



WALKING PAD

GR-MG73

USER MANUAL

BEDIENUNGSANLEITUNG | INSTRUKCJA OBSŁUGI
NÁVOD K POUŽITÍ | MANUEL D'UTILISATION
ISTRUZIONI PER L'USO | MANUAL DE INSTRUCCIONES
HASZNÁLATI ÚTMUTATÓ | BRUGSANVISNING

DE	Produktname:	LAUFBAND
EN	Product name:	WALKING PAD
PL	Nazwa produktu:	BIEŻNIA WALKING PAD
CZ	Název výrobku	BĚŽECKÝ PÁS
FR	Nom du produit:	TAPIS DE COURSE
IT	Nome del prodotto:	TAPIS ROULANT
ES	Nombre del producto:	CINTA DE CORRER
HU	Termék neve	FUTÓPAD WALKING PAD
DK	Produktnavn	WALKING PAD LØBEBÅND
DE	Modell:	GR-MG73
EN	Product model:	
PL	Model produktu:	
CZ	Model výrobku	
FR	Modèle:	
IT	Modello:	
ES	Modelo:	
HU	Modell	
DK	Model	
DE	Hersteller	expondo Polska sp. z o.o. sp. k.
EN	Manufacturer	
PL	Producent	
CZ	Výrobce	
FR	Fabricant	
IT	Produttore	
ES	Fabricante	
HU	Termelő	
DK	Producent	
DE	Anschrift des Herstellers	ul. Nowy Kisielin – Innowacyjna 7, 66-002 Zielona Góra Poland, EU
EN	Manufacturer Address	
PL	Adres producenta	
CZ	Adresa výrobce	
FR	Adresse du fabricant	
IT	Indirizzo del produttore	
ES	Dirección del fabricante	
HU	A gyártó címe	
DK	Producentens adresse	

Technische Daten

Parameterbeschreibung	Parameterwert
Produktbezeichnung	Laufband
Model	GR-MG73
Versorgungsspannung [V~] / Frequenz [Hz]	230/50
Nennleistung [W]	735
Schutzart	I
Genauigkeitsklasse	C (minimale Messgenauigkeit)
Anwendungsklasse	H (für Heimgebrauch)
Maximale Belastung [kg]	120
Abmessungen, zusammengeklappt [mm]	1270x570x110
Abmessungen, ausgeklappt [mm]	1450x620x1000
Gewicht [kg]	25
Maximale Laufgeschwindigkeit [km/h]	8
Laufgurt-Abmessungen [mm]	1000x400
Art des Displays	LED
Trainingsprogramme	6
Motordrehgeschwindigkeit [Umdr./min]	5500
Schutzart IP	IP20
Lebensdauer der Motorbürsten [Std.]	500 – 800
Wicklungsisolierungsklasse	E
Netzkabellänge [cm]	145
Länge des Sicherungsclip- Kabels [cm]	75

1. Allgemeine Beschreibung

Diese Gebrauchsanweisung soll Ihnen helfen, das Gerät sicher und zuverlässig zu benutzen. Das Produkt wurde streng nach den technischen Spezifikationen unter Verwendung der neuesten Technologien und Komponenten und Einhaltung höchster Qualitätsstandards entwickelt und hergestellt.

**VOR GEBRAUCH IST DIE GEBRAUCHSANWEISUNG
SORGFÄLTIG ZU LESEN UND ZUR KENNTNIS ZU NEHMEN.**

Um einen langen und zuverlässigen Betrieb des Geräts zu gewährleisten, ist darauf zu achten, dass es gemäß dieser Gebrauchsanweisung sachgemäß bedient und gewartet wird. Die in dieser Gebrauchsanweisung enthaltenen technischen Daten und Spezifikationen sind aktuell. Der Hersteller behält sich das Recht vor, Änderungen zum Zwecke der Qualitätsverbesserung vorzunehmen.

Symbolerklärung

	Das Produkt erfüllt die Anforderungen der einschlägigen Sicherheitsnormen.
	Vor Gebrauch ist es nötig, sich mit der Anweisung vertraut zu machen.
	Recyclbares Produkt.
	ACHTUNG! oder WARNUNG! oder BEACHTEN! zur Beschreibung der jeweils eingetretenen Situation. (allgemeines Warnzeichen).
	ACHTUNG! Warnung vor Stromschlag!
	ACHTUNG! Rotierende Teile!
	Zum Gebrach nur in Innenräumen.
	Den in Bewegung gesetzten Laufgurt nicht betreten.
	Finger oder Gegenstände in bewegliche Teile des Gerätes nicht einlegen.



ACHTUNG! Die Abbildungen in dieser Gebrauchsanweisung dienen nur der Veranschaulichung und können in einigen Details vom tatsächlichen Aussehen des Produkts abweichen.

Das Original der Gebrauchsanweisung ist die deutsche Fassung. Sonstige Sprachversionen sind Übersetzungen aus dem Deutschen.

2. Betriebssicherheit



ACHTUNG! Lesen Sie alle Sicherheitshinweise und Anweisungen durch. Die Nichtbeachtung der Sicherheitshinweise und Anweisungen kann zu Stromschlag, Brand und/oder schweren Verletzungen oder zum Tod führen.

Der Begriff „Gerät“ oder „Produkt“ in den Warnhinweisen und in der Gebrauchsanweisung bezieht sich auf den LAUF BAND WALKING PAD.

2.1. Elektrische Sicherheit

- a) Der Gerätestecker muss dem Netzstecker angepasst sein. Modifizieren Sie den Stecker wie auch immer nicht. Die Anwendung von Originalstecker und passenden Steckdosen verringert ein Stromschlag-Risiko.
- b) Vermeiden Sie die Berührung geerdeter Gegenstände, wie Rohre, Heizkörper, Öfen und Kühlschränke. Das Stromschlag-Risiko ist höher, falls ein Körper geerdet ist und einen Gegenstand berührt, der einer direkten Einwirkung von Regen, feuchter Oberfläche und der Arbeit in einem feuchten Umfeld ausgesetzt ist. Das Eindringen von Wasser in das Gerätinnere erhöht sein Beschädigungs- und Stromschlag-Risiko.
- c) Nutzen Sie es nie zum Tragen des Gerätes oder zum Ausziehen des Steckers aus der Steckdose. Halten Sie das Kabel von Hitze, Öl, scharfen Kanten oder beweglichen Teilen fern. Beschädigte oder verwickelte Kabel erhöhen ein Stromschlag-Risiko.
- d) Ist es unmöglich, die Anwendung des Gerätes in einem feuchten Umfeld zu benutzen, ist ein Fehlerstromschutzschalter (RCD) einzusetzen. Die Anwendung von RCD vermindert ein Stromschlag-Risiko.
- e) Es ist verboten, das Gerät zu nutzen, falls das Netzkabel defekt ist oder deutliche Abnutzungsanzeichen aufweist. Ein defektes Netzkabel ist von

einem Fachelektriker oder Kundendiensttechnikers des Herstellers auszuwechseln.

- f) Um einen Stromschlag zu vermeiden, darf weder Kabel noch Stecker und das Gerät selbst ins Wasser oder in eine sonstige Flüssigkeit eingetaucht werden. Das Gerät darf nicht auf nassen Flächen genutzt werden.
- g) ACHTUNG – LEBENSGEFAHR! Während der Reinigung oder Nutzung des Gerätes darf es nie ins Wasser oder in sonstige Flüssigkeiten eingetaucht werden.

2.2. Sicherheit am Arbeitsplatz

- a) Sorgen Sie für Ordnung am Arbeitsplatz und gute Beleuchtung. Unordnung oder schlechte Beleuchtung können zu Unfällen führen. Seien Sie vorausschauend, passen Sie darauf auf, was Sie machen und nutzen Sie Ihren gesunden Menschenverstand, wenn Sie das Gerät verwenden.
- a) Wenn Sie Zweifel haben, ob das Gerät ordnungsgemäß funktioniert, wenden Sie sich an den Kundendienst des Herstellers.
- b) Reparaturen am Gerät dürfen nur vom Kundendienst des Herstellers durchgeführt werden. Führen Sie keine Reparaturen selbst durch!
- c) Bei unbeabsichtigter Feuerentzündung oder im Brandfall dürfen nur Trockenpulverlöscher oder Kohlendioxid (CO₂)-Feuerlöscher verwendet werden, um das Gerät unter Spannung zu löschen.
- d) Das Gerät in einem gut belüfteten Raum nutzen.
- b) Bei Gefahr für Leben oder Gesundheit, Un- oder Ausfall stoppen Sie das Gerät mit dem Sicherungsclip!
- e) Die Sicherheitsaufkleber sind regelmäßig auf ihren Zustand zu prüfen. Wenn die Aufkleber unleserlich sind, müssen sie ersetzt werden.
- f) Bewahren Sie die Gebrauchsanweisung zum späteren Nachschlagen auf. Bei Weitergabe des Gerätes an Dritte ist auch die Gebrauchsanweisung mitzugeben.
- g) Verpackungselemente und kleine Montageelemente sind für Kinder unzugänglich aufzubewahren.
- h) Halten Sie das Gerät von Kindern und Haustieren fern.
- i) Kinder dürfen sich nicht ohne Aufsicht eines Erwachsenen in der Nähe des Gerätes aufhalten. Das Gerät dürfen Kinder nutzen, die mehr als 8 Jahre alt sind.
- j) Beachten Sie bei Verwendung dieses Geräts mit anderen Geräten auch die einschlägigen Gebrauchsanweisungen.

2.3. Eigenschutz

-
- a) Es ist untersagt, das Gerät in einem Zustand der Müdigkeit, Krankheit, unter Einfluss von Alkohol, Drogen oder Arzneimitteln zu bedienen, welche die Bedienungsfähigkeiten in einem wesentlichen Maße einschränken
 - b) Das Gerät darf nur von Personen bedient werden, die körperlich fit und in der Lage sind, das Gerät zu bedienen, und die ausreichend geschult sind, diese Anleitung gelesen haben und in Sicherheit und Gesundheitsschutz am Arbeitsplatz unterwiesen wurden.
 - c) Das Gerät ist nicht dafür bestimmt, durch Personen (einschließlich Kinder) mit eingeschränkten geistigen, sensorischen oder intellektuellen Fähigkeiten oder mangels Erfahrung und/oder mangels Wissen benutzt zu werden, es sei denn, sie werden durch eine für ihre Sicherheit sorgende Person beaufsichtigt oder erhalten von ihr Anweisungen, wie das Gerät zu benutzen ist.
 - d) Seien Sie vorsichtig und nutzen Sie Ihren gesunden Menschenverstand, wenn Sie das Gerät bedienen. Ein Moment der Unachtsamkeit beim Betrieb des Gerätes kann zu schweren Verletzungen führen.
 - e) Um eine versehentliche Einschaltung des Gerätes zu vermeiden, stellen Sie sicher, dass das Gerät ausgeschaltet ist, bevor Sie es an eine Stromquelle anschließen.
 - a) Überschätzen Sie Ihre Fähigkeiten nicht. Halten Sie während der gesamten Arbeitszeit das Körpergleichgewicht. Das ermöglicht Ihnen, das Gerät in unerwarteten Situationen besser unter Kontrolle zu haben.
 - b) Tragen Sie keine lose Kleidung, die durch bewegliche Teile erfasst werden kann.
 - c) Entfernen Sie alle Einstellwerkzeuge oder Schlüssel, bevor Sie das Gerät einschalten. Die in einem rotierenden Teil steckenden Werkzeuge oder Schlüssel können eine Körperverschletzung verursachen.
 - f) Das Gerät ist kein Spielzeug. Kinder sollten beaufsichtigt werden, um sicherzustellen, dass sie mit dem Gerät nicht spielen.

2.4. Sicherer Umgang mit dem Gerät

- a) Benutzen Sie das Gerät nicht, wenn der ON/OFF-Schalter nicht funktionsfähig ist (schaltet nicht ein und aus). Geräte, die mit Hilfe des Schalters nicht unter Kontrolle gehalten werden können, sind gefährlich, dürfen nicht benutzt werden und müssen repariert werden.
- b) Bevor Sie mit Einstellungen, Reinigung und Wartung beginnen, ist das Gerät von der Stromquelle zu trennen. Solch eine Vorbeugemaßnahme ermöglicht das Risiko zu reduzieren, dass das Gerät aus Versehen in Betrieb gesetzt wird.
- c) Bewahren Sie nicht verwendete Geräte außerhalb der Reichweite von Kindern und Personen auf, die mit dem Gerät oder dieser

Bedienungsanleitung nicht vertraut sind. Die Geräte sind in den Händen unerfahrener Benutzer gefährlich.

- d) Halten Sie das Gerät in einem guten technischen Zustand. Prüfen Sie vor jeder Arbeit, dass keine allgemeinen Schäden oder Schäden an beweglichen Teilen vorliegen (Risse in Teilen und Komponenten oder andere Umstände, die den sicheren Betrieb des Geräts beeinträchtigen können). Lassen Sie im Schadensfall das Gerät vor Gebrauch reparieren.
- e) Das Gerät sollte außerhalb der Reichweite von Kindern aufbewahrt werden.
- f) Reparatur und Wartung von Geräten dürfen nur von qualifizierten Personen unter Verwendung von Original-Ersatzteilen durchgeführt werden. Dadurch wird eine sichere Nutzung gewährleistet.
- g) Um die geplante Funktionstüchtigkeit des Geräts zu gewährleisten, entfernen Sie weder werkseitig installierte Abdeckungen noch lösen Sie die Schrauben.
- h) Berücksichtigen Sie beim Transportieren und Tragen des Gerätes vom Lager zum Einsatzort Vorschriften im Bereich der Arbeitssicherheit und –hygiene, die für Transportarbeiten in dem jeweiligen Land gelten, in dem die Geräte genutzt werden.
- i) Vermeiden Sie, dass das Gerät während seines Betriebs wegen einer zu großen Belastung anhält. Dies kann eine Überhitzung der Antriebskomponenten zur Folge haben und im Endeffekt einen Schaden am Gerät verursachen.
- j) Berühren Sie keine beweglichen Komponenten oder Zubehörteile, es sei denn, dass das Gerät von der Stromversorgung getrennt wurde.
- k) Es ist verboten, das Gerät während seines Betriebs zu schieben, zu verstellen und zu drehen.
- l) Lassen Sie ein eingeschaltetes Gerät nicht ohne Aufsicht stehen.
- m) Reinigen Sie das Gerät regelmäßig, um zu verhindern, dass sich Verunreinigungen dauerhaft ablagern.
- n) Das Gerät ist kein Spielzeug. Reinigung und Wartung dürfen nicht von Kindern ohne Aufsicht eines Erwachsenen durchgeführt werden.
- o) Es ist verboten, in die Konstruktion des Geräts einzugreifen, um seine Parameter oder Konstruktion zu ändern.
- p) Halten Sie das Gerät von Feuer- und Wärmequellen fern.
- q) Überlasten Sie das Gerät nicht.
- r) Eine Überschreitung des zulässigen Gewichts des Anwenders kann mit einer Beschädigung des Produktes resultieren.
- s) Bevor Sie mit Übungen beginnen, konsultieren Sie einen Arzt, um sicherzustellen, dass keine gesundheitlichen Gründe dagegen bestehen.
- t) Bevor Sie das Gerät benutzen, führen Sie immer ein Aufwärmtraining durch und stellen Sie sicher, dass das Laufband keine Beschädigungen aufweist, die auf den Betrieb des Gerätes einwirken können und vergewissern Sie sich, dass die Laufbandteile nicht abgenutzt sind. Ist ein Auswechseln der

Komponenten unentbehrlich, darf das Gerät solange nicht benutzt werden, bis defekte Teile ausgewechselt werden.

- u) Stellen Sie während der Durchführung von Übungen besorgniserregende Symptome fest, wie z.B. Brustschmerzen, Schwindel, Kurzatmigkeit u. dgl., unterbrechen Sie unverzüglich das Training und konsultieren Sie einen Arzt.
- v) Stellen Sie das Gerät auf einer stabilen, trockenen und ebenen Fläche auf, wobei Sie auch dafür sorgen, dass zumindest 0,6 m frei seitlich und hoch rund um den Trainingsbereich gewährleistet sind.
- c) Benutzen Sie das Gerät weder eine Stunde vor dem Essen noch eine Stunde nach dem Essen, denn es können für Sie unerwünschte Wirkungen erscheinen.
- d) Das Gerät darf in der gleichen Zeit nur eine Person benutzen.
- e) Es wird nicht empfohlen, dass das Gerät von schwangeren Frauen benutzt wird.
- f) Man darf das Laufband nicht betreten und es zu verlassen, falls der Laufgurt läuft.
- g) Man darf keine Gegenstände auf dem Laufgurt aufstellen oder sie dort aufbewahren.
- h) Das Gerät darf nicht auf dicken Teppichen aufgestellt werden. Das macht eine korrekte Luftzirkulation unter dem Gerät unmöglich.
- i) Es wird folgenden Personen nicht empfohlen, das Gerät zu benutzen, ohne davor einen Arzt zu konsultieren:
 - Personen mit vom Arzt genannten Kontraindikationen oder Personen, die sich schlecht fühlen,
 - Personen mit schweren Krankheiten,
 - Personen, die an folgende Krankheiten leiden: Bluthochdruck, Herzkrankheiten, zerebrale Atherosklerose und Zerebralthrombose,
 - Personen, die an Osteoporose leiden,
 - Personen mit einem Schrittmacher oder einem anderen im Körper implantierten Gerät.
- j) Das Gerät darf nicht in Betrieb gesetzt werden, falls es nicht richtig ausgeklappt ist.
- k) Beginnen Sie den Training nicht ohne den Sicherungsclip.
- w) Üben Sie nicht über ihre Kräfte auf dem Laufband.
- x) Üben Sie nicht über ihre Kräfte. Eine übermäßige körperliche Anstrengung kann zu Unfällen während der Arbeit mit dem Gerät führen und gesundheitliche Schäden verursachen.
- y) Stehen Sie nicht auf dem vorderen oder hinteren Teil des Laufgurtes vor dem Training oder während Sie es gerade beginnen.
- z) Stützen Sie sich nicht mit dem ganzen Körpergewicht auf dem Haltegriff.



ACHTUNG!

Obwohl das Gerät so konstruiert wurde, dass es sicher und mit angemessenen Sicherheitsvorrichtungen

ausgestattet ist, und trotz der Verwendung von zusätzlichen Sicherheitsmaßnahmen des Benutzers, besteht beim Betrieb des Geräts dennoch ein geringes Unfall- oder Verletzungsrisiko. Während der Verwendung werden Vorsicht und gesunder Menschenverstand empfohlen.

3. Bestimmungsgemäßer Gebrauch

Das Gerät ist zum Trainieren von unteren Muskelpartien durch Gehen oder Laufen vorgesehen.

Das Produkt ist nur für Heimgebrauch vorgesehen!

Das Produkt ist nicht für medizinische/therapeutische Anwendungen vorgesehen.

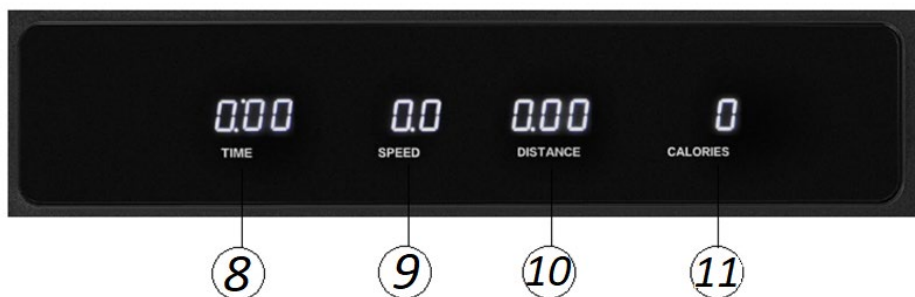
Für allerlei Schäden, die durch unsachgemäßen Gebrauch entstehen, haftet der Anwender.

