

Laufband Pacemaker X60



Sehr geehrter Kunde,

zunächst möchten wir Ihnen zum Erwerb Ihres Gerätes gratulieren.

Bitte lesen Sie die folgenden Anschluss- und Anwendungshinweise sorgfältig durch und befolgen Sie diese um möglichen technischen Schäden vorzubeugen.

Inhalt

Sicherheitshinweise	2
Geräteübersicht	5
Bedienfeld	5
Grundlegende Funktionen	9
Programme	11
Montage	20
Wartung und Pflege	22
Einstellen des Bandes	23
Fehlerbehebung	25
Entsorgung	26
Konformitätserklärung	26

Sicherheitshinweise

Bestimmungsgemäßer Gebrauch

- Dieses Gerät dient zum körperlichen Training durch Laufen. Es ist ausschließlich für diesen Zweck bestimmt und darf nur zu diesem Zweck verwendet werden. Es darf nur in der Art und Weise benutzt werden, wie es in dieser Gebrauchsanleitung beschrieben ist.
- Reparaturen am Gerät sollten nur von einer autorisierten Fachwerkstatt durchgeführt werden.
- Ein Umbauen oder Verändern des Produktes beeinträchtigt die Produktsicherheit.
- Achtung Verletzungsgefahr! Falscher Zusammenbau führt möglicherweise zu gefährlichen Fehlfunktionen.
- Es wird keine Haftung für Folgeschäden übernommen. Technische Änderungen und Irrtümer vorbehalten!
- Die Gewährleistung verfällt bei nicht vorgesehenem Umbauen oder Verändern des Gerätes.

Allgemeine Sicherheitshinweise

- Lesen Sie sich diese Bedienungsanleitung vor dem Aufbauen und Benutzen des Gerätes aufmerksam durch. Ein sicherer und effektiver Gebrauch des Gerätes kann nur erzielt werden, wenn das Gerät ordnungsgemäß aufgebaut, gepflegt und benutzt wird. Stellen Sie sicher, dass sämtliche Personen, die dieses Gerät nutzen, über die Warnungen und Sicherheitshinweise informiert sind.
- Bevor Sie das Training mit diesem Gerät aufnehmen, sollten Sie einen Arzt aufsuchen und sich auf physische oder gesundheitliche Einschränkungen, die einen sicheren und effizienten Umgang mit diesem Trainingsgerät verhindern könnten, untersuchen lassen. Falls Sie Medikamente mit Auswirkungen auf Blutdruck, Herzschlag oder Cholesterinspiegel einnehmen, ist die Konsultation eines Arztes vor dem Training dringend notwendig.
- Achten Sie auf die Signale Ihres Körpers. Falsches oder übermäßiges Training kann gesundheitsschädlich sein. Beenden Sie umgehend das Training wenn Sie folgende Symptome feststellen: Schmerzen / Engegefühl in der Brust, unregelmäßiger Herzschlag, extreme Kurzatmigkeit, Anzeichen leichter Benommenheit, Schwindel oder Übelkeit. Falls Sie irgendeine dieser Symptome an sich feststellen sollten Sie einen Arzt aufsuchen, bevor Sie das Training fortsetzen.
- Dieses Gerät ist nicht dafür bestimmt, durch Personen (einschließlich Kinder) mit eingeschränkten physischen, sensorischen oder geistigen Fähigkeiten oder mit Mangel an Erfahrung und/oder Wissen benutzt zu werden, es sei denn, sie werden durch eine für ihre Sicherheit zuständige Person beaufsichtigt oder erhalten von ihr Anweisungen, wie das Gerät zu benutzen ist. Kinder sollten beaufsichtigt werden, um sicherzustellen, dass sie nicht mit dem Gerät spielen.
- Stellen Sie das Gerät auf eine trockene und ebene Oberfläche.
- Stellen Sie vor jedem Training sicher, dass sämtliche Schrauben und Befestigungen ordnungsgemäß festgezogen sind.
- Die Sicherheit des Gerätes kann nur gewährleistet werden, wenn das Gerät regelmäßig gepflegt und auf etwaige Schäden oder Abnutzungserscheinungen untersucht wird.
- Nutzen Sie das Gerät ausschließlich wie vorgesehen. Sollten Sie beim Aufbau oder bei der Kontrolle defekte Komponenten entdecken oder sollten Sie während des Trainings ungewöhnliche Geräusche am Gerät feststellen, beenden Sie umgehend das Training. Nutzen Sie das Gerät erst wieder nachdem das Problem identifiziert und gelöst wurde.
- Bewegen Sie das Laufband und auch die Lauffläche niemals während das Gerät eingeschaltet ist.
- Machen Sie sich vor der Benutzung mit dem Sicherheitsmechanismus des Gerätes vertraut und testen Sie diesen.
- Schalten Sie das Laufband niemals ein während Sie auf der Lauffläche stehen. Stellen Sie sich beim Einschalten auf den dafür vorgesehenen Seitenrahmen.
- Halten Sie sich während der Benutzung stets an den Griffen fest.
- Lassen Sie das Gerät niemals unbeabsichtigt im Betrieb laufen.
- Versuchen Sie nicht, den Neigungswinkel des Laufbandes durch Unterlegen von Gegenständen zu verändern.
- Tragen Sie angemessene Kleidung bei Benutzung des Gerätes. Vermeiden Sie weite Kleidung, die sich am Gerät verfangen könnte und die Ihre Bewegungsfreiheit einschränken könnten.
- Das Gerät wurde gemäß EN957 getestet und zertifiziert und ist für den häuslichen Gebrauch freigegeben. Das maximale Benutzergewicht sollte 110 kg nicht übersteigen.
- Das Gerät ist nicht für den therapeutischen Einsatz geeignet.
- Seien Sie vorsichtig beim Anheben oder Bewegen des Gerätes. Verwenden Sie Rücken schonende Hebetekniken und holen Sie sich Unterstützung beim Bewegen des Gerätes.
- Starten Sie das Laufband niemals, wenn Sie darauf stehen. Halten Sie sich beim Training immer am Handgriff fest.
- Der Puls-Monitor ist kein medizinisches Gerät, da die Trainingsituation den Wert beeinflussen kann.

Der Sensor soll als Trainingshilfe nur ungefähre Daten und Tendenzen anzeigen.

- Befestigen Sie beim Training immer die Klammer Sicherheitsschlüssels an Ihrer Kleidung.
- Entfernen Sie den Netzstecker stets nach der Benutzung des Gerätes und vor dem Reinigen.
- Bewahren Sie die kleine Objekte (z. B. Schrauben und anderes Montagematerial) und Verpackungsteile außerhalb der Reichweite von Kindern auf, damit sie nicht von diesen verschluckt werden können. Lassen Sie kleine Kinder nicht mit Folie spielen. Es besteht Erstickungsgefahr!
- Stellen Sie keine Quellen offener Flammen, z. B. brennende Kerzen, auf das Gerät.
- Bitte bewahren Sie die Originalverpackung auf. Um einen ausreichender Schutz beim Transport des Gerätes zu erreichen, verpacken Sie das Gerät in der Originalverpackung.

Hinweise zur Benutzung

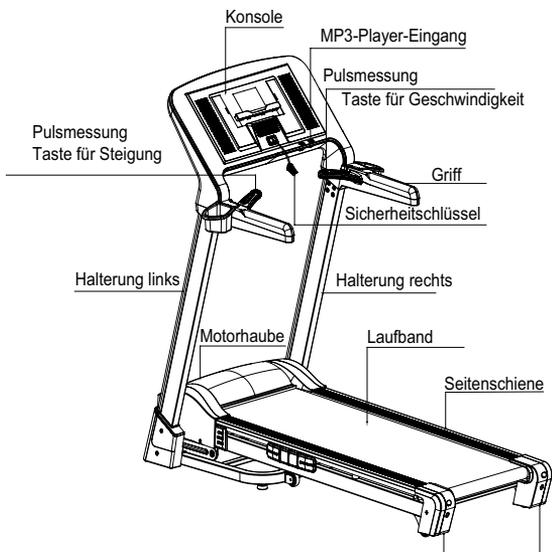
- Beachten Sie, dass gewählte Änderungen der Geschwindigkeit und Neigung nicht unmittelbar erfolgen. Wählen Sie die gewünschte Einstellung an der Bedienkonsole und lassen Sie die Taste los. Der Computer wird die Änderung sukzessive vornehmen.
- Seien Sie vorsichtig, wenn Sie während der Benutzung des Laufbandes anderen Beschäftigungen wie Fernsehen oder Lesen nachgehen. Unachtsamkeiten können dazu führen, das Gleichgewicht zu verlieren und zu stolpern. Verletzungsgefahr!
- Begehen oder verlassen Sie das Gerät niemals während das Band läuft. Die Anfangsgeschwindigkeit ist sehr langsam eingestellt, so dass der Gerätestart komfortabel und gefahrlos absolviert werden kann.
- Halten Sie sich bei Einstellungsänderungen stets an den Haltegriffen fest.
- Das Gerät verfügt über einen „Safety Key“-Mechanismus. Das Entfernen des Sicherheitsschlüssels schaltet das Gerät sofort ab. Wird der Schlüssel wieder eingesteckt, wird das Display wieder angeschaltet und zurückgesetzt.

Netzkabel/Netzteil

Zur Reduzierung der Gefahr von Brand, elektrischem Schlag und Beschädigung:

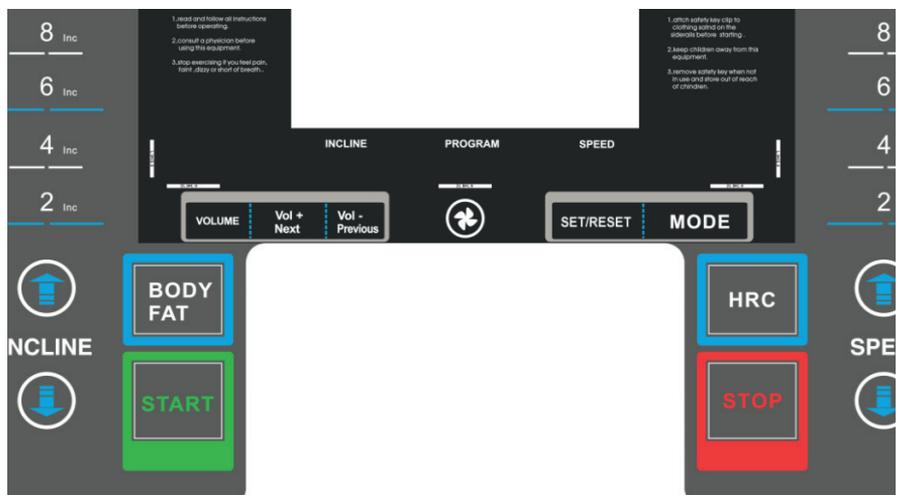
- Gewährleisten Sie, dass die Spannung der Stromversorgung dem auf diesem Gerät angegebenen Wert entspricht.
- Stecken Sie den Netzstecker vollständig in die Steckdose ein.
- Ziehen Sie nicht am Kabel, knicken Sie es nicht und stellen Sie keine schweren Gegenstände darauf.
- Fassen Sie den Stecker nicht mit nassen Händten an.
- Fassen Sie den Stecker beim Herausziehen an seinem Korpus an.
- Verwenden Sie keinen beschädigten Netzstecker oder eine beschädigte Steckdose.
- Installieren Sie dieses Gerät so, dass das Netzkabel sofort aus der Steckdose gezogen werden kann, wenn Störungen auftreten.
- Betreiben Sie das Gerät nicht mit anderen stromintensiven Geräten an der selben Steckdose.
- Schließen Sie das Gerät nicht an einen Fehlerstromschutzschalter an.

