehmen. Reparaturen nur von einem Fachkundendienst ausführen lassen.

• Verwenden Sie das Gerät NICHT über längere Zeit zum Gehen mit niedriger Geschwindigkeit (ca. 3 km/h): Gefahr von Überhitzung und Motorschaden.

• Beim Training KEINE Kleidung aus Kunstfaser oder Wollmischgewebe tragen. Ungeeignete Kleidung kann hygienische Probleme verursachen und elektrostatische Aufladung erzeugen.

• NIEMALS verschmutzte, im Freien zum Laufen benutzte Schuhe verwenden.

• KEINE Schuhe mit profilierter Sohle verwenden, wie sie für Trekking oder Trailrunning üblich sind.

1.1 BESTIMMUNGSGEMÄSSER GEBRAUCH, GEGENANZEIGEN, ZEICHENERKLÄRUNG

Das in dieser Anleitung beschriebene Produkt ist für die private Nutzung im häuslichen Bereich konstruiert und zertifiziert. Es ist ein Sportgerät, das die Laufbewegung auf der Straße nachbildet, jedoch mit einer gedämpften Lauffläche. Mit diesem Laufband können Sie zu Hause trainieren – auch bei schlechtem Wetter oder wenn Sie keine Zeit haben, zum Laufen oder ins Fitnessstudio zu gehen. Befolgen Sie unbedingt alle Anweisungen und Warnhinweise dieser Anleitung, um sicher zu trainieren. Intensive und lange Belastungen erfordern eine gute körperliche Verfassung; 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 zu Aufstellung, Wartung und richtigem Gebrauch des Laufbands. Der Benutzer und alle Freunde und Familienmitglieder, die das Gerät verwenden, sind verpflichtet, die Informationen dieser Anleitung sehr aufmerksam zu lesen, um eine sichere Aufstellung und richtige Benutzung zu gewährleisten.

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 abgebildeten und 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.

1.2 SICHERHEITSEINRICHTUNGEN

GEFAHR

- **Stecken Sie vor dem Training den Sicherheitsschlüssel in die Aufnahme an der Konsole und befestigen Sie den Federclip an Ihrer Kleidung.**

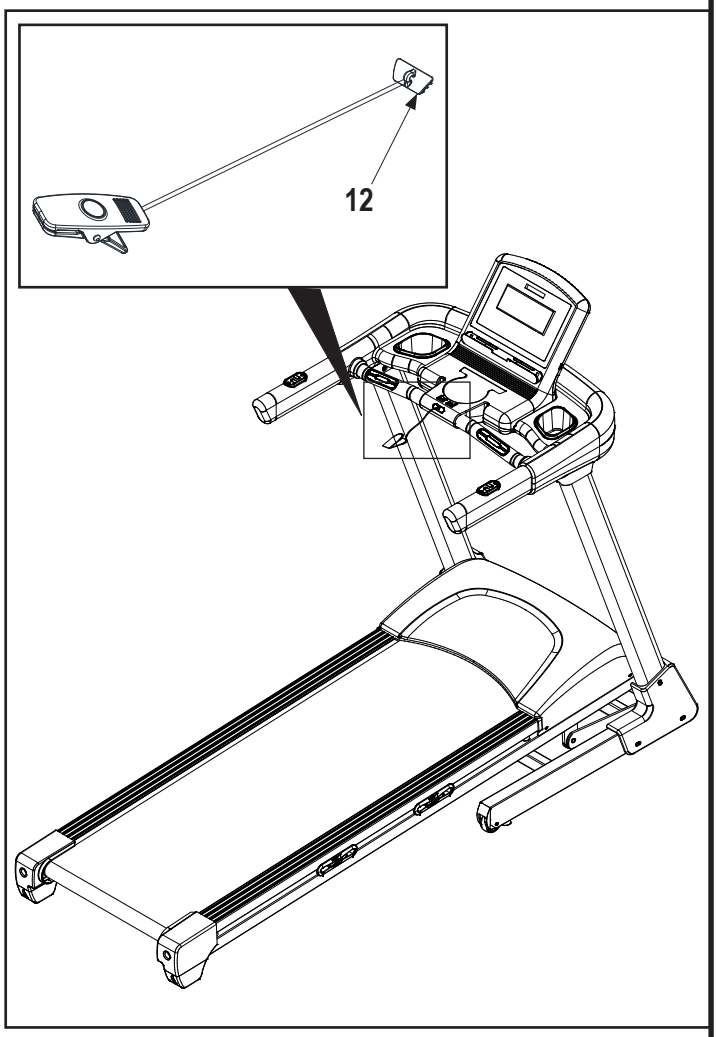
- **Ziehen Sie nach jeder Benutzung des Laufbands den Sicherheitsschlüssel von der Konsole ab. Das Abziehen des Sicherheitsschlüssels ist wichtig, um ein unbeabsichtigtes Einschalten durch Freunde oder Kinder zu verhindern.**

Den Sicherheitsschlüssel 12 an der Konsole anbringen, um das Gerät in Betrieb zu nehmen und das Training zu beginnen.

Ziehen Sie den Sicherheitsschlüssel von der Konsole ab, um das Training sofort zu stoppen und alle gespeicherten Daten zu löschen.

GEFAHR

- **Bei Modellen mit elektrischer Steigungsverstellung stoppt beim Abziehen des Sicherheitsschlüssels das Laufband, und die Lauffläche bleibt auf der zuletzt eingestellten Steigung. Wird der Sicherheitsschlüssel wieder eingesetzt, fährt die Lauffläche automatisch auf Steigung null zurück.**



1.3 AUFKLEBER AM PRODUKT

1) Das Typenschild des Produkts enthält die technischen Daten und die Seriennummer.

2) Symbol: Vor Gebrauch die Bedienungsanleitung lesen.

3) Symbole zur Konformität des Produkts mit den EU-Richtlinien über die Behandlung und Entsorgung gefährlicher Stoffe in Elektro- und Elektronikgeräten.

4) Hinweiszeichen: Erinnerung, die Lauffläche regelmäßig in den in der Anleitung angegebenen Intervallen und nach der dort beschriebenen Methode zu schmieren.

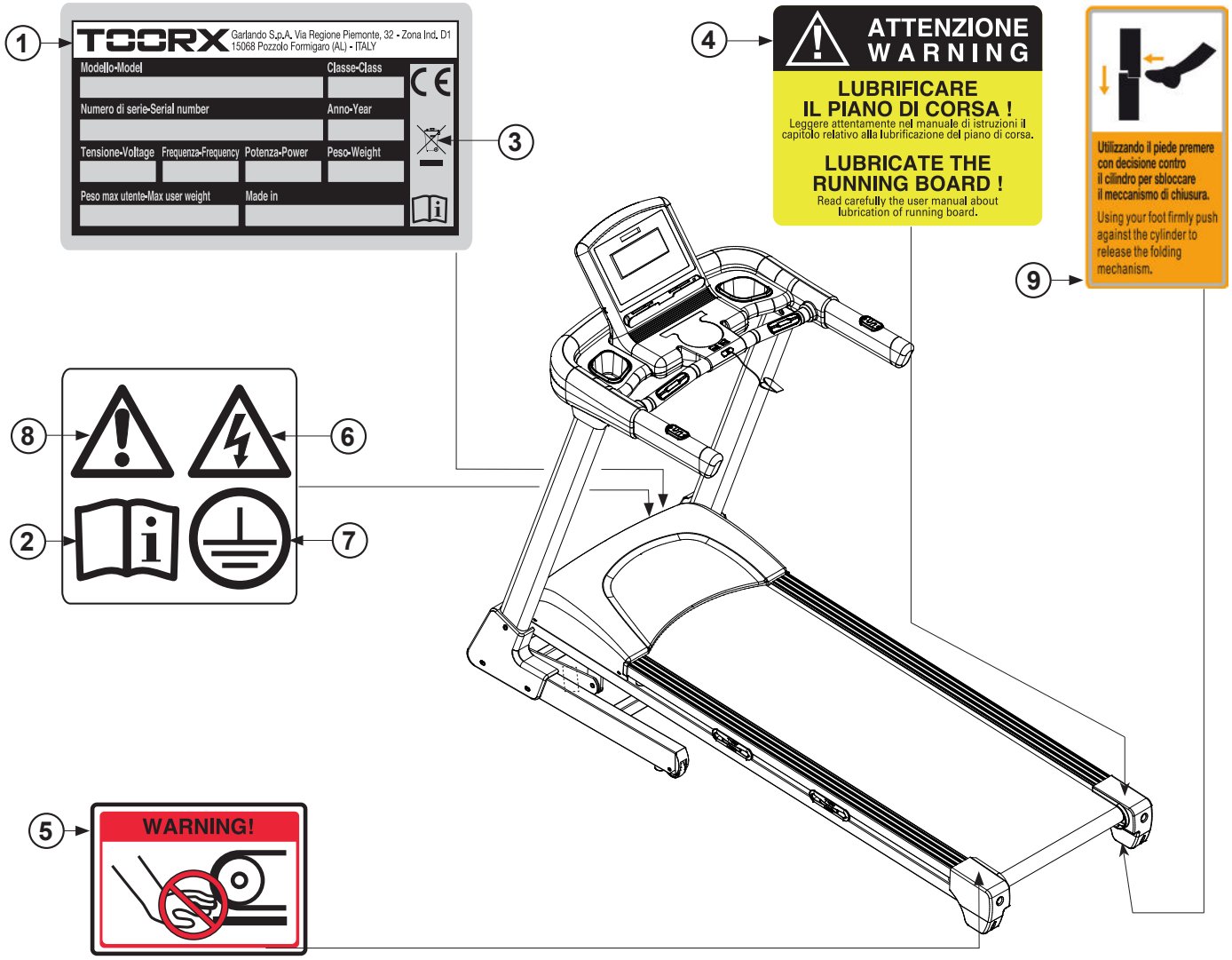
5) Sicherheitszeichen: Gefahr des Einziehens und Quetschens der Finger zwischen hinterer Rolle und Lauffläche bei laufendem Laufband.

6) Sicherheitszeichen: Gefahr eines elektrischen Schlags. Das Zerlegen des Produkts oder das Öffnen des Motorraums ist verboten.

7) Sicherheitszeichen: Das Produkt muss an eine Schutzkontakt-Steckdose angeschlossen werden. Für den sicheren Betrieb muss die Qualität der Erdung der Anlage, an die die Steckdose angeschlossen ist, geprüft werden.

8) Hinweiszeichen: weist auf produktbedingte Gefahren hin. Vor jeder Montage- oder Wartungsarbeit am Produkt muss die Bedienungsanleitung gelesen werden.

9) Warnhinweis: In senkrechter Stellung des Laufbands ist der Aufkleber mit der Anleitung zum Entriegeln des Sicherheitshakens sichtbar.



1.4 TECHNISCHE DATEN

BANDGESCHWINDIGKEIT	1.0 km/h (min.) ÷ 18 km/h (max)
STEIGUNG LAUFBRETT	15 % in 15 Stufen, elektronisch verstellbar
LAUFFLÄCHE	480 x 1410 mm
MASSE AUFGEKLAPPT (LXBXH)	1920 x 790 x 1390 mm
MASSE ZUSAMMENGEKLAPPT (LXBXH)	1140 x 790 x 1650 mm
VERPACKUNGSMASSE (LXBXH)	1960 x 870 x 380 mm
MOTORLEISTUNG	2.75 HP (Dauerleistung) - 3.75 HP (Spitzenwert)
PRODUKTGEWICHT	80 kg
GEWICHT MIT VERPACKUNG	91 kg
MAX. BENUTZERGEWICHT	120 kg
NETZSPANNUNG	230 V AC
NETZFREQUENZ	50/60 Hz
MAX. LEISTUNG	1100 W
HERZFREQUENZMESSUNG	Handpulssensoren und HR-Empfänger (*)
USB-ANSCHLUSS	für Bluetooth-Dongle ® optional (**)
KONFORMITÄT	Normen: EN ISO 20957-1 - EN 957-6 (Klasse HB)
	Richtlinien: 2001/95/EG - 2014/30/EU - 2014/35/EU - 2011/65/EU

(*) Der eingebaute kabellose HR-Empfänger ist für TOORX-Brustgurte geeignet und mit nicht codierten Sendern mit 5.3 kHz kompatibel. Der Brustgurt ist auf Anfrage erhältlich.

(**) Ermöglicht die Bluetooth®-Verbindung zwischen Konsole und Geräten wie Tablet und Smartphone, um das Pro dukt zu steuern und weitere Funktionen zu nutzen.

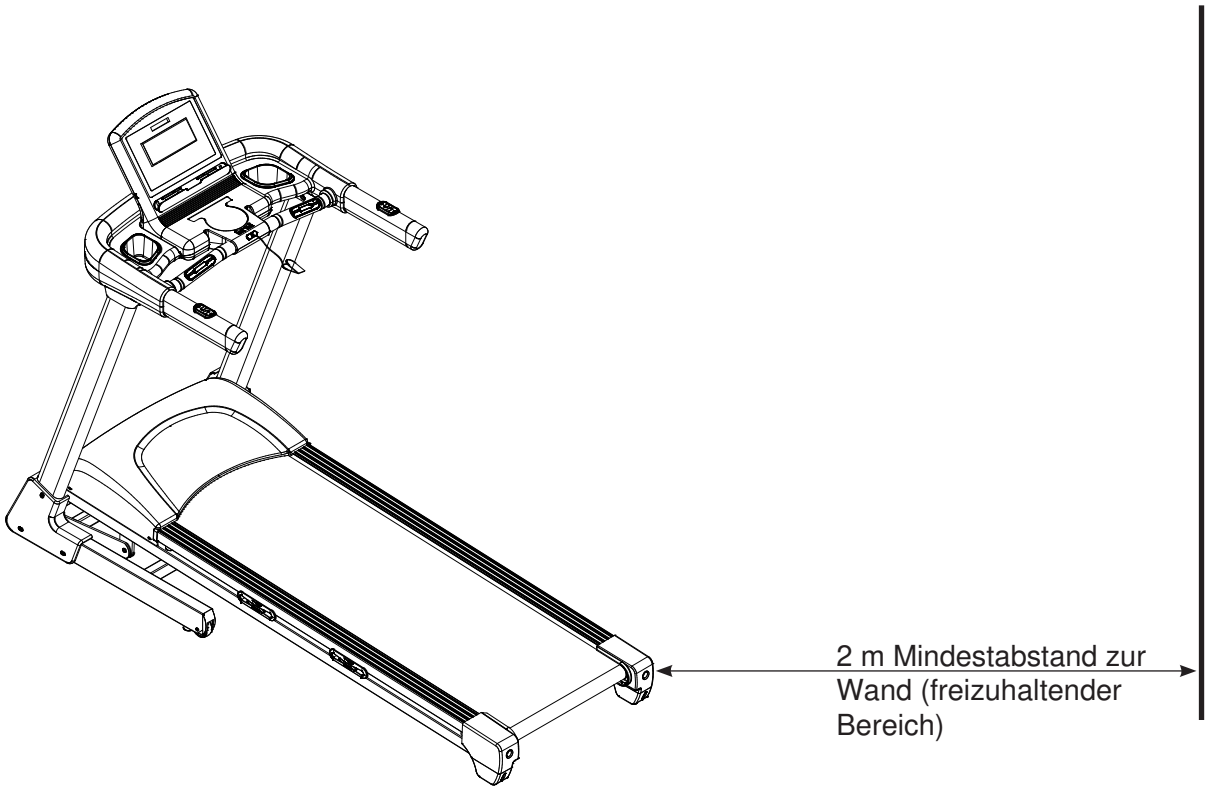
2.0 AUFSTELLRAUM DES PRODUKTS

RAUMANFORDERUNGEN: • Der Raum für Aufstellung und Aufbewahrung des Produkts muss sein: - ein Wohnraum, - überdacht und ausreichend groß, - mit geeigneter Steckdose, - mit geeigneter künstlicher und natürlicher Beleuchtung, - mit einem oder mehreren Fenstern zur Belüftung, - mit einer Betriebstemperatur zwischen 5 °C und 32 °C, - mit einer relativen Luftfeuchtigkeit zwischen 20 % und 90 %. Das Produkt 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.

ANFORDERUNGEN AN DEN AUFSTELLRAUM: • Der gewählte Raum darf NICHT enthalten: - Quellen elektromagnetischer Störungen, z. B. Wechselstrommotoren, Hochspannungsleitungen, Funksender oder andere Elemente, die den normalen Betrieb stören können; - direkte Wärmequellen, z. B. die Nähe eines Heizkörpers oder ein Fenster, durch das das Produkt direktem Sonnenlicht ausgesetzt ist.