3.1. Beschreibung des Gerätes



- 1. Halterung (z.B. für Tablet)
- 2. Haltegriff
- 3. Display
- 4. Fuß
- 5. Biegerohr
- 5A. Schieberohr
- 6. Laufgurt
- 7. Sicherungsclip

3.1.1. DISPLAY



- 8. Zeitanzeige
- 9. Geschwindigkeitsanzeige
- 10. Distanzanzeige
- 11. Anzeige für verbrauchte Kalorien

3.1.2. ARMBAND-FERNBEDIENUNG



- 12. Taste: Setzt den Laufgurt in Bewegung
- 13. „P“-Taste: Wahl der Geschwindigkeitsprogramms (1–6 Programme)
- 14. Erhöhung des jeweiligen Wertes
- 15. Reduzierung des jeweiligen Wertes
- 16. „S“-Taste: Langsames Auslaufen der Laufläche
- 17. „M“-Taste: Umschalten zwischen Parametern:
 - „Time“ [8]: Zeiteinstellung (Minuten : Sekunden)
 - „Speed“ [9]: Geschwindigkeitseinstellung (km/h)
 - „Distance“ [10]: Distanzeinstellung (km)
 - „Calories“ [11]: Einstellung verbrauchter Kalorien.

3.2. Vorbereitung zum Einsatz

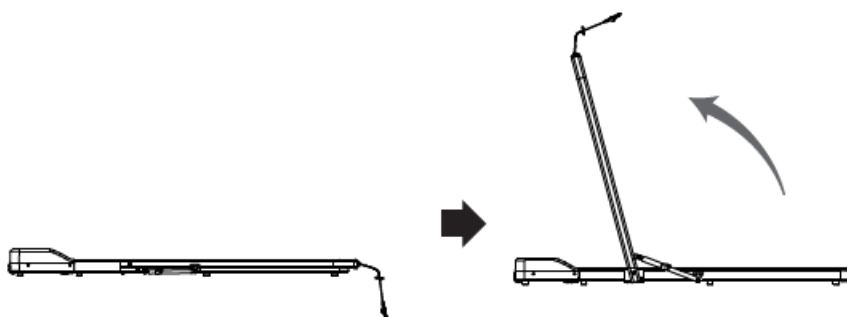
AUFSTELLUNGsort

Die Umgebungstemperatur darf nicht höher als 40°C sein und die relative Feuchtigkeit darf keine 85% überschreiten. Stellen Sie das Gerät so auf, dass eine gute Luftzirkulation gewährleistet ist. Halten Sie das Gerät von allen heißen Flächen fern. Nutzen Sie das Gerät immer auf einer ebenen, stabilen, sauberen, feuerfesten und trockenen Fläche und außerhalb der Reichweite von Kindern sowie der Personen mit eingeschränkten geistigen, sensorischen oder intellektuellen Fähigkeiten. Das Gerät ist so aufzustellen, dass der Netzstecker im beliebigen Moment zugänglich ist. Es ist daran zu denken, dass die Stromversorgung den auf dem Leistungsschild angegebenen Daten entspricht!

Es sind zumindest 0,6 m mehr Freiraum rund um das Gerät an jeder Seite mit Ausnahme des hinteren Trainingsbereiches zu gewährleisten, dort sind 2 m Freiraum während der Nutzung des Gerätes zu gewährleisten.

3.3. Nutzung des Gerätes

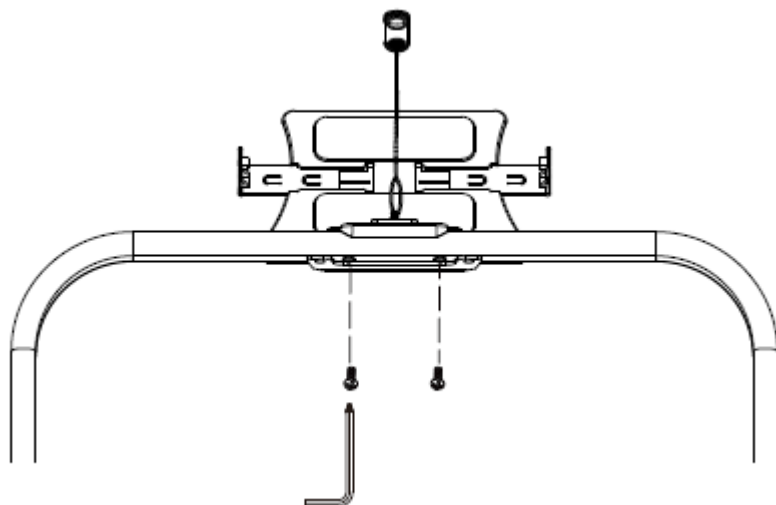
1. Ziehen Sie den Haltegriff [2] nach oben und klappen Sie das Gerät aus.



Beim Ausklappen wird aus dem Biegerohr [5A] ein Verlängerungsstück herausgeschoben. Um die Lage des Haltegriffs zu sichern, schieben Sie den Schnapper auf die Biegestelle in der Hälfte des Biegerohrs [5] auf.



2. Stellen Sie die Halterung [1] oben am Haltegriff [2] so, dass sich die in der Halterung vorhandenen Bohrungen mit denjenigen im Haltegriff decken. Mit Hilfe eines Imbusschlüssels drehen Sie die mitgelieferten Schrauben (2 Stück) in die Bohrungen ein.



3. Greifen Sie an das Netzkabel. Stecken Sie den 3-Pin-Stecker in die im unteren Teil des Geräts vorhandene Steckdose ein. Stecken Sie dann den an einem anderen Ende des Netzkabels vorhandenen Netzstecker in die Netzsteckdose ein.
4. Verstellen Sie den an der Vorderseite des Geräts vorhandenen „I/O“-Schalter in die „I“-Position: das Gerät wird somit eingeschaltet. Am Display wird für jeden Parameter der Wert „0“ angezeigt.
5. Stecken Sie den Sicherungsclip [7] ein. Haften Sie den Halteclip des Sicherungsclipkabels an die Kleidung. Wird das Kabel bei Ihrem Sturz oder Stolpern

von der Kleidung herabrutschen, wird die Stromversorgung durch den Sicherungsclip getrennt und das Gerät stoppt sofort.



6. Legen Sie das Armband auf das Handgelenk.

7. Stellen Sie folgende Parameter nach Ihrem Wunsch ein: Zeit, Distanz und verbrauchte Kalorien:

- Wählen Sie mit der „M“-Taste [17] den Parameter, um ihn einzustellen (mit Ausnahme der Geschwindigkeit)
- Wechseln Sie den Parameterwert, indem Sie die „+“-Taste [14] entsprechend drücken, um den Parameterwert zu erhöhen und dann die „-“-Taste [15], um den Parameterwert zu reduzieren.

Standardmäßig eingestellte Parameterwerte:

	Standardmäßig eingestellter Parameterwert	Einstellbereich
Zeit	30 Minuten	5 – 99 Minuten
Distanz	1 km	0,5 – 65 km (Wechsel jede 0,5 km)
Kalorien	50	10 – 995 (Wechsel jede 5 Kalorie)

8. Geschwindigkeit einstellen:

a) Eines der zugänglichen Trainingsprogramme wählen:

- Drücken Sie die „P“-Taste [13], um eines der 6 zugänglichen Trainingsprogramme zu wählen.
- Standardmäßig ist jedes Trainingsprogramm auf 30 Minuten eingestellt. Nachdem Sie eines der Trainingsprogramme gewählt haben, beginnt die Zeitanzeige [8] mit Wert 30 Minuten zu blinken. Mit Hilfe der Tasten [14] und [15] kann die Dauer des Trainingsprogramms verlängert oder reduziert werden.
- Nachdem die „P“-Taste gedrückt wird, dürfen keine anderen Änderungen, mit Ausnahme der Zeit, eingegeben werden.
- Um Parameterwerte zu wechseln und das Trainingsprogramm zu verlassen, ist die „M“-Taste zu drücken. In der Anzeige [8] erscheint der Wert von 30 Minuten und die Anzeigen [9], [10] und [11] werden auf Null gesetzt und es ist möglich, die Parameterwerte erneut einzustellen.

Die Trainingsprogramme setzen sich aus zwanzig 1,5 Minuten dauernden Zeitintervalle zusammen, d.h. jede 1,5 Minuten wird durch das Gerät die Geschwindigkeit gewechselt.

	Geschwindigkeit in jedem Zeitintervall (jede 1,5 Minuten)																			
P 1	1	2	3	4	5	4	3	2	1	2	3	4	5	4	3	2	1	2	3	2
P 2	2	2	3	3	4	4	5	5	6	6	5	5	4	4	3	3	2	2	3	3
P 3	1	2	3	2	3	4	3	4	5	4	5	6	5	4	5	4	3	4	3	2
P 4	2	3	3	4	3	4	4	5	4	5	5	6	5	6	6	5	4	3	2	1
P 5	2	2	3	4	5	6	6	5	4	3	3	2	3	4	4	5	6	5	4	3
P 6	1	2	3	3	3	4	5	6	6	6	5	4	3	2	2	2	3	4	3	2

b) Manuelle Geschwindigkeitseinstellung:

- Drücken Sie die Taste [12]. Das Laufband zählt 3 Sekunden und beginnt den Betrieb mit der eingestellten Geschwindigkeit von 8 km/h.
- Mit den Tasten [14] und [15] stellen Sie den gewünschten Geschwindigkeitswert ein.
- Das Laufband beginnt die Trainingszeit, zurückgelegte Distanz und verbrauchte Kalorien von Null zu zählen.

9. Nachdem Sie die gewünschten Parameterwerte und/oder Trainingsprogramme eingestellt haben, drücken Sie die Taste [12], die den Laufgurt innerhalb von 3 Sekunden in Bewegung setzt. Das Gerät erzeugt ein Piepton, der darüber informiert, dass der Laufgurt in Bewegung gesetzt wird.

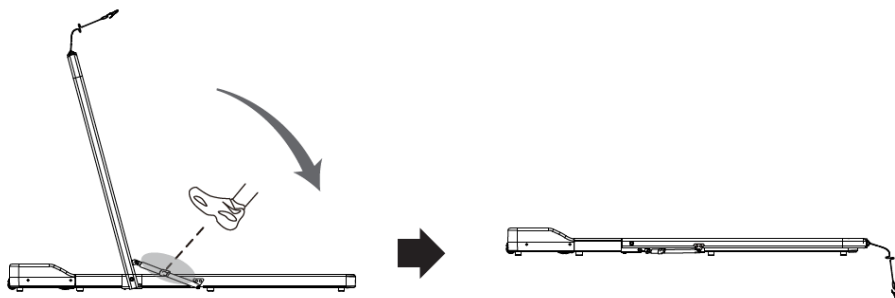
ACHTUNG! Seien Sie besonders vorsichtig während der Laufgurt in Bewegung gesetzt wird und das Training beginnt.

10. um das Training zu beenden, drücken Sie die „S“-Taste [16]. Das Gerät beginnt mit dem Anhalteprozess, der Geschwindigkeitswert beginnt zu sinken, was auf dem Display zu sehen ist.

11. Verlassen Sie das Laufband erst dann, nachdem der Laufgurt völlig zum Stillstand kommt.

12. Verstellen Sie den „I/O“-Schalter in die „O“-Position: das Gerät wird ausgeschaltet. Ziehen Sie den Netzstecker aus der Netzsteckdose aus.

13. Wird das Gerät längere Zeit nicht genutzt, ist es zusammenzuklappen: drücken Sie mit dem Fuß auf das Biegerohr [5]. Das Biegerohr [5] wird gebogen und das Schieberohr [5A] wird eingeschoben, infolgedessen sinkt der Haltegriff [2] und er wird zusammengeklappt.



3.4. Reinigung und Wartung

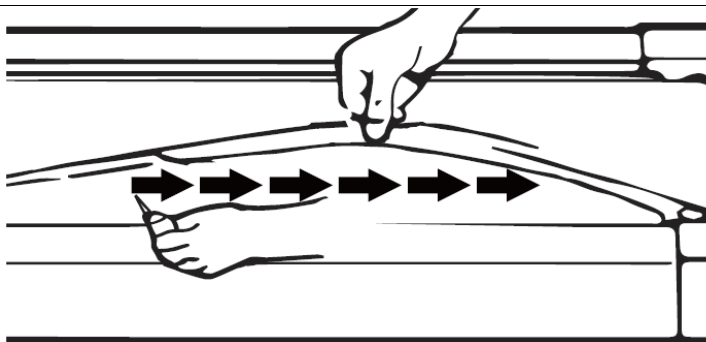
- a) Vor jeder Reinigung, Einstellung, Austausch des Zubehörs, als auch in dem Fall, wo das Gerät nicht benutzt wird, ist der Netzstecker aus der Steckdose herausauszuziehen und abwarten, bis rotierende Teile anhalten.
- b) Zur Reinigung der Oberfläche sind ausschließlich Mittel anzuwenden, die keine ätzenden Substanzen enthalten
- c) Nach jeder Reinigung müssen alle Komponenten gut getrocknet sein, bevor das Gerät wieder genutzt wird.
- d) Das Gerät ist in einem trockenen und kühlen Ort zu lagern, der vor Feuchte und direkten Einwirkung der Sonnenstrahlen geschützt ist.
- e) Es ist verboten, das Gerät mit einem Wasserstrahl zu besprühen oder es ins Wasser einzutauchen.

-
- f) Es ist daran zu denken, dass durch die im Gehäuse vorhandenen Lüftungsöffnungen kein Wasser eindringt. Man darf nicht zulassen, dass auf das Display und den „I/O“-Schalter Feuchte einwirkt.
 - g) Die Lüftungsöffnungen sind mit einem kleinen Pinsel und Druckluft zu reinigen.
 - h) Es sind regelmäßige Inspektionen am Gerät in Bezug auf seine technische Leistung durchzuführen.
 - i) Nach jedem Training ist der Haltegriff zu reinigen. Zur Reinigung ist ein weiches, feuchtes Tuch und Warmwasser mit Seife anzuwenden.
 - j) Zur Reinigung dürfen keine scharfen und/oder aus Metall hergestellten Gegenstände (z.B. Drahtbürste oder Metallspaten) genutzt werden, denn sie können die Oberfläche des Stoffes beschädigen, der zur Herstellung des Gerätes genutzt wurde.
 - k) Das Gerät nicht mit saure Reaktion aufweisenden Substanzen, für medizinische Zwecke vorgesehenen Mitteln, Lösemitteln, Treibstoffen, Ölen und sonstigen chemischen Substanzen reinigen, denn das Gerät kann infolgedessen beschädigt werden.
 - l) Wird das Gerät längere Zeit nicht benutzt, ist der Sicherungsclip herauszuziehen und das Laufband zusammenzuklappen.

3.4.1. ANWENDUNG DES SCHMIERMITTELS

Damit das Gerät richtig funktioniert, ist nach ersten 25 Betriebsstunden (oder nach 2-3 Monaten, falls das Gerät nicht regelmäßig genutzt wurde) ein Schmiermittel unter den Laufgurt aufzutragen. Diese Tätigkeit ist jede 50 Betriebsstunden (oder jede 5-8 Monate) zu wiederholen.

1. Heben Sie eine der Laufgurtseiten mit einer Hand hoch.
2. Wischen Sie mit dem Finger die unter dem Laufgurt offen gelegte Oberfläche ab.
3. Ist die Oberfläche glatt und ölig, ist die Anwendung eines Schmiermittels nicht notwendig.
4. Ist die Oberfläche trocken, lassen Sie mit der zweiten Hand einige Tropfen von Schmiermittel in die Mitte des inneren Teils des hochgehobenen Laufgurtes herunterfallen.

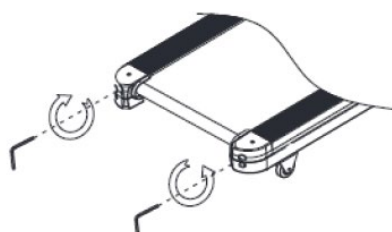
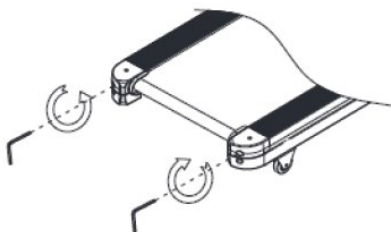


5. Schalten Sie das Gerät ein, damit ein beliebiges Trainingsprogramm ca. 3-5 Minuten läuft, infolgedessen wird das Schmiermittel unter dem Laufgurt verstrichen.

ACHTUNG! Das Schmiermittel darf nicht auf einer Oberfläche unter dem Laufgurt aufgetragen werden. Fallen Schmiermitteltropfen von dem inneren Teil des Laufgurtes herunter, sind sie wegzuwischen.

3.5. Regelung der Laufgurtlage

1. Nach gewisser Betriebszeit kann der Laufgurt verschoben werden.
2. Um die Lage und die Spannung des Laufgurtes zu korrigieren, sind die in den Öffnungen am Ende des Grundrahmens vorhandenen Schrauben (mit Hilfe eines Imbusschlüssels) entsprechend umzudrehen.



ACHTUNG! Es ist daran zu denken, dass der Laufgurt auf die seitlichen Trittleisten des Laufbandes nicht überläuft. Dies kann zu großen Schäden führen und kann sogar verursachen, dass der Laufgurt zerfetzt wird.

ENTSORGUNG GEBRAUCHTER GERÄTE

Nach Beendigung der Nutzungsdauer darf dieses Produkt nicht als ein herkömmlicher Kommunalabfall entsorgt werden, sondern ist es an eine für elektrische und elektronische Geräte vorgesehene Abfallsammel- oder

Recyclingstelle zu übergeben. Darüber informiert ein auf Produkt, Bedienungsanweisung oder Verpackung angebrachte Symbol. Die zur Herstellung des Gerätes eingesetzten Kunststoffe eignen sich zur Wiederverwendung gemäß ihrer Kennzeichnung. Durch eine Wiederverwendung der Stoffe oder sonstige Nutzungsformen der gebrauchten Geräte leisten Sie einen wesentlichen Beitrag zum Schutz unserer Umwelt.

Eine Information über die zuständige Sammelstelle für gebrauchte Geräte erhalten sie bei der örtlichen Verwaltungsorganen.