Geräteübersicht



Bedienfeld

Funktionstasten



1	MODE	Auswahl der gespeicherten Programme P1-P25. Drücken Sie START zum Bestätigen oder CLEAR/SET zum Verlassen des Menüs.
2	SET	Durch Drücken der SET-Taste können Sie Ihr Training individuell nach Dauer, zurückzulegende Strecke oder Kalorienverbrauch programmieren.
3	(3) RESET	Zum Zurücksetzen von Zeit, Strecke und Kalorienverbrauch während des Betriebes.
4	START	Aktiviert das Laufband wenn das Gerät eingeschaltet ist.
5	STOP	Das Drücken der STOP-Taste während des Betriebes hält das Gerät an und speichert die Laufdaten. Drücken Sie CLEAR/SET um die Daten zu verwerfen.
6	SPEED +	Drücken Sie diese Taste um während des Laufens die Geschwindigkeit zu erhöhen. Die Geschwindigkeit steigt bei jedem Drücken um 0,5 km/h. Bei langem Drücken steigt die Geschwindigkeit kontinuierlich.
7	SPEED -	Drücken Sie diese Taste um während des Laufens die Geschwindigkeit zu senken. Die Geschwindigkeit sinkt bei jedem Drücken um 0,5 km/h. Bei langem Drücken sinkt die Geschwindigkeit kontinuierlich.
8	QUICK SPEED	Sie können während des Laufens eine gewünschte Geschwindigkeitsstufe über die Schnellwahltasten wählen (2, 4, 6, 8, 10 und 12).
9	INCLINE +	Drücken Sie diese Taste um während des Laufens die Steigung zu erhöhen. Die Steigung erhöht sich bei jedem Drücken um eine Stufe. Bei langem Drücken erhöht sich die Steigung kontinuierlich.
10	INCLINE -	Drücken Sie diese Taste um während des Laufens die Steigung abzusenken. Die Steigung sinkt bei jedem Drücken um eine Stufe. Bei langem Drücken sinkt die Steigung kontinuierlich.
11	QUICK INCLINE	Sie können während des Laufens eine gewünschte Steigungsstufe über die Schnellwahltasten wählen (2, 4, 6, 8, 10 und 12).
12	SCREEN SAVER	Einmaliges Drücken schaltet das Display ab. Erneutes Drücken schaltet das Display wieder an.
13	BODY FAT	Nach Drücken dieser Taste können Sie anhand Ihrer Angaben von Alter, Größe und Gewicht Ihren Körperfettanteil ausrechnen lassen.
14	INCLINE + an der Griffstange	Drücken Sie diese Taste an der Griffstange um während des Laufens die Steigung zu erhöhen. Die Steigung erhöht sich bei jedem Drücken um eine Stufe. Bei langem Drücken erhöht sich die Steigung kontinuierlich.
15	INCLINE - an der Griffstange	Drücken Sie diese Taste an der Griffstange um während des Laufens die Steigung abzusenken. Die Steigung sinkt bei jedem Drücken um eine Stufe. Bei langem Drücken sinkt die Steigung kontinuierlich.

16	SPEED + an der Griffstange	Drücken Sie diese Taste an der Griffstange um während des Laufens die Geschwindigkeit zu erhöhen. Die Geschwindigkeit steigt bei jedem Drücken um 0,5 km/h. Bei langem Drücken steigt die Geschwindigkeit kontinuierlich.
17	SPEED – an der Griffstange	Drücken Sie diese Taste an der Griffstange um während des Laufens die Geschwindigkeit zu senken. Die Geschwindigkeit sinkt bei jedem Drücken um 0,5 km/h. Bei langem Drücken sinkt die Geschwindigkeit kontinuierlich.
18	PLAY/STOP	Taste zum Ein- / Ausschalten der Musik (modellabhängig).
19	VOL+/NEXT	Drücken: Titel vor / Gedrückt halten: Titel vor
20	VOL-/PREV	Drücken: Titel zurück / Gedrückt halten: Titel zurück

Benutzerdefinierter Modus

1	Count-Down-Training	Nach Drücken der SET-Taste gelangen Sie in den zeitgesteuerten Count-Down-Modus (TIME). Drücken Sie nochmals für den Strecken-Count-Down (DISTANCE), bei abermaligem Drücken erscheint der Kalorien-Count-Down-Modus (CALORIE).
2	TIME Count-Down	Drücken Sie die SET-Taste, worauf die Zeitanzeige mit der Standard-Anzeige 30:00 zu blinken beginnt. Bestimmen Sie mit den Tasten SPEED+ und SPEED- die gewünschte Dauer des Trainings zwischen 5 und 99 Minuten. Durch Drücken von START beginnt der Count-Down-Betrieb mit der Anfangsgeschwindigkeit von 1 km/h. Sie können die Geschwindigkeit mittels der Tasten SPEED+ und SPEED- anpassen. Das Gerät stoppt sobald die eingestellte Dauer verstrichen ist und im Display die Anzeige 00:00 erscheint.
3	DISTANCE Count-Down	Drücken Sie SET-Taste zwei mal um in den streckengesteuerten Modus zu gelangen. Die Anzeige für die Distanz beginnt zu blinken und es erscheint der Standard- Wert 1.0 km/h. Stellen Sie nun die zurückzulegende Strecke durch Drücken der Tasten SPEED+ und SPEED-. Wählen Sie die zurückzulegende Strecke zwischen 1,0 km/h und 9,0 km/h. Durch Drücken von START beginnt der Count-Down-Betrieb mit der Anfangsgeschwindigkeit von 1 km/h. Sie können die Geschwindigkeit mittels der Tasten SPEED+ und SPEED- anpassen. Das Gerät schaltet sich nach Erreichen der vorgegebenen Distanz ab.

4	CALORIE Count-Down	Nach dreimaligem Drücken der SET-Taste erscheint der Kalorienverbrauch basierte Count-Down-Modus. Die Anzeige für den Kalorienverbrauch beginnt zu blinken und es erscheint der Wert 50CAL. Stellen Sie mittels der Tasten SPEED+ und SPEED- die Zahl der zu verbrauchenden Kalorien ein. Wählen Sie einen Wert zwischen 10-990CAL. Durch Drücken von START beginnt der Count-Down-Betrieb mit der Anfangsgeschwindigkeit von 1 km/h. Sie können die Geschwindigkeit mittels der Tasten SPEED+ und SPEED- anpassen. Das Gerät stoppt sobald der eingestellte Kalorienverbrauch erreicht ist und im Display die Anzeige 0 erscheint.
---	---------------------------	---

HRC-MODUS

1. Bei angehaltenem Laufband die Taste HRC drücken, um in diesen Modus zu gelangen.
2. Wenn in der Anzeige „100“ erscheint, die Tasten + und - drücken, um den Zielpuls einzustellen. Der einstellbare Bereich ist von 72 bis 190. Dann START drücken, damit das Laufband anläuft. Das Starttempo ist 1 km/h. Die Zeitanzeige zeigt einen Countdown von 30 Minuten an. Wenn der Countdown bei 0 angelangt ist, hält das Laufband automatisch an. Während des Laufens halten Sie die Pulsmesser mit beiden Händen fest. Die Geschwindigkeit ändert sich je nach aktuellem Puls und eingestelltem Zielpuls. Gleichzeitig können Sie die Geschwindigkeit und den Steigungswinkel per Hand einstellen.
3. Wenn der aktuelle Puls und der eingestellte Zielpuls um 5 Punkte oder weniger von einander abweichen, ändert sich nichts.
4. Wenn der aktuelle Puls 5-25 Punkte über dem eingestellten Zielpuls liegt, verringert die Geschwindigkeit sich alle 10 Sekunden um 0,2 km/h. Der Steigungswinkel nimmt alle 5 Sekunden um 1 Stufe ab.
5. Wenn der aktuelle Puls über 25 Punkte über dem eingestellten Zielpuls liegt, verringert die Geschwindigkeit sich alle 5 Sekunden um 0,5 km/h. Der Steigungswinkel nimmt alle 3 Sekunden um 1 Stufe ab.
6. Wenn der aktuelle Puls 5-25 Punkte unter dem eingestellten Zielpuls liegt, erhöht die Geschwindigkeit sich alle 10 Sekunden um 0,2 km/h. Der Steigungswinkel nimmt alle 10 Sekunden um 1 Stufe zu.
7. Wenn der aktuelle Puls über 25 Punkte unter dem eingestellten Zielpuls liegt, erhöht die Geschwindigkeit sich alle 5 Sekunden um 0,5 km/h. Der Steigungswinkel nimmt alle 3 Sekunden um 1 Stufe zu.

Grundlegende Funktionen

Gerät einschalten

Stecken Sie den Netzstecker des Gerätes in eine geeignete Steckdose und schalten Sie den An/Aus-Schalter an der Vorderseite des Laufbandes an.

Stellen Sie sicher, dass der Sicherheitsschlüssel eingesteckt ist, da sich das Laufband ansonsten nicht einschalten lässt. Sobald das Gerät eingeschaltet ist, können Sie mit den Einstellungen und der Programmwahl beginnen.

Selbstüberprüfungsprogramm (Self-Checking)

Wenn Sie das Laufband zum ersten Mal verwenden, ist es notwendig, das Selbstüberprüfungsprogramm durchzuführen: Entfernen Sie den Sicherheitsschlüssel und halten Sie die MODE-Taste gedrückt. Stecken Sie nun

den Sicherheitsschlüssel wieder ein. Das Gerät befindet sich daraufhin im Selbstüberprüfungsmodus. Drücken Sie nun zwei mal die START-Taste um die Selbstüberprüfung zu starten. Das Gerät beendet den Vorgang nach kompletter Absolvierung selbständig.

ACHTUNG: Stellen Sie sich während des Selbstüberprüfungsvorgangs nicht auf das Gerät.

Quick-Start-Modus

1. Drücken Sie kurz die START-Taste um das Band in Bewegung zu setzen. Die Anfangsgeschwindigkeit beträgt 1,0 km/h. Wählen Sie die gewünschte Geschwindigkeit mit den Tasten SPEED+ / SPEED oder mittels der Schnellwahltasten (2, 4, 6, 8, 10 und 12).
2. Um die Band-Geschwindigkeit zu senken, drücken und halten Sie SPEED- bis die gewünschte Geschwindigkeit erreicht ist. Sie können hierfür auch die Schnellwahltasten (2, 4, 6, 8, 10 und 12) nutzen.
3. Um den Laufvorgang während der Benutzung zu beenden, drücken Sie 1x kurz die STOP-Taste, worauf das Band kontinuierlich langsamer wird und schließlich anhält.
4. Sie können die angezeigten Daten (Dauer, Strecke, Kalorienverbrauch) während des Betriebes durch Drücken von CLEAR zurücksetzen.

Steigungsverstellung (Incline)

- Die Steigung kann bei aktiviertem Band jederzeit verstellt werden.
- Wird der Sicherheitsschlüssel entfernt, kann die Steigung nicht wieder auf 0 gesetzt werden.
- Stecken Sie den Sicherheitsschlüssel wieder ein und Starten Sie das Gerät neu, um den Steigungswinkel wieder auf 0 zu stellen.

Pulsmessung

Umgreifen Sie die beiden Pulssensoren an den Griffstangen um sich Ihren aktuellen Puls während des Trainings auf dem Display anzeigen zu lassen. Der Puls wird nach 15 Sekunden angezeigt.

HINWEIS: Die Pulsmessung funktioniert nur bei gleichzeitiger Benutzung der Sensoren auf den beiden Griffstangen.



Anzeige des Kalorienverbrauchs

Das Gerät berechnet fortwährend den kumulierten Kalorienverbrauch während des Trainings und zeigt den Wert auf dem Display an.

HINWEIS: Der angezeigte Wert dient in erster Linie zum Vergleich verschiedener Trainingseinheiten. Bei der Angabe handelt sich um einen annähernden Richtwert, der nicht für medizinische Zwecke benutzt werden sollte.

Programme

Jedes voreingestellte Programm verfügt über eine Höchstgeschwindigkeit, welche bei der Auswahl im Display angezeigt wird. Jedes Programm durchläuft indes verschiedene Geschwindigkeitsstufen während des Programmablaufs.