SICHERHEITSANFORDERUNGEN: • Zwischen der Rückseite des Laufbands und der Wand MUSS ein freier Sicherheitsabstand von mindestens 2 Metern eingehalten werden. Im freien Sicherheitsbereich hinter dem Laufband dürfen KEINE Gegenstände abgestellt werden.



2.1 AUSPACKEN – INHALT DER VERPACKUNG

Die Verpackung besteht aus einem Karton, der mit Metallklammern und Umreifungsbändern verschlossen ist. Zum Anheben und Bewegen des Kartons eine zweite Person hinzuziehen; beim Abstellen auf dem Boden die Angabe „Oben“ beachten, die durch den aufgedruckten Pfeil gekennzeichnet ist. Zum Öffnen die Umreifungsbänder mit einer Schere durchschneiden und die Metallklammern mit einer Zange entfernen und entsorgen.

GEFAHR

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

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

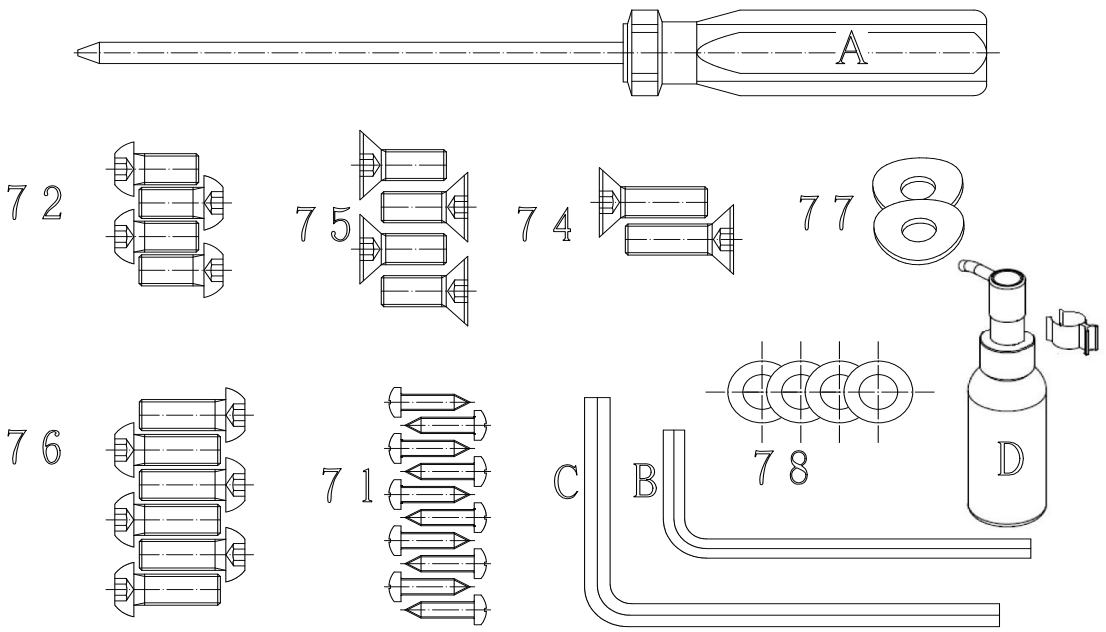
Verpackungsteile (Karton und Beutel) dürfen nicht in Reichweite von Kindern bleiben, da sie eine Gefahrenquelle darstellen können.

Montagematerial:

71	Blechschraube [ST4,2x15 mm]	(10 Stk.)
72	Schraube [M8x15 mm]	(4 Stk.)
74	Schraube [M8x25 mm]	(2 Stk.)
75	Schraube [M8x20 mm]	(4 Stk.)
76	Schraube [M8x20 mm]	(6 Stk.)
77	Gebogene Unterlegscheibe Ø8 mm	(2 Stk.)
78	Flache Unterlegscheibe Ø8 mm	(4 Stk.)
A	Kreuzschlitzschraubendreher	(1 Stk.)
B	Innensechskantschlüssel M5	(1 Stk.)
C	Innensechskantschlüssel M6	(1 Stk.)
D	Silikon-Schmiermittel	(1 Stk.)

Bei der Montage die Abbildungen der Montageschritte und gegebenenfalls die Explosionszeichnung im Ersatzteilkatalog verwenden. Der Ersatzteilkatalog mit Teileliste am Ende der Bedienungsanleitung hilft zusätzlich, Kleinteile zu identifizieren.

Prüfen Sie das Produkt nach dem Auspacken auf Transportschäden und kontrollieren Sie die Vollständigkeit aller Teile.



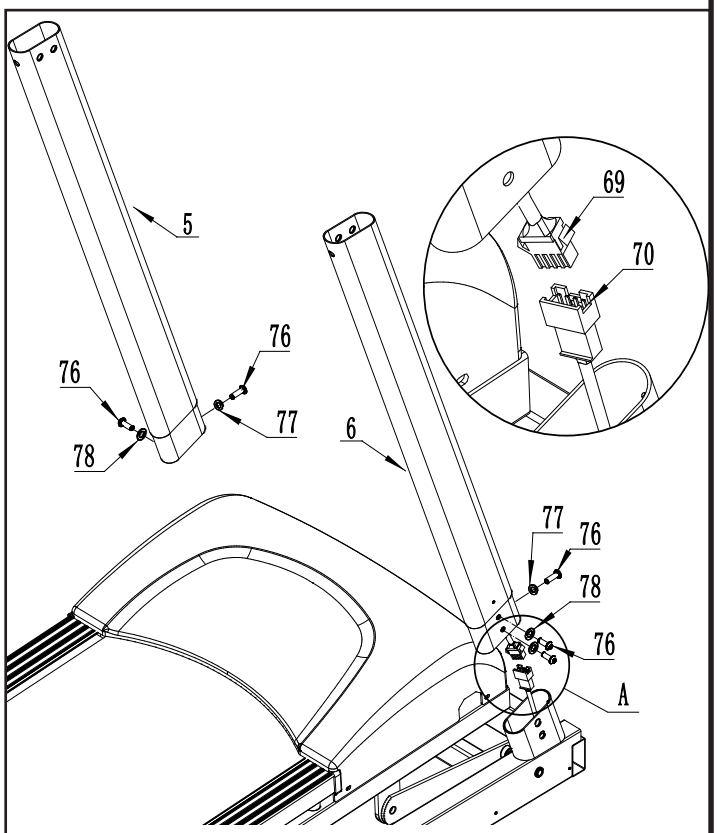
2.2 MONTAGE DES PRODUKTS

GEFAHR

Die Lauffläche muss von mindestens zwei Personen angehoben werden.

• Nach dem Öffnen der Originalverpackung das Laufbrett mit Hilfe einer zweiten Person anheben und am gewählten Aufstellungsort auf den Boden legen (wie abgebildet). Den gesamten Karton-Inhalt entnehmen und montagebereit auf dem Boden auslegen.

• Den rechten Ständer 6 und den linken Ständer 5 an ihre Aufnahmen am Laufbrett heranführen. Den Stecker des Zwischenkabels 69 aus dem rechten Ständer mit dem Stecker des unteren Kabels 70 aus dem Laufbrett verbinden.



ACHTUNG

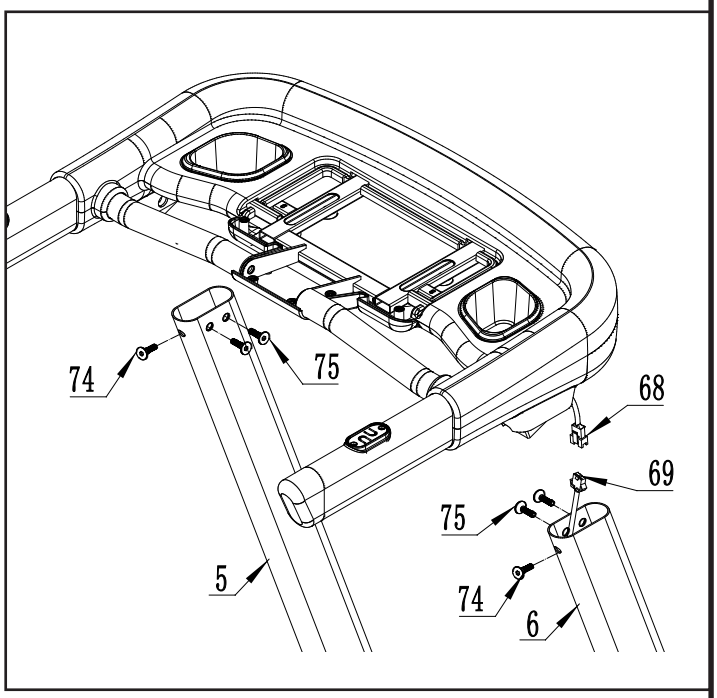
Beim Befestigen des rechten Ständers darauf achten, dass die Elektrokabel nicht gequetscht oder durchtrennt werden.

• Den rechten Ständer 6 und den linken Ständer 5 auf die Aufnahmen an den Enden des Motorrahmens setzen. Jeden Ständer seitlich mit zwei Schrauben 76 (M8x20 mm) mit flacher Unterlegscheibe 78 (Ø8 mm) und vorne mit einer Schraube 76 (M8x20 mm) mit gebogener Unterlegscheibe 77 (Ø8 mm) befestigen.

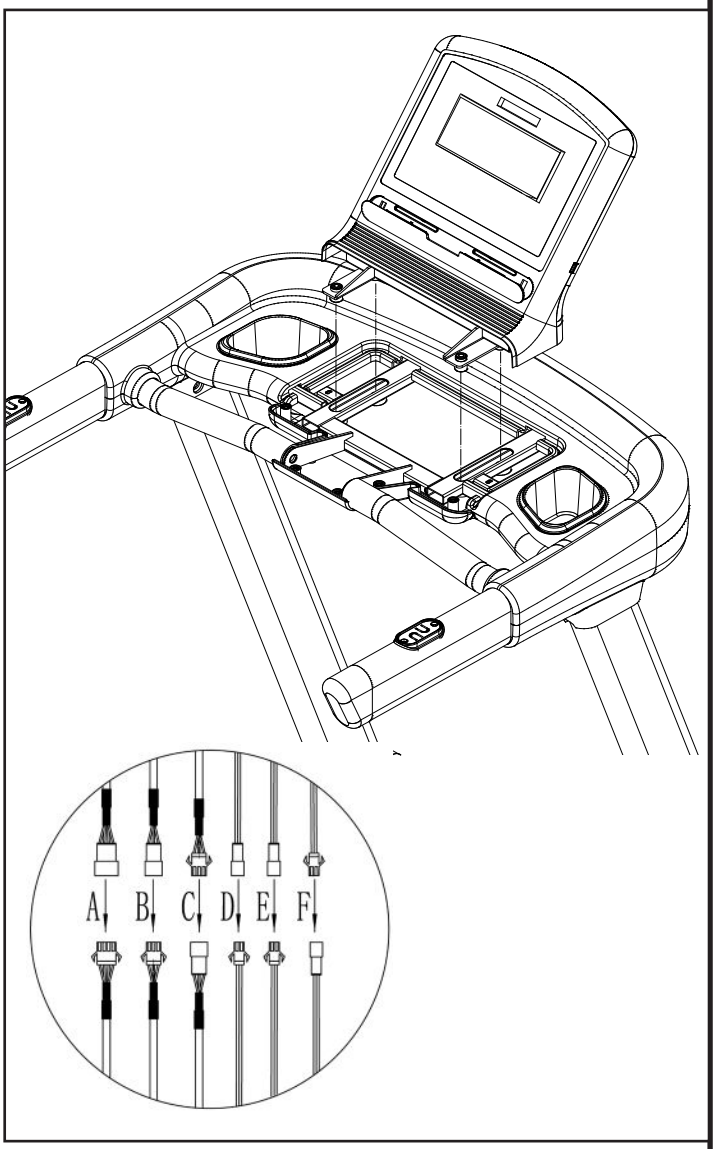
ACHTUNG

Beim Befestigen des Konsolenträgers an den Ständern darauf achten, dass die Elektrokabel nicht gequetscht oder durchtrennt werden.

• Den Konsolenträger an die seitlichen Ständer heranführen. Den Stecker 68 aus dem Konsolenträger mit dem Stecker 69 des Zwischenkabels aus dem rechten Ständer verbinden. • Den Konsolenträger an den Ständern 5 und 6 befestigen: je Seite hinten eine Schraube 74 [M8x25 mm] und seitlich zwei Schrauben 75 [M8x20 mm] anziehen, wie in der nebenstehenden Abbildung gezeigt.



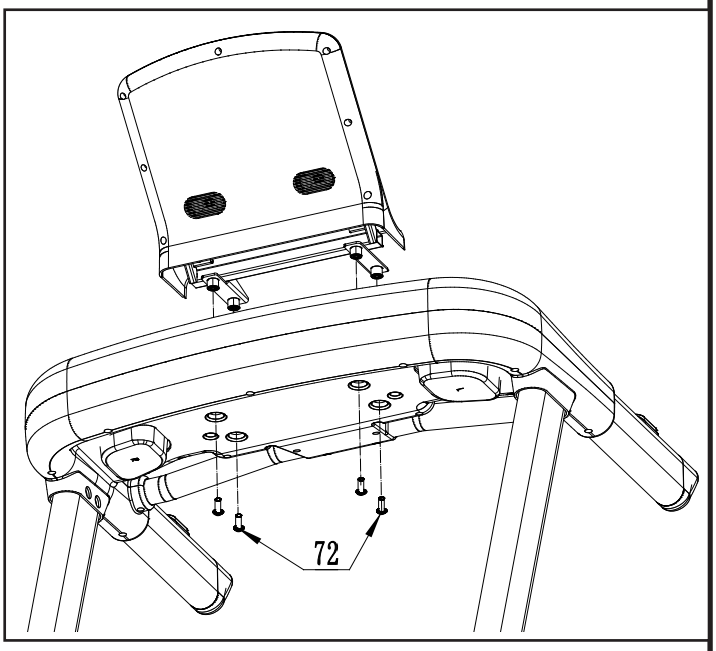
• Die Konsole an den Konsolenträger heranführen und alle Stecker der Konsole (A-B-C-D-E-F) mit den zugehörigen Steckern aus dem Konsolenträger verbinden. Hinweis: Die Stecker sind verpolungssicher, eine falsche Verbindung ist nicht möglich.



ACHTUNG

Beim Befestigen der Konsole am Konsolenträger darauf achten, dass die Elektrokabel nicht gequetscht oder durchtrennt werden.

• Die Konsole auf die Führungen am Konsolenträger setzen und mit den vier zuvor entfernten Schrauben 72 (M8x15 mm) befestigen.

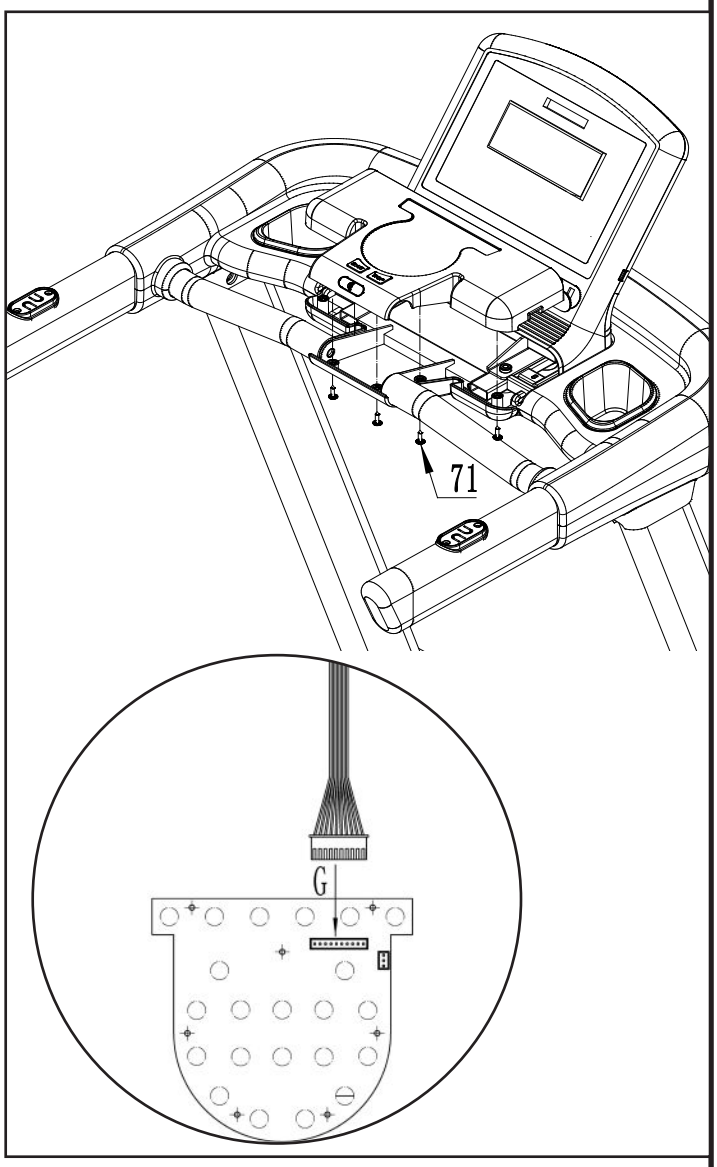


• Das Tastenfeld an den Konsolenträger heranführen und den Stecker des Flachbandkabels (G) aus der Konsole in die Buchse auf der Platine des Tastenfelds stecken.