3.6. Problemlösungen

Problem	Mögliche Ursache	Maßnahmen
Das Laufband wird nicht in Betrieb gesetzt.	1. Das Gerät ist nicht an das Stromversorgungsnetz angeschlossen. 2. Der Sicherungsclip ist nicht richtig eingelegt. 3. Die Sicherung ist ausgeschaltet.	1. Den Netzkabelstecker in die Netzsteckdose einstecken. 2. Den Sicherungsclip erneut korrekt einlegen. 3. Die Sicherung einschalten, 5 Minuten abwarten und das Gerät erneut in Betrieb setzen. Wird das Laufband weiterhin nicht in Betrieb gesetzt, ist ein Fachelektriker oder der Kundendienst des Herstellers zu kontaktieren.
Der Laufgurt rutscht auf die Trittleisten.	Die Spannung des Laufgurtes ist zu gering.	Die Spannung und die Lage des Laufgurtes anpassen (3.5. Regelung der Laufgurtlage).
Der Laufgurt erzeugt bei der Belastung beunruhigende Geräusche	1. Der Laufgurt muss geschmiert werden. 2. Die Spannung des Laufgurtes ist zu hoch.	1. Den Laufgurt schmieren (3.4.1. Anwendung des Schmiermittels). 2. Die Spannung und die Lage des Laufgurtes anpassen (3.5. Regelung der Laufgurtlage).
Der Laufgurt läuft nicht in der Mitte des Laufbandes.	Die Spannung des Laufgurtes ist nicht gleichmäßig aufgeteilt.	Die Spannung und die Lage des Laufgurtes anpassen (3.5. Regelung der Laufgurtlage)

Technical data

Parameter description	Parameter value
Product name	Walking pad
Model	GR-MG73
Supply voltage [VAC] / Frequency [Hz]	230/50
Power rating [W]	735
Protection class	I
Accuracy class	C (minimum measurement accuracy)
Application class	H (private home use)
Maximum working load (kg)	120
Dimensions, folded down [mm]	1270x570x110
Dimensions, deployed [mm]	1450x620x1000
Weight [kg]	25
Maximum speed [kmh]	8
Tread belt size [mm]	1000x400
Display type	LED
Available work modes	6
Motor speed [rpm]	5500
IP code	IP20
Motor brush service life [h]	500 to 800
Winding insulation class	E
Power cord length [mm]	145
Emergency key cable length [mm]	75

1. General overview

This manual is intended to assist you in safe and reliable use. The product is designed and manufactured strictly according to technical specifications using the latest technology and components, and maintaining the highest quality standards.

READ THE MANUAL CAREFULLY AND UNDERSTAND IT BEFORE USE.

To ensure long and reliable operation of the product, operate and maintain it correctly and strictly in compliance with this manual. The technical data and specifications in this

manual are up-to-date. The manufacturer reserves the right to modifications for the purpose of quality improvement.

Explanation of symbols

	The product meets the requirements of relevant safety standards.
	Read the manual before use.
	Recyclable product.
	CAUTION! or WARNING! or REMEMBER! indicates a specific instruction (general warning sign).
	CAUTION! Risk of electric shock!
	CAUTION! Rotating parts!
	For indoor use only.
	Do not walk onto a moving tread belt.
	Keep fingers and objects away from moving parts.



CAUTION! The figures in this manual are illustrative only and may vary in some details from the actual appearance of the product.

The original version of the manual is in German language. Other language versions are translations from German.

2. Operating safety



CAUTION! Read all safety warnings and all instructions. Failure to follow the warnings and instructions may result in electric shock, fire and/or serious injury or death.

The term “appliance” or “product” in the warnings and instructions refers to the walking pad.

2.1. Electrical safety

- a) The appliance power cord plug must fit into the mains outlet. Do not modify the plug in any way. Original power cord plugs and matching mains outlets reduce the risk of electric shock.
- b) Avoid touching earthed objects, like piping, radiators, heaters, and refrigerators. There is an increased risk of electric shock if your body is earthed and touching the appliance exposed to direct rain, a wet floor or while operating in a humid environment. If water penetrates into the appliance, there is an increased risk of damage to the appliance and electric shock.
- c) Do not use the power cord in any unintended way. Never use it to carry the appliance or to unplug it from the mains outlet. Keep the power cord away from sources of heat, oil, sharp edges or moving parts. Damaged or tangled cords increase the risk of electric shock.
- d) If you cannot avoid using the appliance in a wet environment, use a residual current device (RCD) to connect the appliance to electrical mains. Using an RCD reduces the risk of electric shock.
- e) Do not use the appliance if the power cord is damaged or shows evidence of wear. Have a damaged power cord replaced by a qualified electrician or the manufacturer’s technical service.
- f) To avoid electric shock, do not immerse the power cable, its plug or the appliance itself in water or other liquid. Do not use the appliance on wet surfaces.
- g) **CAUTION – DANGER TO LIFE!** When cleaning or using the appliance, never immerse it in water or other liquids.

2.2. Workplace safety

-
- a) Keep the workplace tidy and well lit. Disorder or poor lighting can lead to accidents. Be careful, watch what you are doing and use common sense when working with the appliance.
 - b) If in doubt as to whether the appliance is working, contact the manufacturer's technical service.
 - c) Repairs to the appliance shall only be carried out by the manufacturer's service. Do not attempt to repair the product on your own!
 - d) In the event of ignition or a fire, use dry powder or CO2 extinguishers only to suppress the fire of the appliance if live with electrical voltage.
 - e) Use the appliance in a well-ventilated room.
 - f) In the event of a hazard to health or life, an emergency, or a failure, stop the appliance by operating the EMERGENCY STOP DEVICE!
 - g) Check the condition of the safety warning stickers regularly. Replace them if they are illegible.
 - h) Keep this manual for future reference. If the product is to be handed over to a third party, hand it over with this user manual.
 - i) Keep packaging components and small installation parts out of the reach of children.
 - j) Keep the appliance away from children and animals. Keep children away from this product if unattended by an adult. Children less than 8 years old may not use this appliance.
 - k) When operating this appliance together with other appliances, follow each of their user manuals.

2.3. Personal safety

- a) Do not operate the product if you are tired, ill or under the influence of alcohol, drugs or medication which might significantly impair your ability to operate the product.
- b) The product may only be operated by persons who are physically fit, capable of handling the product and who have been adequately trained, who have read these instructions and have received training in health and safety.
- c) The product is not intended to be used by individuals (including children) with reduced mental, sensory or intellectual capacity or lack of experience and/or knowledge, unless they are supervised by an individual responsible for their safety or have been given instructions by the responsible individual on how to operate the machine.
- d) Be careful and use common sense when operating the product. Even a brief moment of distraction during operation may lead to serious injury.
- e) To prevent accidental operation, make sure the product is turned off before connecting it to mains power.

-
- f) Do not overestimate your capabilities. Maintain proper body balance at all times during operation. This allows for better control of the product in unexpected situations.
 - g) Do not wear loose clothes or it can be caught by moving parts.
 - h) Remove all adjusting tools or wrenches before turning the appliance on. A tool or key left in a rotating part of the product may cause injury.
 - i) The appliance is not a toy. Children must be supervised to ensure that they do not play with it.

2.4. Safe use of the product

- a) Do not use the appliance if the power switch does not function properly (does not switch on or off). Appliances which cannot be controlled with their power switches are dangerous, shall not be operated and must be repaired.
- b) Unplug the appliance from the mains before adjustment, cleaning or maintenance. This safety precaution reduces the risk of accidental operation.
- c) Keep unused appliances out of the reach of children and anyone unfamiliar with the appliance or this manual. Appliances are dangerous in the hands of inexperienced users.
- d) Keep the product in good working order. Before each use, check for generally evident damage and damage to any of the moving parts (inspect for cracks in parts and components or any other condition that may affect the safe operation of the product). If damaged, have the product repaired before use.
- e) Keep the product out of the reach of children.
- f) The product shall be repaired and maintained by qualified personnel using original spare parts only. This will ensure safe operation of the product.
- g) To ensure the designed operational integrity of the product, do not remove the factory-installed covers or loosen any bolts.
- h) When transporting and handling the machine from storage to the place of use, follow the health and safety regulations for manual handling that apply in the country of operation of the machine.
- i) Avoid stopping the appliance with heavy loads. This can cause overheating of the drive elements and result in damage to the appliance.
- j) Do not touch moving parts or accessories unless the appliance has been disconnected from the power supply.
- k) Do not move, handle or turn the appliance in operation.
- l) Do not leave the appliance unattended when powered on.
- m) Clean the appliance regularly to prevent permanent deposits of dirt.
- n) The appliance is not a toy. Cleaning and maintenance shall not be performed by children without adult supervision.
- o) Never attempt to tamper with the product to change its parameters or structure.

-
- p) Keep the appliance away from sources of fire and heat.
 - q) Do not overload the product.
 - r) Exceeding the maximum user weight limit may cause damage to the product.
 - s) Before exercising with this product, consult a physician for any contraindications.
 - t) Always do a warm-up before using this product and make sure that the walking pad is not damaged in any way affecting safe operation; inspect for all wear of the walking components. If any component requires replacement, do not operate the product until all defective components are replaced.
 - u) If any disturbing symptoms are experienced during exercise, like chest pain, dizziness, shortness of breath, etc., immediately stop your workout and consult a physician.
 - v) Place the appliance on a sound, dry, and flat surface. Keep at least 0.6 m of clearance around the product.
 - w) Do not use the appliance within one hour before or after any meal, or adverse effects could be experienced.
 - x) Only one individual may use this product at the same time.
 - y) Pregnant mothers are discouraged from using this product.
 - z) Do not step off or on the walking pad with its tread belt in motion.
 - aa) Do not place or keep any objects on the tread belt.
 - bb) Do not place this product on thick carpets. Otherwise correct circulation of air below the product will be obstructed.
 - cc) Do not attempt to use this product without consulting a physician in prior if you:
 - have any medical contraindications or feel unwell;
 - have a serious disorder;
 - have any of the following disorders: arterial hypertension, cardiac disorders, cerebral atherosclerosis, or cerebral phlebothrombosis;
 - suffer from osteoporosis;
 - have a heart pacemaker or any other medical device implanted.
 - dd) Do not attempt to start this product if it has not been properly deployed.
 - ee) Do not attempt to exercise with this product without the emergency key.
 - ff) Do not strain yourself beyond your limits while exercising. Excessive physical effort may result in an accident while operating this appliance and cause a harm to health.
 - gg) Do not step at the very front or rear end of the tread belt before or during the exercise.
 - hh) Do not rest your full body weight against the handrail.

**CAUTION!**

Although the appliance has been designed to be safe and has been provided with adequate safeguards, and despite the use of additional safety measures, there is still a low, residual risk of accident or injury during its

operation. Caution and common sense are advised when using the product.

3. Rules of use

This product is intended for physical exercise/training of lower body muscles by simulated walking or running.

The product is intended for private home use only!

The product is not intended for any medical or therapeutical treatment or application.

The user is responsible for any damage caused by non-intended use.

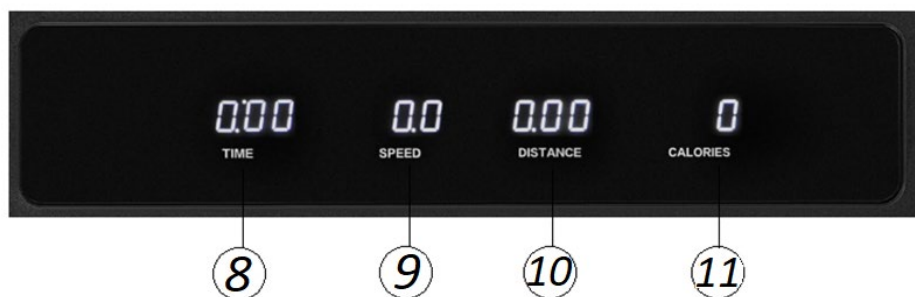
3.1. Appliance overview



1. Storage cradle (e.g. for a tablet)

-
- 2. Handrail
 - 3. Display
 - 4. Foot
 - 5. Folding jack
 - 5A. Extension jack
 - 6. Tread belt
 - 7. Emergency key

3.1.1. DISPLAY



- 8. Time display
- 9. Speed display
- 10. Distance display
- 11. Burnt calorie display

3.1.2. Remote control wristband



- 12. Tread belt start/stop button

-
13. P – speed program selector (1 to 6)
 14. Increase the value
 15. Reduce the value
 16. S – slow stop
 17. M – cycles between these settings:
 - Time [8] – time setting (minutes : seconds)
 - Speed [9] – speed setting (kmh)
 - Distance [10] – distance setting (km)
 - Calories [11] – calorie to burn setting

3.2. Preparations for operation

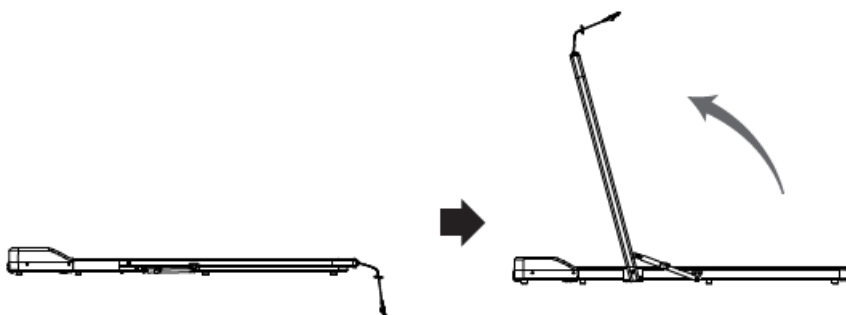
POSITIONING THE APPLIANCE

The maximum ambient temperature and relative humidity limits not to be exceeded are +40°C and 85% RH, respectively. Position the appliance where good air circulation is ensured. Keep the appliance away from any hot surfaces. Always operate the appliance on a level, firm, clean, fireproof, and dry surface and out of the reach of children and individuals with reduced mental, sensory and intellectual capacities. Position the appliance where the mains plug can be reached at any time. Make sure that the mains power ratings match the data on the rating plate!

Keep at least 0.6 m of clearance over and around the appliance, except for the appliance rear plane which requires 2 m of clearance during operation.

3.3. Operating the appliance

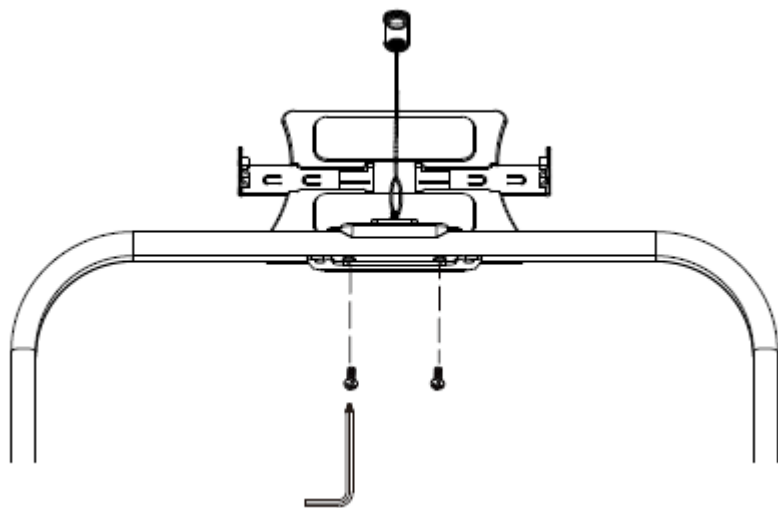
1. Lift the handrail [2] up to deploy the appliance.



The extension piece will come out of the extension jack [5A] when unfolding. Secure the handrail in its upward position by applying the clamp over the joint in the middle of the jack [5].



2. Install the storage cradle [1] on top of the handrail [2] by aligning the cradle holes with the handrail holes. Use the Allen key to tighten the included bolts (2 pcs.) in the aligned holes.



3. Take the power cord. Plug the 3-pin connector into the receptacle at the base of the appliance. Plug the mains connector on the other end of the power cord into a mains outlet.

4. Set the power switch (I/O) in front of the appliance to “I” – this will turn on the appliance. The display will read “0” for every setting.

5. Insert the emergency key [7]. Clip the emergency key cable to your garment. If you fall, slip, or trip, the cable will pull out the emergency key, isolating electrical power from the product, which will stop immediately.



6. Put on the remote control wristband.

7. Enter the desired setting values for time, distance, and calories to burn:

- Select the setting with the M button [17] (the speed is not selectable here)
- Input the setting value: pressing the “+” button [14] increases the value, pressing the “-” button [15] reduces the value

Default settings:

	Default value	Setting range
Time	30 minutes	5 to 99 minutes
Distance	1 km	0.5 to 65 km (in 0.5 km increments)
Calories	50	10 to 995 (in 5 calorie increments)

8. Set the speed:

(a) Select one of the predefined training programs:

- Press the P button [13] repeatedly to cycle to one of the 6 training programs.
- The default time setting for every program is 30 minutes – once a program is selected, the display [8] begins flashing “30 minutes”. Operate the buttons [14] and [15] to extend or reduce the program time.

- Once you have pressed the P button, you cannot modify any other setting than time.
- To change the setting values and leave the training program, press the M button. The display [8] reads 30 minutes, while the displays [9], [10], and [11] are reset to zero and you can enter the settings again.

Each training program comprises twenty 1.5-minute long intervals, e.g. the product will change the speed every 1.5 minutes.

	Speed per interval (every 1.5 minutes)																			
P 1	1	2	3	4	5	4	3	2	1	2	3	4	5	4	3	2	1	2	3	2
P 2	2	2	3	3	4	4	5	5	6	6	5	5	4	4	3	3	2	2	3	3
P 3	1	2	3	2	3	4	3	4	5	4	5	6	5	4	5	4	3	4	3	2
P 4	2	3	3	4	3	4	4	5	4	5	5	6	5	6	6	5	4	3	2	1
P 5	2	2	3	4	5	6	6	5	4	3	3	2	3	4	4	5	6	5	4	3
P 6	1	2	3	3	3	4	5	6	6	6	5	4	3	2	2	2	3	4	3	2

(b) Manual speed setting:

- Press the button [12]. The walking pad will count down 3 seconds and start moving with the set speed of 8 kmh.
- Operate the buttons [14] and [15] to adjust the speed.
- The walking pad will begin counting the training time, distance covered, and calories burnt from zero.

9. Having made the settings and/or set the training program, press the button [12] to start the walking pad's tread belt in 3 seconds. The product will beep to warn of starting the tread belt movement.

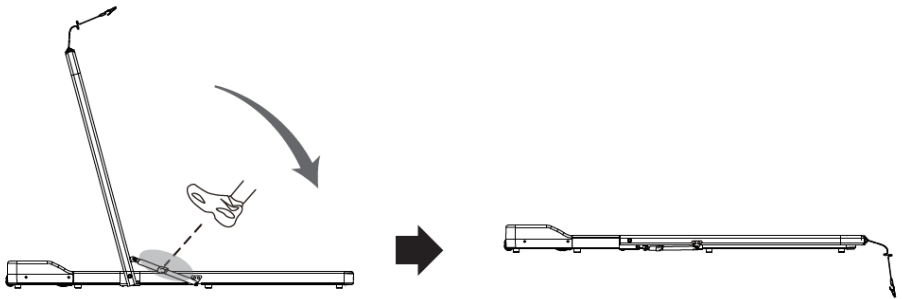
CAUTION! Be extremely careful when starting the tread belt and your training.

10. Press the S button [16] to end the training. The product will begin to decelerate to stop, the speed will begin to slow down, and it will be shown on the display.

11. Step off the walking pad only when the tread belt is at full stop.

12. Set the power switch (I/O) to "O" – this will turn off the appliance. Unplug the power cord from the mains.

13. If the product will not be used for a long time, fold it down by pressing the folding jack [5] with your foot. This will collapse the folding jack [5] and the extension jack [5A] will slide in to allow the handrail to be lowered and folded down.