Auswahl eines Programms

Schalten Sie das Gerät ein und drücken sie MODE um aus den gespeicherten Programmen auszuwählen. Wählen Sie das gewünschte Programm durch kurzes Drücken der START-Taste.

Die Änderung der Geschwindigkeit erfolgt je nach Programm automatisch und immer nach dem Ablauf einer vollen Minute. Sie können die Geschwindigkeit auch manuell anpassen. 3 Sekunden vor dem Ende eines Programmes ertönt ein Signalton und macht auf den bevorstehenden Stopp des Bandes aufmerksam.

Lauf- und Jogging-Programme (P1 - P5)

P1 PRIMARY

Zeit (min)	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	30MINS
Geschw. (km/h)	1	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	1	1	STOP

P2 PRIMARY

Zeit (min)	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	30MINS
Geschw. (km/h)	1	3	3	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	2	2	2	1	1	STOP

P3 WALKING

Zeit (min)	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	30MINS	
Geschw. (km/h)	1	3	3	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	5	5	5	5	5	3	3	3	3	3	STOP

P4 JOGGING

Zeit (min)	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	30MINS	
Geschw. (km/h)	1	4	4	4	4	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	3	3	3	2	2	STOP

P5 INCLINE JOGGING

Zeit (min)	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	30MINS
Steigung (%)	0	4	4	4	4	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	4	4	4	2	2	STOP
Geschw. (km/h)	1	4	4	4	4	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	3	3	3	2	2	STOP

2. Langlaufprogramme (P6 - P10)

P6 Runner1

Zeit (min)	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	30MINS
Geschw. (km/h)	2	6	6	6	6	6	6	6	4	4	4	4	4	4	4	5	5	5	5	5	5	3	3	3	3	3	3	3	3	1	STOP

P7 Runner2

Zeit (min)	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	30MINS
Geschw. (km/h)	1	6	6	6	6	6	6	6	4	4	4	4	4	4	4	5	5	5	5	5	5	3	3	3	3	3	3	3	3	1	STOP

P8 Runner3

Zeit (min)	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	30MINS	
Geschw. (km/h)	3	6	6	6	6	6	6	6	7	7	7	7	7	7	7	6	6	6	6	6	6	6	6	3	3	3	3	3	3	3	1	STOP

P9 Runner4

Zeit (min)	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	30MINS	
Geschw. (km/h)	3	6	6	6	6	6	6	6	7	7	7	7	7	7	7	6	6	6	6	6	6	6	6	8	8	8	8	8	8	8	3	STOP

P10 Runner5

Zeit (min)	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	30MINS	
Geschw. (km/h)	3	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	9	9	9	9	9	9	9	9	4	4	4	4	4	4	4	1	STOP

3. Mittelstreckenprogramme (P11 - P15)

P11 Runner1

Zeit (min)	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	30MINS
Steigung (%)	0	5	5	5	5	5	5	5	4	5	5	5	5	5	5	4	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	0	STOP
Geschw. (km/h)	2	6	6	6	6	6	6	6	6	4	4	4	4	4	4	5	5	5	5	5	5	5	3	3	3	3	3	3	1	STOP	

P12 Runner2

Zeit (min)	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	30MINS
Steigung (%)	0	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	0	STOP	
Geschw. (km/h)	2	6	6	6	6	6	6	6	5	5	5	5	5	5	5	6	6	6	6	6	6	6	3	3	3	3	3	3	1	STOP	

P13 Runner3

Zeit (min)	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	30MINS
Steigung (%)	0	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	0	STOP
Geschw. (km/h)	2	4	4	4	4	4	4	4	7	7	7	7	7	7	7	11	11	11	11	11	11	11	11	3	3	3	3	3	3	1	STOP

P14 Runner4

Zeit (min)	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	30MINS
Steigung (%)	0	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	0	STOP
Geschw. (km/h)	2	4	4	4	4	4	4	4	7	7	7	7	7	7	7	12	12	12	12	12	12	12	12	3	3	3	3	3	3	1	STOP

P15 Runner5

Zeit (min)	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	30MINS
Steigung (%)	0	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	STOP
Geschw. (km/h)	2	4	4	4	4	4	4	4	7	7	7	7	7	7	7	12	12	12	12	12	12	12	12	3	3	3	3	3	3	1	STOP

3. Kurzstreckenprogramme (P16 - P19)

P16 Runner1

Zeit (min)	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	30MINS
Geschw. (km/h)	2	4	4	4	4	4	4	4	7	7	7	7	7	7	7	9	9	9	9	9	9	9	12	12	12	12	12	12	3	3	STOP

P17Runner2

Zeit (min)	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	30MINS
Geschw. (km/h)	3	5	5	5	5	5	5	5	8	8	8	8	8	8	8	10	10	10	10	10	10	10	13	13	13	13	13	13	3	3	STOP

P18 Runner3

Zeit (min)	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	30MINS
Geschw. (km/h)	3	5	5	5	5	5	5	5	9	9	9	9	9	9	9	10	10	10	10	10	10	10	14	14	14	14	14	14	4	4	STOP

P19 Runner4

Zeit (min)	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	30MINS
Steigung (%)	0	3	3	3	3	3	3	3	6	6	6	6	6	6	10	10	10	10	10	10	10	3	3	3	3	3	3	0	0	STOP	
Geschw. (km/h)	2	4	4	4	4	4	4	4	7	7	7	7	7	7	7	9	9	9	9	9	9	9	9	4	4	4	4	4	4	4	STOP

4. Programme für Frauen (P20 - P25)

P20 Runner1

Zeit (min)	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	30MINS
Geschw. (km/h)	3	4	4	4	4	4	4	4	7	7	7	7	7	7	7	12	12	12	12	12	12	12	12	12	12	12	12	12	4	4	STOP

P21 Runner2

Zeit (min)	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	30MINS
Geschw. (km/h)	2	4	4	4	4	4	4	4	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	12	12	12	12	12	12	4	4	STOP

P22 Runner3

Zeit (min)	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	30MINS	
Geschw. (km/h)	2	3	3	3	3	3	3	3	4	4	4	4	4	4	4	5	5	5	5	5	5	5	6	6	6	6	6	6	7	7	7	STOP

P23 Runner4

Zeit (min)	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	30MINS
Geschw. (km/h)	2	4	4	4	4	4	4	4	6	6	6	6	6	6	6	8	8	8	8	8	8	8	8	7	7	7	7	7	5	5	STOP

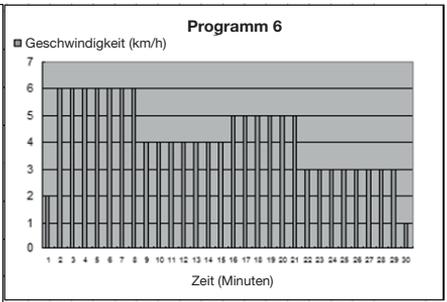
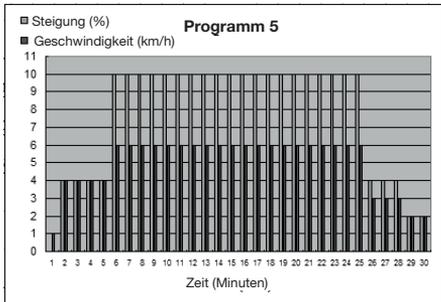
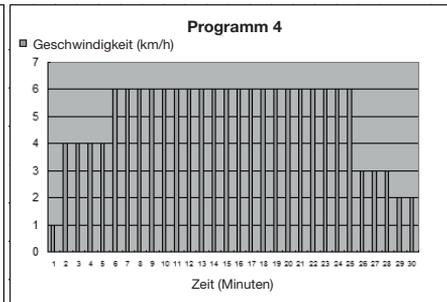
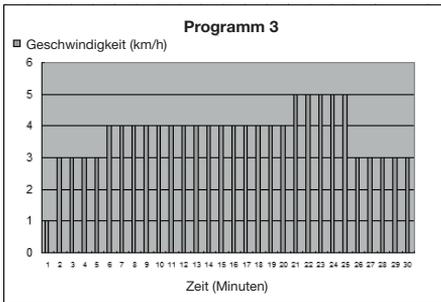
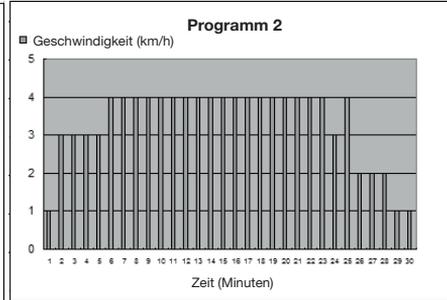
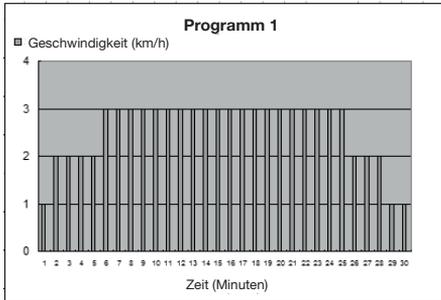
P24 Runner5

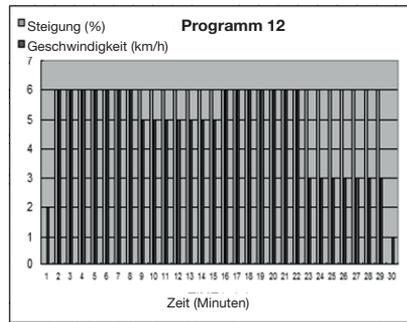
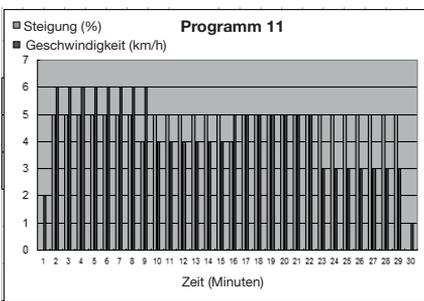
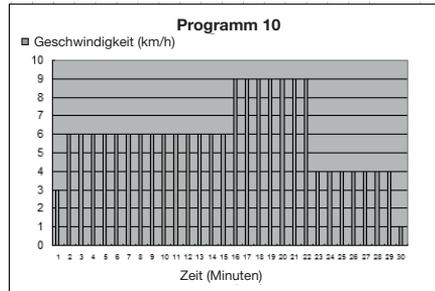
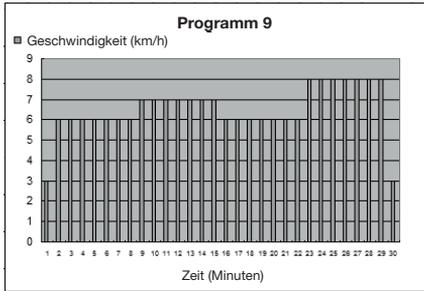
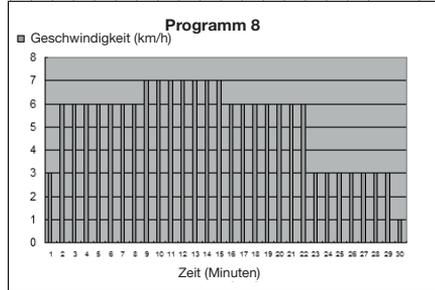
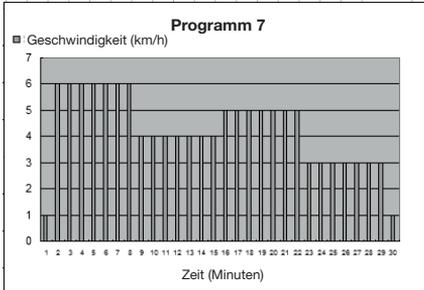
Zeit (min)	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	30MINS
Steigung (%)	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	STOP
Geschw. (km/h)	2	4	4	4	4	4	4	4	6	6	6	6	6	6	6	8	8	8	8	8	8	8	8	5	5	5	5	5	5	5	STOP