• Das Tastenfeld auf die Führungen am Konsolenträger setzen und mit den vier zuvor entfernten Schrauben 71 (ST4.2x15 mm) befestigen.

ACHTUNG

Beim Befestigen der Konsole am Konsolenträger darauf achten, dass das Flachbandkabel nicht gequetscht oder durchtrennt wird.

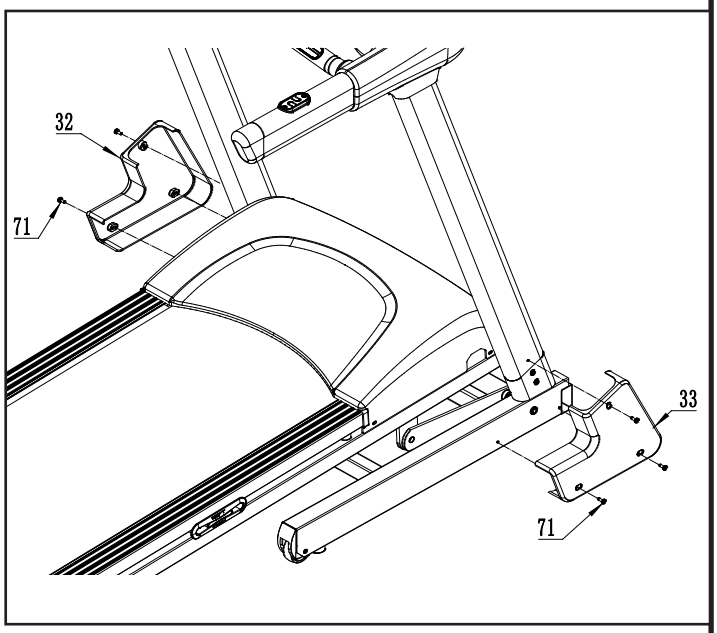


• Die rechte Seitenabdeckung des Ständers 33 mit drei Blechschrauben 71 (ST4.2x15 mm) befestigen. Die linke Seitenabdeckung des Ständers 32 mit drei Blechschrauben 71 (ST4.2x15 mm) befestigen.

• Das Gerät ist nun montiert. Vor der Benutzung prüfen, ob alle bei der Montage verwendeten Schrauben fest angezogen sind, und die übrigen Teile der Anleitung zum sicheren Gebrauch lesen.

ACHTUNG

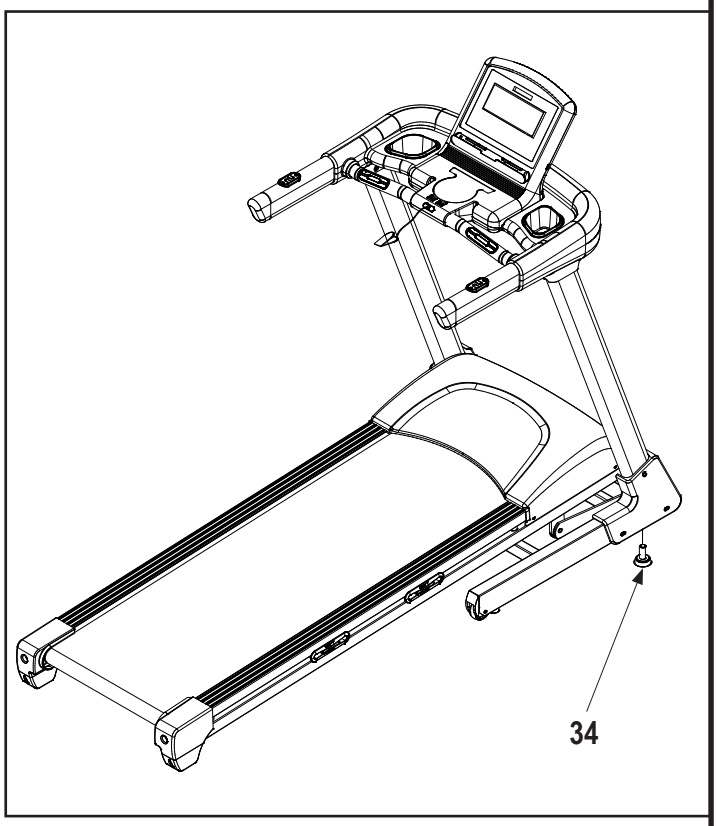
Damit das Laufband nicht aus der Mitte läuft und sich das Laufbrett nicht verbiegt und die Stabilität beeinträchtigt, muss die korrekte Ausrichtung des Geräterahmens geprüft werden.



2.3 LIVELLAMENTO

Unebenheiten des Bodens mit den zwei Stellfüßen 34 an den vorderen Enden des Produkts ausgleichen. Nach dem Ausrichten die Standfestigkeit des Geräts prüfen.

Ein korrektes Ausrichten ist für die Standfestigkeit und den einwandfreien Betrieb des Geräts sowie für eine längere Lebensdauer der mechanischen Bauteile erforderlich.



2.4 LAUFBRETT IN PLATZSPARENDER POSITION

Das Gerät lässt sich bei Nichtgebrauch platzsparend hochklappen; dazu wie folgt vorgehen.

GEFAHR

Die Steigung des Laufbretts auf die niedrigste Stufe (Stufe 0) stellen, sonst lässt sich das Laufbrett nicht hochklappen.

Das Gerät ausschalten und den Netzstecker aus der Wandsteckdose ziehen.

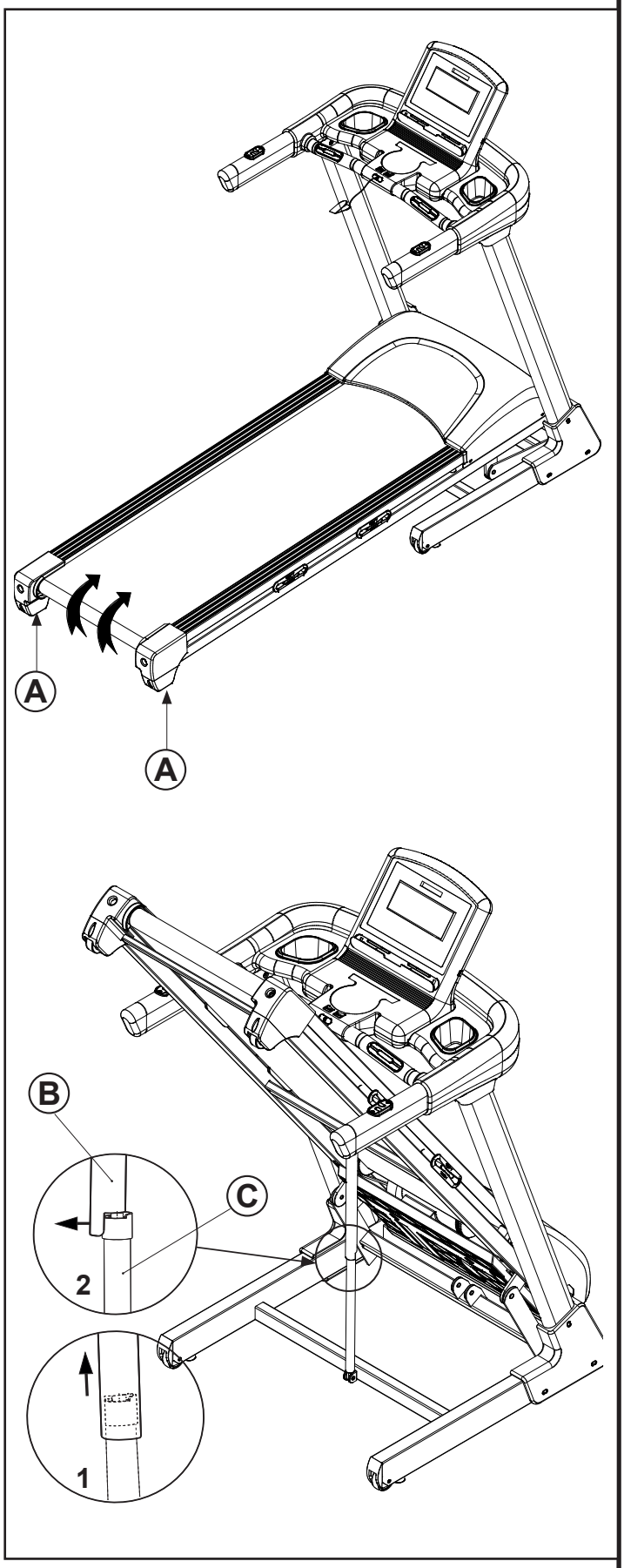
• Das hintere Ende des Laufbretts fassen, dabei die Hände unter die Ecken A schieben.

• Das Laufbrett mit beiden Händen bis in die Nähe der Handläufe anheben und weiter anheben, bis die obere Stützstange B in die untere Stützstange C einrastet.

• Die Gasdruckfeder in der unteren Stützstange unterstützt das Hoch- und Herunterklappen des Laufbretts.

GEFAHR

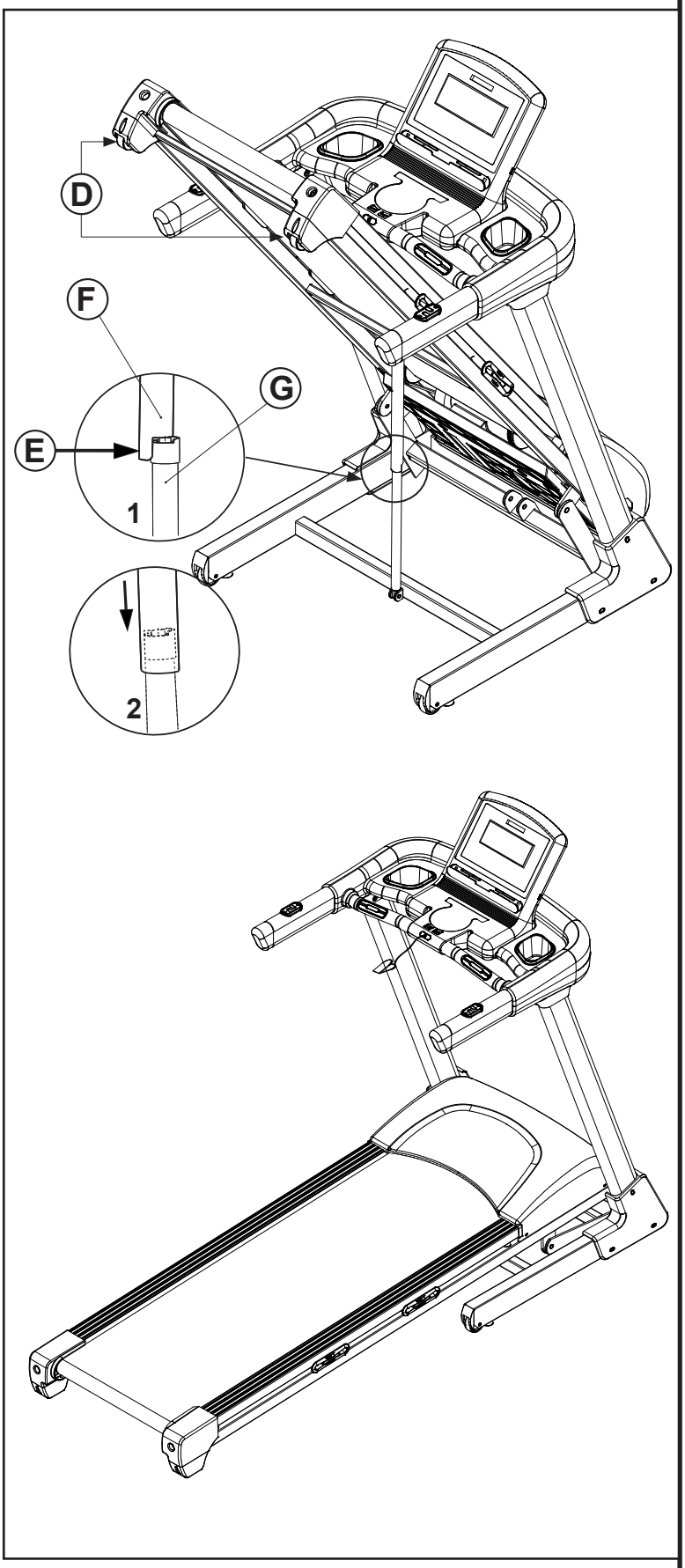
Nach dem Hochklappen und bevor Sie das Laufbrett loslassen, durch Ziehen nach unten prüfen, dass die Sicherheitsverriegelung fest eingerastet ist.



2.5 LAUFBRETT IN BETRIEBSPOSITION

Bevor Sie das Gerät in Betriebsposition bringen, alle Gegenstände von der Bodenfläche entfernen, die das Laufbrett einnimmt. Sicherstellen, dass sich keine Haustiere oder spielenden Kinder in der Nähe befinden.

• Um das Gerät in Betriebsposition zu bringen, mit beiden Händen an den Ecken D des hinteren Laufbrettendes nach vorne drücken und gleichzeitig mit einem Fuß auf Punkt E treten, um die obere Stützstange F von der unteren G zu lösen. Das Laufbrett mit beiden Händen nach unten führen; die Gasdruckfeder bremst die Abwärtsbewegung, bis das Laufbrett ganz auf dem Boden aufliegt.

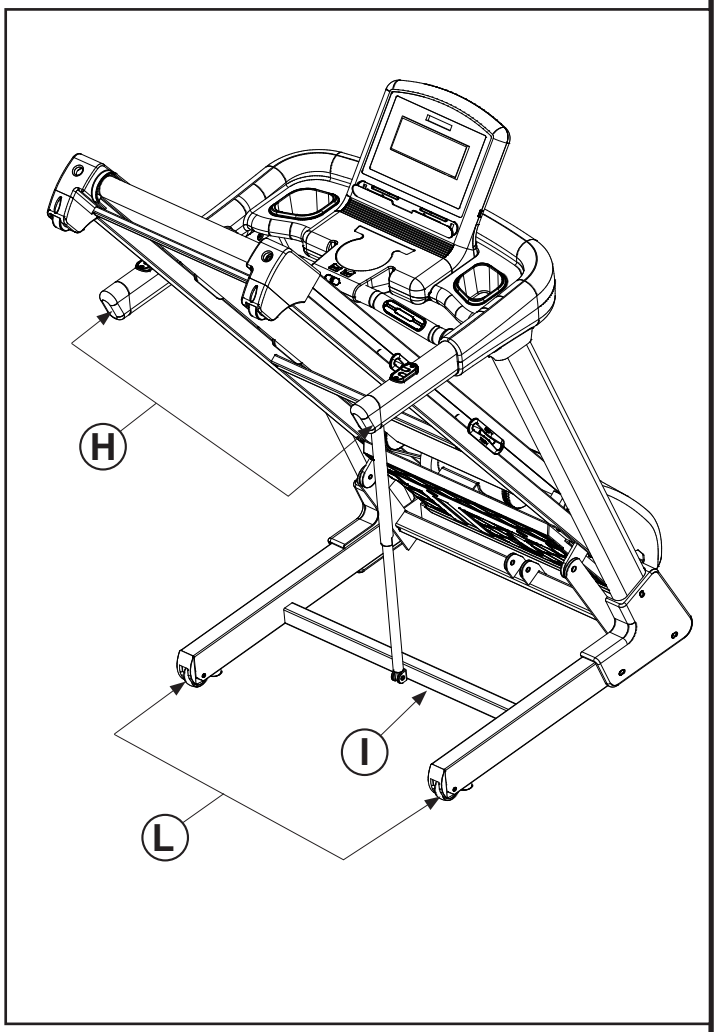


2.6 TRANSPORT DES PRODUKTS

GEFAHR

- **Vor dem Verschieben des Geräts den Netzstecker aus der Steckdose ziehen.**
- **Vor dem Verschieben prüfen, ob der Sicherheitshaken richtig eingerastet ist.**

Das Laufband hat vorne zwei Transportrollen. Zum Verschieben hinter das senkrecht stehende Laufbrett stellen, die Handläufe H fassen, einen Fuß auf den Rahmen I setzen und das Laufband kräftig zu sich kippen, bis das hintere Laufbrettende an den Armen anliegt. Nun stehen die beiden Transportrollen L auf dem Boden; das Laufband in die gewünschte Richtung schieben.