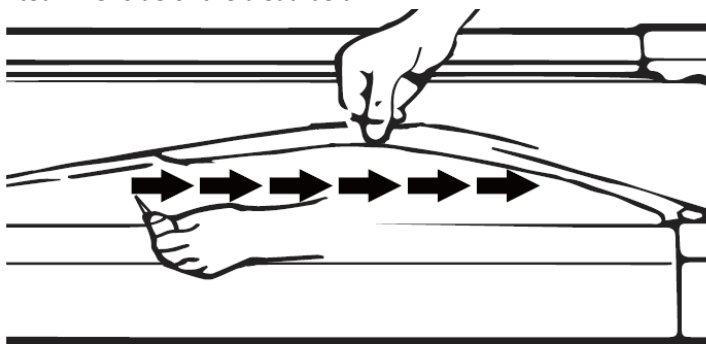
3.4. Cleaning and maintenance

- a) Before cleaning, adjustment or replacement of accessories, and when the appliance is not in use, unplug the power cord from the mains and wait for the rotating parts come to a stop.
- b) Use non-corrosive agents only for cleaning the surfaces.
- c) After each cleaning, dry all components well before the appliance is used again.
- d) Store the appliance in a dry and cool place, protected from moisture and direct sunlight.
- e) Do not spray the appliance with a stream of water and do not immerse it in water.
- f) Ensure that water will not enter through the ventilation ports in the housing. Do not expose the display or the power (I/O) switch to any moisture.
- g) Clean the ventilation ports with a brush and compressed air.
- h) Regularly inspect the condition of the appliance for all defects.
- i) Fold down the handrail every time after training. Clean with a soft cloth with some warm water and soap.
- j) Do not clean with any sharp and/or metal implements (e.g. a wire brush or a metal scraper) as these may damage the surface of the appliance.
- k) Do not clean the unit with acidic substances, medical products, thinners, fuel, oil or other chemicals as they may damage it.
- l) If the product will not be used for a long time, remove the emergency key and fold the walking pad down.

3.4.1. LUBRICATION

Proper performance of this product requires that after the first 25 hours of operation (or 2 to 3 months, whichever comes first), relubricate the inner side of the tread belt. Repeat this every 50 hours of operation (or 5 to 8 months, whichever comes first).

1. Use one hand to lift one of the side edges of the tread belt.
2. Wipe the surface below with your finger.
3. If the surface is smooth and oily, no relubrication is required.
4. If the surface is dry, apply several drops of the lubricant to the centreline of the lifted inner side of the tread belt.

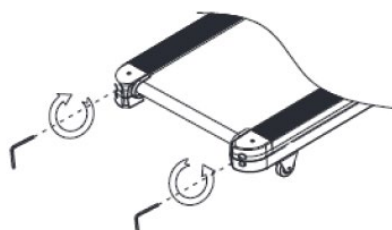
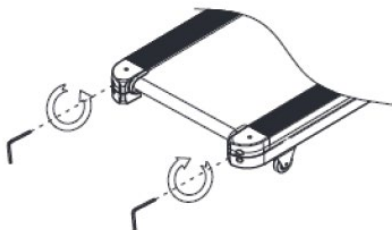


5. Run any program for 3 to 5 minutes to distribute the lubricant under the tread belt.

CAUTION! Do not apply the lubricant to the surface below the tread belt. If any drops fall there from the inner side of the tread belt, wipe them off.

3.5. Adjusting the tread belt tracking

1. After some time of operation, the tread belt may track to either side.
2. To readjust the tracking and tension of the tread belt, retighten the bolts in the opposite holes at the end of the base (using the Allen key).



CAUTION! The tread belt must not be allowed to rub against either edge of the walking pad. It may damage or tear up the tread belt.

DISPOSAL OF WASTE APPLIANCES

At the end of its service life, this product must not be disposed of with mixed household waste; return it to a collector/recycler of waste electrical and electronic equipment. This is shown by the symbol placed on the product, the user manual or the packaging. The materials used in the appliance can be reused according to their classification identifications. By reuse, recycling or applying other forms of use of waste appliances, you make a significant contribution to the protection of our environment.

Local administration will provide you with the information about the nearest disposal locations for the appliance.

3.6. Troubleshooting

Problem	Possible cause	Remedy
The walking pad will not start.	1. The appliance is not plugged into mains power. 2. The emergency key has not been properly engaged. 3. The circuit breaker of the power line tripped or was turned off.	1. Plug the power cord into a mains outlet. 2. Reinsert the emergency key properly into its receptacle. 3. Turn on the circuit breaker, wait 5 minutes, and restart the product. If the walking pad will not start, contact a qualified electrician or the manufacturer's service.
The tread belt tracks to either side.	Poor tension of the tread belt.	Readjust the tracking and tension of the tread belt (see 3.6. Adjusting the tread belt tracking).
The tread belt is noisy under load.	1. The tread belt needs to be lubricated. 2. Overtension of the tread belt.	1. Relubricate the tread belt (see 3.4.1. Lubrication). 2. Readjust the tracking and tension of the tread belt (see 3.6. Adjusting the tread belt tracking).
The tread belt does not run true.	The tension is not uniform between the sides.	Readjust the tracking and tension of the tread belt (see

		3.6. Adjusting the tread belt tracking).
--	--	--

Dane techniczne

Opis parametru	Wartość parametru
Nazwa produktu	Bieżnia Walking pad
Model	GR-MG73
Napięcie zasilania [V~] / Częstotliwość [Hz]	230/50
Moc znamionowa [W]	735
Klasa ochronności	I
Klasa dokładności	C (dokładność minimalna pomiaru)
Klasa zastosowań	H (do użytku domowego)
Maksymalne obciążenie [kg]	120
Wymiary złożonego urządzenia [mm]	1270x570x110
Wymiary rozłożonego urządzenia [mm]	1450x620x1000
Ciężar [kg]	25
Maksymalna prędkość [km/h]	8
Wymiary pasa biegowego [mm]	1000x400
Rodzaj wyświetlacza	LED
Dostępne programy pracy	6
Prędkość obrotowa silnika [obr./min]	5500
Klasa ochrony IP	IP20
Żywotność szczotek w silniku [godz.]	500 – 800
Klasa izolacji uzwojenia	E
Długość przewodu zasilającego [cm]	145
Długość przewodu klucza bezpieczeństwa [cm]	75

1. Ogólny opis

Instrukcja przeznaczona jest do pomocy w bezpiecznym i niezawodnym użytkowaniu. Produkt jest zaprojektowany i wykonany ściśle według wskazań technicznych przy użyciu najnowszych technologii i komponentów oraz przy zachowaniu najwyższych standardów jakości.

**PRZED PRZYSTĄPIENIEM DO PRACY NALEŻY DOKŁADNIE
PRZECZYTAĆ I ZROZUMIEĆ NINIEJSZĄ INSTRUKCJĘ.**

Dla zapewnienia długiej i niezawodnej pracy urządzenia należy dbać o jego prawidłową obsługę oraz konserwację zgodnie ze wskazówkami zawartymi w tej instrukcji. Dane techniczne i specyfikacje zawarte w tej instrukcji obsługi są aktualne. Producent zastrzega sobie prawo dokonywania zmian związanych z podwyższeniem jakości.

Objaśnienie symboli

	Produkt spełnia wymagania odpowiednich norm bezpieczeństwa.
	Przed użyciem należy zapoznać się z instrukcją.
	Produkt podlegający recyklingowi.
	UWAGA! lub OSTRZEŻENIE! lub PAMIĘTAJ! opisująca daną sytuację (ogólny znak ostrzegawczy).
	UWAGA! Ostrzeżenie przed porażeniem prądem elektrycznym!
	UWAGA! Wirujące elementy!
	Do użytku tylko wewnątrz pomieszczeń.
	Nie należy wchodzić na uruchomiony pas bieżni.
	Nie należy wkładać palców lub przedmiotów w ruchome części urządzenia.



UWAGA! Ilustracje w niniejszej instrukcji obsługi mają charakter poglądowy i w niektórych szczegółach mogą różnić się od rzeczywistego wyglądu produktu.

Instrukcją oryginalną jest niemiecka wersja instrukcji. Pozostałe wersje językowe są tłumaczeniami z języka niemieckiego.

2. Bezpieczeństwo użytkowania



UWAGA! Przeczytać wszystkie ostrzeżenia dotyczące bezpieczeństwa oraz wszystkie instrukcje. Niezastosowanie się do ostrzeżeń i instrukcji może spowodować porażenie prądem, pożar i/lub ciężkie obrażenia ciała lub śmierć.

Termin „urządzenie” lub „produkt” w ostrzeżeniach i w opisie instrukcji odnosi się do BIEŻNI WALKING PAD.

2.1. Bezpieczeństwo elektryczne

- a) Wtyczka urządzenia musi pasować do gniazda. Nie modyfikować wtyczki w jakikolwiek sposób. Oryginalne wtyczki i pasujące gniazda zmniejszają ryzyko porażenia prądem.
- b) Unikać dotykania uziemionych elementów, takich jak rury, grzejniki, piece i lodówki. Istnieje zwiększone ryzyko porażenia prądem, jeśli ciało jest uziemione i dotyka urządzenia narażonego na bezpośrednie działanie deszczu, mokrej nawierzchni i pracy w wilgotnym otoczeniu. Przedostanie się wody do urządzenia zwiększa ryzyko jego uszkodzenia oraz porażenia prądem.
- c) Nie należy używać przewodu w sposób niewłaściwy. Nigdy nie używać go do przenoszenia urządzenia lub do wyciągania wtyczki z gniazda. Trzymać przewód z dala od źródeł ciepła, oleju, ostrych krawędzi lub ruchomych części. Uszkodzone lub poplątane przewody zwiększają ryzyko porażenia prądem.
- d) Jeśli nie można uniknąć używania urządzenia w środowisku wilgotnym, należy stosować wyłącznik różnicowo-prądowy (RCD). Używanie RCD zmniejsza ryzyko porażenia prądem.
- e) Zabrania się używania urządzenia, jeśli przewód zasilający jest uszkodzony lub nosi wyraźne oznaki zużycia. Uszkodzony przewód zasilający powinien być wymieniony przez wykwalifikowanego elektryka lub serwis producenta
- f) Aby uniknąć porażenia prądem elektrycznym, nie należy zanurzać kabla, wtyczki ani samego urządzenia w wodzie lub innym płynie. Nie wolno używać urządzenia na mokrych powierzchniach.

-
- g) **UWAGA – ZAGROŻENIE ŻYCIA!** Podczas czyszczenia lub użytkowania urządzenia nigdy nie wolno zanurzać go w wodzie lub innych cieczach.

2.2. Bezpieczeństwo w miejscu pracy

- a) Utrzymywać porządek w miejscu pracy i dobre oświetlenie. Nieporządek lub złe oświetlenie może prowadzić do wypadków. Należy być przewidującym, obserwować co się robi i zachowywać rozsądek podczas używania urządzenia.
- b) W razie wątpliwości czy urządzenie działa poprawnie, należy skontaktować się z serwisem producenta.
- c) Naprawy urządzenia może wykonać wyłącznie serwis producenta. Nie wolno dokonywać napraw samodzielnie!
- d) W przypadku zaproszenia ognia lub pożaru, do gaszenia urządzenia pod napięciem należy używać wyłącznie gaśnic proszkowych lub śniegowych (CO₂).
- e) Urządzenie używać w dobrze wentylowanej przestrzeni.
- f) W przypadku zagrożenia życia lub zdrowia, wypadku lub awarii zatrzymać urządzenie przyciskiem **WYŁĄCZNIK AWARYJNY!**
- g) Należy regularnie sprawdzać stan naklejek z informacjami dotyczącymi bezpieczeństwa. W przypadku gdy, naklejki są nieczytelne należy je wymienić.
- h) Zachować instrukcję użytkowania w celu jej późniejszego użycia. W razie, gdyby urządzenie miało zostać przekazane osobom trzecim, to wraz z nim należy przekazać również instrukcję użytkowania.
- i) Elementy opakowania oraz drobne elementy montażowe należy przechowywać w miejscu niedostępnym dla dzieci.
- j) Urządzenie trzymać z dala od dzieci i zwierząt. Dzieci nie powinny przebywać w pobliżu urządzenia bez opieki osoby dorosłej. Z urządzenia mogą korzystać dzieci powyżej 8. roku życia.
- k) W trakcie użytkowania tego urządzenia wraz z innymi urządzeniami należy zastosować się również do pozostałych instrukcji użytkowania.

2.3. Bezpieczeństwo osobiste

- a) Niedozwolone jest obsługiwanie urządzenia w stanie zmęczenia, choroby, pod wpływem alkoholu, narkotyków lub leków, które ograniczają w istotnym stopniu zdolności obsługi urządzenia.
- b) Maszynę mogą obsługiwać osoby sprawne fizycznie, zdolne do jej obsługi i odpowiednio wyszkolone, które zapoznały się z niniejszą instrukcją oraz zostały przeszkolone w zakresie bezpieczeństwa i higieny pracy.
- c) Maszyna nie jest przeznaczona do tego, by była użytkowana przez osoby (w tym dzieci) o ograniczonych funkcjach psychicznych, sensorycznych i umysłowych lub nieposiadające odpowiedniego doświadczenia i/lub wiedzy,

chyba że są one nadzorowane przez osobę odpowiedzialną za ich bezpieczeństwo lub otrzymały od niej wskazówki dotyczące tego, jak należy obsługiwać maszynę.

- d) Należy być uważnym, kierować się zdrowym rozsądkiem podczas pracy urządzeniem. Chwila nieuwagi podczas pracy, może doprowadzić do poważnych obrażeń ciała.
- e) Aby zapobiegać przypadkowemu uruchomieniu upewnij się, że urządzenie jest wyłączone przed podłączeniem do źródła zasilania.
- f) Nie należy przeceniać swoich możliwości. Utrzymywać balans i równowagę ciała przez cały czas pracy. Umożliwia to lepszą kontrolę nad urządzeniem w nieoczekiwanych sytuacjach.
- g) Nie należy nosić luźnej odzieży, może zostać chwycona przez ruchome części.
- h) Należy usunąć wszelkie narzędzia regulujące lub klucze przed włączeniem urządzenia. Narzędzie lub klucz pozostawiony w obracającej się części urządzenia może spowodować obrażenia ciała.
- i) Urządzenie nie jest zabawką. Dzieci powinny być pilnowane, aby nie bawiły się urządzeniem.

2.4. Bezpieczne stosowanie urządzenia

- a) Nie należy używać urządzenia, jeśli przełącznik ON/OFF nie działa sprawnie (nie załącza i nie wyłącza się). Urządzenia, które nie mogą być kontrolowane za pomocą przełącznika są niebezpieczne, nie mogą pracować i muszą zostać naprawione.
- b) Przed przystąpieniem do regulacji, czyszczenia i konserwacji urządzenie należy odłączyć od zasilania. Taki środek zapobiegawczy zmniejsza ryzyko przypadkowego uruchomienia.
- c) Nieużywane urządzenia należy przechowywać w miejscu niedostępnym dla dzieci oraz osób nieznających urządzenia lub tej instrukcji obsługi. Urządzenia są niebezpieczne w rękach niedoświadczonych użytkowników.
- d) Utrzymywać urządzenie w dobrym stanie technicznym. Sprawdzaj przed każdą pracą czy nie posiada uszkodzeń ogólnych lub związanych z elementami ruchomymi (pęknięcia części i elementów lub wszelkie inne warunki, które mogą mieć wpływ na bezpieczne działanie urządzenia). W przypadku uszkodzenia, oddać urządzenie do naprawy przed użyciem.
- e) Urządzenie należy chronić przed dziećmi.
- f) Naprawa oraz konserwacja urządzeń powinna być wykonywana przez wykwalifikowane osoby przy użyciu wyłącznie oryginalnych części zamiennych. Zapewni to bezpieczeństwo użytkowania.
- g) Aby zapewnić zaprojektowaną integralność operacyjną urządzenia, nie należy usuwać zainstalowanych fabrycznie osłon lub odkręcać śrub.

-
- h) Przy transportowaniu i przenoszeniu urządzenia z miejsca magazynowania do miejsca użytkowania należy uwzględnić zasady bezpieczeństwa i higieny pracy przy ręcznych pracach transportowych obowiązujących w kraju, w którym urządzenia są użytkowane.
 - i) Należy unikać sytuacji, gdy urządzenie podczas pracy, zatrzymuje się pod wpływem dużego obciążenia. Może spowodować to przegrzanie się elementów napędowych i w konsekwencji uszkodzenie urządzenia.
 - j) Nie wolno dotykać części lub akcesoriów ruchomych, chyba że urządzenie zostało odłączone od zasilania.
 - k) Zabrania się przesuwania, przestawiania i obracania urządzenia będącego w trakcie pracy.
 - l) Nie należy pozostawiać włączonego urządzenia bez nadzoru.
 - m) Należy regularnie czyścić urządzenie, aby nie dopuścić do trwałego osadzenia się zanieczyszczeń.
 - n) Urządzenie nie jest zabawką. Czyszczenie i konserwacja nie mogą być wykonywane przez dzieci bez nadzoru osoby dorosłej.
 - o) Zabrania się ingerowania w konstrukcję urządzenia celem zmiany jego parametrów lub budowy.
 - p) Trzymać urządzenia z dala od źródeł ognia i ciepła.
 - q) Nie należy przeciążać urządzenia.
 - r) Przekroczenie maksymalnej dopuszczalnej wagi użytkownika może spowodować uszkodzenie produktu.
 - s) Przed rozpoczęciem ćwiczeń należy skonsultować się z lekarzem w celu ustalenia, czy nie ma przeciwwskazań zdrowotnych.
 - t) Zawsze należy wykonać rozgrzewkę przed rozpoczęciem korzystania z urządzenia oraz sprawdzić, czy bieżnia nie posiada uszkodzeń, które mogłyby wpłynąć na pracę urządzenia oraz czy elementy bieżni nie są zużyte. Jeśli konieczna jest wymiana elementów, nie wolno korzystać z urządzenia dopóki wadliwe elementy nie zostaną wymienione.
 - u) W przypadku odczuwania podczas ćwiczeń niepokojących symptomów, np. bólu w klatce piersiowej, zawrotów głowy, braku tchu itp., należy bezzwłocznie przerwać trening oraz skonsultować się z lekarzem.
 - v) Urządzenie ustawić na stabilnej, suchej i płaskiej powierzchni, dbając o zachowanie minimalnego odstępu 0,6m wolnej przestrzeni wokół.
 - w) Nie należy korzystać z urządzenia godzinę przed ani godzinę po posiłku, ponieważ mogą wystąpić niepożądane skutki.
 - x) Z urządzenia może korzystać jednocześnie tylko jedna osoba.
 - y) Nie zaleca się korzystanie z urządzenia przez kobiety w ciąży.
 - z) Nie wolno schodzić z urządzenia ani wchodzić na bieżnię, gdy pas bieżni jest uruchomiony.
 - aa) Nie wolno umieszczać lub przechowywać przedmiotów na pasie bieżni.
 - bb) Nie wolno ustawiać urządzenia na grubych dywanach. Uniemożliwi to prawidłową cyrkulację powietrza pod urządzeniem.

-
- cc) Nie zaleca się użytkowania urządzenia bez uprzedniej konsultacji z lekarzem przez:
- osoby z przeciwwskazaniami od lekarza lub czujące się źle,
 - osoby z poważnymi schorzeniami,
 - osoby cierpiące na takie choroby jak: nadciśnienie tętnicze, choroby serca, miażdżyca mózgu i zakrzepica żylna mózgu,
 - osoby cierpiące na osteoporozę,
 - osoby z rozrusznikiem serca lub innym wszczepionym urządzeniem medycznym.
- dd) Nie wolno uruchamiać urządzenia, jeśli nie jest ono poprawnie rozłożone.
- ee) Nie należy rozpoczynać treningu bez klucza bezpieczeństwa.
- ff) Nie wolno trenować na bieżni ponad swoje siły. Nadmierny wysiłek może prowadzić do wypadków podczas pracy z urządzeniem oraz spowodować uszczerbek na zdrowiu.
- gg) Nie wolno stawać na samym końcu lub początku pasa biegowego przed lub w trakcie rozpoczęcia treningu.
- hh) Nie należy opierać się na poręczy całym ciężarem ciała.