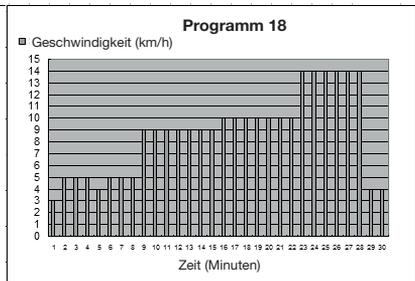
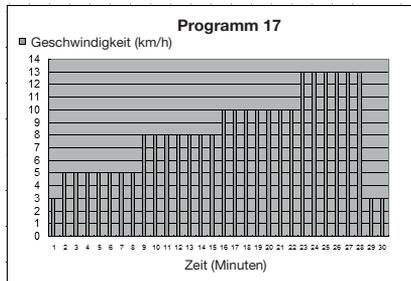
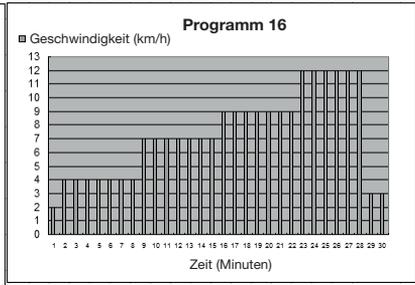
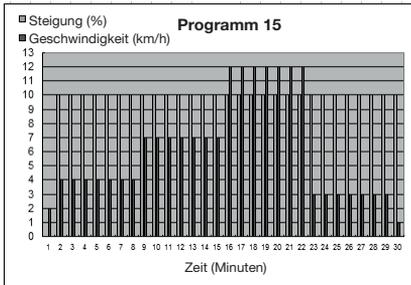
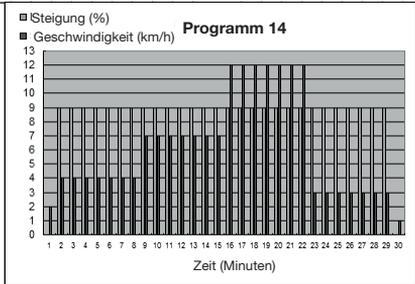
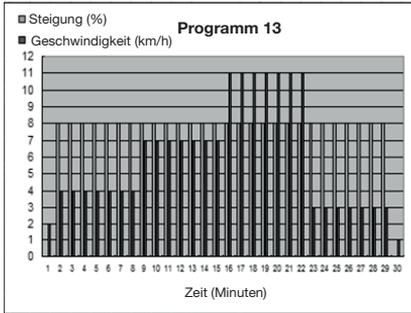
P25 Runner6

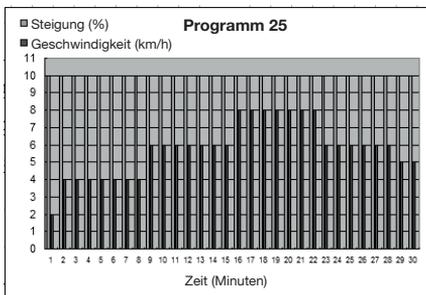
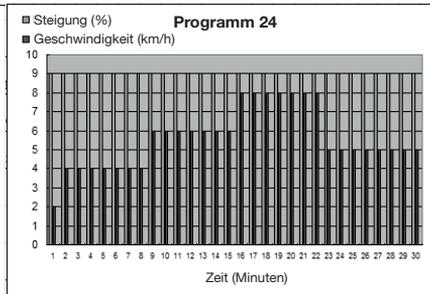
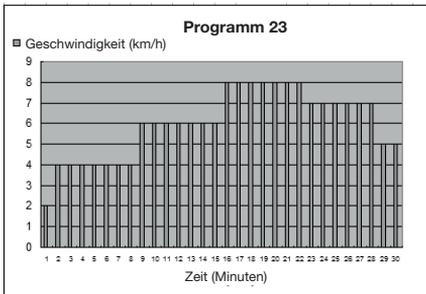
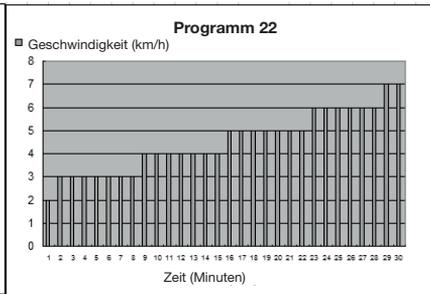
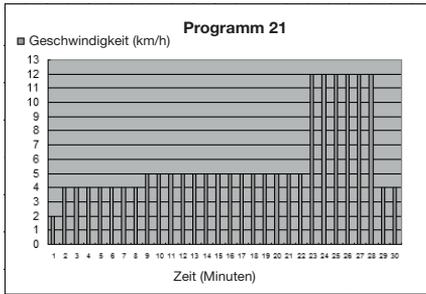
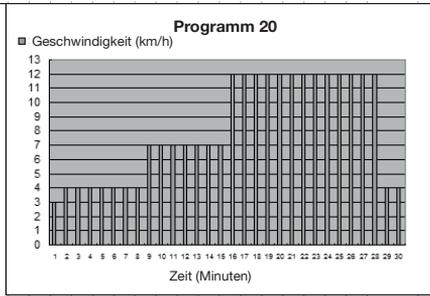
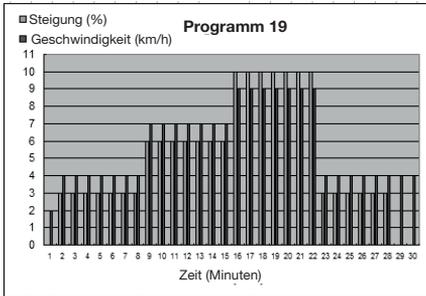
Zeit (min)	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	30MINS
Steigung (%)	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	STOP
Geschw. (km/h)	2	4	4	4	4	4	4	4	6	6	6	6	6	6	6	8	8	8	8	8	8	8	8	6	6	6	6	6	5	5	STOP

3. Diagramme (P1 - P25)

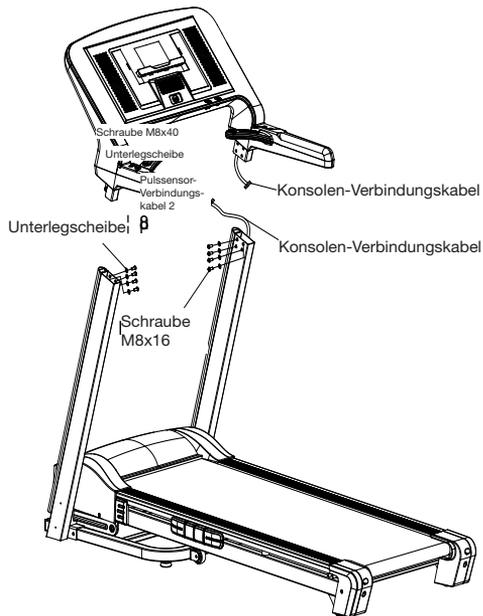
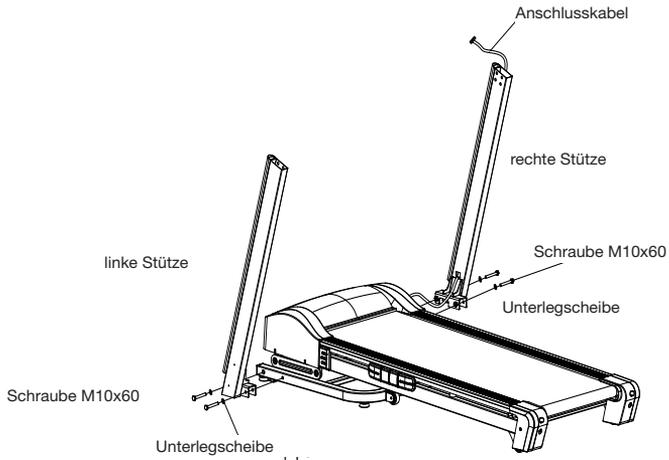


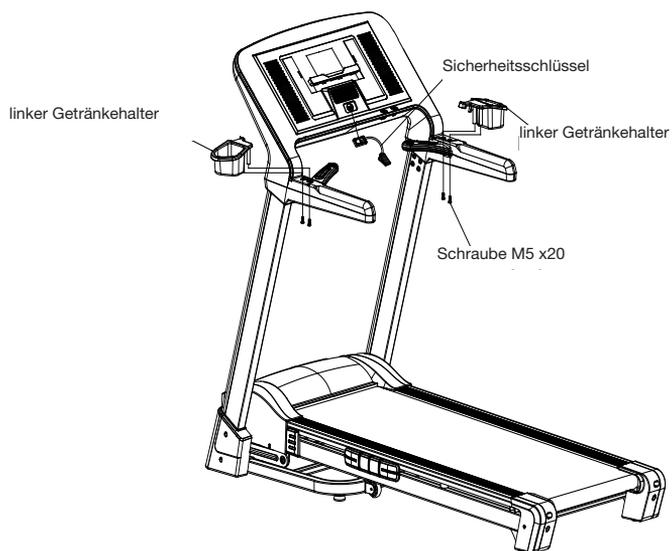
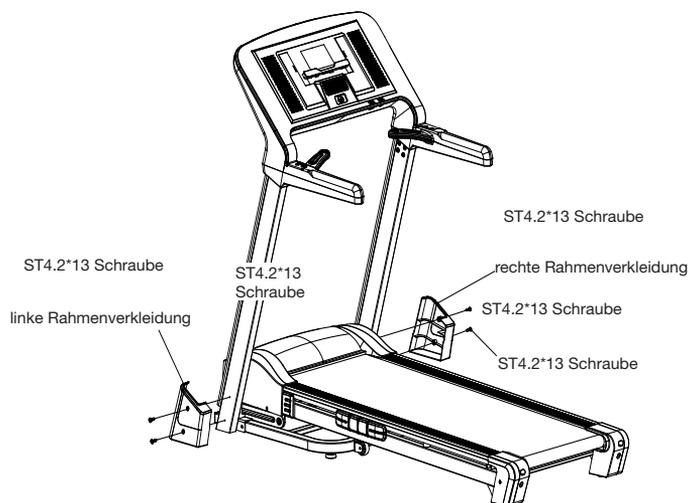






Montage





Auf- und Abbau des Laufbands

Zusammenklappen

Entfernen Sie zunächst den Stecker aus der Steckdose. Heben Sie den klappbaren Geräteteil (die Lauffläche) am hinteren Gehäuseteil nach oben bis der Sicherheitsmechanismus einrastet. Beim Einrasten ist ein Klick-Geräusch zu vernehmen. Sobald die Lauffläche sicher eingerastet ist, lässt sich diese nicht mehr nach unten drücken.

ACHTUNG: Um das Laufband alleine aufklappen zu können, müssen Sie physisch in der Lage sein, mindestens 20 kg problemlos anzuheben. Nehmen Sie ansonsten unbedingt eine zweite Person zu Hilfe, um Schäden und Verletzungen an Ihrem Körper zu vermeiden.

Auseinanderklappen

Stellen Sie das zusammengeklappte Gerät in einen Raum mit ausreichend Platz. Heben Sie das Laufflächenteil mit den Händen leicht an und betätigen Sie die Sprungfeder, um die Lauffläche nach unten gleiten zu lassen. Halten Sie hierbei genügend Abstand zum Gerät.

Transport

Heben Sie das Laufband vorsichtig am hinteren Geräteteil an und rollen Sie das Gerät an den gewünschten Platz.

Wartung und Pflege

Stellen Sie sicher, dass das Gerät stets sauber und gut geschmiert ist um eine lange Lebensdauer des Produktes zu gewährleisten. Zudem ist die Leistungsfähigkeit des Gerätes am höchsten, wenn insbesondere das Band wie auch sämtliche anderen Teile so sauber wie möglich sind.

ACHTUNG: Für die optimale Funktion des Laufbandes ist es von großer Bedeutung, dass es keine zu große Reibung zwischen Laufband und Tragsystem gibt. Wir empfehlen deshalb, diesen Reibungspunkt stets gut zu ölen um die Lebensdauer zu erhöhen. Verwenden Sie für das Ölen des Bandes das mitgelieferte Silikonöl.