2.7 ELEKTRISCHER ANSCHLUSS

ACHTUNG

VOR DEM ANSCHLIESSEN DES NETZSTECKERS Prüfen Sie anhand der technischen Daten auf dem Typenschild, ob die Elektroinstallation geeignet ist.

Prüfen Sie, ob die Wandsteckdose zum Netzstecker passt und einen Schutzkontakt (Erdung) besitzt.

Prüfen Sie, ob der rote Netzschalter auf „O“ – Off steht.

ACHTUNG

VORSICHTSMASSNAHMEN FÜR NETZSTECKER UND NETZKABEL Schließen Sie den Netzstecker an eine Wandsteckdose an, die ausreichend weit vom Produkt entfernt ist, um Kurzschlüsse durch Schweißtropfen und Wasser zu vermeiden.

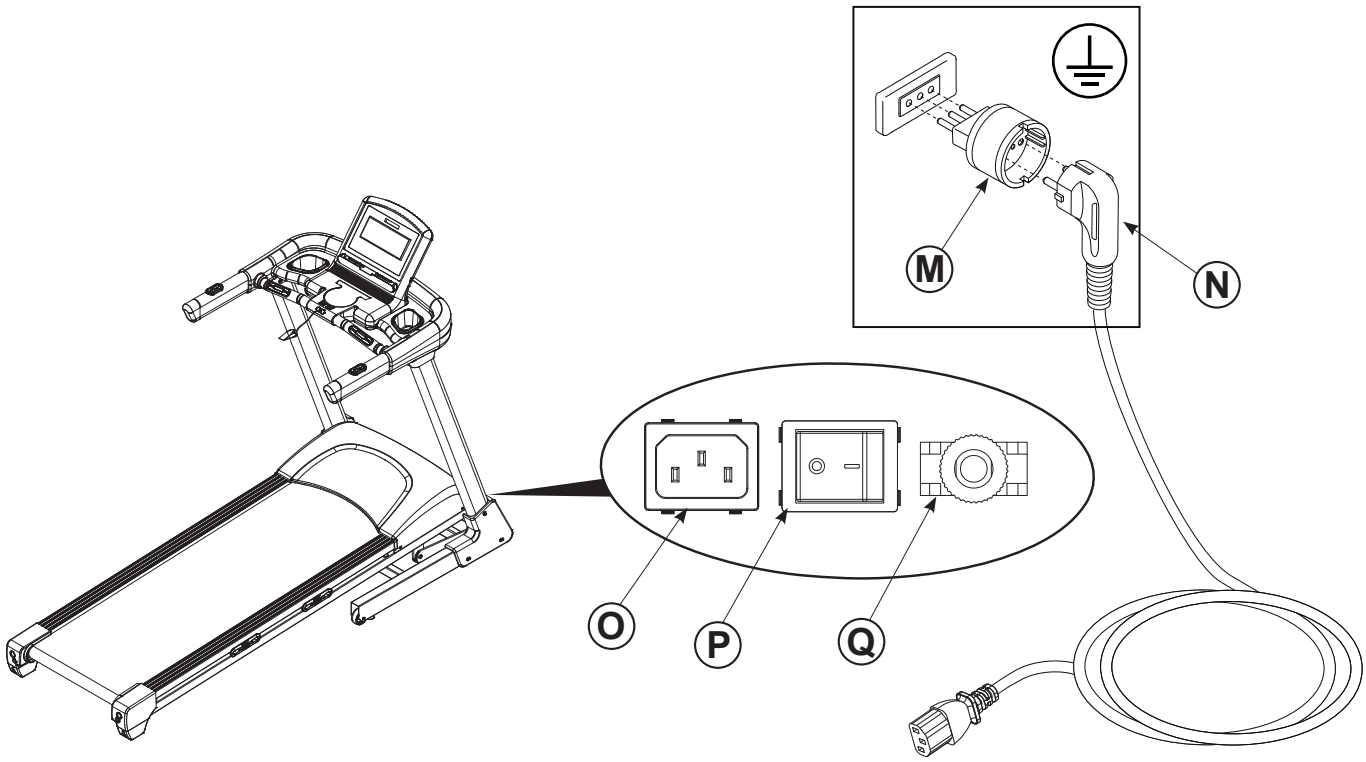
Führen Sie das Netzkabel NICHT unter dem Rahmen und zwischen den beweglichen Teilen der Steigungsverstellung hindurch.

KEINE Mehrfachsteckdosen oder Verlängerungskabel verwenden, nur normgerechte Adapter M (Adapter nicht im Lieferumfang).

Das Produkt hat ein Netzkabel mit Schuko-Netzstecker N, der an eine geeignete Schutzkontakt-Steckdose mit Nennspannung bis 230 VAC anzuschließen ist.

An der Vorderseite des Motorraums befinden sich die Buchse O für das Netzkabel, der Hauptschalter P zum Ein- und Ausschalten des Produkts sowie eine Schutzvorrichtung Q gegen Spannungsspitzen.

Löst die Schutzvorrichtung aus, erlöschen die Displays und die rote Kontrollleuchte des Netzschalters sofort. Für den Normalbetrieb mindestens fünf Minuten warten und dann die Schutzvorrichtung mit der Rückstelltaste Q wieder aktivieren.



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:

- Grundlagenbereich: Herzfrequenz zwischen 60% und 75%, Training mit geringer Belastung; - Aerober Bereich: Herzfrequenz zwischen 75% und 85%, Training im aeroben Bereich; - Anaerober Bereich: Herzfrequenz zwischen 85% und 95%, Training im anaeroben Bereich.

Das Training mit dem Produkt gliedert sich in drei Phasen.

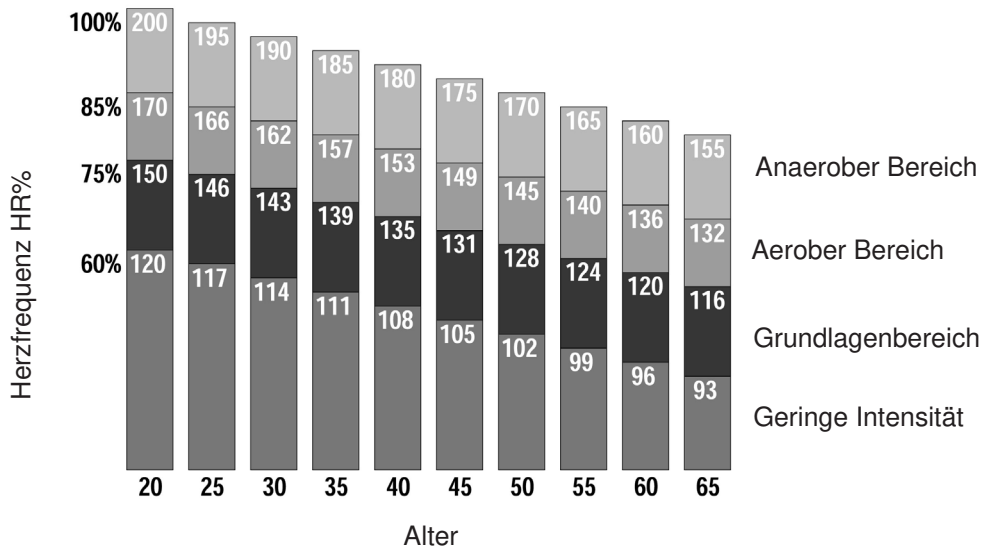
AUFWÄRMEN: Machen Sie vor dem Training mit dem Produkt stets einige Übungen zum Aufwärmen und Lockern der Muskulatur, um den Körper auf die Belastung vorzubereiten.

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.

GEFAHR

Training im anaeroben Bereich ist nur gut trainierten Leistungssportlern gestattet.



3.1 VERWENDUNG DES BRUSTGURTS (OPTIONAL)

ACHTUNG

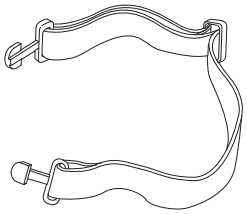
• Lesen Sie vor Gebrauch des Brustgurts die Hinweise auf dieser Seite und etwaige Herstellerangaben sorgfältig. • Sender und Gurt nach jedem Gebrauch gründlich reinigen und trocknen, um eine vorzeitige Entladung der Batterie zu vermeiden; den Sender danach abnehmen und getrennt vom Gurt aufbewahren. • Den Sender mit einem feuchten Tuch und milder Seife reinigen, den Gurt von Hand mit normalem Waschmittel waschen. • Gurt und Sender nicht in Schubladen, geschlossenen Beuteln oder Behältern aufbewahren; am besten an einer Wand aufhängen, damit sie vollständig trocknen.

Das Produkt besitzt einen HR-Empfänger für uncodierte Brustgurte mit 5,3-kHz-Protokoll (Brustgurt nicht im Lieferumfang). Der Brustgurt besteht aus zwei Teilen: dem Sender, der Funksignale an die Konsole überträgt, und dem elastischen Gurt, der den Sender am Brustkorb hält. Der Sender wird von einer Knopfzelle versorgt, die bei zu schwachem Signal zu ersetzen ist (siehe Wartung – Batteriewechsel).

1) Ein Ende des Senders am Gurt einhaken. 2) Die Gurtlänge mit der Schnalle an Ihren Brustumfang anpassen. Den Gurt wie abgebildet direkt unterhalb der Brustmuskeln bzw. der Brust anlegen und das andere Gurtende am Sender einhaken. 3) Den Sender anheben und die Elektroden auf der Rückseite mit nassen Fingern befeuchten. 4) Prüfen, ob die Elektrodenfläche gut auf der Haut aufliegt.

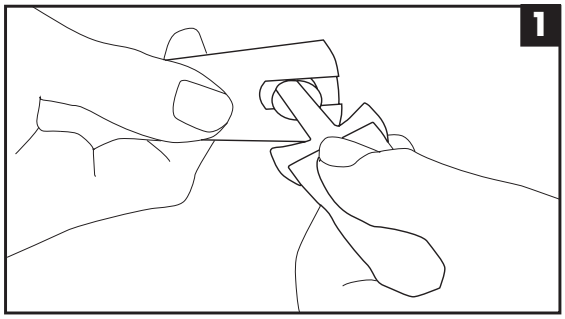
ACHTUNG

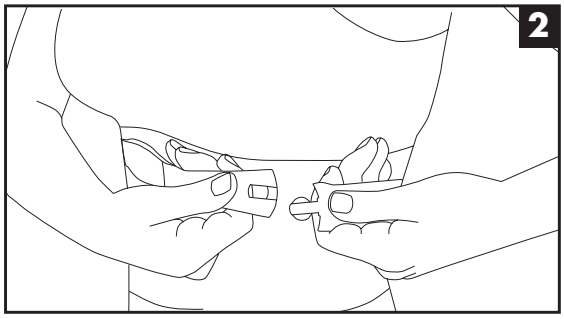
Der mit dem Brustgurt gemessene Puls ist nur ein Richtwert zur Kontrolle der Herzfrequenz im gewählten Trainingsbereich und zur Abschätzung des Kalorienverbrauchs. Die vom Gerät angezeigte Messung ist in keinem Fall ein medizinischer Wert.

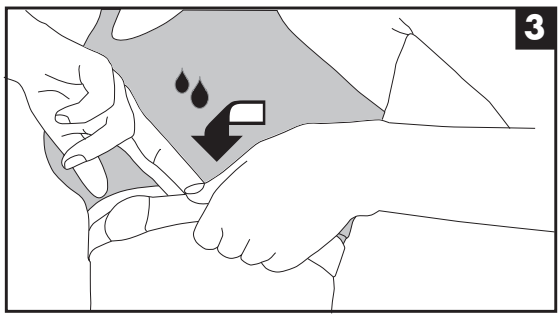


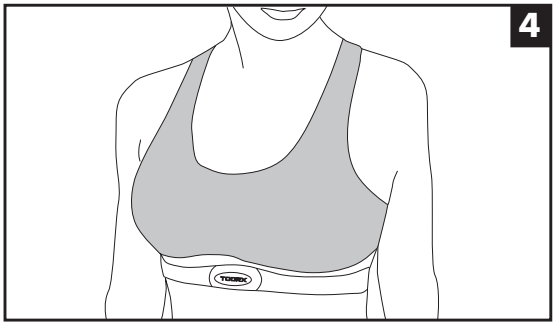
Elastischer Gurt

Sender









3.2 SONDERAUSSTATTUNG

INTEGRIERTES AUDIOSYSTEM Der Konsolenträger hat serienmäßig integrierte Lautsprecher mit Verstärker und Bluetooth-Schnittstelle. Zum Koppeln und Abspielen von Musik Bluetooth am Gerät (Tablet/Smartphone/ Musikplayer) aktivieren und mit dem Audiosystem der Konsole verbinden. Die Lautstärke wird direkt über die Lautstärketasten von Tablet/Smartphone/ Musikplayer geregelt.

TRX APP GATE 3.0 (OPTIONAL) Der Bluetooth-Adapter für Laufbänder APP READY 3.0 stellt eine kabellose Verbindung zwischen Laufband und externen Geräten mit Bluetooth wie Tablet oder Smartphone her.

Er wird einfach in den dafür vorgesehenen USB-Anschluss an der Konsole des Laufbands gesteckt.

Ermöglicht die sofortige Nutzung von Apps für das Laufbandtraining. Enthält die iConsole+ Training App mit Karten, Strecken, Trainingsplänen und Trainingsdaten.

Kompatibel mit der Zwift App (Abonnement nicht enthalten), die Training mit Videospiel-Elementen verbindet.

Kompatibel mit der Kinomap Fitness App (Abonnement nicht enthalten) mit 120.000 km geolokalisierter Videos aus aller Welt.

Das neue TRX APP GATE hat eine Doppelfunktion: Neben dem Bluetooth-Modul zur Verbindung des Laufbands mit kompatiblen Apps dient es auch als Empfänger für Bluetooth-Brustgurte.

ACHTUNG

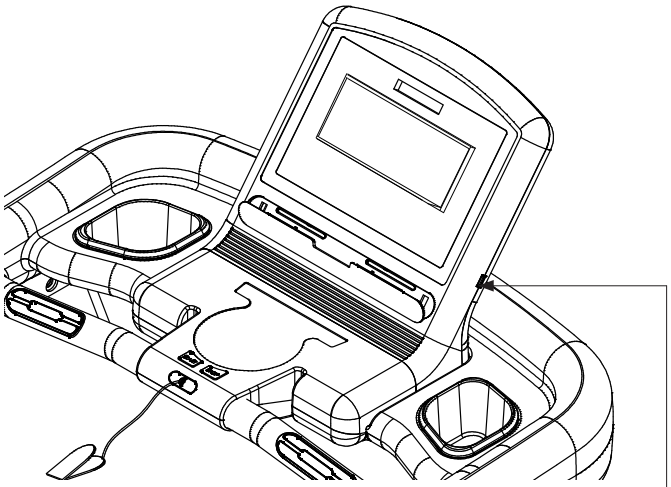
Der Bluetooth-Adapter darf NICHT an USB-Anschlüsse von Computern, Laptops, Tablets oder Smartphones angeschlossen werden, da er sonst beschädigt werden kann.

Der USB-Anschluss seitlich an der Konsole dient ausschließlich zur Stromversorgung des TRX APP GATE 3.0, das eine Spannung von 3,3 Vdc benötigt. Der USB-Anschluss darf nicht zur Versorgung oder zum Laden anderer Geräte als dem TRX APP GATE 3.0 verwendet werden.

- Nach erfolgter Kopplung von Konsole und Gerät (Tablet oder Smartphone) erlöschen die Displays der Konsole; nur die Schnellwahltasten für Geschwindigkeit und Steigung und die Kopplungsanzeige zwischen Konsole und Gerät (Tablet oder Smartphone) bleiben an.

- Bei aktiver Bluetooth-Verbindung zwischen Laufband und Tablet/Smartphone können Sie Apps für das Laufbandtraining nutzen.