UWAGA!

Pomimo, iż urządzenie zostało zaprojektowane tak, aby było bezpieczne, posiadało odpowiednie środki ochrony oraz pomimo użycia dodatkowych elementów zabezpieczających użytkownika, nadal istnieje niewielkie ryzyko wypadku lub odniesienia obrażeń w trakcie pracy z urządzeniem. Zaleca się zachowanie ostrożności i rozsądku podczas jego użytkowania.

3. Zasady użytkowania

Urządzenie przeznaczone jest do wykonywania treningów dolnych partii mięśniowych poprzez chodzenie czy bieganie.

Produkt przeznaczony jest tylko do użytku domowego!

Produkt nie jest przeznaczony do wykorzystywania w celach medycznych/terapeutycznych.

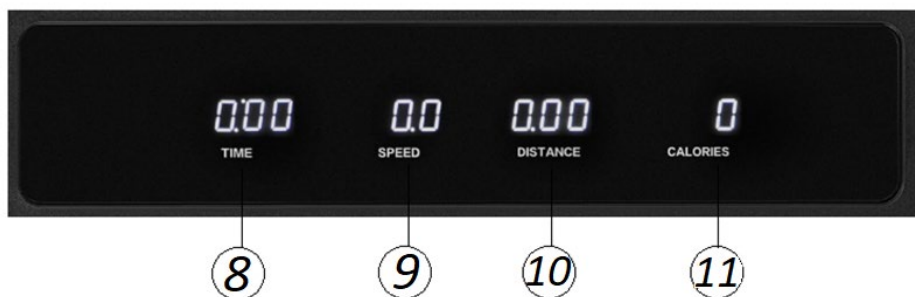
Odpowiedzialność za wszelkie szkody powstałe w wyniku użytkowania niezgodnego z przeznaczeniem ponosi użytkownik.

3.1. Opis urządzenia



- 1. Półka (np. na tablet)
- 2. Poręcz
- 3. Wyświetlacz
- 4. Nóżka
- 5. Składana rura
- 5A. Rozsuwana rura
- 6. Pas biegowy
- 7. Klucz bezpieczeństwa

3.1.1. WYŚWIETLACZ



- 8. Wskaźnik czasu
- 9. Wskaźnik prędkości
- 10. Wskaźnik dystansu
- 11. Wskaźnik spalonych kalorii

3.1.2. OPASKA – PILOT ZDALNEGO STEROWANIA



- 12. Przycisk uruchamiający pas biegowy
- 13. Przycisk „P” – wybór programu prędkości (1–6)
- 14. Zwiększanie wartości
- 15. Zmniejszanie wartości
- 16. Przycisk „S” – powolne zatrzymanie
- 17. Przycisk „M” – przełącza pomiędzy parametrami:
 - „Time” [8] – ustawienia czasu (minuty : sekundy)
 - „Speed” [9] – ustawienia prędkości (km/h)
 - „Distance” [10] – ustawienia dystansu (km)
 - „Calories” [11] – ustawienia spalonych kalorii

3.2. Przygotowanie do pracy

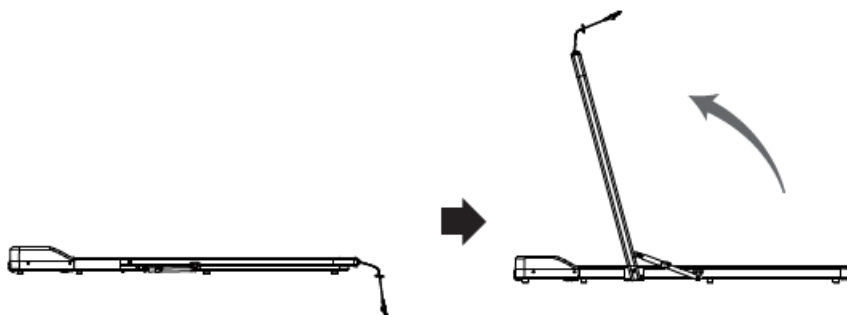
UMIEJSCOWIENIE URZĄDZENIA

Temperatura otoczenia nie może przekraczać 40°C, a wilgotność względna nie powinna przekraczać 85%. Urządzenie należy ustawić w sposób zapewniający dobrą cyrkulację powietrza. Urządzenie należy trzymać z dala od wszelkich gorących powierzchni. Urządzenie należy zawsze użytkować na równej, stabilnej, czystej, ognioodpornej i suchej powierzchni i poza zasięgiem dzieci oraz osób ograniczonych funkcjach psychicznych, sensorycznych i umysłowych. Urządzenie należy umiejscowić w taki sposób, by w dowolnej chwili można się było dostać do wtyczki sieciowej. Należy pamiętać o tym, by zasilanie urządzenia energią odpowiadało danym podanym na tabliczce znamionowej!

Należy utrzymać minimalnie 0,6m więcej wolnej przestrzeni ponad przestrzeń treningową wokół urządzenia z każdej jego strony oprócz tyłu, gdzie należy zachować 2m wolnej przestrzeni podczas pracy z urządzeniem.

3.3. Praca z urządzeniem

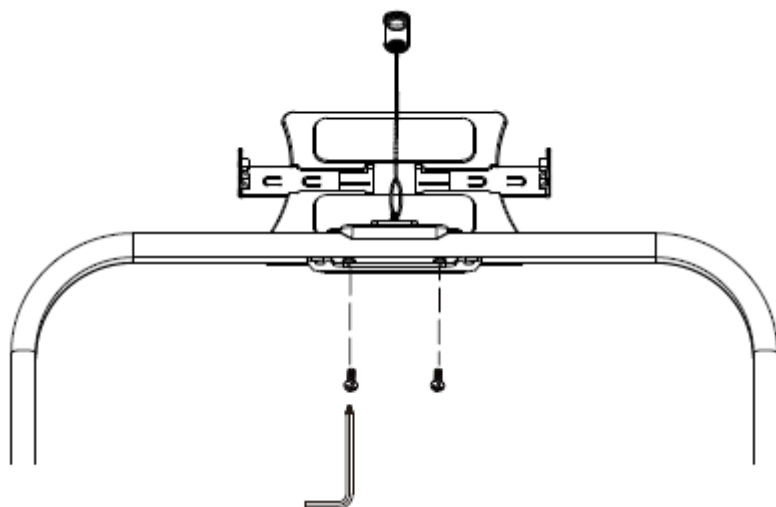
1. Pociągnąć poręcz [2] do góry rozkładając urządzenie.



Podczas rozkładania z rurki [5A] wysunie się przedłużka. Aby zabezpieczyć pozycję poręczy należy nasunąć klamrę na miejsce złożenia w połowie rurki [5].



2. Ustawić półkę [1] na górze poręczy [2] wyrównując otwory w półce z otworami w poręczy. Za pomocą klucza imbusowego wkręcić załączone śruby (2 sztuki) w otwory.



3. Chwycić kabel zasilający. Wtyk zasilający 3-Pin włożyć w gniazdo na dole urządzenia. Wtyczkę sieciową na drugim końcu kabla zasilającego włożyć do gniazda sieci elektrycznej.

4. Przełącznik „I/O” z przodu urządzenia ustawić na pozycję „I” – urządzenie zostało włączone. Wyświetlacz wskaże wartość „0” przy każdym parametrze.

5. Włożyć klucz bezpieczeństwa [7]. Przypiąć klips przewodu klucza do ubrania. Przy pociągnięciu w przypadku upadku, zsunięcia lub potknięcia się klucz bezpieczeństwa odetnie zasilanie elektryczne i urządzenie natychmiast się zatrzyma.



6. Nałożyć opaskę na rękę.

7. Ustawić wedle uznania parametry: czasu, dystansu i ilości spalonych kalorii:

- Za pomocą przycisku „M” [17] wybrać parametr do ustawienia (oprócz prędkości)
- Regulować wartość parametru naciskając odpowiednio przycisk „+” [14], aby zwiększyć wartość oraz przycisk „-” [15], aby ją zmniejszyć

Domyślnie ustawione parametry:

	Domyślnie ustawiona wartość	Zakres regulacji
Czas	30 minut	5 – 99 minut
Dystans	1 km	0,5 – 65 km (zmiana wartości co 0,5 km)
Kalorie	50	10 – 995 (zmiana wartości co 5 kalorii)

8. Ustawić prędkość:

a) wybrać jeden z dostępnych programów treningowych:

- Naciskać przycisk „P” [13] do skutku, aby wybrać jeden z 6 dostępnych programów treningowych
- Domyślnie ustawiony czas każdego z programów to 30 minut – po wybraniu jednego z programów wyświetlacz [8] wraz z wartością 30 minut zacznie migać.

Za pomocą przycisków [14] oraz [15] można wydłużyć lub skrócić czas programu

- Żadne inne zmiany oprócz czasu nie mogą zostać wprowadzone po naciśnięciu przycisku „P”
- Aby zmienić wartości parametrów i opuścić program treningowy należy nacisnąć przycisk „M”. Wyświetlacz [8] wskaże wartość 30 minut, a wyświetlacze [9], [10] i [11] wyzerują się i możliwe będzie ponowne wyregulowanie wartości parametrów

Programy treningowe składają się z dwudziestu 1,5-minutowych interwałów, tj. co 1,5 minuty urządzenie zmienia prędkość.

	Prędkość każdego interwału (co 1,5 minuty)																			
P 1	1	2	3	4	5	4	3	2	1	2	3	4	5	4	3	2	1	2	3	2
P 2	2	2	3	3	4	4	5	5	6	6	5	5	4	4	3	3	2	2	3	3
P 3	1	2	3	2	3	4	3	4	5	4	5	6	5	4	5	4	3	4	3	2
P 4	2	3	3	4	3	4	4	5	4	5	5	6	5	6	6	5	4	3	2	1
P 5	2	2	3	4	5	6	6	5	4	3	3	2	3	4	4	5	6	5	4	3
P 6	1	2	3	3	3	4	5	6	6	6	5	4	3	2	2	2	3	4	3	2

b) ręczne ustawienie prędkości:

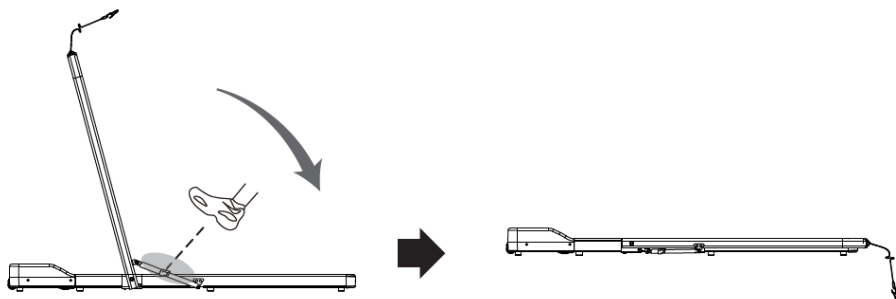
- Nacisnąć przycisk [12]. Bieżnia odmierzy 3 sekundy i rozpocznie pracę na ustawionej prędkości 8 km/h
- Za pomocą przycisku [14] i [15] wyregulować żadaną wartość prędkości
- Bieżnia rozpocznie na bieżąco odliczać czas treningu od zera, przebyty dystans i ilość spalonych kalorii

9. Po ustawieniu żądanych parametrów i/lub programu należy nacisnąć przycisk [12], który uruchomi pas biegowy w ciągu 3 sekund. Urządzenie wyda sygnał dźwiękowy informujący o uruchomieniu pasa biegowego.

UWAGA! Zachować szczególną ostrożność podczas uruchamiania pasa biegowego i rozpoczęcia treningu.

10. Aby zakończyć trening należy nacisnąć przycisk „S” [16]. Urządzenie rozpocznie proces zatrzymania, wartość prędkości zacznie spadać, co wskaże wyświetlacz.

-
11. Dopiero gdy pas biegowy całkowicie się zatrzyma należy zejść z bieżni.
 12. Ustawić przełącznik „I/O” na pozycję „O” – urządzenie zostało wyłączone oraz wyciągnąć wtyczkę sieciową z gniazda sieci elektrycznej.
 13. Jeśli urządzenie nie będzie używane przez dłuższy czas należy je złożyć: nacisnąć stopą na rurkę [5]. Rurka [5] zgnie się, a przedłużka rurki [5A] wsunie się, co spowoduje obniżenie i złożenie poręczy [2].



3.4. Czyszczenie i konserwacja

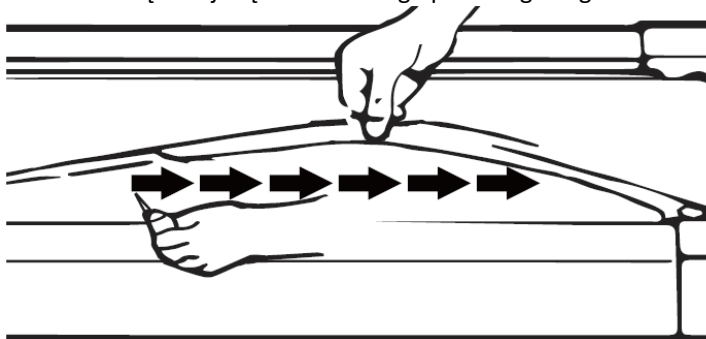
- a) Przed każdym czyszczeniem, regulacją, wymianą osprzętu, a także jeżeli urządzenie nie jest używane, należy wyciągnąć wtyczkę sieciową i odczekać, aż wirujące elementy zatrzymają się.
- b) Do czyszczenia powierzchni należy stosować wyłącznie środki niezawierające substancji żrących.
- c) Po każdym czyszczeniu wszystkie elementy należy dobrze wysuszyć, zanim urządzenie zostanie ponownie użyte.
- d) Urządzenie należy przechowywać w suchym i chłodnym miejscu chronionym przed wilgocią i bezpośrednim promieniowaniem słonecznym.
- e) Zabrania się spryskiwania urządzenia strumieniem wody lub zanurzania urządzenia w wodzie.
- f) Należy pamiętać, aby przez otwory wentylacyjne znajdujące się w obudowie nie dostała się woda. Nie wolno stosować wilgoci na wyświetlacz i przełącznik „I/O”.
- g) Otwory wentylacyjne należy czyścić pędzelkiem i sprężonym powietrzem.
- h) Należy wykonywać regularne przeglądy urządzenia pod kątem jego sprawności
- i) Po każdym treningu należy przetrzeć poręcz. Do czyszczenia należy używać miękkiej, wilgotnej ściereczki oraz ciepłej wody z mydłem.
- j) Do czyszczenia nie wolno używać ostrych i/lub metalowych przedmiotów (np. drucianej szczotki lub metalowej łopatki) ponieważ mogą one uszkodzić powierzchnię materiału, z którego wykonane jest urządzenie.

-
- k) Nie czyścić urządzenia substancjami o odczynie kwasowym, środkami przeznaczenia medycznego, rozcieńczalnikami, paliwem, olejami lub innymi substancjami chemicznymi może to spowodować uszkodzenie urządzenia.
 - l) Jeśli urządzenie nie będzie używane przed dłuższy czas należy wyciągnąć klucz bezpieczeństwa i złożyć bieżnię.

3.4.1. APLIKOWANIE SMARU

W celu poprawnego działania urządzenia, po pierwszych 25 przepracowanych godzinach (lub 2-3 miesiącach, jeśli urządzenie nie było regularnie używane) należy nałożyć smar pod pas bieżni. Czynność należy powtarzać co 50 przepracowanych godzin (lub co 5-8 miesięcy).

1. Jedną ręką podnieść jedną ze stron pasa bieżniowego.
2. Przetrzeć palcem odsłoniętą powierzchnię pod pasem bieżniowym.
3. Jeśli powierzchnia jest gładka i oleista aplikowanie smaru nie jest potrzebne.
4. Jeśli powierzchnia jest sucha należy drugą ręką upuścić kilka kropel smaru na środek wewnętrznej części uniesionego pasa bieżniowego.



5. Włączyć urządzenie na dowolny program na około 3-5 minut, dzięki czemu smar zostanie rozprowadzony pod pasem bieżniowym.

UWAGA! Nie wolno umieszczać smaru na powierzchni pod pasem bieżniowym. Jeśli krople smaru spadną z wewnętrznej części pasa bieżniowego, należy je wytrzeć.

3.5. Regulacja położenia pasa bieżniowego

1. Po pewnym czasie użytkowania bieżni pas bieżniowy może ulec przemieszczeniu.
2. Aby wyregulować położenie i napięcie pasa bieżniowego należy odpowiednio przekręcić śruby w otworach na końcu podstawy (za pomocą klucza imbusowego).



UWAGA! Należy pamiętać, aby pas biegowy nie nachodził na brzegi bieżni. Może to spowodować uszkodzenie, a nawet porwanie pasa biegowego.

USUWANIE ZUŻYTYCH URZĄDZEŃ:

Po zakończeniu okresu użytkowania nie wolno usuwać niniejszego produktu poprzez normalne odpady komunalne, lecz należy go oddać do punktu zbiórki i recyklingu urządzeń elektrycznych i elektronicznych. Informuje o tym symbol, umieszczony na produkcie, instrukcji obsługi lub opakowaniu. Zastosowane w urządzeniu tworzywa nadają się do powtórnego użycia zgodnie z ich oznaczeniem. Dzięki powtórnemu użyciu, wykorzystaniu materiałów lub innym formom wykorzystania zużytych urządzeń wnoszą Państwo istotny wkład w ochronę naszego środowiska.

Informacji o właściwym punkcie usuwania zużytych urządzeń udzieli Państwu lokalna administracja.

3.6. Rozwiązywanie problemów:

Problem	Możliwa przyczyna	Działanie
Bieżnia nie uruchamia się	1. Urządzenie nie jest podłączone do sieci elektrycznej 2. Klucz bezpieczeństwa nie jest prawidłowo włożony 3. Odłączony bezpiecznik elektryczny	1. Podłączyć wtyczkę przewodu zasilającego do gniazda sieci elektrycznej 2. Ponownie i prawidłowo włożyć klucz bezpieczeństwa 3. Włączyć bezpiecznik elektryczny, odczekać 5 minut i ponownie uruchomić urządzenie. Jeśli bieżnia nadal nie uruchamia się należy skontaktować się z wykwalifikowanym

		elektrykiem lub serwisem producenta.
Pas biegowy ześlizguje się na brzegi	Napięcia pasa biegowego jest za niskie	Dostosować napięcia i położenie pasa biegowego (3.6. Regulacja położenia pasa biegowego)
Pas biegowy wydaje niepokojące dźwięki pod wpływem obciążenia	1. Pas biegowy wymaga nasmarowania 2. Napięcie pasa biegowego jest za duże	1. Nasmarować pas biegowy (3.4.1. Aplikowanie smaru) 2. Dostosować napięcia i położenie pasa biegowego (3.6. Regulacja położenia pasa biegowego)
Pas biegowy nie jest wyśrodkowany	Napięcia pasa biegowego nie jest równomiernie rozłożone	Dostosować napięcia i położenie pasa biegowego (3.6. Regulacja położenia pasa biegowego)

Technické údaje

Popis parametru	Hodnota parametru
Název výrobku	Běžecský pás Walking pad
Model	GR-MG73
Napájecí napětí [V~] / Kmitočet [Hz]	230/50
Jmenovitý výkon [W]	735
Třída ochrany elektrických spotřebičů	I.
Třída přesnosti	C (minimální přesnost měření)
Aplikační třída	H (pro domácí použití)
Maximální zatížení [kg]	120
Rozměry složeného zařízení [mm]	1270x570x110
Rozměry rozloženého zařízení [mm]	1450x620x1000
Hmotnost [kg]	25
Maximální rychlost (km/h)	8
Rozměry běžecského pásu [mm]	1000x400
Typ displeje	LED
Dostupné provozní režimy	6
Rychlost otáček motoru [ot./min].	5500
Stupeň krytí IP	IP20
Životnost kartáčů v motoru [h]	500 – 800
Izolační třída vinutí	E
Délka napájecího kabelu [cm]	145
Délka kabelu bezpečnostního klíče [cm]	75

1. Obecný popis

Návod je určen jako pomůcka pro bezpečné a spolehlivé používání. Výrobek je navržen a vyroben striktně podle technických pokynů s použitím nejnovějších technologií a komponent a také za dodržení nejvyšších standardů kvality.