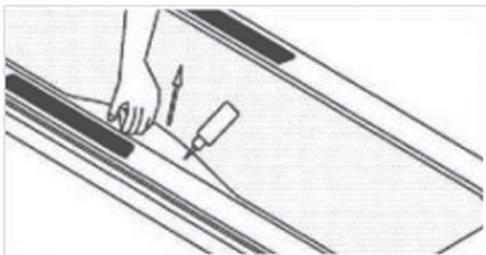
Es wird folgende Häufigkeit für das Einölen empfohlen:

- leichte Nutzung (weniger als 3 Stunden pro Woche): alle 6 Monate
- mittlere Nutzung (3-5 Stunden pro Woche): alle 3 Monate
- häufige Nutzung (mehr als 5 Stunden pro Woche): alle 6-8 Wochen

Gehen Sie beim Einölen des Bandes wie folgt vor:

1. Stellen Sie sicher, dass das Gerät ausgeschaltet und vom Stromkreis getrennt ist.
2. Verwenden Sie ein weiches, trockenes Tuch um den Bereich zwischen Band und Halterung abzuwischen.
3. Verteilen Sie eine angemessene Menge an Schmieröl gleichmäßig an der inneren Seite des Bandes.

4. Ölen Sie in regelmäßigen Abständen auch die vorderen und hinteren Rollen.



Ob es notwendig ist, das Band nachzuölen, können Sie überprüfen, indem Sie beim zusammengeklappten Gerät die Innenseite des Bandes befühlen. Ist das Band leicht ölig, ist kein Nachölen erforderlich. Ist das Band komplett trocken, sollten Sie neues Schmieröl auftragen.

ACHTUNG: Trennen Sie das Gerät vom Stromkreis bevor Sie mit der Wartung und Pflege beginnen.

Pflegehinweise:

Verwenden Sie zur Reinigung ein weiches feuchtes Tuch und nur milde Seifenlauge. Verwenden Sie keine ätzenden oder flüchtige Mittel wie Sprays. Reinigen Sie die Oberfläche des Bandes etwa einmal monatlich. Es empfiehlt sich, ebenfalls einmal monatlich die Flächen unterhalb des Gerätes mit einem Staubsauger zu reinigen um Staubbildung zu verhindern. Es ist ratsam, einmal jährlich die Abdeckung des Motors zu entfernen und den Raum vorsichtig mit einem Staubsauger zu reinigen.

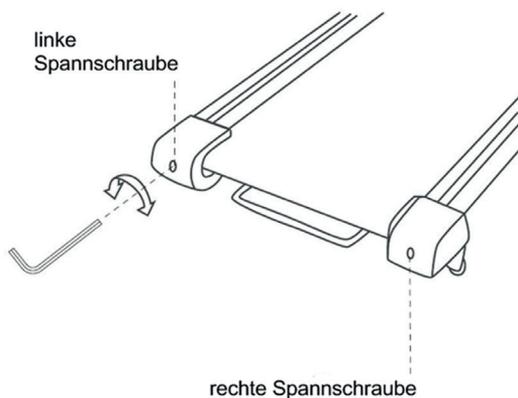
Generelle Hinweise:

Kontrollieren Sie regelmäßig den festen Sitz aller Schrauben und Verbindungen. Lassen Sie defekte Teile unverzüglich fachmännisch austauschen und benutzen Sie das Gerät erst wieder nach vollständiger Reparatur.

Einstellen des Bandes

Einstellung der Bandspannung:

Um eine weiche und ebene Lauffläche zu gewährleisten, ist es notwendig, die richtige Spannung des Bandes einzustellen. Die Anpassungen werden mithilfe des mitgelieferten Sechskantschlüssels an den hinteren Gehäuseenden vorgenommen. Dort befinden sich die Spannschrauben bzw. Rollenjustierbolzen, die Sie mittels des Sechskantschlüssels justieren können.



Ziehen Sie die hinteren Rollen nur so fest an, dass ein Abrutschen des Bandes an den vorderen Rollen verhindert wird. Drehen Sie hierzu beide Spannschrauben im Uhrzeigersinn und überprüfen Sie die korrekte Spannung des Bandes.

ACHTUNG: Spannen Sie das Band nicht zu straff. Das Band kann durch zu starke Spannung beschädigt werden.

Überprüfen Sie nach der Spannungsanpassung unbedingt auch die Zentrierung des Bandes und passen Sie diese wenn nötig an.

Zentrierung des Bandes:

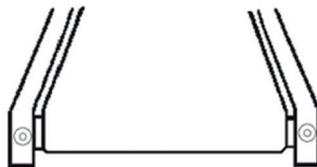
Das Laufband wurde so entworfen, dass es während der Benutzung eine hinreichende Zentrierung beibehält. Es kann vorkommen, dass sich das Band bei Leerlauf seitlich verschiebt. Nach wenigen Minuten in Benutzung sollte es sich von selbst wieder zentrieren.

Falls sich das Band bei der Benutzung nicht selbst zentriert, ist eine manuelle Nachjustierung notwendig.

Gehen Sie dabei wie folgt vor:

1. Stellen Sie die niedrigste Geschwindigkeit ein.
2. Überprüfen Sie, nach welcher Seite das Band sich hin verschiebt.

Hängt das Band nach rechts, ziehen Sie die rechte Spannschraube mit dem Sechskantschlüssel wie oben beschrieben fester und lockern Sie die linke Spannschraube entsprechend bis das Band wieder zentriert liegt. Ist das Band nach links ver-



schoben, ziehen Sie die linke Spansschraube fester und lockern Sie die rechte Spansschraube. Gehen Sie bei der Zentrierung behutsam vor und ziehen Sie die Spansschrauben nur in kleinen Schritten fest. Zu starke Spannung kann die Lauffläche beschädigen.

Fehlerbehebung

Das Gerät schaltet sich bei etwaigen elektrischen Störungen automatisch ab um Verletzungen oder Schäden am Gerät, etwa am Motor, zu verhindern.

Falls Sie Auffälligkeiten am Gerät bemerken, setzen Sie das Gerät umgehend zurück indem Sie das Gerät ausschalten und für mindestens 1 Minute warten, bis Sie das Gerät wieder einschalten.

Falls das Gerät nach dem Wiedereinschalten noch immer nicht einwandfrei funktioniert, aktivieren Sie bitte das Selbstüberprüfungsprogramm (siehe oben) um die Fehlerursache zu ergründen.

Fehlercode	Ursache und Lösung
E0	Keine Sicherheitsschlüssel Den Sicherheitsschlüssel einsetzen
E2	Zu hoher Widerstand oder Überlastung Das Laufband schmieren
E4	Motor durchgebrannt oder Demagnetisierung Motor richtig anschließen oder austauschen lassen.
E5	Konsolenverdrahtung Tauschen Sie das Kabel für die Konsole aus.
E6	Nicht funktionierender Sicherungsschaltkreis Tauschen Sie den Sicherungsschaltkreis aus
E7	Versorgungsspannung liegt über Nennspannung Überprüfen, ob die Versorgungsspannung im Bereich der Nennspannung AC110V AC90V~AC130V AC220V AC180V~AC250V
ERR	Neigungssteuerungsfehler Kabel der Neigungssteuerung überprüfen und das Gerät testen.

Entsorgung



Befindet sich die obige Abbildung (durchgestrichene Mülltonne auf Rädern) auf dem Produkt, gilt die Europäische Richtlinie 2012/19/EU. Diese Produkte dürfen nicht mit dem normalen Hausmüll entsorgt werden. Informieren Sie sich über die örtlichen Regelungen zur getrennten Sammlung elektrischer und elektronischer Gerätschaften. Richten Sie sich nach den örtlichen Regelungen und entsorgen Sie Altgeräte nicht über den Hausmüll. Durch die regelkonforme Entsorgung der Altgeräte werden Umwelt und die Gesundheit ihrer Mitmenschen vor möglichen negativen Konsequenzen geschützt. Materialrecycling hilft, den Verbrauch von Rohstoffen zu verringern.

Konformitätserklärung



Hersteller: CHAL-TEC GmbH, Wallstraße 16, 10179 Berlin, Deutschland

Dieses Produkt entspricht den folgenden Europäischen Richtlinien und Normen:

2014/30/EU (EMV)
2014/35/EU (Niederspannung)
2011/65/EG (RoHS)
EN 957

Dear Customer,

Congratulations on purchasing this equipment. Please read this manual carefully and take care of the following hints on installation and use to avoid technical damages. Any failure caused by ignoring the mentioned items and cautions mentioned in the operation and installation instructions are not covered by our warranty and any liability.

Contents

Safety Instructions	27
Device Overview	29
Control Panel	29
Basic Functions	32
Programs	33
Installation	42
Maintenance and Care	44
Troubleshooting	47
Disposal	48
Declaration of Conformity	48

Safety Instructions

Intended use

- This device is intended for physical exercises by running. It is exclusively designed for this purpose and may only be used for this purpose. It may only be used in the manner described in this instruction manual.
- Repairs should only be made by an authorised service.
- Making changes modifying the product compromises the product safety.
- Caution: Risk of injury. A faulty assembly may cause dangerous malfunctions.
- No liability is assumed for consequential damage.
- Subject to technical modifications and error.
- The warranty is void in case of modifications and changes to the device not intended.

General safety instructions

- Once fully assembled. Please check that all hardware parts such as bolts, nuts and washers are

- positioned and secured firmly.
- Before any exercise, consult with your doctor first to establish the exercise frequency, time and intensity appropriate for your particular age and condition.
- Stop exercise immediately in case of nausea, shortness breath faint, headache pain, tightness in your chest or any discomfort.
- Children should be controlled and instructed to the correct use of the equipment. The equipment is under no circumstances suitable as a children's toy.
- Please always regularly that safety chain guard that protects the moving parts of the machine is secured and in good order. Please make sure to keep 0.5m free space around equipment.
- Be careful Use the machine Please stop exercise immediately, if you find any unusual problem or sound with the machine when assembling or using.
- Do not wear loose clothing to avoid entangling in any moving parts.
- This machine is only for indoor or family. Users' body maximum weight is 100kg. Person whose body weight exceeds this limit should not use this machine.
- Be more careful in order to avoid unnecessary hurt when moving this machine.
- Unsupervised children should be kept away from the equipment.
- Equipment shall be installed on a stable base and properly levelled
- Parents and others in charge of children should be aware of their responsibility because the natural play instruct and the fondness of experimenting of children can lead to situation and behavior for which the training equipment is not intended.
- Class H & C, for home used only

Important operation instructions

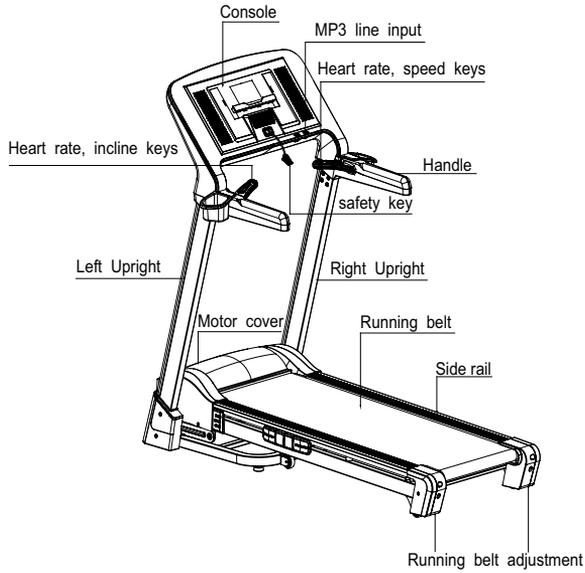
- Understand that changes in speed and incline do not occur immediately. Set your desired speed on the computer console and release the adjustment key. The computer will obey the command gradually.
- Use caution while participating in other activities while walking on your treadmill; such as watching television, reading, etc. These distractions may cause you to lose balance or stray from walking in the centre of the belt; which may result in serious injury.
- In order to prevent losing balance and suffering unexpected injury, NEVER mount or dismount the treadmill while the belt is moving. This unit starts with a very low speed. Simply standing on the belt during slow acceleration is proper after you have learned to operate this machine.
- Always hold on to handrail while making control changes.
- A safety key is provided with this machine. Remove the safety key will stop the walking belt; the treadmill will shut off automatically. Insert the safety key will reset the display.
- Do not use excessive pressure on console control keys. They are precision set to function properly with little finger pressure..