TRX APP GATE 3.0 - (OPTIONAL)



USB-ANSCHLUSS FÜR TRX APP GATE 3.0

3.3 PRAKTISCHE TIPPS ZUR BENUTZUNG

GEFAHR

• Bringen Sie vor Trainingsbeginn den Sicherheitsschlüssel korrekt an, indem Sie den Clip an der Kleidung in Taillenhöhe befestigen. Um das Laufband sofort anzuhalten, ziehen Sie einfach an der Schnur, damit sich der magnetische Sicherheitsschlüssel von der Konsole löst. Zum Fortsetzen des Trainings den Schlüssel wieder in die Aufnahme an der Konsole setzen.

• Ziehen Sie bei Nichtbenutzung des Laufbands den Sicherheitsschlüssel ab und bewahren Sie ihn sicher auf. Halten Sie den Sicherheitsschlüssel von Kindern fern.

• Steigern Sie die Benutzung des Geräts schrittweise. Benutzen Sie bei Bedarf die Handläufe. Gehen Sie bei niedriger Bandgeschwindigkeit langsam. Bleiben Sie nicht stehen, während sich das Laufband bewegt.

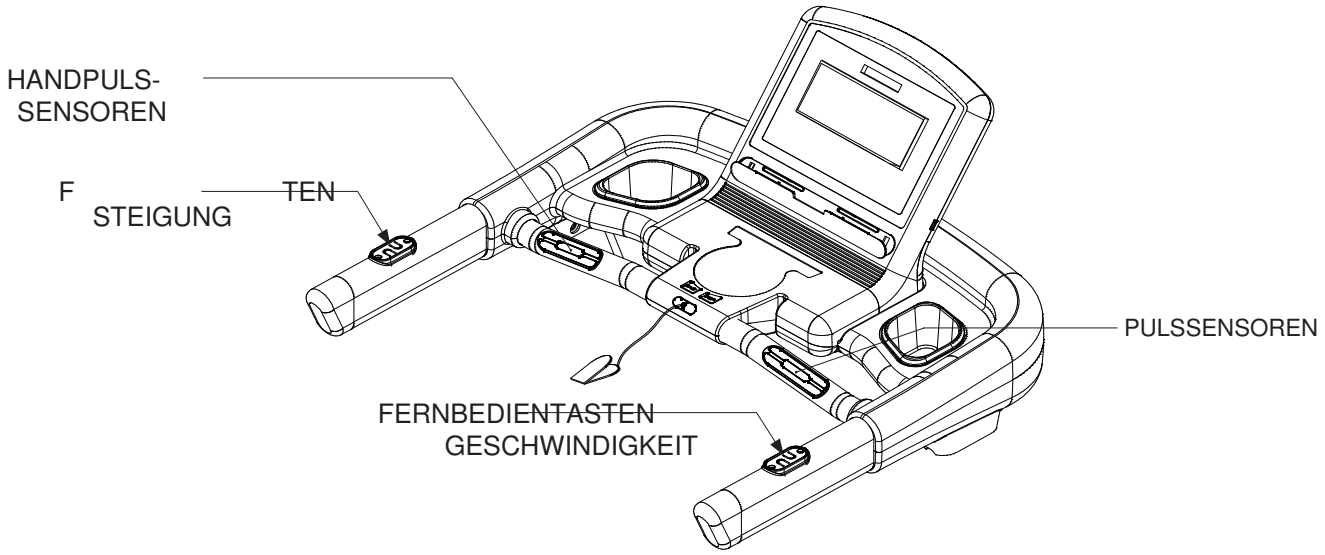
• Versuchen Sie nicht, die Laufrichtung zu ändern; halten Sie Gesicht und Körpervorderseite zur Konsole gerichtet.

• Das Gerät nie einschalten, während jemand auf dem Band steht.

• Das Gerät nicht von mehreren Personen gleichzeitig benutzen.

• Starten Sie das Training mit den Füßen auf den seitlichen Trittflächen; sobald das Laufband mit minimaler Geschwindigkeit läuft, langsam darauf zu gehen beginnen.

Wer das Laufband zum ersten Mal benutzt, sollte sich zunächst mit der Bedienkonsole vertraut machen und die Funktion des Laufbands prüfen, bevor ein Trainingsprogramm begonnen wird. a. Schalten Sie das Gerät am Netzschalter ein; die rote Kontrollleuchte des Schalters leuchtet. Stecken Sie den Sicherheitsschlüssel in die Aufnahme; die Konsole führt kurz einen Test durch, bei dem alle Displays aufleuchten, und gibt dann einen Signalton aus. b. Steigen Sie seitlich auf die Lauffläche und stellen Sie sich mittig mit den Füßen auf die seitlichen Trittflächen. c. Drücken Sie die Taste START, um sofort mit Mindestgeschwindigkeit zu starten; halten Sie sich an den Handläufen fest, gehen Sie in normalem Tempo und lockerem Schritt und behalten Sie eine Zeit lang eine niedrige Geschwindigkeit bei, um sich an das laufende Band zu gewöhnen. d. Wenn Sie sich sicher fühlen, erhöhen Sie die Geschwindigkeit mit der Taste GESCHWINDIGKEIT UP oder durch Drehen des Multifunktionsreglers im Uhrzeigersinn; lassen Sie dann die Handläufe los und laufen Sie mit synchroner Armbewegung. e. Bleiben Sie während des Trainings konzentriert, um Unfälle zu vermeiden. f. Halten Sie eine korrekte Laufhaltung mit Blick nach vorne ein und ändern Sie Ihre Position vor allem bei höheren Geschwindigkeiten nicht. g. Kontrollieren Sie während des Trainings häufig die Herzfrequenz, indem Sie mit beiden Händen die Pulssensoren an den Handläufen umfassen oder den Brustgurt (optional) tragen; der Wert wird im Display ‚PULSE' angezeigt.



3.4 BEDIENKONSOLE (Display)

SPEED – Geschwindigkeit des Laufbands (km/h) – Zeigt die GESCHWINDIGKEIT des Laufbands.

PROG – Programm-Nr. – Zeigt die Nummer des gewählten Programms.

PULSE – Herzfrequenz (bpm) – Wenn beide Handflächen auf den Handpulssensoren liegen oder ein Brustgurt (optional) getragen wird, zeigt das Display die Herzfrequenz (*). PACE – Tempo (min./km) – Zeigt das TEMPO, d. h. die Zeit in Minuten für einen Kilometer bei aktueller Geschwindigkeit.

INCLINE – Steigung des Laufbretts (Stufe) – Zeigt die STEIGUNGSSTUFE des Laufbretts.

DISTANCE – Zurückgelegte Strecke (km) – Zeigt die gesamte STRECKE seit Trainingsbeginn oder die Restdistanz von der eingestellten Strecke bis null.

HINWEIS: Displays mit Doppelfunktion wechseln die Anzeige alle fünf Sekunden.

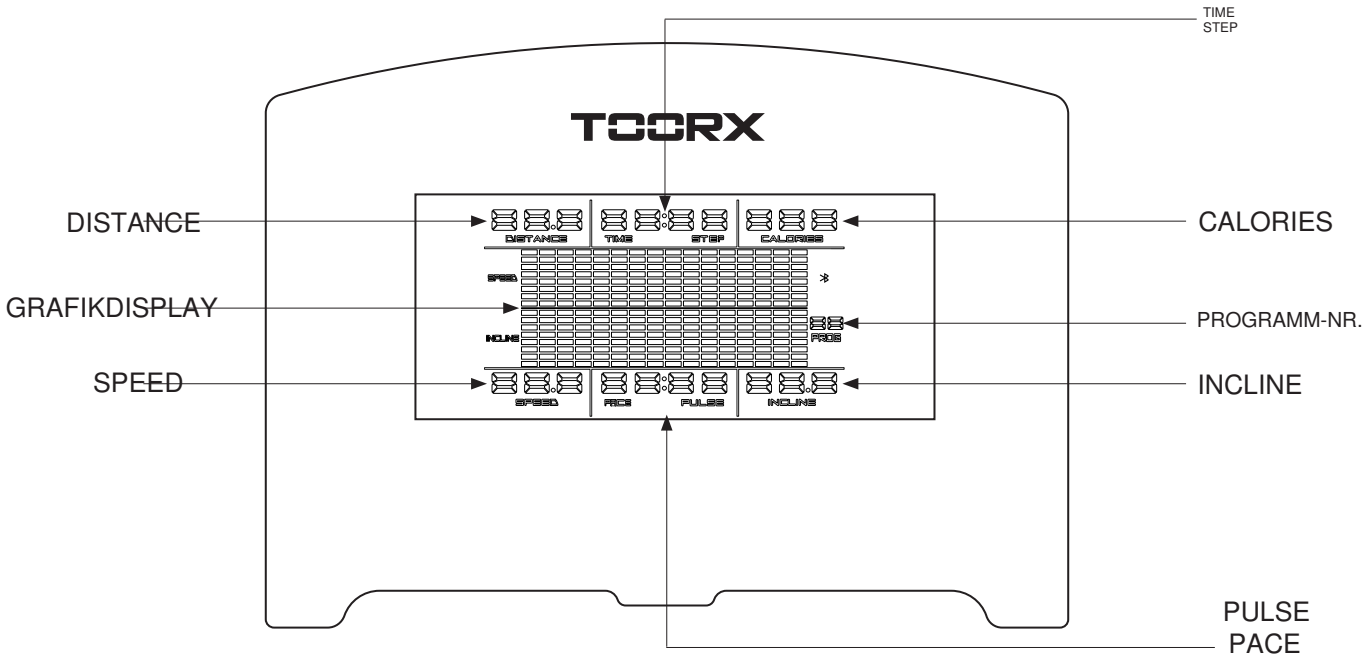
HINWEIS: Nach einigen Minuten ohne Benutzung schaltet sich die Konsole automatisch ab.

TIME – Dauer (min.) – Zeigt die TRAININGSDAUER ab null oder den Countdown von der eingestellten Zielzeit bis null. STEP – Schrittzähler – Zeigt die ANZAHL DER SCHRITTE seit Trainingsbeginn (*).

CALORIES – Kalorienverbrauch (Cal.) – Zeigt die seit Trainingsbeginn verbrauchten KALORIEN oder den Rest von den eingestellten Kalorien bis null (*).

GRAFIKDISPLAY - Das mittlere Display ist eine Matrixanzeige, die das Profil des laufenden Trainings anhand von Steigung und Geschwindigkeit grafisch darstellt. - Grafisches Programmprofil: Bei der Auswahl vordefinierter Programme und Benutzerprogramme wird das grafische Profil des Programms angezeigt. - Ringanzeige: Der im manuellen Modus angezeigte Leuchtring in der Mitte besteht aus Leuchtpunkten, die während des Trainings nacheinander aufleuchten, und stellt eine 400-m-Leichtathletikbahn dar.

(*) Die von der Konsole angezeigten Daten sind je nach Nutzungsbedingungen Näherungswerte und dürfen nicht als medizinische Referenz verwendet werden.



3.5 BEDIENKONSOLE (Tasten)

START Die Taste drücken, um in allen Betriebsarten das Training zu beginnen und aus der Pause fortzusetzen.

STOP Taste drücken, um das Laufband anzuhalten und das laufende Training zu pausieren; mindestens 3 Sekunden gedrückt halten, um das Training zu beenden und die Daten zu löschen.

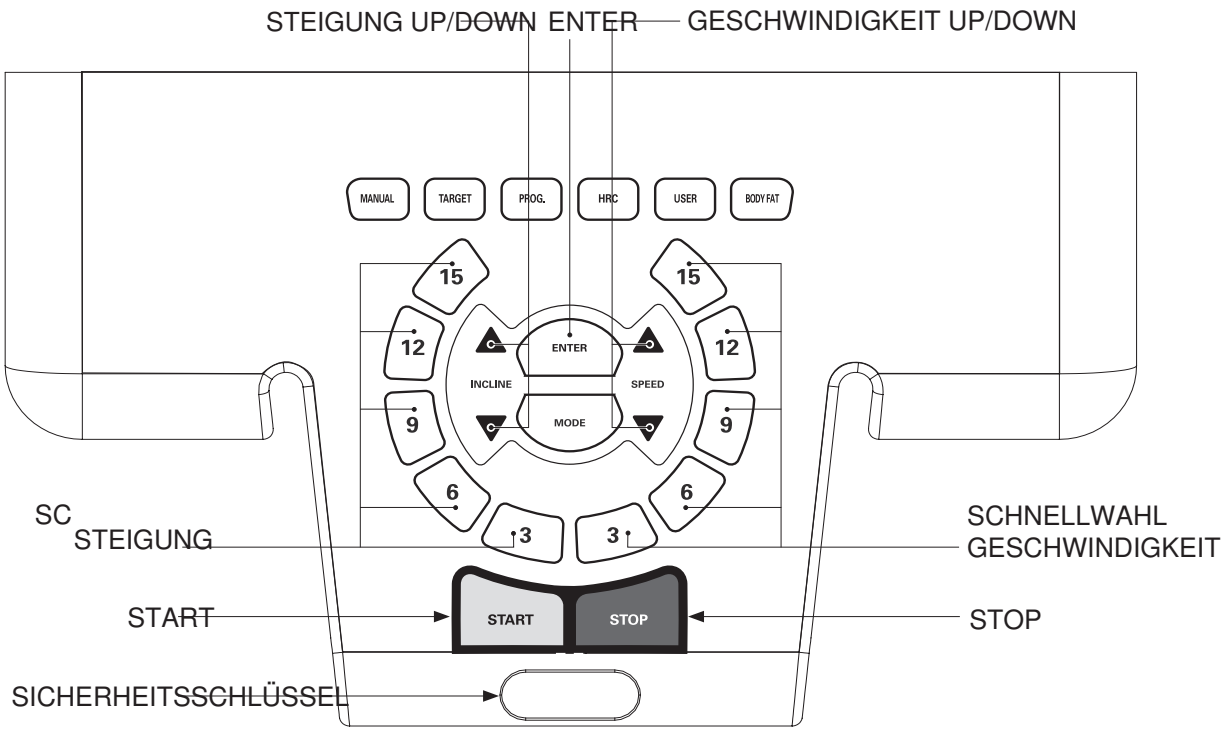
Speed Up/Down – (Geschwindigkeit des Laufbands) • Vor Trainingsbeginn mit den Tasten SPEED Up/Down die Programmparameter eingeben. • Während des Trainings mit den Tasten SPEED Up/Down die Geschwindigkeit erhöhen oder verringern (bei gedrückter Taste ändern sich die Werte schnell).

INCLINE Up/Down – (Steigung des Laufbretts) • Vor Trainingsbeginn mit den Tasten INCLINE Up/Down die Programmliste durchblättern. • Während des Trainings mit den Tasten INCLINE Up/Down die Steigung erhöhen oder verringern (bei gedrückter Taste ändern sich die Werte schnell).

SCHNELLWAHL GESCHWINDIGKEIT/STEIGUNG Beim Drücken einer Schnellwahltaste für Geschwindigkeit oder Steigung stellt sich das Laufband auf den auf der Taste angegebenen Wert ein.

ENTER ENTER drücken, um die Programmauswahl oder alle mit SPEED Up/Down eingestellten Programmparameter zu bestätigen.

SICHERHEITSSCHLÜSSEL Der Sicherheitsschlüssel ist eine sehr wichtige Sicherheitseinrichtung. Ziehen Sie den Schlüssel nach jeder Benutzung ab. Stecken Sie den Sicherheitsschlüssel vor Trainingsbeginn ein; ohne eingesteckten Schlüssel bleibt die Konsole ausgeschaltet. Der Sicherheitsschlüssel hat eine Schnur mit Clip, der an der Kleidung (z. B. Hosenbund) befestigt werden muss.



MANUAL – (Manueller Modus) Nach dem Einschalten START drücken, um den manuellen Modus zu starten. Ist ein Programm gewählt, MANUAL drücken, um in den manuellen Modus zu wechseln.

TARGET – (Target-Modus) Im Stand-by die Taste drücken, um ein Countdown-Training festzulegen, wahlweise nach: Dauer, Strecke, Kalorien, Schrittzahl.