**PŘED ZAHÁJENÍM PRÁCE SI DŮKLADNĚ
A S POROZUMĚNÍM PŘEČTĚTE TENTO NÁVOD.**

Abyste zajistili dlouhodobou a spolehlivou práci tohoto zařízení, musíte zajistit jeho správnou obsluhu a údržbu, a to v souladu s pokyny, jež jsou obsaženy v tomto návodu. Technické údaje a specifikace obsažené v tomto návodu jsou aktuální. Výrobce si vyhrazuje právo provádět změny, které souvisí se zvyšováním kvality.

Vysvětlení symbolů

	Výrobek splňuje požadavky odpovídajících bezpečnostních norem.
	Před použitím se seznámte s návodem.
	Recyklovatelný výrobek.
	POZNÁMKA! nebo VÝSTRAHA! nebo ZAPAMATUJTE SI! popisující danou situaci (obecný výstražný symbol).
	POZOR! Výstraha před úrazem elektrickým proudem!
	POZOR! Točivé prvky!
	K použití pouze uvnitř místností.
	Nevstupujte na zapnutý běžecký pás.
	Nevkládejte prsty nebo jiné předměty mezi pohyblivé části zařízení.



POZOR! Obrázky v tomto návodu k obsluze mají pouze ilustrativní charakter a v některých detailech se mohou lišit od skutečného vzhledu výrobku.

Originálním návodem je německá verze návodu. Ostatní jazykové verze jsou překlady z němčiny.

2. Bezpečnost používání



POZOR! Přečte se všechny výstrahy, které se týkají bezpečnosti, a také všechny návody. Nerespektování výstrah a nedodržování návodů může způsobit úraz elektrickým proudem, požár a/nebo vážná zranění nebo být příčinou smrti.

Termín „zařízení“ nebo „výrobek“ ve výstrahách a v popisu se týká BĚŽECKÉHO PÁSU WALKING PAD.

2.1. Elektrická bezpečnost

- a) Zástrčka zařízení musí odpovídat elektrické zásuvce. Zástrčku žádným způsobem neupravujte. Originální zástrčky a jim odpovídající zásuvky snižují riziko úrazu elektrickým proudem.
- b) Vyhněte se dotyku uzemněných prvků, jako jsou trubky, topení, kotle a ledničky. Pokud je lidské tělo uzemněno a dotýká se zařízení, které je vystaveno přímému působení deště, mokrého povrchu a práce ve vlhkém prostředí, existuje zvýšené riziko úrazu elektrickým proudem. Průnik vody do zařízení zvyšuje riziko jeho poškození a úrazu elektrickým proudem.
- c) Nepoužívejte elektrický vodič nesprávným způsobem. Nikdy jej nepoužívejte pro přenášení zařízení nebo k vytahování zástrčky ze zásuvky. Dodržujte dostatečnou vzdálenost elektrického vodiče od tepelných zdrojů, oleje, ostrých hran nebo pohyblivých částí. Poškozené nebo zamotané elektrické vodiče zvyšují riziko úrazu elektrickým proudem.
- d) Pokud se nelze vyhnout používání zařízení ve vlhkém prostředí, musí být použito jištění proudovým chráničem (RCD). Používání RCD snižuje riziko úrazu elektrickým proudem.
- e) Je zakázáno používat zařízení, pokud je napájecí vodič poškozen nebo jeví známky opotřebení. Poškozený napájecí vodič musí být vyměněn kvalifikovaným elektrotechnikem nebo servisní organizací výrobce.

-
- f) Abyste se vyhnuli úrazu elektrickým proudem, neponořujte elektrický vodič, zástrčku ani samotné zařízení do vody nebo jiné tekutiny. Je zakázáno používat zařízení na mokřích površích.
 - g) POZOR – OHROŽENÍ ŽIVOTA! Během čištění nebo používání zařízení jej nikdy neponořujte do vody nebo jiných tekutin.

2.2. Bezpečnost na pracovišti

- a) Na pracovišti udržujte pořádek a zajistěte dobré osvětlení. Nepořádek, nebo špatné osvětlení může být příčinou nehod. Během používání zařízení sledujte, co se děje, předpokládejte vývoj událostí a řiďte se zdravým rozumem.
- b) Pokud máte pochybnosti, zda zařízení pracuje správně, kontaktujte servis výrobce.
- c) Opravy zařízení může provádět pouze servis výrobce. Je zakázáno provádět opravy svépomocně!
- d) V případě vzniku ohně nebo požáru použijte pro hašení zařízení, které je pod napětím, výhradně práškové nebo sněhové (CO₂) hasicí přístroje.
- e) Zařízení používejte v dobře větraném prostoru.
- f) V případě ohrožení života nebo zdraví, nehody nebo poruchy zastavte zařízení stisknutím tlačítka NOUZOVÉHO ZASTAVENÍ!
- g) Pravidelně kontrolujte stav nálepek s bezpečnostními pokyny a informacemi. Pokud jsou nálepky nečitelné, vyměňte je.
- h) Uchovejte návod na použití zařízení za účelem jeho dalšího použití v budoucnu. Pokud bude zařízení předáno třetí osobě, musí být společně s ním předán také návod na jeho použití.
- i) Části obalu a malé montážní prvky musí být uskladněny v místě, které je mimo dosah dětí.
- j) Uchovávejte zařízení mimo dosah dětí a zvířat. Děti by se k zařízení neměly přibližovat bez dozoru dospělé osoby. Zařízení mohou používat děti starší 8 let.
- k) Během používání tohoto zařízení společně s jinými zařízeními musí být při jejich používání zohledněny také jejich návody k použití.

2.3. Osobní bezpečnost

- a) Zařízení je zakázáno používat, pokud jste unaven, nemocen, pod vlivem alkoholu, omamných návykových látek nebo léků, které v podstatné míře omezují schopnost toto zařízení obsluhovat.
- b) Stroj mohou obsluhovat pouze osoby, které jsou fyzicky způsobilé, schopné jeho obsluhy a odpovídajícím způsobem proškolené, které se seznámily s tímto návodem a byly proškoleny v rozsahu bezpečnosti a hygieny práce.

-
- c) Stroj není určen k tomu, aby byl používán osobami (včetně dětí), které mají omezené psychické, senzorické a duševní funkce nebo nemají odpovídající zkušenosti a/nebo znalosti, pokud nejsou hlídány osobou, která je zodpovědná za jejich bezpečnost nebo od ní tyto osoby nedostaly pokyny, jak je nutné tento stroj obsluhovat.
 - d) Během práce se zařízením musí obsluha udržovat pozornost a řídit se zdravým rozumem. Chvilková nepozornost během práce se zařízením může vést k vážným úrazům.
 - e) Abyste předešli náhodnému uvedení do provozu, ujistěte se před připojením ke zdroji napájení, že je zařízení vypnuto.
 - f) Nepřeceňujte své možnosti. Po celou dobu práce udržujte rovnováhu. Umožňuje to lepší zvládnutí zařízení v neočekávaných situacích.
 - g) Nenoste volný oděv ani šperky, tyto předměty mohou být zachyceny pohyblivými částmi zařízení.
 - h) Před zapnutím zařízení odstraňte veškeré nástroje nebo klíče, se kterým jste toto zařízení nastavovali. Nástroj nebo klíč ponechaný v rotující části stroje může způsobit zranění.
 - i) Toto zařízení není hračka. Je nutné dohlížet na děti, aby si se zařízením nehrály.

2.4. Bezpečné používání zařízení

- a) Nepoužívejte zařízení, pokud vypínač ON/OFF nepracuje správně (nezapíná a nevypíná). Zařízení, která nelze ovládat pomocí vypínače, jsou nebezpečná, nemohou pracovat a musí být opravena.
- b) Před zahájením nastavování, čištění a údržby je nutné zařízení odpojit od napájení. Takovéto bezpečnostní opatření snižuje riziko náhodného uvedení zařízení do provozu.
- c) Nepoužívaná zařízení musí být skladována v místě, které není přístupné dětem a také osobám, které neznají samotné zařízení nebo tento návod. V rukou nezkušených uživatelů jsou tato zařízení nebezpečná.
- d) Udržujte zařízení v dobrém technickém stavu. Před každým použitím zkontrolujte, zda není zařízení poškozeno, zejména zda nejsou poškozené pohyblivé části (prasknutí částí a prvků nebo veškeré jiné podmínky, které mohou mít vliv na bezpečnou funkci zařízení). V případě zjištění poškození zařízení nepoužívejte a odevzdejte jej do opravy.
- e) Chraňte zařízení před dětmi.
- f) Opravy a údržba zařízení musí být prováděna kvalifikovanými osobami s použitím výhradně originálních náhradních dílů. To zajistí bezpečnost při používání zařízení.
- g) Pro zajištění navržené provozní integrity zařízení neodstraňujte továrně nainstalované kryty a nepovolujte šrouby.

-
- h) Při přepravě a přenášení zařízení z místa jeho skladování na místo používání musí být zohledněny pravidla bezpečnosti a hygieny práce, která se týkají manuální práce při dopravě a přepravě, a která jsou platná ve státě, v němž jsou zařízení používána.
- i) Vyhýbejte se situacím, kdy se zařízení během práce zastavuje vlivem jeho příliš velkého zatížení. Může to způsobit přehřívání se pohonných prvků a v konečném důsledku poškození zařízení.
- j) Je zakázáno dotýkat se pohyblivého příslušenství, pokud není zařízení odpojeno od napájení.
- k) Zařízení, které je v provozu, je zakázáno posouvat, přemísťovat a otáčet.
- l) Nenechávejte zapnuté zařízení bez dozoru.
- m) Zařízení pravidelně čistěte, aby nedocházelo k trvalému usazování špíny.
- n) Toto zařízení není hračka. Čištění a údržba nemohou být prováděny dětmi bez dohledu dospělé osoby.
- o) Je zakázáno zasahovat do konstrukce zařízení za účelem změny jeho parametrů nebo složení.
- p) Uchovávejte zařízení mimo dosah zdrojů otevřeného ohně a tepla.
- q) Nepřetěžujte zařízení.
- r) Překročení maximální přípustné hmotnosti uživatele může způsobit poškození výrobku.
- s) Před zahájením cvičení se poraďte s lékařem, zda neexistují zdravotní kontraindikace.
- t) Před použitím zařízení vždy proveďte rozcvičení a zkontrolujte, zda běžecký pás není poškozen, což by mohlo ovlivnit jeho provoz, a zda nedošlo k opotřebení součástí běžeckého pásu. Pokud je nutné vyměnit součásti, nepoužívejte zařízení, dokud nebudou vadné součásti vyměněny.
- u) Pokud během cvičení pociťujete nepříjemné příznaky, např. bolest v hrudníku, točíte se vám hlava nebo vám dochází dech apod., okamžitě přerušete trénink a poraďte se s lékařem.
- v) Zařízení postavte na stabilním suchém a plochém povrchu, okolo zařízení si nechte minimálně 0,6 m volného prostoru.
- w) Nepoužívejte zařízení hodinu před ani hodinu po jídle, protože se mohou vyskytnout nežádoucí účinky.
- x) Zařízení může používat pouze jedna osoba najednou.
- y) Nedoporučuje se používat zařízení těhotným ženám.
- z) Nevystupujte z běžeckého pásu ani na něj nevstupujte, dokud je pás v chodu.
- aa) Na běžecký pás nepokládejte ani neukládejte žádné předměty.
- bb) Nepokládejte zařízení na tlustých kobercích. Znemožní to správné proudění vzduchu pod zařízením.
- cc) Nedoporučujeme používat zařízení bez předchozí konzultace s lékařem těmto skupinám osob:
- osoby, které mají kontraindikace od lékaře nebo se necítí dobře,
 - lidé s vážnými nemocemi,

-
- lidé trpící nemocemi, jako je hypertenze, srdeční onemocnění, cerebrální ateroskleróza a mozková žilní trombóza,
 - lidé trpící osteoporózou,
 - lidé s kardiostimulátorem nebo jiným implantovaným zdravotnickým prostředkem.

dd) Neprovozujte zařízení, pokud není správně rozloženo.

ee) Nezačínajte cvičit bez bezpečnostního klíče.

ff) Necvičte na běžeckém pásu nad své síly. Nadměrné úsilí může vést k nehodám při cvičení se zařízením a poškodit vaše zdraví.

gg) Před tréninkem nebo během něj není dovoleno stát na samém konci nebo začátku pásu.

hh) Neopírejte se o madlo celou svou vahou.



POZOR!

I když bylo zařízení navrženo tak, aby bylo bezpečné, bylo vybaveno odpovídajícími bezpečnostními prostředky a také kromě použití dodatečných prvků pro ochranu uživatele, existuje během práce s tímto zařízením stále vysoká pravděpodobnost nehody nebo způsobení úrazu. Doporučujeme během jeho používání dodržovat bezpečnost a používat zdravý rozum.

3. Pravidla používání

Zařízení je určeno pro trénink spodních svalů chůzí nebo během.

Výrobek je určen pouze pro domácí použití!

Výrobek není určen pro lékařské/terapeutické použití.

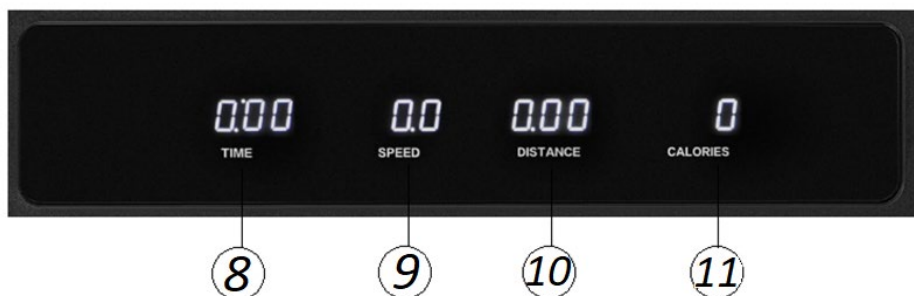
Zodpovědnost za veškeré škody, které vzniknou jako důsledek používání zařízení způsobem, který není v souladu s jeho určením, je na straně uživatele.

3.1. Popis zařízení



- 1. Polička (např. na tablet)
- 2. Zábradlí
- 3. Displej
- 4. Nožička
- 5. Skládací trubice
- 5A. Výsuvná trubka
- 6. Běžecský pás
- 7. Bezpečnostní klíč

3.1.1. DISPLEJ



- 8. Ukazatel času
- 9. Ukazatel rychlosti
- 10. Ukazatel vzdálenosti
- 11. Ukazatel spálených kalorií

3.1.2. OPASEK - DÁLKOVÉ OVLÁDÁNÍ



- 12. Tlačítko pro spuštění běžeckého pásu
- 13. Tlačítko „P” - výběr rychlostního programu (1-6)
- 14. Zvýšení hodnoty
- 15. Snížení hodnoty
- 16. Tlačítko „S” - pomalé zastavení
- 17. Tlačítko „M” - přepíná mezi parametry:
 - „Time” [8] – nastavení času (minuty : sekundy)
 - „Speed” [9] - nastavení rychlosti (km/h)
 - „Distance” [10] - nastavení vzdálenosti (km)
 - „Calories” [11] - nastavení spálených kalorií

3.2. Příprava k práci

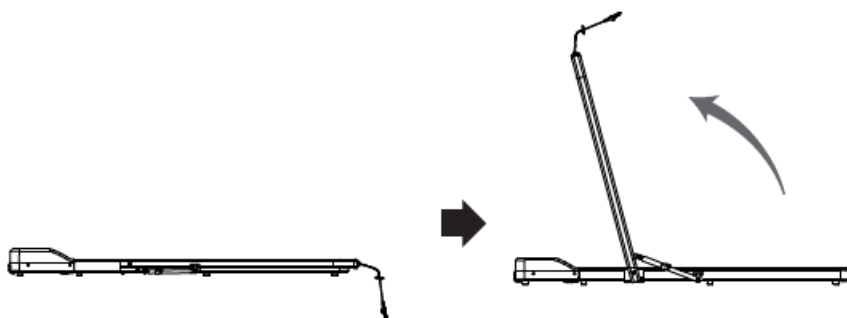
UMÍSTĚNÍ ZAŘÍZENÍ

Teplota okolí nesmí překračovat 40°C , a relativní vlhkost nesmí překračovat 85%. Zařízení postavte tak, aby byla zaručena dobrá cirkulace vzduchu. Udržujte zařízení mimo jakékoliv horké plochy. Zařízení musí být používáno vždy na rovném, stabilním, čistém a suchém povrchu, který je odolný proti požáru, musí být mimo dosah dětí a také osob, které mají omezené psychické, senzorické a duševní funkce. Zařízení umístěte tak, abyste měli kdykoliv přístup k síťové zásuvce. Zapamatujte si, že napájení elektrickou energií musí odpovídat jmenovitým hodnotám uvedeným na výrobním/typovém štítku!

Při práci se strojem udržujte minimálně o 0,6 m větší volný prostor nad tréninkovým prostorem kolem stroje na každé straně s výjimkou zadní části, kde by měl být při používání zachován volný prostor 2 m.

3.3. Práce se zařízením

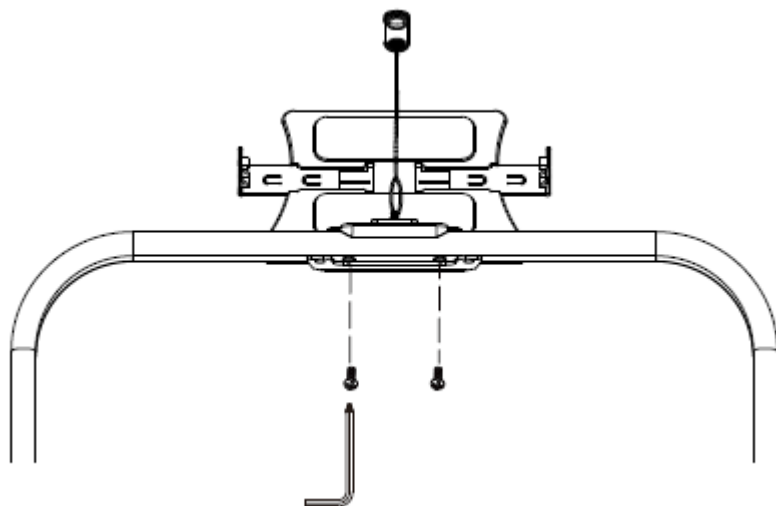
1. Zatáhněte za madlo [2] směrem nahoru, abyste zařízení rozložili.