Power cable / power adapter

NEVER use a ground fault circuit interrupt (GFCI) wall outlet with this treadmill. Route the power cord away from any moving part of the treadmill including the elevation mechanism and transport wheels.

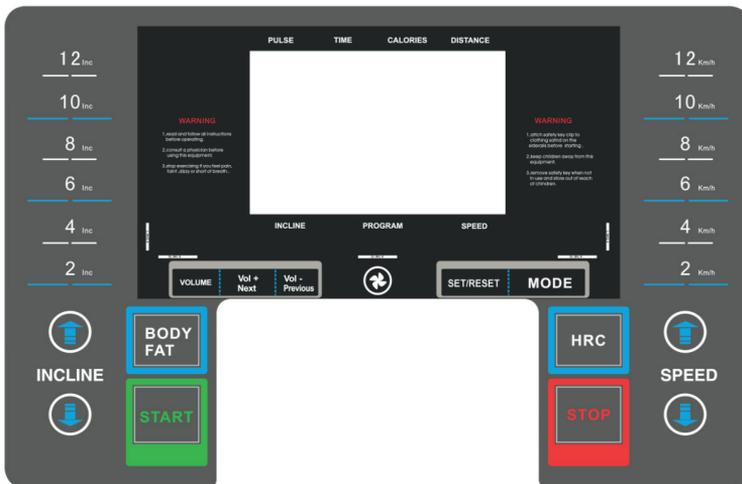
- NEVER remove any cover without first disconnecting AC power.

Device Overview



Control Panel

Function keys



1	MODE	Power on the machine, press it to choose pre-set programs P1-P25. Press START to enter,press CLEAR/SET to exit..
2	SET	Power on the machine, press it to choose time,distance,calorie count-down training.
3	CLEAR	When running,press it to clear up time,distance and calorie.
4	START	Power on the machine, press it to start running.
5	STOP	When running,press it to stop and record the running. Press CLEAR/SET to clear up the record.
6	SPEED +	When running, press it to increase speed by 0.5km/h. Hold on it, speed is increased continuously.
7	SPEED -	When running, press it to decrease speed by 0.5km/h. Hold on it, speed is decreased continuously.
8	QUICK SPEED	Speed 2,4,6,8,10 and 12, when running, press it to choose speed.
9	INCLINE +	When running, press it to increase incline by 1 level. Hold on it, incline is increased continuously.
10	INCLINE -	When running, press it to decrease incline by 1 level. Hold on it, incline is decreased continuously.
11	QUICK INCLINE	Incline 2,4,6,8,10 and 12, when running, press it to choose incline.
12	SCREEN SAVER	Press it one time, close display screen, press it again, open display screen.
13	BODY FAT	Push it,then input your age,height,weight,then the console will calculate your figure is standard or not.
14	INCLINE + an der Griffstange	When running, press it to increase incline by 1 level. Hold on it, incline is increased continuously.
15	INCLINE - an der Griffstange	When running, press it to decrease incline by 1 level. Hold on it, incline is decreased continuously.
16	SPEED + an der Griffstange	When running, press it to increase speed by 0.5km/h. Hold on it, speed is increased continuously.
17	SPEED - an der Griffstange	When running, press it to decrease speed by 0.5km/h. Hold on it, speed is decreased continuously.
18	■, ►	Music on/off key. (Depending on version.)
19	Vol+/Next	Press it one time, the music change to next one, press it continuously, can increase volume.(This key only can be used when USB playing)
20	Vol-/Previous	Press it one time, music change to previous one, press it continuously, can decrease volume.(This key only can be used when USB playing)

User-defined modes

1	Count-Down-Training	Power on the machine, press SET to enter TIME count-down training, press it again to enter DISTANCE count-down training, press it once more to enter CALORIE count-down training. Finally press CLEAR to exit.
2	TIME Count-Down	Power on the machine, press SET, TIME figure glittering, showing 30:00. Press SPEED+,- to choose the time between 5-99minutes. Press START to start at speed of 1.0km/h. Speed can be adjusted by pressing SPEED+,-. The machine stops when time shows 00:00.
3	DISTANCE Count-Down	Power on the machine, press SET two times, distance figure glittering, showing 1.0km. Press SPEED+,- to choose the distance between 1.0-9.0km. Press START to start at speed of 1.0km/h. Speed can be adjusted by pressing SPEED+,-. The machine stops when distance shows 0.00.
4	CALORIE Count-Down	Power on the machine, press SET three times, calorie figure glittering, showing 50CAL. Press SPEED+,- to choose the calorie between 10-990CAL. Press START to start at speed of 1.0km/h. Speed can be adjusted by pressing SPEED+,-. The machine stops when calorie shows 0.

HRC training mode

1. When treadmill at stop state, press "HRC", enter the setting of this mode.
2. When window display "100", press "+, -" to change target pulse value, the range is 72-190, then press "START", treadmill start to run, beginning speed is 1.0KM/H, Time window display 30:00 minutes counting down, when counting down time is 0:00, treadmill stop automatically. At running state, please hold on hand pulse slice with both hands, the speed will change according to actual pulse value and target value, at the same time also can adjust the speed and incline level by hand.
3. When the actual value and target value differ with 5, the current speed and incline no change.
4. When actual pulse value more than the target value range of 5~25, the speed decrease 0.2km/h every 10 seconds, incline level decrease 1level every 5 seconds.
5. When actual pulse value more than 25, the speed will decrease 0.5km/h every 5 seconds, incline level decrease 1level every 3 seconds.
6. When actual pulse value less than the target value range of 5~25, speed will increase 0.2km/h every 10 seconds, incline will increase 1level every 5 seconds.
7. When actual pulse value less than target value 25 or more, the speed will increase 0.5km/h every 5seconds, incline will increase 1level every 3 seconds.

Basic Functions

Power on the treadmill

Power the treadmill on by plugging it into an appropriate wall outlet, then turn on the power switch located at the front of the treadmill below the motor shield. Ensure that the safety key is installed, as the treadmill will not power on without it. When the power is turned on, the display is ready for operation.

Self-check

When using for the first time, it is necessary to make the machine carry on self-check: Remove the safety key, press MODE and hold, then insert the safety key again, the machine enters into self-checking state. During this state, pressing START two times, the machine begins to self-check. It stops automatically after self-checking.

Note: Don't stand on the machine when self-checking.

Quick-Start-Modus

1. Press and release the START to begin belt movement, at 1.0 Km/hr, then adjust to the desired speed using the '+' or '-'. You may also use the quick speed keys (2,4,6,8,10 and12) to adjust the speed. You can also use 'speed +' or 'speed -'to adjust the speed on handrail.
2. To slow the treadmill down, press and hold the 'speed -' key to desired speed. You may also press the rapid speed adjust keys: 2,4,6,8,10 and 12.
3. In a state of running, single press STOP, the walking belt will gradually slow down.
4. In the state of running, single press CLEAR will reset time, distance, calorie..

Incline Feature

- Incline may be adjusted anytime after belt movement.
- Incline can't be back to 0 after removing safety key.
- Incline can be back to 0 after starting machine again.

Pulse Grip Feature

Hold on both stainless steel pulse sensors in the handrails, the The Pulse (Heart Rate) console window will display your current heart rate during the workout within 15 seconds . **Calorie Display** Displays the cumulative calories burned at any given time during your workout.

Note: You must use both stainless steel sensors to display your pulse.

Calorie Display

Displays the cumulative calories burned at any given time during your workout.

Note: This is only a rough guide used for comparison of different exercise sessions, which cannot be used for medical purposes.



Programs

The speed that the particular program will achieve will be displayed in the Speed window. Each program has various speed changes throughout.

To select a program

1. Power on the machine, press 'MODE' to choose desired program, then press and release 'START/STOP' to begin the program with default values.
2. The speed window will now be showing the preset speed of the selected program.
3. After every one minute speed can be altered automatically according to the programs, and can be altered manually. 3 Seconds before the ending of program a buzzer will sound three times, then the running belt will come to a stop.

1. WALKING AND JOGGING PROGRAM P1-P5

With incline +25 common +3user programs

1. Walking and jogging programs

P1 PRIMARY

TIME (mins)	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	30MINS
SPEED (Km/h)	1	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	1	1	STOP

P2 PRIMARY

TIME (mins)	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	30MINS	
SPEED (Km/h)	1	3	3	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	2	2	2	1	1	STOP

P3 WALKING

TIME (mins)	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	30MINS	
SPEED (Km/h)	1	3	3	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	5	5	5	5	5	3	3	3	3	3	STOP

P4 JOGGING

TIME (mins)	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	30MINS	
SPEED (Km/h)	1	4	4	4	4	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	3	3	3	2	2	STOP

P5 INCLINE JOGGING

Zeit (min)	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	30MINS
Steigung (%)	0	4	4	4	4	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	4	4	4	2	2	STOP
Geschw. (km/h)	1	4	4	4	4	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	3	3	3	2	2	STOP

2. Long-distance runner

P6 Runner1

TIME (mins)	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	30MINS
SPEED (Km/h)	2	6	6	6	6	6	6	6	4	4	4	4	4	4	4	5	5	5	5	5	5	3	3	3	3	3	3	3	3	1	STOP

P7 Runner2

TIME (mins)	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	30MINS
SPEED (Km/h)	1	6	6	6	6	6	6	6	4	4	4	4	4	4	4	5	5	5	5	5	5	3	3	3	3	3	3	3	3	1	STOP

P8 Runner3

TIME (mins)	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	30MINS
SPEED (Km/h)	3	6	6	6	6	6	6	6	7	7	7	7	7	7	7	6	6	6	6	6	6	6	3	3	3	3	3	3	3	1	STOP

P9 Runner4

TIME (mins)	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	30MINS
SPEED (Km/h)	3	6	6	6	6	6	6	6	7	7	7	7	7	7	7	6	6	6	6	6	6	6	8	8	8	8	8	8	8	3	STOP

P10 Runner5

TIME (mins)	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	30MINS
SPEED (Km/h)	3	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	9	9	9	9	9	9	9	4	4	4	4	4	4	4	1	STOP

3.Middle-distance runner

P11 Runner1

TIME (mins)	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	30MINS
INCLINE (0%)	0	5	5	5	5	5	5	5	4	5	5	5	5	5	5	4	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	0	STOP
SPEED (Km/h)	2	6	6	6	6	6	6	6	6	4	4	4	4	4	4	5	5	5	5	5	5	5	3	3	3	3	3	3	1	STOP	

P12 Runner2

TIME (mins)	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	30MINS
INCLINE (0%)	0	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	0	STOP	
SPEED (Km/h)	2	6	6	6	6	6	6	6	5	5	5	5	5	5	5	6	6	6	6	6	6	6	3	3	3	3	3	3	1	STOP	

P13 Runner3

TIME (mins)	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	30MINS
INCLINE (0%)	0	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	0	STOP
SPEED (Km/h)	2	4	4	4	4	4	4	4	7	7	7	7	7	7	7	11	11	11	11	11	11	11	11	3	3	3	3	3	3	1	STOP

P14 Runner4

TIME (mins)	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	30MINS
INCLINE (0%)	0	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	0	STOP
SPEED (Km/h)	2	4	4	4	4	4	4	4	7	7	7	7	7	7	7	12	12	12	12	12	12	12	12	3	3	3	3	3	3	1	STOP

P15 Runner5

TIME (mins)	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	30MINS
INCLINE (0%)	0	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	STOP
SPEED (Km/h)	2	4	4	4	4	4	4	4	7	7	7	7	7	7	7	12	12	12	12	12	12	12	12	3	3	3	3	3	3	1	STOP