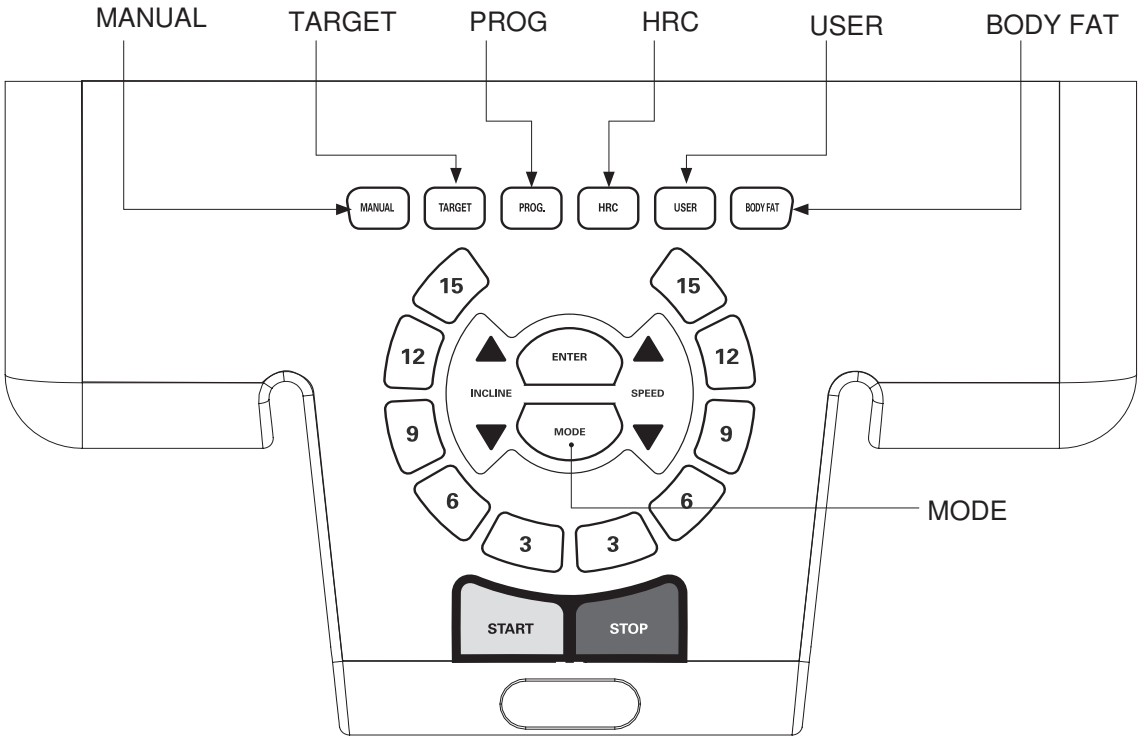
PROG – (Vordefinierte Programme: P01÷P24) Im Stand-by die Taste mehrmals drücken, um die vordefinierten Programme P01÷P24 durchzublättern (oder nach PROG mit den Tasten INCLINE Up/Down blättern), und mit ENTER das gewünschte Programm wählen.

HRC – (Cardio-Programme: H01÷H04) Im Stand-by die Taste mehrmals drücken, um die Cardio-Programme H01÷H04 durchzublättern (oder nach HRC mit den Tasten INCLINE Up/Down blättern), und mit ENTER das gewünschte Programm wählen.

USER – (Benutzerprogramme: U01÷U04) Im Stand-by die Taste mehrmals drücken, um die Benutzerprogramme U01÷U04 durchzublättern (oder nach USER mit den Tasten INCLINE Up/Down blättern), und mit ENTER das gewünschte Programm wählen.

BODY FAT – (Messung des Körperfettanteils in Prozent) Im Stand-by bzw. nach Trainingsende die Taste drücken, um die Messung des Körperfettanteils zu starten.

MODE Nach Wahl des TARGET-Modus MODE drücken, um das Training auf eines von 4 frei einstellbaren Zielen auszurichten: Trainingsdauer, Strecke, Kalorienverbrauch, Schrittzahl. Sind Werte für Time, Distance, Calorie oder Step eingegeben, zählt das betreffende Display während des Trainings vom eingestellten Wert bis null herunter; dann endet das Training.



3.6 EINSCHALTEN/PAUSE/STOPP - MANUELLER MODUS

GERÄT EINSCHALTEN • Zum Einschalten den Hauptschalter auf I=ON stellen; die integrierte rote Kontrollleuchte zeigt an, dass das Gerät mit Strom versorgt wird. Der Schalter befindet sich vorne neben dem Netzkabel. Nach dem Einschalten den Sicherheitsschlüssel in die Aufnahme an der Konsole stecken; es folgt ein Selbsttest von Logikplatine und Display, danach werden die Firmware-Version der Konsolenplatine sowie Gesamtstrecke und Betriebsdauer angezeigt: Nach einigen Sekunden ist das Produkt betriebsbereit.

• Die Konsole schaltet sich nach einigen Minuten ohne Benutzung automatisch ab.

TRAINING PAUSIEREN UND BEENDEN • Bei laufendem Band STOP drücken, um das Training anzuhalten („PAUSE“): Das Band stoppt, das Laufbrett behält die Steigung, und die aktuellen Daten bleiben 2 Minuten auf den Displays; in dieser Zeit lässt sich das Training mit START an derselben Stelle fortsetzen.

Hinweis: Wird ein pausiertes Training fortgesetzt, läuft das Band nach einem Countdown von drei Sekunden mit der Geschwindigkeit vor der Pause wieder an.

• Um das Training abzubrechen und die aktuellen Daten zu löschen, STOP 3 Sekunden gedrückt halten; das Band läuft langsam aus und bleibt stehen.

NOTHALT • Um das Training sofort zu beenden und das Band anzuhalten, den Sicherheitsschlüssel aus der Aufnahme ziehen. Sofort ertönt ein Signalton und das Band stoppt umgehend; eine eingestellte Steigung des Laufbretts bleibt erhalten.

Hinweis: Nach dem Wiedereinstecken des Sicherheitsschlüssels fährt das Laufbrett auf Steigung null, danach sind die Konsolenfunktionen freigegeben.

MANUELLER MODUS • Das Produkt einschalten: Netzschalter auf ON und Sicherheitsschlüssel einstecken.

• Nach dem Einschalten ist das Produkt automatisch im manuellen Modus; zum Starten genügt START. Aus jedem Konsolenzustand gelangen Sie mit MANUAL in den manuellen Modus.

• Nach Wahl des manuellen Modus auf das Laufbrett steigen, die Füße auf den seitlichen Trittflächen lassen und START drücken: Nach 3 Sekunden läuft das Band mit Mindestgeschwindigkeit an.

• Mit den Tasten GESCHWINDIGKEIT und STEIGUNG regeln Sie in Echtzeit die Bandgeschwindigkeit und die Steigung der Lauffläche.

• TIME, DISTANCE, CALORIES zählen während des Trainings hoch, bis es durch Gedrückthalten von STOP länger als 3 Sekunden oder durch Abziehen des Sicherheitsschlüssels beendet wird.

3.7 TARGET-MODUS

• Schalten Sie das Gerät ein, indem Sie den Netzschalter auf ON stellen und den Sicherheitsschlüssel einstecken.

• Den Target-Modus mit der Taste TARGET auf dem mittleren Tastenfeld wählen, um das Training nach einem Zielwert (Dauer, Strecke, Kalorien, Schrittzahl) festzulegen.

• MODE drücken: Das Display der gewählten Funktion blinkt; durch wiederholtes Drücken von MODE wählen Sie Dauer, Strecke, Kalorienverbrauch oder Schrittzahl als Trainingsziel.

• Mit den Tasten SPEED Up/Down den gewählten Zielwert einstellen, der im zugehörigen Display erscheint: Dauer: Voreinstellung 30 Minuten – (Bereich: 5:00 ÷ 99:00), Strecke: Voreinstellung 1 km – (Bereich: 1:00 ÷ 99:00), Kalorienverbrauch: Voreinstellung 50 Cal – (Bereich: 10 ÷ 990), Schrittzahl: Voreinstellung 4000 Schritte – (Bereich: 1000 ÷ 9900). Mit ENTER den eingegebenen Wert bestätigen.

• Stellen Sie sich nach Eingabe der Trainingsdaten mit den Füßen auf die seitlichen Trittflächen und drücken Sie START; nach 3 Sekunden läuft das Band mit Mindestgeschwindigkeit an.

• Mit den Tasten GESCHWINDIGKEIT und STEIGUNG regeln Sie in Echtzeit die Bandgeschwindigkeit und die Steigung der Lauffläche.

• Das Display des gewählten „Zielwerts“ zählt vom eingestellten Wert bis null herunter.

• Das Training endet, wenn der Countdown des eingestellten Zielwerts abgelaufen ist. Es lässt sich jederzeit durch Gedrückthalten von STOP länger als 3 Sekunden oder durch Abziehen des Sicherheitsschlüssels beenden.

3.8 VORDEFINIERTE PROGRAMME (P01÷P24)

Die Konsole bietet 24 vordefinierte Programme für das Cardiotraining mit folgenden Merkmalen: - Programme 01 bis 06: Die Konsole ändert die Geschwindigkeit des Laufbands nach dem vordefinierten Profil; - Programme 07 bis 18: Die Konsole ändert nach dem vordefinierten Profil sowohl die Geschwindigkeit des Laufbands als auch die Steigung des Laufbretts; - Programme 19 bis 24: Die Konsole ändert die Steigung des Laufbretts nach dem vordefinierten Profil.

• Schalten Sie das Gerät ein, indem Sie den Netzschalter auf ON stellen und den Sicherheitsschlüssel einstecken.

• Auf das Laufbrett steigen, die Füße auf den seitlichen Trittflächen lassen, PROG drücken und mit den Tasten INCLINE Up/Down eines der vordefinierten Trainingsprogramme 01÷24 wählen; das Display „Pulse“ zeigt die Programmnummer, das Matrix-Display das grafische Profil.

• Das Display TIME blinkt und zeigt die voreingestellte DAUER von 30 Minuten; mit den Tasten SPEED Up/Down den gewünschten Wert einstellen und mit ENTER bestätigen.

• START drücken, um das Programm zu starten; nach einem Countdown von drei Sekunden läuft das Band gemäß dem gewählten Programmprofil an.

• Während der Programme P01÷P06 kann die Steigung manuell eingestellt werden.

• Während der Programme P07÷P18 können Geschwindigkeit und Steigung mit den entsprechenden Tasten erhöht oder verringert werden. Die Änderung gilt für das aktuelle Segment des Profils; beim Wechsel ins nächste Segment werden wieder die im Programm vorgesehenen Werte für Geschwindigkeit/Steigung übernommen.

• Während der Programme P19÷P24 kann die Bandgeschwindigkeit manuell eingestellt werden.

• Die Programmdauer entspricht der eingestellten Zeit (bis das Display TIME null erreicht). Das Training kann jederzeit beendet werden, indem STOP länger als 3 Sekunden gedrückt oder der Sicherheitsschlüssel abgezogen wird.

MODE \ TIME	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30
P01	SPD	P02	3	4	5	5	4	4	3	3	2	3	3	4	5	5	4	4	3	3	3	3	4	5	5	4	4	3	3	1
SPD	P03	SPD	6	6	6	5	4	4	4	3	3	4	6	6	6	5	4	4	4	3	4	6	6	6	5	4	4	4	3	2
P04	SPD	P05	6	7	7	6	6	5	5	3	4	6	7	7	6	6	5	5	3	4	6	7	7	6	6	5	5	4	3	2
SPD	P06	SPD	6	8	6	6	5	5	4	4	3	4	6	8	6	6	5	5	4	4	3	4	6	8	6	6	5	5	3	2
P07	SPD	1 INC	6	8	10	8	6	6	5	5	4	4	6	8	10	8	6	6	5	5	4	4	6	8	10	8	6	5	3	2
P08	SPD	INC 1	6	8	10	12	10	8	6	5	4	6	8	10	12	10	8	6	5	4	6	8	10	12	10	8	6	5	3	2
P09	SPD	INC	3	4	5	5	4	4	3	3	2	3	3	4	5	5	4	4	3	3	3	3	4	5	5	4	4	3	3	1
P10	SPD	INC	3	4	4	6	6	4	4	3	0	3	3	4	4	6	6	4	4	0	3	3	4	4	6	6	4	4	3	0
P11	SPD	INC	6	6	6	5	4	4	4	3	3	4	6	6	6	5	4	4	4	3	4	6	6	6	5	4	4	4	3	2
P12	SPD	2 INC	3	5	5	6	6	5	5	3	1	3	3	4	4	6	6	4	4	0	3	3	4	4	6	6	4	4	3	0
P13	spd	2 2 INC	6	6	6	5	4	4	4	3	3	4	6	6	6	5	4	4	4	3	4	6	6	6	5	4	4	4	3	2
P14	SPD	2 INC	3	5	9	4	2	4	6	8	10	10	5	5	5	4	4	6	7	8	7	4	4	4	5	7	7	6	4	0
P15	SPD	2 INC	6	7	7	6	6	5	5	3	4	6	7	7	6	6	5	5	3	4	6	7	7	6	6	5	5	4	3	2
P16	SPD	2 INC	4	3	3	4	4	3	3	10	8	6	6	4	3	4	5	6	10	8	6	3	3	5	5	3	3	5	4	0
P17	SPD	2 INC	6	7	7	6	6	5	5	3	4	6	7	7	6	6	5	5	3	4	6	7	7	6	6	5	5	4	3	2
P18	SPD	2 INC	4	3	4	5	5	4	4	8	7	9	9	5	5	4	6	6	8	7	6	6	3	3	4	6	6	4	4	0
10 P19	INC	3 3 3	6	8	6	6	5	5	4	4	3	4	6	8	6	6	5	5	4	4	3	4	6	8	6	6	5	5	3	2
3 0 P20	INC	3 3	4	3	4	4	3	6	7	7	10	8	6	5	6	7	9	7	8	10	10	8	6	5	7	7	10	8	5	0
4 2 4 4 4 4 4 4			6	8	6	6	5	5	4	4	3	4	6	8	6	6	5	5	4	4	3	4	6	8	6	6	5	5	3	2
0 P21	INC	4 4 3	7	5	7	4	6	6	7	8	10	10	3	3	5	5	7	7	8	8	10	8	6	4	6	6	8	8	10	0
3 4 4 3 4 3 4 3 3			6	8	10	8	6	6	5	5	4	4	6	8	10	8	6	6	5	5	4	4	6	8	10	8	6	5	3	2
3 3 4 0 P22	INC		4	3	3	4	4	3	3	4	6	8	6	6	5	5	4	4	3	4	6	8	6	6	5	5	3	2	1	0
4 9 5 4 5 5 4 P23			4	3	4	5	5	4	4	8	7	9	9	5	5	4	6	6	8	7	6	6	3	3	4	6	6	4	4	0
INC 6 8 5 4 6 4 8			6	8	10	8	6	6	5	5	4	4	6	8	10	8	6	6	5	5	4	4	6	8	10	8	6	5	3	2
5 5 8 P24	INC	10	7	5	7	4	6	6	7	8	10	10	3	3	5	5	7	7	8	8	10	8	6	4	6	6	8	8	10	0
9 8 5 5 6 7 6 5 6			6	8	10	8	6	6	5	5	4	4	6	8	10	8	6	6	5	5	4	4	6	8	10	8	6	5	3	2
7			4	3	3	4	5	5	8	10	8	8	6	4	3	4	6	6	8	8	10	10	8	4	3	4	8	8	10	0
			6	8	10	8	6	6	5	5	4	4	6	8	10	8	6	6	5	5	4	4	6	8	10	8	6	5	3	2
			6	5	4	6	8	8	9	9	10	10	6	5	4	5	6	6	8	8	10	10	6	5	4	6	8	8	10	0
			6	7	8	10	8	6	5	3	4	6	7	7	6	6	5	5	3	4	6	7	7	6	6	5	5	4	3	2
			6	5	6	5	6	8	8	10	10	8	6	4	6	6	8	8	10	8	6	5	5	8	6	8	10	10	12	0
			6	8	10	12	10	8	6	5	4	6	8	10	12	10	8	6	5	4	6	8	10	12	10	8	6	5	3	2
			6	5	4	3	4	5	6	6	10	6	6	4	3	4	6	8	10	12	10	8	4	3	4	6	8	10	12	0
			6	8	10	12	10	8	6	5	4	6	8	10	12	10	8	6	5	4	6	8	10	12	10	8	6	5	3	2
			8	7	6	5	6	7	8	10	12	8	7	6	5	6	7	8	10	12	10	8	6	5	6	7	8	10	12	0
			3	4	4	6	6	4	4	3	0	3	3	4	4	6	6	4	4	0	3	3	4	4	6	6	4	4	3	0
			3	5	9	4	2	4	6	8	10	10	5	5	5	4	4	6	7	8	7	4	4	4	5	7	7	6	4	0
			4	3	3	4	4	3	3	10	8	6	6	4	3	4	5	6	10	8	6	3	3	5	5	3	3	5	4	0
			6	5	4	6	8	8	9	9	10	10	6	5	4	5	6	6	8	8	10	10	6	5	4	6	8	8	10	0
			6	5	4	6	6	8	6	10	10	8	6	4	6	6	8	8	10	8	6	5	5	8	6	8	10	10	12	0
			8	7	6	5	6	7	8	10	12	8	7	6	5	6	7	8	10	12	10	8	6	5	6	7	8	10	12	0

3.9 BENUTZERPROGRAMM BENUTZERPROGRAMM (U01÷U04)

• Schalten Sie das Gerät ein, indem Sie den Netzschalter auf ON stellen, und prüfen Sie, ob der Sicherheitsschlüssel eingesteckt ist.