Při rozkládání se z trubice vysune nástavec [5A]. Pro zajištění polohy madla posuňte svorku do místa sklopení uprostřed trubky [5].



2. Umístěte polici [1] na horní část madla [2] a zarovnejte otvory v polici s otvory v madle. Pomocí imbusového klíče zašroubujte do otvorů přiložené šrouby (2 kusy).



3. Uchopte napájecí kabel. Zasuňte 3kolíkovou napájecí zástrčku do zásuvky na spodní straně zařízení. Zasuňte zástrčku na druhém konci napájecího kabelu do elektrické zásuvky.

4. Nastavte přepínač „I/O“ na přední straně zařízení do polohy „I“ - zařízení bylo zapnuto. Na displeji se zobrazí hodnota „0“ pro každý parametr.

5. Vložte bezpečnostní klíč [7]. Připněte si klip vedení klíče na oblečení. Po zatažení v případě pádu, uklouznutí nebo zakopnutí bezpečnostní klíč přeruší přívod elektřiny a zařízení se okamžitě zastaví.



6. Nasadíte si opasek na ruku.

7. Nastavte parametry podle potřeby: čas, vzdálenost a počet spálených kalorií:

- Pomocí tlačítka „M” [17] vyberte parametr, který chcete nastavit (kromě rychlosti)
- Upravte hodnotu parametru stisknutím tlačítka "+" [14] pro zvýšení hodnoty a stisknutím tlačítka "-" [15] pro její snížení.

Výchozí parametry:

	Výchozí hodnota	Rozsah nastavení
Čas	30 minut	5 – 99 minut
Vzdálenost	1 km	0,5 - 65 km (změna hodnoty každých 0,5 km)
Kalorie	50	10 – 995 (změna hodnoty každých 5 kalorií)

8. Nastavit rychlost:

a) vyberte si jeden z dostupných tréninkových programů:

- Opakovaným stisknutím tlačítka "P" [13] vyberte jeden ze 6 dostupných tréninkových programů
- Výchozí doba nastavená pro každý program je 30 minut - při výběru jednoho z programů bude blikat displej [8] s hodnotou 30 minut. Pomocí tlačítek [14] a [15] můžete prodloužit nebo zkrátit dobu programu
- Po stisknutí tlačítka „P” nelze provádět žádné změny kromě času

- Chcete-li změnit hodnoty parametrů a opustit tréninkový program, stiskněte tlačítko „M“. Na displeji [8] se zobrazí hodnota 30 minut a na displejích [9], [10] a [11] se vynuluje a bude možné znovu upravit hodnoty parametrů.

Tréninkové programy se skládají z dvaceti 1,5minutových intervalů, to znamená, že zařízení mění rychlost každých 1,5 minuty.

	Rychlost každého intervalu (každých 1,5 minuty)																			
P 1	1	2	3	4	5	4	3	2	1	2	3	4	5	4	3	2	1	2	3	2
P 2	2	2	3	3	4	4	5	5	6	6	5	5	4	4	3	3	2	2	3	3
P 3	1	2	3	2	3	4	3	4	5	4	5	6	5	4	5	4	3	4	3	2
P 4	2	3	3	4	3	4	4	5	4	5	5	6	5	6	6	5	4	3	2	1
P 5	2	2	3	4	5	6	6	5	4	3	3	2	3	4	4	5	6	5	4	3
P 6	1	2	3	3	3	4	5	6	6	6	5	4	3	2	2	2	3	4	3	2

b) ruční nastavení rychlosti:

- Stiskněte tlačítko [12]. Běžecský pás odměří 3 sekundy a rozjede se na nastavenou rychlost 8 km/h.
- Pomocí tlačítek [14] a [15] nastavte požadovanou hodnotu rychlosti
- Běžecský pás začne odpočítávat čas tréninku od nuly, ujetou vzdálenost a množství spálených kalorií

9. Po nastavení požadovaných parametrů a/nebo programu stiskněte tlačítko [12], které spustí běžecský pás do 3 sekund. Zařízení vás upozorní zvukovým signálem na spuštění běžícího pásu.

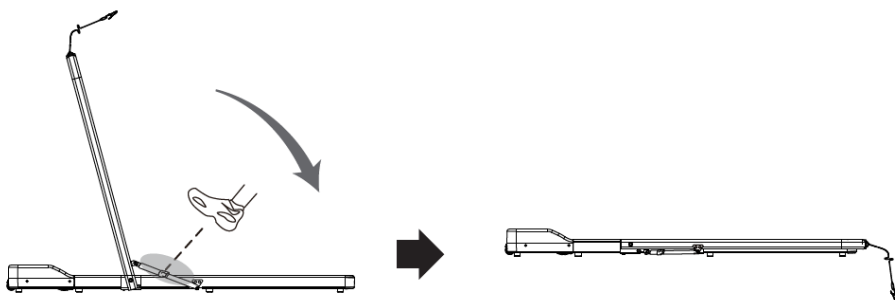
POZOR! Buďte obzvláště opatrní při spuštění běžecského pásu a zahájení tréninku.

10. Pro ukončení tréninku stiskněte tlačítko „S“ [16]. Zařízení zahájí proces zastavení, hodnota rychlosti se začne snižovat, což bude zobrazeno na displeji.

11. Běžecský pás opusťte teprve tehdy, když se pás úplně zastaví.

12. Nastavte přepínač „I/O“ do polohy „O“ - zařízení se vypne a poté odpojte síťovou zástrčku z elektrické zásuvky.

13. Pokud nebudete zařízení delší dobu používat, měli byste jej složit: zatlačte nohou na trubici [5]. Trubka [5] se ohne a prodloužení trubky [5A] se zasune, čímž se zabrazení [2] sníží a složí.



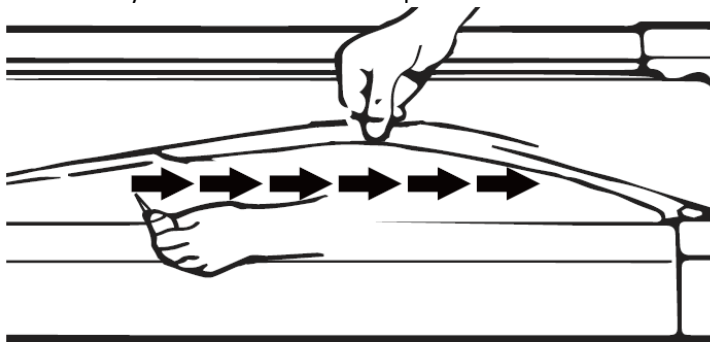
3.4. Čištění a údržba

- a) Před každým čištěním, nastavováním, výměnou vybavení, a také pokud zařízení není používáno, vytáhněte síťovou zástrčku a počkejte, až se rotující části zastaví.
- b) K čištění povrchu používejte výhradně prostředky, které neobsahují žíravé látky.
- c) Po každém čištění je nutné všechny prvky dokonale osušit, než bude zařízení znovu použito.
- d) Zařízení je nutno skladovat na suchém a chladném místě, které je chráněno proti vlhkosti a přímému slunečnímu záření.
- e) Je zakázáno čistit zařízení proudem vody nebo ponořovat zařízení do vody.
- f) Mějte na paměti a dbejte, aby se přes větrací otvory, které jsou na krytu zařízení, nedostala dovnitř voda. Na displeji a přepínači „I/O“ nesmí působit vlhkost.
- g) Větrací otvory čistěte štětečkem a stlačeným vzduchem.
- h) Provádějte pravidelné kontroly zařízení, zda je v dobrém provozním stavu.
- i) Po každém tréninku otřete držadlo. K čištění používejte měkký, vlhký hadřík a teplou vodu s mýdlem.
- j) K čištění je zakázáno používat ostré a/nebo kovové předměty (např. drátěný kartáč nebo kovovou lopatku), protože tyto předměty mohou poškodit povrch materiálu, ze kterého je zařízení vyrobeno.
- k) Nečistěte zařízení látkami s kyselým pH, prostředky určenými pro použití v lékařství, ředidly, palivy, oleji nebo jinými chemickými látkami, může to vést k poškození zařízení.
- l) Pokud nebudete přístroj delší dobu používat, vyjměte bezpečnostní klíč a běžecský pás složte.

3.4.1. NANÁŠENÍ MAZIVA

Pro správnou funkci zařízení je nutné po prvních 25 hodinách používání (nebo 2-3 měsících, pokud zařízení nebylo pravidelně používáno) namazat běžecký pás. Tento postup by se měl opakovat každých 50 odpracovaných hodin (nebo každých 5-8 měsíců).

1. Jednou rukou zvedněte jednu stranu běžeckého pásu.
2. Prstem otřete odkrytý povrch pod běžícím pásem.
3. Pokud je povrch hladký a mastný, není potřeba nanášet žádné mazivo.
4. Pokud je povrch suchý, nakapejte druhou rukou několik kapek maziva na střed vnitřní strany zvednutého běžeckého pásu.

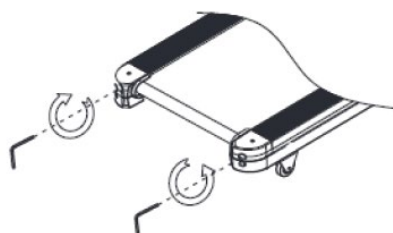
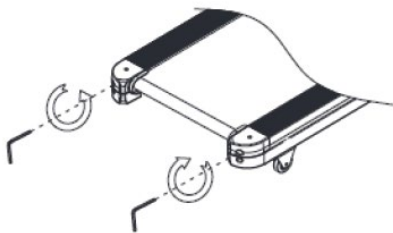


5. Zapněte zařízení na libovolný program asi na 3-5 minut, aby se mazivo rozprostřelo pod běhovým pásem.

POZOR! Nenanašujte mazivo na povrch pod běhový pás. Pokud nějaké kapky maziva spadnou z vnitřní strany běhového pásu, otřete je.

3.5. Nastavení polohy běžeckého pásu

1. Po určité době používání běžeckého pásu se může běžecký pás posunout.
2. Chcete-li nastavit polohu a napnutí běžeckého pásu, otočte šrouby v otvorech na konci základny (pomocí imbusového klíče).



POZOR! Ujistěte se, že běžecký pás nepřekrývá okraje zařízení. To může způsobit poškození nebo dokonce přetržení běžeckého pásu.

LIKVIDACE POUŽITÝCH ZAŘÍZENÍ

Po ukončení doby životnosti nesmí být tento výrobek odstraněn, jako běžný komunální odpad, ale musí být odevzdán na sběrné místo, které je určeno pro sběr a recyklaci elektrických a elektronických zařízení. Informuje o tom symbol na výrobku, v návodu k použití nebo na obalu. Materiály použité v zařízení lze znovu použít v souladu s jejich označením. Opětovným použitím, opětovným použitím materiálů nebo jinými formami použití použitých zařízení významně přispíváte k ochraně našeho životního prostředí.

Informace o vhodném místě likvidace použitého zařízení poskytne místní správa.

3.6. Řešení problémů:

Problém	Možná příčina	Činnost
Běžecký pás se nespustí	1. Zařízení není připojeno k elektrické síti 2. Bezpečnostní klíč není správně vložen 3. Elektrická pojistka odpojena	1. Zapojte zástrčku napájecího kabelu do elektrické zásuvky. 2. Znovu správně vložte bezpečnostní klíč 3. Zapněte elektrickou pojistku, počkejte 5 minut a znovu spusťte zařízení. Pokud se běžecký pás stále nespustí, kontaktujte kvalifikovaného elektrikáře nebo servisní středisko výrobce.
Běžecký pás sklouzává k okrajům	Napnutí běžeckého pásu je příliš nízké	Upravte napnutí a polohu běžeckého pásu (3.6. Nastavení polohy běžeckého pásu)
Běžecký pás vydává při zatížení nepříjemné zvuky.	1. Běžecký pás vyžaduje mazání 2. Napnutí běžeckého pásu je příliš vysoké	1. Namažte běžecký pás (3.4.1. Nanášení maziva) 2. Upravte napnutí a polohu běžeckého pásu (3.6. Nastavení polohy běžeckého pásu)

Běžecský pás není vycentrován	Napětí běžecského pásu není rovnoměrně rozloženo	Upravte napnutí a polohu běžecského pásu (3.6. Nastavení polohy běžecského pásu)
----------------------------------	---	---

Caractéristiques techniques

Description paramètre	Valeur paramètre
Nom de produit	Tapis de course
Modèle	GR-MG73
Tension d'alimentation [V~] / Fréquence [Hz]	230/50
Puissance nominale [W]	735
Classe de protection	I
Classe de précision	C (précision minimale de mesure)
Classe d'usage	H (à un usage domestique)
Charge maximale [kg]	120
Dimensions du dispositif plié [mm]	1270x570x110
AWQ Dimensions du dispositif déplié [mm]	1450x620x1000
Poids [kg]	25
Vitesse maximale [km/h]	8
Dimensions du tapis de course [mm]	1000x400
Type d'afficheur	LED
Programmes de fonctionnements disponibles	6
Vitesse de rotations du moteur [rot./min.]	5500
Degré de protection IP	IP20
Durée de vie des balais du moteur [heures]	500 – 800
Classe d'isolation du bobinage	E
Longueur de câble d'alimentation [mm]	145
Longueur de câble de clé de sécurité [mm]	75

1. Description générale

Ce mode d'emploi a pour but de vous aider à utiliser l'appareil en toute sécurité et de manière fiable. Le produit est conçu et fabriqué strictement selon les indications

techniques, en utilisant les dernières technologies et composants, et en maintenant les normes de qualité les plus élevées.

**AVANT DE COMMENCER LE TRAVAIL VEUILLEZ
LIRE ET COMPRENDRE CES INSTRUCTIONS.**

Afin d'assurer un fonctionnement durable et fiable de l'appareil, il est nécessaire de veiller à son bon fonctionnement et à sa maintenance conformément aux directives contenues dans ce manuel. Les données techniques et les spécifications de ce manuel sont à jour. Le fabricant se réserve le droit d'apporter des modifications liées à l'augmentation de la qualité.

Explication des symboles

	Le produit répond aux exigences des normes de sécurité applicables.
	Avant utilisation, lire attentivement les instructions.
	Produit recyclable.
	ATTENTION ! ou AVERTISSEMENT ! ou RAPPEL ! décrivent la situation (signal d'avertissement général).
	ATTENTION ! Risque d'électrocution !
	ATTENTION ! Éléments rotatifs !
	Pour un usage intérieur uniquement.
	Ne pas marcher sur la bande du tapis de course.



Ne pas insérer les doigts ou des objets dans les parties mobiles de la machine.



ATTENTION
!

Les illustrations de ce manuel sont fournies à titre indicatif uniquement et peuvent différer dans certains détails du produit réel.

Le manuel d'origine est la version allemande du manuel. Les autres versions linguistiques sont des traductions de l'allemand.

2. Sécurité d'utilisation



ATTENTION
!

Lire tous les avertissements de sécurité et toutes les instructions. Le non-respect des avertissements et des instructions peut entraîner une électrisation, un incendie et/ou des blessures graves ou la mort.

Le terme « appareil » ou « produit » dans les avertissements et dans la description du manuel fait référence au TAPIS DE COURSE PAD.

2.1. Sécurité électrique

- a) La fiche de l'appareil doit s'adapter à la prise. Ne pas apporter de modification à la fiche. Les fiches d'origine et les prises correspondantes réduisent le risque de choc électrique.
- b) Éviter de toucher les objets mis à la terre tels que les tuyaux, les radiateurs, les cuisinières et les réfrigérateurs. Il existe un risque accru d'électrocution si le corps est mis à la terre et touche un appareil exposé à la pluie directe, à une surface humide et lors du fonctionnement dans un environnement humide. La pénétration d'eau dans l'appareil augmente le risque d'endommagement de l'appareil et le risque d'électrocution.
- c) Ne pas utiliser le câble de manière non conforme à sa destination. Ne jamais utiliser pour transporter l'appareil ou retirer la fiche de la prise. Garder le câble à l'écart des sources de chaleur, de l'huile, des arêtes tranchantes et des pièces mobiles. Les fils endommagés ou emmêlés augmentent le risque d'électrocution.
- d) S'il est impossible d'éviter l'utilisation de l'appareil dans un environnement humide, utiliser le dispositif à courant résiduel (RCD). L'utilisation d'un RCD réduit le risque de l'électrocution.

-
- e) Il est interdit d'utiliser l'appareil si le câble d'alimentation est endommagé ou présente des signes évidents d'usure. Seul un électricien qualifié ou le service après-vente du fabricant peuvent remplacer le câble d'alimentation endommagé
 - f) Afin d'éviter tout risque d'électrocution, ne pas immerger le câble, la fiche ou le dispositif lui-même dans l'eau ou tout autre liquide. Ne pas utiliser l'appareil sur des surfaces humides.
 - g) ATTENTION – DANGER DE MORT ! Ne jamais immerger l'appareil dans l'eau ou dans d'autres liquides lors de son nettoyage ou de son utilisation.

2.2. Sécurité au travail

- a) Il est important que le lieu de travail soit bien rangé et bien éclairé. Tout désordre ou mauvais éclairage risquent d'entraîner des accidents. Il convient être prévoyant et raisonnable, faire attention à ce que vous faites lors de l'utilisation de l'appareil.
- b) En cas de doute quant au bon fonctionnement de l'appareil, contacter le service après-vente du fabricant.
- c) Le produit ne peut être réparé que par le service après-vente du fabricant. Ne pas réaliser de réparations pas ses propres soins !
- d) En cas d'incendie ou de départ de feu, n'utiliser que les extincteurs à poudre ou à neige (CO2) pour éteindre l'appareil sous tension.
- e) Utiliser l'appareil dans une zone bien ventilée.
- f) En cas de danger pour la vie ou l'intégrité physique, d'accident ou de panne, arrêter la machine en appuyant sur le bouton d'ARRET D'URGENCE !
- g) Vérifier régulièrement l'état des autocollants portant les informations sur la sécurité. Remplacer les autocollants s'ils sont illisibles.
- h) Conserver le mode d'emploi pour référence future. Si l'appareil est confié à des tiers, le mode d'emploi doit également être remis avec celui-ci.
- i) Les éléments d'emballage et les petits éléments d'assemblage doivent être tenus hors de portée des enfants.
- j) Tenir l'appareil hors de portée des enfants et des animaux. Les enfants ne sont pas autorisés à s'approcher de l'appareil sans la surveillance d'un adulte. L'appareil peut être utilisé par les enfants de plus de 8 ans.
- k) Lorsque l'appareil est utilisé avec d'autres dispositifs, il est impératif de respecter les manuels d'utilisations des appareils concernés.

2.3. Sécurité personnelle

- a) Il est interdit d'utiliser l'appareil dans un état de fatigue, de maladie, sous l'influence de l'alcool, de drogues ou de stupéfiants qui limitent considérablement la capacité d'usage de l'appareil.