4.Short-distance runner

P16 Runner1

TIME (mins)	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	30MINS
SPEED (Km/h)	2	4	4	4	4	4	4	4	7	7	7	7	7	7	7	9	9	9	9	9	9	9	12	12	12	12	12	12	3	3	STOP

P17Runner2

TIME (mins)	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	30MINS
SPEED (Km/h)	3	5	5	5	5	5	5	5	8	8	8	8	8	8	8	10	10	10	10	10	10	10	13	13	13	13	13	13	3	3	STOP

P18 Runner3

TIME (mins)	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	30MINS
SPEED (Km/h)	3	5	5	5	5	5	5	5	9	9	9	9	9	9	9	10	10	10	10	10	10	10	14	14	14	14	14	14	4	4	STOP

P19 Runner4

TIME (mins)	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	30MINS
INCLINE (0%)	0	3	3	3	3	3	3	3	6	6	6	6	6	6	6	10	10	10	10	10	10	10	3	3	3	3	3	3	0	0	STOP
SPEED (Km/h)	2	4	4	4	4	4	4	4	7	7	7	7	7	7	7	9	9	9	9	9	9	9	9	4	4	4	4	4	4	4	STOP

5.Lady exerciser

P20 Runner1

TIME (mins)	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	30MINS
SPEED (Km/h)	3	4	4	4	4	4	4	4	7	7	7	7	7	7	7	12	12	12	12	12	12	12	12	12	12	12	12	12	4	4	STOP

P21 Runner2

TIME (mins)	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	30MINS
SPEED (Km/h)	2	4	4	4	4	4	4	4	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	12	12	12	12	12	12	4	4	STOP

P22 Runner3

TIME (mins)	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	30MINS
SPEED (Km/h)	2	3	3	3	3	3	3	3	4	4	4	4	4	4	4	5	5	5	5	5	5	5	6	6	6	6	6	6	7	7	STOP

P23 Runner4

TIME (mins)	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	30MINS
INCLINE (0%)	2	4	4	4	4	4	4	4	6	6	6	6	6	6	6	8	8	8	8	8	8	8	8	7	7	7	7	7	5	5	STOP

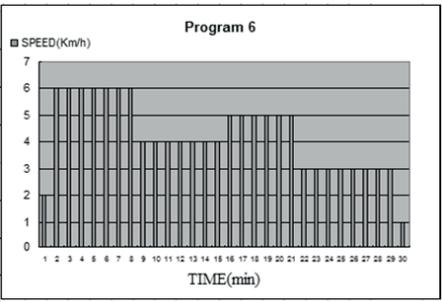
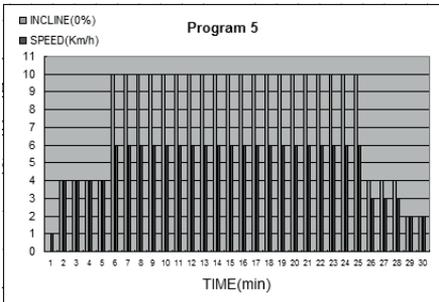
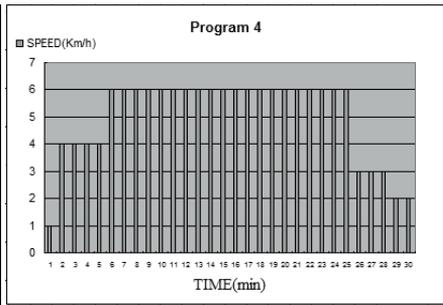
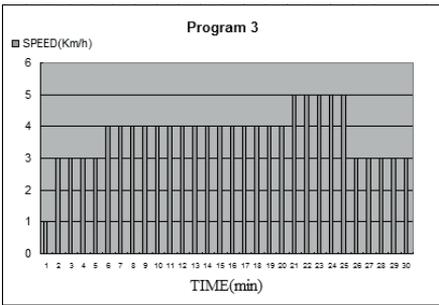
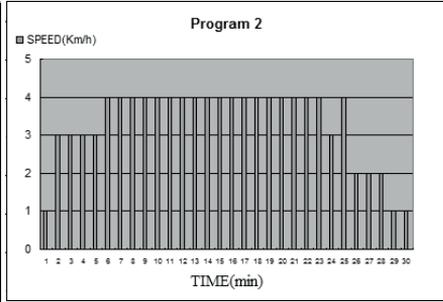
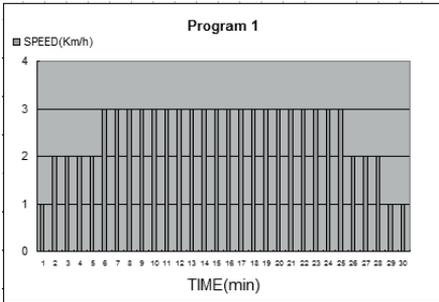
P24 Runner5

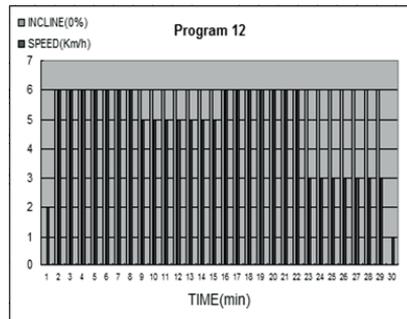
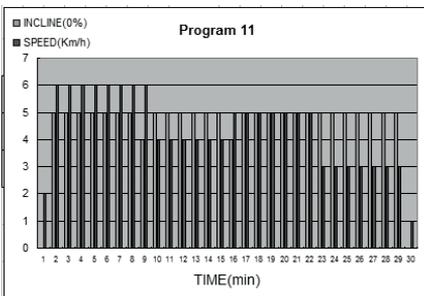
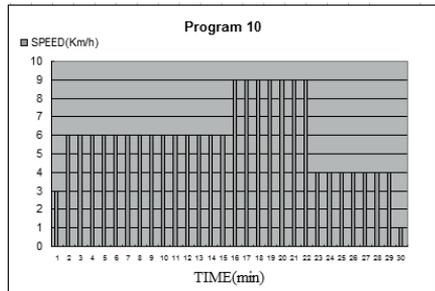
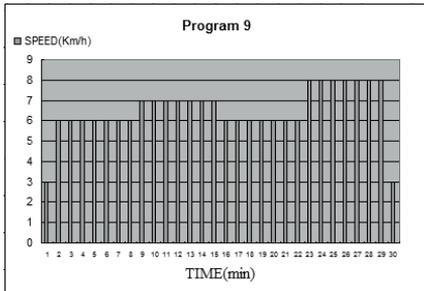
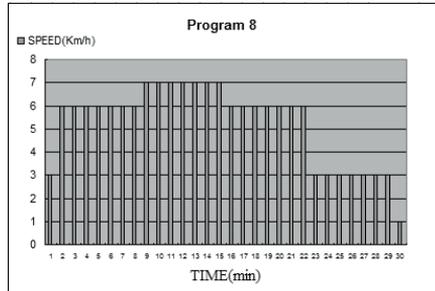
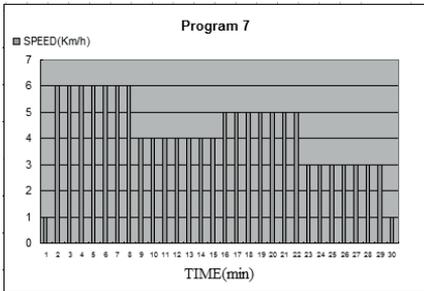
TIME (mins)	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	30MINS
INCLINE (0%)	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	STOP
SPEED (Km/h)	2	4	4	4	4	4	4	4	6	6	6	6	6	6	6	8	8	8	8	8	8	8	8	5	5	5	5	5	5	5	STOP

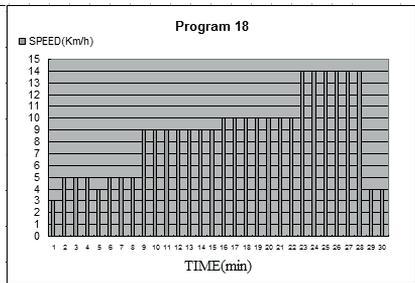
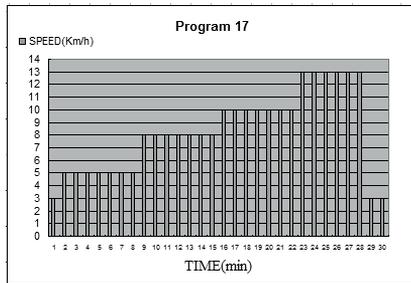
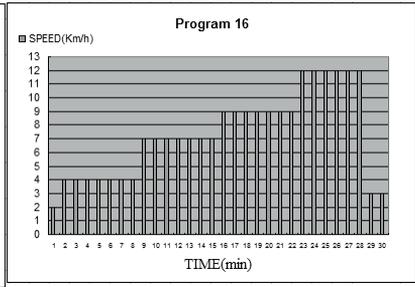
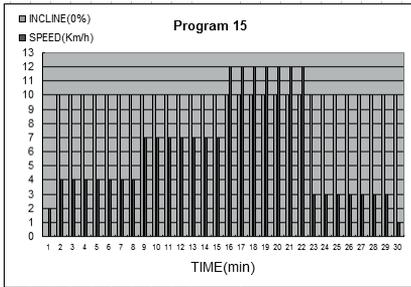
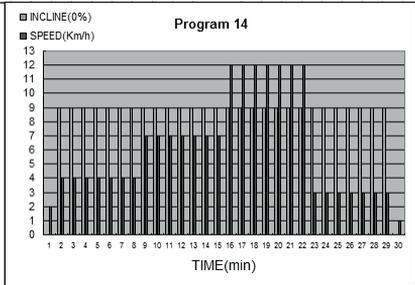
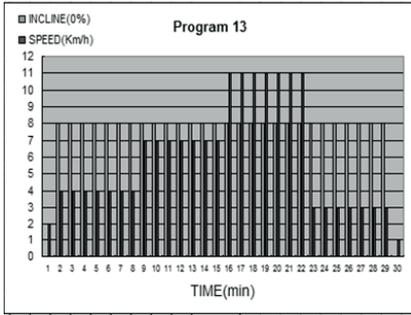
P25 Runner6

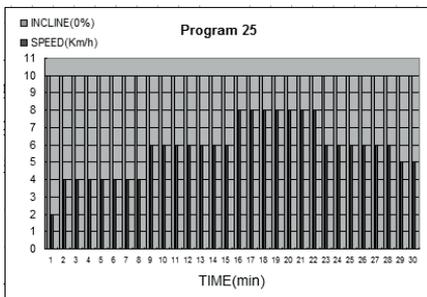
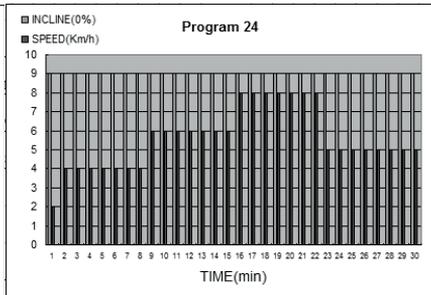
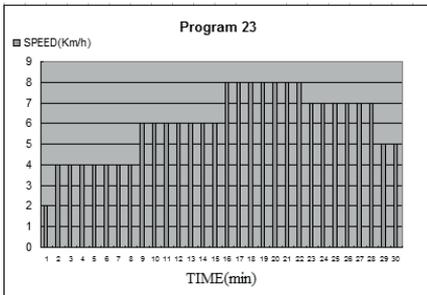
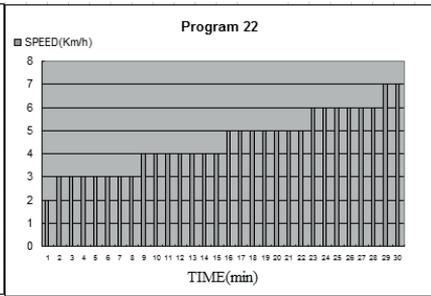
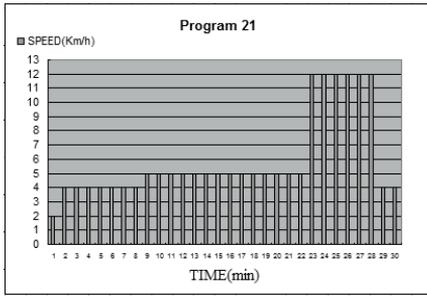
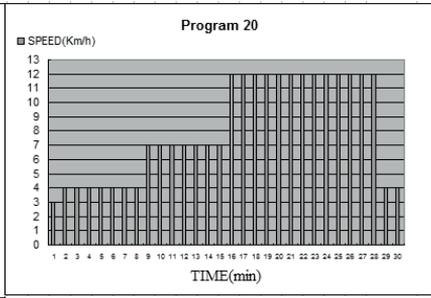
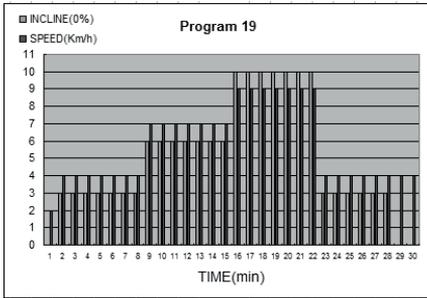
TIME (mins)	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	30MINS	
INCLINE (0%)	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	STOP	
SPEED (Km/h)	2	4	4	4	4	4	4	4	6	6	6	6	6	6	6	8	8	8	8	8	8	8	8	6	6	6	6	6	6	5	5	STOP