• Auf das Laufbrett steigen, die Füße auf den seitlichen Trittflächen lassen, USER drücken und mit den Tasten INCLINE Up/Down eines der individuell einstellbaren Trainingsprogramme U01÷U04 wählen; das Display „Pulse“ zeigt die Programmnummer, das Matrix-Display das grafische Profil. Mit ENTER eines der vier Benutzerprogramme wählen.

• Das Benutzerprogramm besteht aus 30 Segmenten (Steps); in jedem Segment können Bandgeschwindigkeit und Steigung eingestellt werden. Die 30 Segmente bilden das Profil des Benutzerprogramms.

SEGMENT 01:
- mit den Tasten SPEED die Geschwindigkeit für Segment 01 einstellen, sie erscheint im Display „Geschwindigkeit“; - mit den Tasten INCLINE die Steigung für Segment 01 einstellen, dann mit ENTER bestätigen und zum nächsten Segment wechseln. SEGMENT 02:

- mit den Tasten SPEED die Geschwindigkeit für Segment 02 einstellen, sie erscheint im Display „Geschwindigkeit“; - mit den Tasten INCLINE die Steigung für Segment 02 einstellen, dann mit ENTER bestätigen und zum nächsten Segment wechseln.

• Nach Einstellung von Geschwindigkeit und Steigung für alle 30 Segmente blinkt das Display TIME und zeigt die voreingestellte DAUER von 30 Minuten; mit den Tasten SPEED Up/Down den gewünschten Wert einstellen (jedes Segment dauert ein Dreißigstel der Gesamtzeit) und mit ENTER die Dauer des Benutzerprogramms bestätigen. • Das fertige Profil bleibt in der Konsole gespeichert; sind alle vier Benutzerprogramme belegt, kann ein neues Benutzerprogramm nur durch Ändern eines bestehenden angelegt werden.

• START drücken, um das Benutzerprogramm zu starten; nach einem Countdown von drei Sekunden läuft das Band gemäß dem programmierten Profil an. • Geschwindigkeit und Steigung können jederzeit mit den entsprechenden Tasten erhöht oder verringert werden. Die Änderung gilt für das aktuelle Segment des Profils; beim Wechsel ins nächste Segment werden wieder die im Programm vorgesehenen Werte für Geschwindigkeit/Steigung übernommen.

• Die Programmdauer entspricht der eingestellten Zeit (bis das Display TIME null erreicht). Das Training kann jederzeit beendet werden, indem STOP länger als 3 Sekunden gedrückt oder der Sicherheitsschlüssel abgezogen wird.

3.10 BENUTZERPROGRAMM CARDIO-PROGRAMM (HP1÷HP4)

Beim Cardio-Programm regelt der Computer Steigung und Geschwindigkeit automatisch je nach gemessener Herzfrequenz. Der Benutzer muss den Herzfrequenz-Zielwert gemäß den Angaben und der Referenztabelle im Abschnitt „Das Trainingsprogramm“ einstellen – immer und nur nach Rücksprache mit dem Arzt.

GEFAHR

Vor der Nutzung der Cardio-Programme ist unbedingt ärztlicher Rat einzuholen.

• Schalten Sie das Gerät ein, indem Sie den Netzschalter auf ON stellen, und prüfen Sie, ob der Sicherheitsschlüssel eingesteckt ist.

• Auf das Laufbrett steigen, die Füße auf die seitlichen Trittflächen stellen, HRC drücken und mit den Tasten INCLINE Up/Down eines der Cardio-Programme HP1 ÷ HP4 wählen.

• Mit ENTER eines der vier Cardio-Programme HP1 ÷ HP4 bestätigen. Die vier Programme unterscheiden sich in der Trainingsintensität, bezogen auf die maximale Herzfrequenz: 60 %, 70 %, 80 %, 90 %. HP1 = Herzfrequenzbereich niedrige Intensität, 60 % HP2 = Herzfrequenzbereich aerobes Training, 70 % HP3 = Herzfrequenzbereich anaerobes Training, 80 % HP4 = Herzfrequenzbereich anaerobes Training, 90 % Die von den vier Programmen VORGESCHLAGENEN Herzfrequenzwerte können je nach Gesundheitszustand und Trainingsstand angepasst werden, ohne jedoch die maximale HF (max = 220 – Alter) zu überschreiten.

• Das Display TIME blinkt und zeigt die voreingestellte DAUER von 30 Minuten; mit den Tasten SPEED Up/Down den gewünschten Wert einstellen (05:00 ÷ 99:00 Minuten) und mit ENTER bestätigen.

• Das ALTER des Benutzers eingeben: AGE, mit den Tasten SPEED Up/Down den Wert (16 ÷ 65 Jahre) einstellen und mit ENTER bestätigen.

• Das GEWICHT des Benutzers eingeben: WEIGHT, mit den Tasten SPEED Up/Down den Wert (40 ÷ 130 kg) einstellen und mit ENTER bestätigen.

• Das Display zeigt die von der HRC-Konsole vorgeschlagene Herzfrequenz, berechnet nach einem Algorithmus, der Alter, Gewicht und Programmstufe berücksichtigt. Der Vorschlag kann je nach Gesundheitszustand und Trainingsstand mit den Tasten SPEED Up/Down geändert werden. Den eingestellten Wert mit ENTER bestätigen.

• Nach Eingabe aller oben genannten Parameter für das Cardio-Programm den Brustgurt (optional) anlegen, da er die Herzfrequenz genauer erfasst als die Handpulssensoren an den Handläufen. Prüfen, dass die Konsole das Signal des Brustgurts (optional) gleichmäßig empfängt, und START drücken. Nach einem Countdown von drei Sekunden läuft das Band an und das Trainingsprogramm beginnt mit den eingegebenen Parametern.

• Geschwindigkeit und Steigung werden vom Computer gesteuert, der sie erhöht oder verringert, je nachdem, ob sich die gemessene Herzfrequenz vom eingestellten Zielwert entfernt oder ihm nähert. Geschwindigkeit und Steigung lassen sich manuell ändern, jedoch nur innerhalb des aktuellen Profilsegments; beim Wechsel ins nächste Segment gelten wieder die vom Programm nach Herzfrequenz gesteuerten Werte. • Das Programm dauert so lange wie eingestellt (bis das Display TIME null erreicht). Das Training lässt sich jederzeit durch Gedrückthalten von STOP länger als 3 Sekunden oder durch Abziehen des Sicherheitsschlüssels beenden.

HINWEISE: - Wird das Herzfrequenzsignal nicht durchgehend erfasst, werden Geschwindigkeit und Steigung auf null gesetzt, die Konsole beendet das Training und meldet, dass kein Puls erkannt wird.

GEFAHR

Zeigt das Display Pulse unplausible oder stark schwankende Herzfrequenzwerte an, verwenden Sie das HRC-Programm NICHT und prüfen Sie, ob sich in der Nähe des Geräts elektromagnetische Störquellen befinden. Besteht das Problem weiter, wenden Sie sich an den Kundendienst.

3.11 BODY FAT TEST

Über die Handpulssensoren Hand Pulse ermittelt das Programm Body Fat Test den Körperfettanteil in Prozent. Bitte beachten Sie: Der Wert ist nur ein ungefährer, theoretischer Richtwert, um den Verlauf Ihres Trainingsstands während eines Trainingsprogramms zu verfolgen.

• Für Träger von Herzschrittmachern oder anderen elektronischen Implantaten ist das Programm Body Fat Test verboten. • Das Programm Body Fat Test nur bei vollständig stillstehendem Band durchführen.

• Gerät einschalten: Hauptschalter auf ON stellen.

• Auf das Laufbrett steigen, die Füße auf den seitlichen Trittflächen lassen und BODY FAT drücken; das Display „Time“ zeigt S1. Das Geschlecht abfragen: mit den Tasten SPEED Up/ Down S1 für Mann oder S2 für Frau einstellen und mit ENTER bestätigen.

• Das Display „Calorie“ zeigt **25** (Voreinstellung für das Alter des Benutzers); das Alter des Benutzers eingeben: mit den Tasten SPEED Up/Down den Wert einstellen und mit ENTER bestätigen.

• Das Display „Steigung“ zeigt 170 (Voreinstellung für die Körpergröße des Benutzers in cm); die Körpergröße eingeben: mit den Tasten SPEED Up/ Down den Wert einstellen und mit ENTER bestätigen.

• Das Display „Schrittzahl“ zeigt 70 (Voreinstellung für das Körpergewicht des Benutzers in kg); das Gewicht eingeben: mit den Tasten SPEED Up/Down den Wert einstellen und mit ENTER bestätigen.

• Zum Schluss mit ENTER die Messung des Körperfettanteils starten; das Grafikdisplay zeigt 0.0. Dann beide Hände fest auf die Handpulssensoren drücken, bis nach einigen Sekunden das Testergebnis im Grafikdisplay erscheint.

• Kann die Konsole den Körperfettanteil nicht berechnen, liegt das an falsch eingegebenen Benutzerdaten oder an zu trockener Haut, die keinen ausreichenden Kontakt zu den Sensoren zulässt. In diesem Fall STOP drücken und die Messung wiederholen; die Hände dabei leicht anfeuchten.

Referenztabelle zur Anzeige des Body Fat Test:

	Femmina				Maschio			
Età	Snello	Normale	Grasso	Obeso	Snello	Normale	Grasso	Obeso
10-16	< 36	36-46	47-53	> 53	< 20	20-29	30-34	> 34
17-39	< 40	40-50	51-56	> 56	< 22	22-31	32-36	> 36
40-55	< 46	46-58	59-64	> 64	< 23	23-32	33-37	> 37
56-85	< 48	48-60	61-66	> 66	< 24	24-33	34-38	> 38

4.0 MANUTENZIONE

GEFAHR

Vor jeder Reinigung oder Wartung das Gerät mit dem Netzschalter ausschalten und den Netzstecker aus der Wandsteckdose ziehen.

ACHTUNG

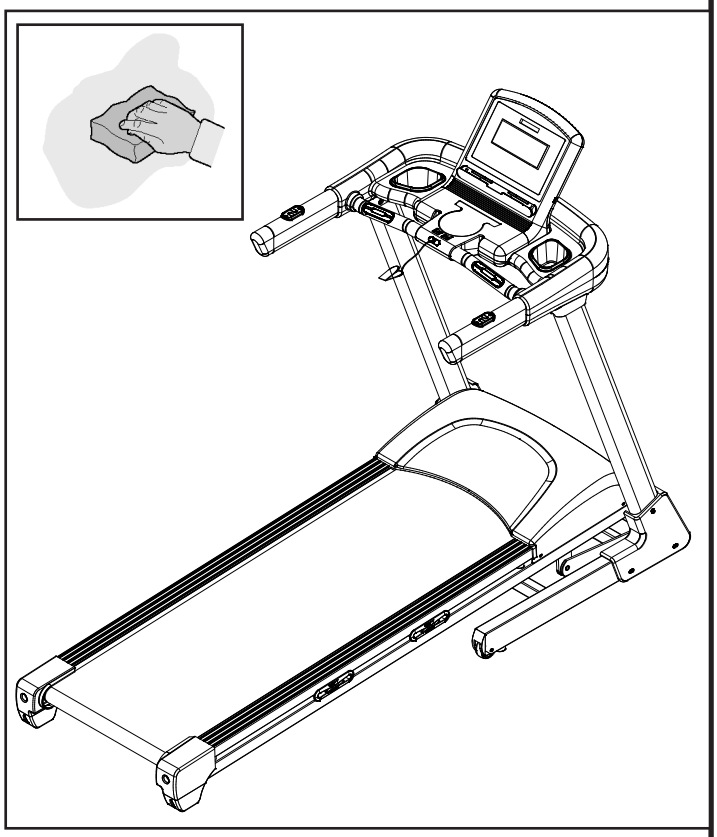
KEINE brennbaren, giftigen oder schädlichen Stoffe zur Reinigung verwenden, sondern nur Produkte auf Wasserbasis und weiche Tücher.

KEINE erdölhaltigen Lösungsmittel wie Aceton oder Benzol, chlorhaltige Öle, Tetrachlorkohlenstoff oder Ammoniak verwenden; diese können Kunststoffteile beschädigen und angreifen.

• Schweiß ist eine Körperflüssigkeit mit Salzen, die Metall angreifen können; reinigen Sie das Gerät daher nach jedem Training gründlich mit einem mit Neutralseife angefeuchteten Mikrofasertuch, um Schweißrückstände zu entfernen. Behandeln Sie vor allem die Metallteile, um Schäden an Rahmen und Lackierung vorzubeugen, die die Garantie beeinträchtigen können.

• Reinigen Sie die Konsole mit einem weichen, leicht angefeuchteten Tuch, um Kratzer auf glänzenden Oberflächen zu vermeiden.

• Reiben Sie beim Reinigen nicht zu fest über die Konsole.



4.1 SCHMIERUNG DES LAUFBANDS

ACHTUNG

Das Laufbrett ist werkseitig vorgeschmiert; vor der ersten Benutzung ist keine Schmierung nötig. Das Laufbrett ist mit dem mitgelieferten Silikon-Schmiermittel nach den ersten 40÷50 km und danach etwa alle 350 km oder nach längerer Nichtbenutzung zu schmieren, in jedem Fall immer dann, wenn das Laufbrett trocken wirkt.

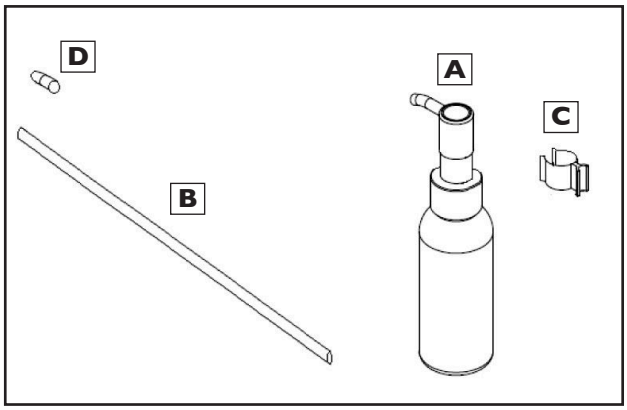
Vor dem Schmieren des Laufbretts das Gerät ausschalten und den Netzstecker aus der Wandsteckdose ziehen.

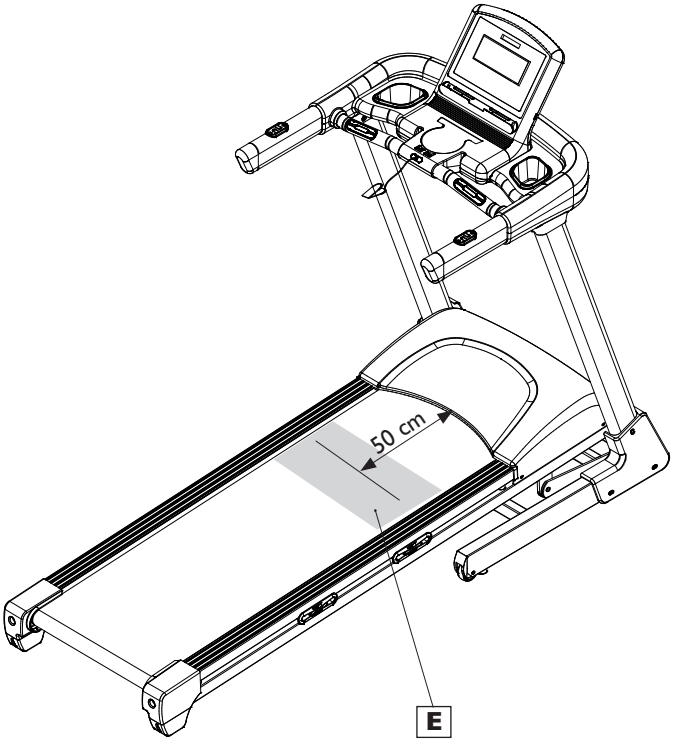
• Damit Laufbrett und Laufband in gutem Zustand bleiben, ist in regelmäßigen Abständen, etwa alle 350 km, zu schmieren.