6. PROGRAM FORM P1-P25

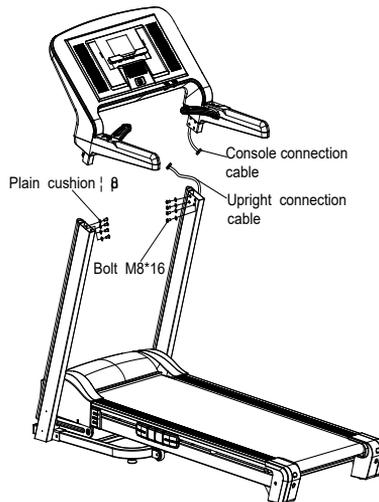
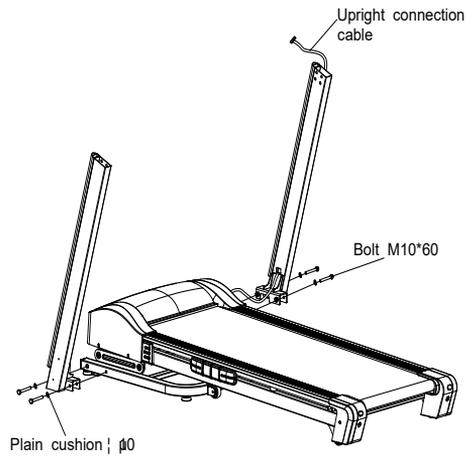


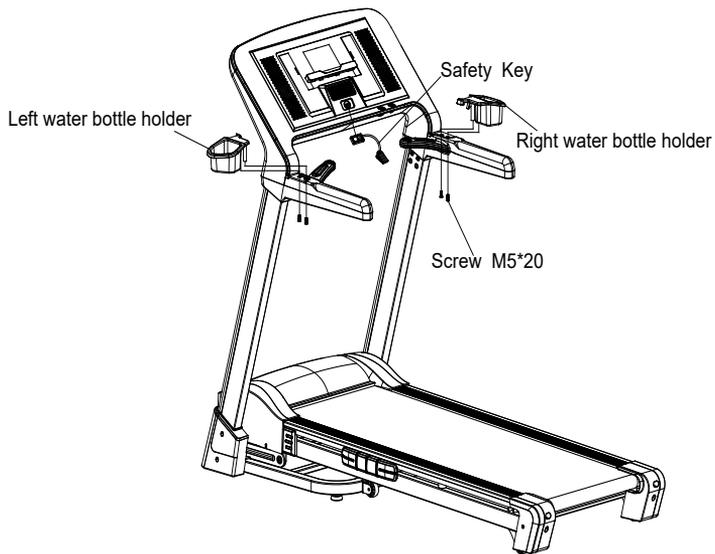
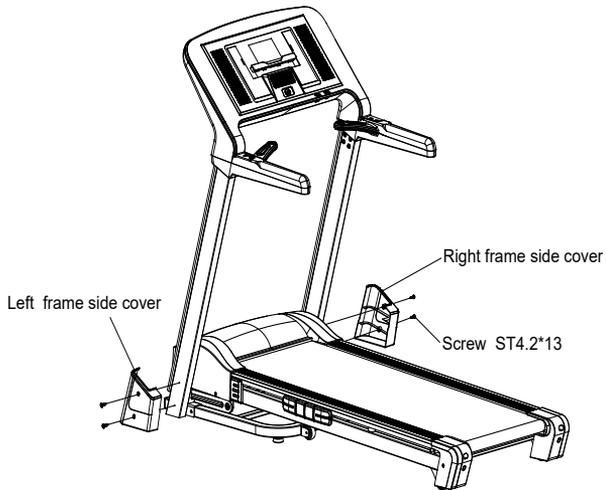






Installation





Folding and Unfolding Treadmill

Folding

First, lift the back part of the frame board with your hand till you hear a light sound, which means the folding system has been locked. Running board can't be turned to the opposite direction now.

Unfolding

Place the folded treadmill in a spacious area. Lift the back part of the frame board with your hand, then click the spring to unfold the machine. Please stand back for more than 1.5 meters and release it, then it will open automatically.

Transport

Carefully lift the treadmill at the rear roller area, grasping the two side end caps, and roll the treadmill away.

Warning: In order to unfold the treadmill by yourself, you have to be physically able to lift 20 kg easily. Otherwise seek help of another person to assist you, in order to avoid injuries.

Maintenance and Care

Reasonable cleaning/lubricating should be made to extend the life time of this unit. Performance is maximized when the belt and mat are kept as clean as possible. The mat/deck friction may play a major role in the function and life of your treadmill and that is why we recommend you constantly lubricate this friction point to prolong the useful life of your treadmill. Lubrication is provided with this unit.

WARNING: .The mat/deck friction may play a major role in the function and life of your treadmill and that is why we recommend you constantly lubricate this friction point to prolong the useful life of your treadmill. Failing to do this may void your warranty.

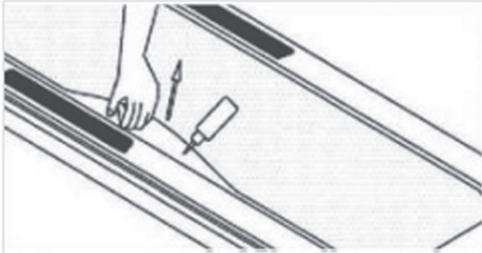
We recommend lubrication of the deck according to the following timetable :

- Light use (less than 3 hours per week) every 6 months
- Medium use (3-5 hours a week) every 3 months
- Heavy use (more than 5 hours per week) every 6-8 weeks

See below procedures for lubricating:

1. Switch off the device and unplug the cord.
2. Use a soft, dry cloth to wipe the area between the belt and deck.
3. Spread lubricant onto the inside surface of belt and deck evenly (make sure the machine is turned off and power is disconnected).
4. Periodically lubricate the front and rear rollers to keep them at their peak performance. If the treadmill belt/deck/roller is kept reasonably clean it is possible to expect over 1200 hours.

before additional re-lubing is necessary.



CAUTION: Unplug the device before starting with maintenance and care.

General Cleaning

- Use a soft, damp cloth to wipe the edge of the belt and the area between the belt edge and frame. A mild soap and water solution along with a nylon scrub brush will clean the top of the textured belt. This task should be done once a month. Allow to dry before using.
- On a monthly basis, vacuum underneath your treadmill to prevent dust build up. Once a year, you should remove the black motor shield and vacuum out dirt that may accumulate.

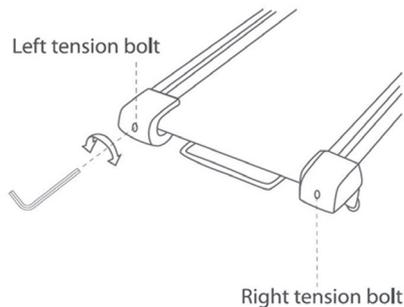
General Care

- Check parts for wear before use.
- Always replace the mat if worn and any other defective parts.
- If in doubt do not use the treadmill and contact our helpline.

Belt Adjustment

Belt tension adjustment. It is very important for joggers and runners in order to provide a smooth, steady running surface. Adjustment must be made from the right and left rear roller in order to adjust tension with the hexagonal wrench provided in the parts package. The adjustment bolt is located at the end of the rails as noted in diagram below.

Note: Adjustment is through the small hold on the end caps.



Tighten the rear roller only enough to prevent slippage at the front roller. Turn both the right and left bolt clockwise reasonably and inspect for proper tension. When an adjustment is made to the belt tension, you must also make a tracking adjustment to compensate for the change in belt tension.

Note: DO NOT OVERTIGHTEN - Over tightening will cause belt damage and premature bearing failure.

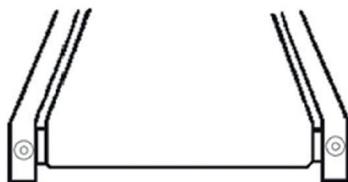
Belt tracking adjustment:

This treadmill is designed to keep the belt reasonably centered while in use. It is normal for some belts to drift near one side while the belt is running with no one on it. After a few minutes of use, the belt should have a tendency to center itself. If during use, the belt continues to move toward one side, adjustments are necessary.

The procedures are as below:

1. First set speed at lowest position.
2. Second check the belt shifts to which side.

If the belt shifts to right, tighten the right bolt and loosen the left bolt by using Hexagonal Wrench, until the belt is centered itself; If belt shifts to left, tighten the left bolt and loosen the right bolt by using 6mm Hexagonal Wrench, until the belt is centered. When adjusting the belt using the Hexagonal Wrenches, it is important to adjust the belt in half turn increments. Over adjusting the belt can cause damage to the mat.



Troubleshooting

This treadmill is designed in a way that in the event of an electrical fault, the machine will turn off automatically to prevent any injuries to the user and to prevent damage to the machine (i.e. motor).

When the treadmill behaves erratically, simply reset the treadmill by turning the power switch off, waiting for 1 minute then turning the power button back on.

If, after you have reset the treadmill, it is still not running correctly, please run the self-checking analyse (please refer to Self-Checking) to distinguish what type of error problem the machine is encountering.

Errorcode	Cause and Solution
E0	No indication to safety key signal Correctly insert the safety key.
E2	Over resistance or over load Put lubrication on running deck.
E4	Motor burnt or demagnetization motor Correctly connect motor wire or replace motor.
E5	Console wire unreliable connection Replace console wire.
E6	Invalid hardware of MCB Replace MCB
E7	Power supply Check if the supply voltage is in the range of the working voltage or no AC110V AC90V~AC130V AC220V AC180V~AC250V
ERR	Incline VR error Check the incline cable and self-inspect again.

Disposal



According to the European waste regulation 2012/19/EU this symbol on the product or on its packaging indicates that this product may not be treated as household waste. Instead it should be taken to the appropriate collection point for the recycling of electrical and electronic equipment. By ensuring this product is disposed of correctly, you will help prevent potential negative consequences for the environment and human health, which could otherwise be caused by inappropriate waste handling of this product. For more detailed information about recycling of this product, please contact your local council or your household waste disposal service.

Declaration of Conformity



Producer: Chal-Tec GmbH, Wallstraße 16, 10179 Berlin, Germany

This product is conform to the following European Directives and Norms:

2014/30/EU (EMC)
2014/35/EU (LVD)
2011/65/EG (RoHS)
EN 957