• Zum Schmieren die Schmiermittelflasche A vorbereiten: das Röhrchen B in die Düse stecken, dann die Sicherung C und die Kappe D entfernen.

• Das Laufband an den Rändern der Trittflächen anheben und etwa 50 cm vom Motorraum entfernt, wie in der Abbildung bei Punkt E gezeigt, die Ausgabedüse des Schmiermittels ganz unter das Band schieben und je zwei Pumpstöße rechts und links geben.

• Stecken Sie nach dem Schmieren den Netzstecker ein, schalten Sie das Gerät ein und gehen Sie im manuellen Modus 2 bis 3 Minuten mit niedriger Geschwindigkeit auf dem Band, damit sich das Schmiermittel gleichmäßig auf dem Laufbrett verteilt.





4.2 SPANNEN - ZENTRIEREN DES LAUFBANDS

GEFAHR

Vor dem Zentrieren oder Spannen das Gerät mit dem Netzschalter ausschalten und den Netzstecker aus der Wandsteckdose ziehen.

• Läuft das Band nach rechts, die rechte Einstellschraube jeweils um eine Vierteldrehung im Uhrzeigersinn drehen.

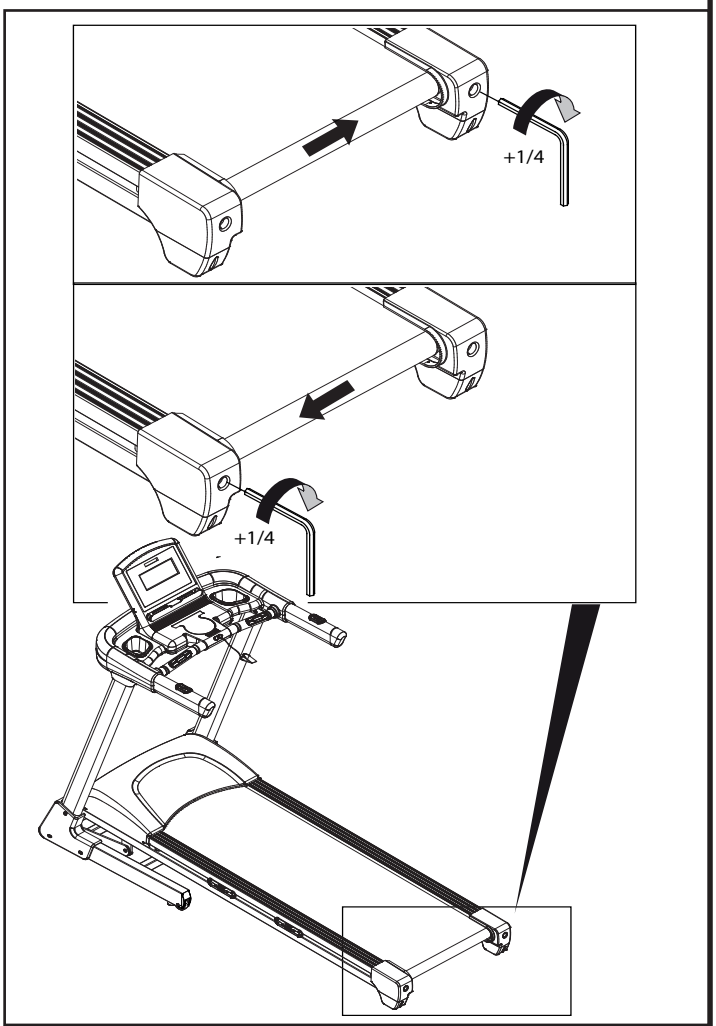
• Lassen Sie nach jeder Einstellung das Band, ohne es zu betreten, im manuellen Modus mindestens zwei Minuten mit 3-4 km/h laufen, um das Ergebnis zu prüfen.

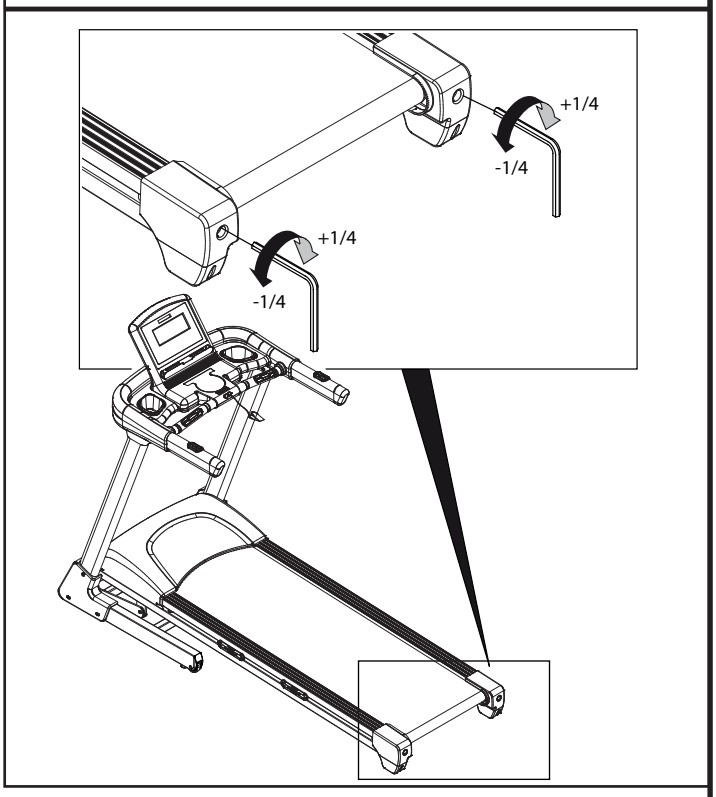
• Läuft das Band weiterhin nach rechts, drehen Sie die linke Schraube um eine Vierteldrehung gegen den Uhrzeigersinn. Läuft das Band nach links, gilt dasselbe entsprechend.

ACHTUNG

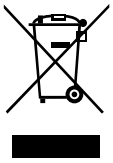
Drehen Sie die Spannschrauben jeweils um höchstens 1/4 Umdrehung. Eine zu hohe Bandspannung kann zu vorzeitigem Verschleiß von Riemenscheiben, Lagern und Motor führen.

• 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.





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 ist (in den Ländern der Europäischen Union) getrennt zu entsorgen und bei den dafür vorgesehenen Sammelstellen für Entsorgung und Recycling solcher Produkte abzugeben.

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.

Garlando S.p.A. bittet Verbraucher außerhalb der Europäischen Union, die örtlichen Vorschriften zur Entsorgung und Verwertung zu beachten und, wo möglich, elektrische und elektronische Geräte sowie wiederverwertbare Bestandteile (z. B. Eisen, Kupfer, Kunststoffe) getrennt zu sammeln.

6.0 ERSATZTEILKATALOG – BESTELLUNG VON ERSATZTEILEN

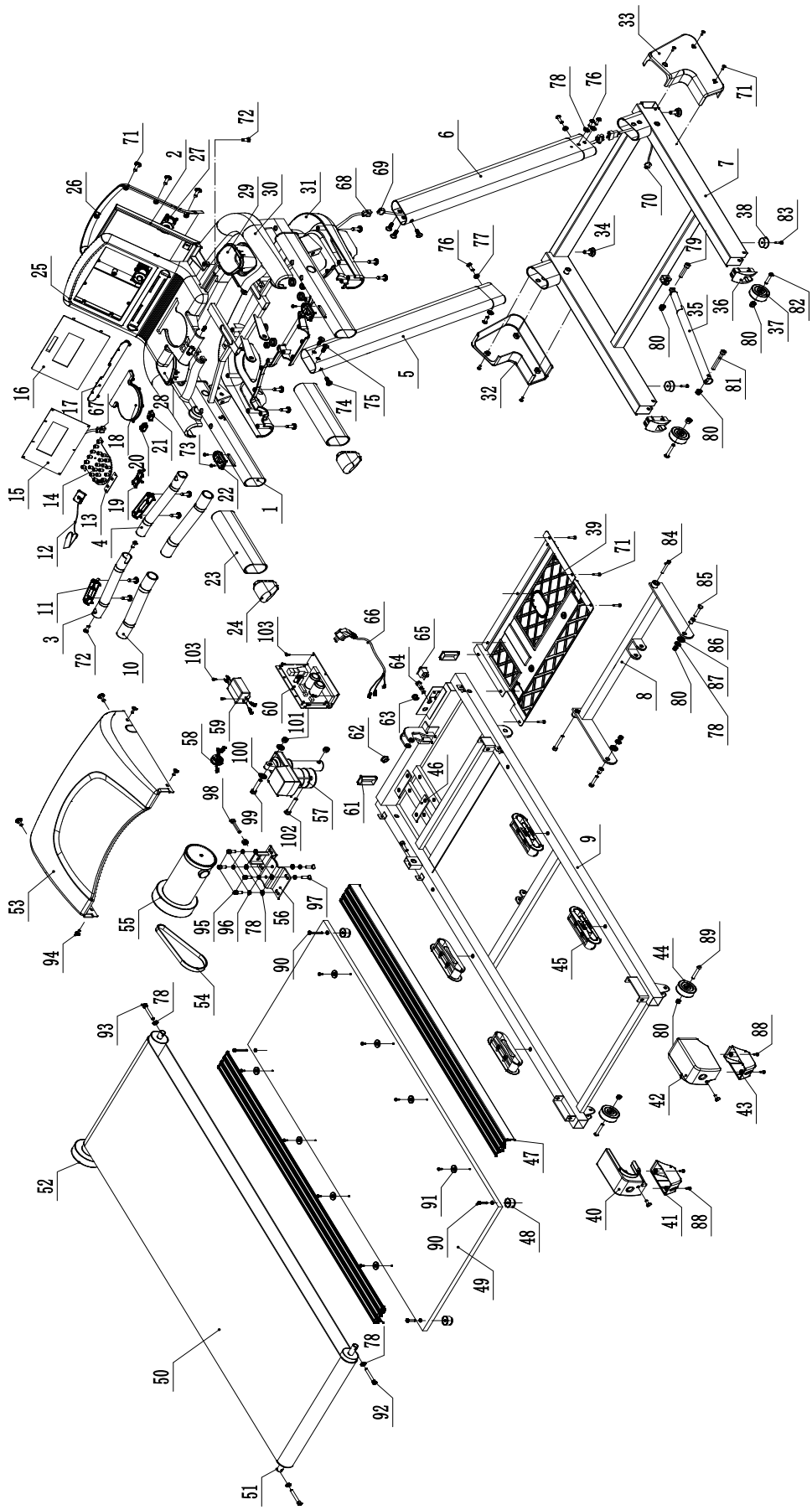
Zur Bestellung von Ersatzteilen beachten Sie die Explosionszeichnung auf der folgenden Seite. Die Ersatzteilbestellung muss folgende Angaben enthalten: 1. Marke und Modell des Produkts - siehe Typenschild 2. Bezeichnung des zu ersetzenden Teils - siehe Ersatzteilliste 3. Referenznummer des Teils - siehe Explosionszeichnung 4. Benötigte Menge 5. Anschrift und Versandangaben - siehe Ersatzteil-Bestellformular im Anhang der Anleitung. Verwenden Sie zur besseren Übersicht für die Bestellung eine Kopie des Ersatzteil-Bestellformulars auf dem beiliegenden Karton dieser Anleitung, zusammen mit dem Garantieschein.

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

Fax +39 0143.318594 ·
assistenza.toorx@garlando.it

Dieser Katalog kann geringfügig vom vorliegenden Produkt abweichen; zwischenzeitliche Änderungen des Herstellers sind eventuell nicht enthalten. Bei Verständnisfragen zu Zeichnungen und Beschreibungen wenden Sie sich an den Kundendienst: +39 0143/318540 (Mo–Fr 9:00–12:00 Uhr).

6.0 EXPLOSIONSZEICHNUNG



6.1 ERSATZTEILLISTE

Pos.	Beschreibung	Menge
1	Rahmen Konsolenträger	1
2	Obere Konsolenplatte	1
3	Anschluss Handpulssensoren links	1
4	Anschluss Handpulssensoren rechts	1
5	Ständer links	1
6	Ständer rechts	1
7	Rahmen Motorraum	1
8	Steigungsrahmen	1
9	Rahmen Laufbrett	1
10	Verkleidung Handpulssensoren	2
11	Handpulssensoren	2
12	Sicherheitsschlüssel	1
13	Platine Tasten Start/Stop	1
14	Platine mittleres Tastenfeld	1
15	Platine Konsole und Display	1
16	Displayplatte Konsole	1
17	Auflageprofil Tablet/Smartphone	1
18	Overlay-Aufkleber mittleres Tastenfeld	1
19	Platte für Tasten Start und Stop	1
20	Kunststofftaste START	1
21	Kunststofftaste STOP	1
22	Fernbedienungstasten Handlauf	2
23	Handlaufverkleidung	2
24	Endstopfen Handlauf	2
25	Obere Konsolenabdeckung	1
26	Untere Konsolenabdeckung	1
27	Summer	2
28	Flaschenhalter links	1
29	Flaschenhalter rechts	1
30	Obere Abdeckung Konsolenträger	1
31	Untere Abdeckung Konsolenträger	1
32	Seitenabdeckung Ständer links	1
33	Seitenabdeckung Ständer rechts	1
34	Stellfuß Rahmen Motorraum	2
35	Gasdruckfeder	1
36	Radabdeckung	2
37	Transportrolle	2
38	Gummiauflage Rahmen Motorraum	2
39	Untere Motorabdeckung	1
40	Abdeckung hintere Rolle oben links	1
41	Abdeckung hintere Rolle unten links	1
42	Abdeckung hintere Rolle oben rechts	1
43	Abdeckung hintere Rolle unten rechts	1
44	Stützrad Laufbrett	2
45	Dämpfungselastomer Laufbrett	4
46	Schwingungsdämpfer Motor	2
47	Seitliche Trittfläche	2
48	Dämpfungspuffer Laufbrett	4
49	Laufbrett	1
50	Laufband	1
51	Hintere Rolle	1
52	Vordere Rolle mit Riemenscheibe	1
53	Obere Motorabdeckung	1
54	Motorriemen	1
55	Hauptmotor	1

Pos.	Beschreibung	Menge
56	Motorhalterung	1
57	Steigungsmotor	1
58	Ringkern	1
59	Entstörfilter	1
60	Leistungsplatine	1
61	Rechteckiger Stopfen Rahmen	2
62	Riemenspanner	1
63	Gummi-Kabeldurchführung	1
64	Thermoschutzschalter	1
65	Netzschalter	1
66	Netzkabel	1
67	Stecker Konsolenplatine und Display	1
68	Obere Konsolenverkabelung	1
69	Mittlere Konsolenverkabelung	1
70	Untere Konsolenverkabelung	1
71	Blechschraube ST4.2x15 mm	30
72	Schraube M8x15 mm	4
73	Blechschraube ST4.2x15 mm	12
74	Schraube M8x25 mm	2
75	Schraube M8x20 mm	4
76	Schraube M8x20 mm	6
77	Gebogene Unterlegscheibe Ø8 mm	2
78	Flache Unterlegscheibe Ø8 mm	15
79	Schraube M8x35 mm	1
80	Sicherungsmutter M8	9
81	Schraube M8x45 mm	1
82	Schraube M8x50 mm	2
83	Blechschraube ST4.2x20 mm	2
84	Schraube M10x80 mm	2
85	Schraube M8x30 mm	2
86	Zylindrische Distanzhülse	2
87	Kunststoffscheibe	2
88	Blechschraube ST4.2x15 mm	6
89	Schraube M8x40 mm	2
90	Schraube M8x65 mm	4
91	Dämpfungsringe seitliche Trittflächen	8
92	Schraube M8x80 mm	2
93	Schraube M8x50 mm	1
94	Blechschraube ST4.8x16 mm	14
95	Schraube M8x20 mm	4
96	Federring Ø8 mm	6
97	Schraube M8x12 mm	2
98	Schraube M8x70 mm	1
99	Schraube M10x50 mm	1
100	Kunststoffscheibe Ø13 mm	2
101	Sicherungsmutter M10	2
102	Schraube M10x60 mm	1
103	Blechschraube ST4.2x12 mm	8

7.0 GARANTIE UND GEWÄHRLEISTUNG

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.

3.2

3.3

3.4

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.

5.1

6.1

Garlando

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