-
- b) Le dispositif ne peut être utilisé que par les personnes physiquement aptes, capables de le faire fonctionner et dument formées, qui ont lu ces instructions et ont été formées en matière de sécurité et de santé au travail.
 - c) La machine n'est pas destinée à être utilisé par des personnes (y compris des enfants) aux fonctions mentales, sensorielles et mentales réduites ou sans expérience et/ou connaissances adéquates, à moins qu'elles ne soient supervisées par une personne responsable de leur sécurité ou qu'elles aient reçu des instructions de leur part, sur comment faire fonctionner l'appareil.
 - d) Garder prudence et faire preuve de bon sens lors de l'utilisation de l'appareil. Un moment d'inattention lors de l'utilisation de l'appareil peut entraîner des blessures graves.
 - e) Pour éviter tout démarrage accidentel, s'assurer si l'appareil est éteint avant de le connecter à la source d'alimentation.
 - f) Ne pas surestimer ses capacités. Maintenir l'équilibre du corps à tout moment. Cela permet un meilleur contrôle dans les situations inattendues.
 - g) Ne pas porter de vêtements amples qui pourraient être happés par les pièces mobiles.
 - h) Retirer tout outil de réglage ou toute clé avant de mettre l'appareil en marche. Un outil ou une clé laissé dans une partie rotative de l'appareil peut provoquer des blessures.
 - i) L'appareil n'est pas un jouet. Surveiller les enfants pour s'assurer qu'ils ne jouent pas avec l'appareil.

2.4. Utilisation de l'appareil en sécurité

- a) Ne pas utiliser l'appareil si l'interrupteur ON/OFF ne fonctionne pas correctement (il ne s'allume pas et ne s'éteint pas). L'équipement qui ne peut pas être contrôlé par l'interrupteur n'est pas sûrs – il est interdit de l'utiliser. Il convient de le réparer.
- b) L'appareil doit être débranché de l'alimentation électrique avant tout réglage, nettoyage ou entretien. Cela réduit le risque de démarrage accidentel.
- c) Quand l'appareil n'est pas utilisé, il convient de le tenir hors de portée des enfants et de toute personne ne connaissant pas l'appareil ou ce mode d'emploi. Tout appareil est dangereux s'il est manipulé par un utilisateur inexpérimenté.
- d) Maintenir l'appareil en bon état technique. Avant chaque intervention, vérifier qu'il n'y a pas de dommages généraux ou liés aux pièces mobiles (fissures des pièces et composants ou toute autre condition pouvant affecter le fonctionnement sur de l'appareil). En cas de dommage, faites réparer l'appareil avant utilisation.
- e) Tenir l'appareil hors de portée des enfants.

-
- f) Les travaux de réparation ou d'entretien ne doivent être effectués que par un personnel qualifié avec des pièces de rechange originales. Cela garantira la sécurité d'utilisation.
 - g) Pour assurer l'intégrité opérationnelle de l'appareil, ne pas retirer les protections installées en usine ni ne desserrer les vis.
 - h) Lors du transport et du déplacement de l'appareil du lieu de stockage au lieu d'utilisation, respectez les règles de santé et de sécurité relatives à la manutention manuelle en vigueur dans le pays où l'appareil est utilisé.
 - i) Éviter les situations où l'appareil s'arrête sous une forte charge lors de son fonctionnement. Cela peut provoquer une surchauffe des composants du variateur et endommager l'unité.
 - j) Il est interdit de toucher les éléments ou les accessoires rotatifs à moins que l'appareil est débranché.
 - k) Il est interdit de déplacer ou de pivoter l'appareil lors de son fonctionnement.
 - l) Ne pas laisser l'appareil fonctionner sans surveillance.
 - m) Nettoyer l'appareil régulièrement pour éviter une accumulation de saletés.
 - n) L'appareil n'est pas un jouet. Il est interdit aux enfants sans supervision d'une personne adulte d'effectuer les travaux d'entretien et de maintenance.
 - o) Il est interdit d'apporter une quelconque modification à la construction de l'appareil afin de changer ses paramètres ou sa construction.
 - p) Tenir l'appareil à l'écart des sources de feu et de chaleur.
 - q) Ne pas surcharger l'appareil.
 - r) Le dépassement du poids maximal autorisé de l'utilisateur peut endommager le produit.
 - s) Avant d'entraînement, consulter son médecin pour déterminer s'il existe des contre-indications médicales.
 - t) Pratiquer toujours un échauffement avant d'utiliser l'appareil ou vérifier si le tapis de course n'est pas endommagé qui pourraient affecter son fonctionnement ou si ses éléments ne sont pas endommagés. Si nécessaire, remplacer les éléments. Il est interdit d'utiliser le dispositif jusqu'au remplacement d'éléments défectueux.
 - u) En cas de ressentir des symptômes inquiétants pendant l'exercice, par exemple des douleurs thoraciques, des vertiges, un essoufflement, etc., arrêter immédiatement l'exercice et consulter son médecin.
 - v) Placer le dispositif sur une surface stable, sèche et plane en veillant à garder une zone libre de 0,6 m d'espace autour du dispositif.
 - w) Ne pas utiliser le dispositif une heure avant ou une heure après un repas, pour éviter les effets indésirables.
 - x) Le dispositif ne peut être utilisé que par une personne simultanément.
 - y) Il n'est pas recommandé d'utiliser cet appareil par les femmes enceintes.
 - z) Il est interdit de monter ou de descendre du tapis de course quand la bande du tapis est en marche.
 - aa) Il est interdit de poser ou de ranger les objets sur la bande du tapis de course

-
- bb) Il est interdit de placer le dispositif sur des tapis épais. Cela empêche une bonne circulation de l'air sous l'appareil.
- cc) Il n'est pas recommandé d'utiliser l'appareil sans consulter son médecin par :
- les personnes présentant des contre-indications médicales ou qui ne se sentent pas bien,
 - les personnes atteintes de maladies graves,
 - les personnes souffrant de maladies telles que l'hypertension, les maladies cardiaques, l'athérosclérose cérébrale et la thrombose veineuse cérébrale,
 - les personnes souffrant d'ostéoporose,
 - les personnes portant un stimulateur cardiaque ou tout autre dispositif médical implanté.
- dd) Il est interdit de démarrer l'appareil s'il n'est pas assemblé correctement.
- ee) Ne pas commencer son entraînement sans clé de sécurité.
- ff) Il est interdit de s'entraîner sur le tapis au-delà de ses forces. Un effort excessif peut entraîner des accidents lors du travail avec l'appareil et nuire à la santé
- gg) Il est interdit de marcher à l'extrémité ou au début de la bande de course avant ou pendant le début d'une séance d'entraînement.
- hh) Il est interdit de s'appuyer sur la main courante avec tout le poids du corps.



ATTENTION
!

BBien que l'appareil ait été conçu pour fonctionner en toute sécurité et soit muni de protections adéquates et d'éléments supplémentaires protégeant l'utilisateur, il existe toujours un petit risque d'accident ou de blessure lors de la manipulation de l'appareil. Il est recommandé de faire preuve de prudence et de bon sens lors de son utilisation.

3. Mode d'emploi

L'appareil est conçu pour l'entraînement des muscles inférieurs par la marche ou la course.

Ce produit est destiné uniquement à une utilisation à domicile !

Le produit n'est pas destiné à un usage médical / thérapeutique.

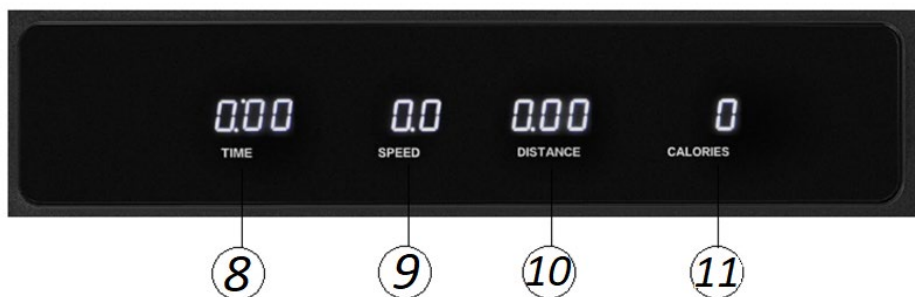
L'utilisateur est responsable de tout dommage résultant d'une utilisation non conforme du produit.

3.1. Description de l'appareil



- 1. Support (p.ex. pour la tablette)
- 2. Main courante
- 3. Afficheur
- 4. Pied
- 5. Tube pliable
- 5A. Tube extensible
- 6. Bande de course
- 7. Clé de sécurité

3.1.1. AFFICHEUR



- 8. Indicateur de temps
- 9. Indicateur de vitesse
- 10. Indicateur de distance
- 11. Indicateur de calories brûlées

3.1.2. BANDE – TÉLÉCOMMANDE



- 12. Touche démarrant la bande de course
- 13. Touche « P » – sélection de programme de vitesse (1-6)
- 14. Touche de valeur
- 15. Réduction de valeur
- 16. Touche « S » – arrêt lent
- 17. Touche « M » – changement de paramètres
 - « Time » [8] – réglage du temps (minutes : secondes)
 - « Speed » [9] – réglage de vitesse (km/h)
 - « Distance » [10] – réglage de distance (km)
 - « Calories » [11] – réglage de calories brûlées

3.2. Préparation au fonctionnement

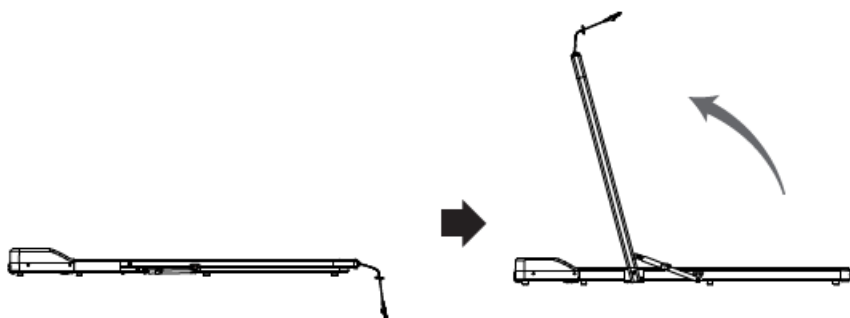
PLACEMENT DE L'APPAREIL

La température ambiante ne doit pas dépasser 40°C et l'humidité relative ne peut être supérieure à 85 %. Placer l'appareil de manière à assurer une bonne circulation de l'air. Garder l'appareil à l'écart de toute surface chaude. Utiliser l'appareil sur une surface plane, stable, propre, ignifuge et sèche et hors de portée des enfants et des personnes aux fonctions mentales, sensorielles ou intellectuelles réduites. Le dispositif doit être placé en sorte que la prise du secteur soit accessible à tout moment. S'assurer si l'alimentation électrique de l'appareil corresponde aux informations indiquées sur la plaque signalétique !

Assurer une distance minimale de 0,6 m au-dessus de l'espace d'entraînement autour de la machine de chaque côté, sauf à l'arrière, où il est recommandé d'assurer une distance de 2 m lors du fonctionnement de la machine.

3.3. Utilisation du dispositif

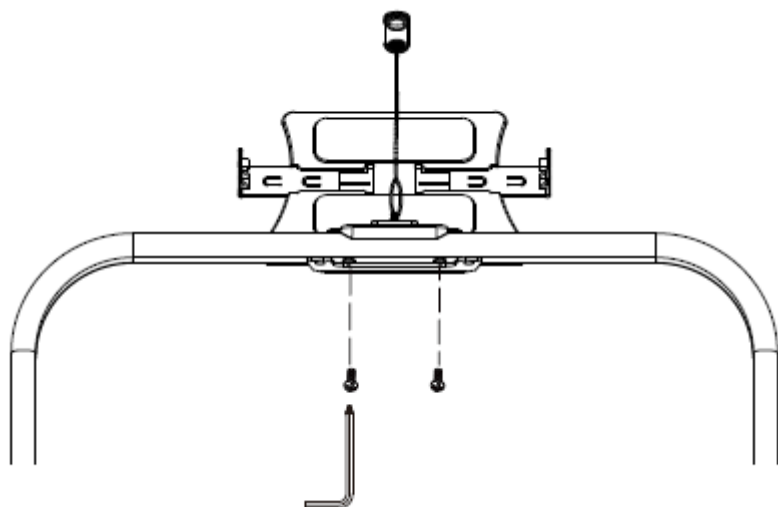
1. Tirez la main courante [2] vers le haut et dépliez l'appareil.



Lors du dépliage, une extension sortira du tube [5A]. Pour sécuriser la position de la main courante, faire glisser la pince sur le point de pliage situé au milieu du tube [5].



2. Placer le support [1] sur la main courante [2], en alignant les trous du support avec ceux de la main courante. Visser les vis fournies (2 pièces) dans les trous avec la clé Allen.



3. Attraper le câble d'alimentation. Insérer la fiche d'alimentation à 3 broches dans la prise située en bas de l'appareil. Insérer la fiche secteur à l'autre extrémité du câble d'alimentation dans la prise secteur.

4. Mettre l'interrupteur "I/O" situé en avant de l'appareil sur la position « I » - l'appareil a été démarré. L'afficheur indique « 0 » pour chaque paramètre.

5. Insérer la clé de sécurité [7]. Fixer le clip du câble de la clé à son vêtement. Lorsqu'elle est tirée en cas de chute, de glissement ou de trébuchement, la clé de sécurité coupe l'alimentation électrique et l'appareil s'arrête immédiatement.



6. Insérer la bande sur la main.

7. Régler les paramètres : temps, distance, nombre de calories brûlées :

- Utiliser la touche « M » [17] pour sélectionner le paramètre à régler (sauf pour la vitesse).
- Ajuster la valeur du paramètre en appuyant sur la touche « + » [14] pour augmenter la valeur et sur la touche « - » [15] pour la diminuer.

Paramètres par défaut :

	Valeurs par défaut	Plage de réglage :
Durée	30 minutes	5 – 99 minutes
Distance	1 km	0,5 – 65 km (changement de valeur tous les 0,5 km)
Calories	50	10 – 995 (changement de valeur toutes les 5 calories)

8. Régler la vitesse :

a) sélectionner un des programmes d'entraînement :

- Appuyer sur la touche « P » [13] jusqu'à ce que vous ayez sélectionné l'un des 6 programmes d'entraînement disponibles.
- La durée par défaut de chaque programme est de 30 minutes - après la sélection de l'un des programmes, l'afficheur [8] avec la valeur 30 minutes se

et à clignoter. Utiliser les touches [14] et [15] pour augmenter ou diminuer la durée du programme.

- Après avoir appuyé sur la touche « P », aucune modification ne peut être apportée.
- Pour modifier les valeurs des paramètres et quitter le programme d'entraînement, appuyer sur la touche « M ». L'afficheur [8] indiquera 30 minutes et les afficheurs [9], [10] et [11] se remettront à zéro et il sera possible de régler les valeurs des paramètres.

Les programmes d'entraînement sont composés de vingt intervalles de 1,5 minute, c'est-à-dire que l'appareil change de vitesse toutes les 1,5 minutes.

	Vitesse de chaque intervalle (toute les 1,5 inutes)																			
P 1	1	2	3	4	5	4	3	2	1	2	3	4	5	4	3	2	1	2	3	2
P 2	2	2	3	3	4	4	5	5	6	6	5	5	4	4	3	3	2	2	3	3
P 3	1	2	3	2	3	4	3	4	5	4	5	6	5	4	5	4	3	4	3	2
P 4	2	3	3	4	3	4	4	5	4	5	5	6	5	6	6	5	4	3	2	1
P 5	2	2	3	4	5	6	6	5	4	3	3	2	3	4	4	5	6	5	4	3
P 6	1	2	3	3	3	4	5	6	6	6	5	4	3	2	2	2	3	4	3	2

b) réglage manuel de vitesse

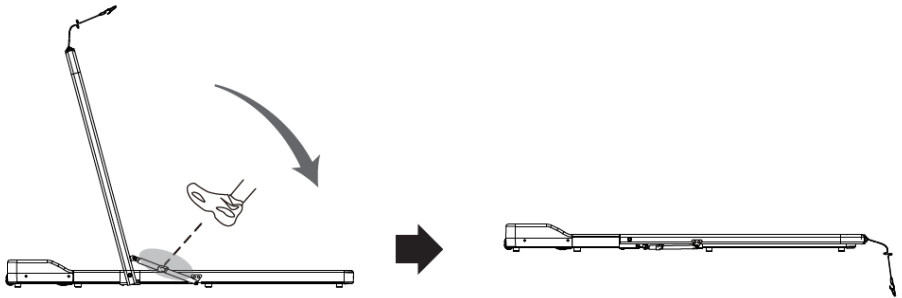
- Appuyer sur la touche [12]. Le tapis roulant compte 3 secondes et démarre à la vitesse programmée de 8 km/h.
- Utiliser les touches [14] et [15] pour régler la vitesse souhaitée.
- Le tapis de course commence à compter le temps d'entraînement à partir de zéro, la distance parcourue et le nombre de calories brûlées.

9. Une fois que les paramètres et/ou le programme souhaités ont été réglés, appuyer sur la touche [12] pour démarrer le tapis roulant dans les 3 secondes.

L'appareil émet un signal sonore pour indiquer que le tapis roulant a démarré

ATTENTION ! Faire preuve de prudence en se mettant sur la ceinture de course en marche et en commençant la séance d'entraînement.

-
10. Pour terminer la séance d'entraînement, appuyer sur la touche « S » [16]. Le dispositif commence le processus d'arrêt, la valeur de la vitesse commence à diminuer ce qui est visible sur l'afficheur.
 11. Descendre du tapis roulant quand la bande de course est complètement arrêtée.
 12. Mettre l'interrupteur « I/O » sur la position « O » - l'appareil a été mis hors tension et retirer la fiche de la prise de courant.
 13. Si l'appareil ne sera pas utilisé pendant une longue période, il convient de le plier : appuyer avec le pied sur le tube [5]. Le tube [5] se plie et l'extension du tube [5A] se rétracte, abaissant et repliant la main courante [2].



3.4. Nettoyage et entretien

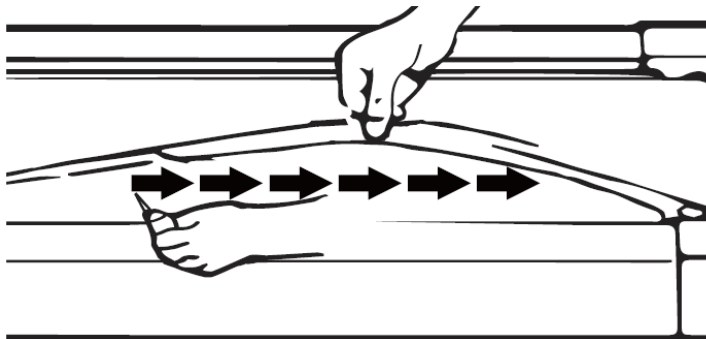
- a) Avant chaque nettoyage, réglage ou remplacement d'accessoires, ainsi que lorsque l'appareil n'est pas utilisé, débrancher la fiche secteur et attendre l'arrêt des pièces en rotation.
- b) Seuls des agents non corrosifs doivent être utilisés pour nettoyer la surface.
- c) Après chaque nettoyage, sécher bien tous les composants avant de réutiliser l'appareil.
- d) Ranger l'appareil dans un endroit frais et sec, à l'abri de l'humidité et de la lumière directe du soleil.
- e) Il est interdit d'asperger l'appareil avec un jet d'eau ou de l'immerger dans l'eau.
- f) Veillez à ce que l'eau ne pénètre par les trous de ventilation du boîtier. Il est interdit d'appliquer l'humidité sur l'afficheur et le commutateur « I/O ».
- g) Nettoyer les ouvertures de ventilation avec un pinceau et de l'air comprimé.
- h) Contrôler régulièrement l'équipement pour s'assurer qu'il est en bon état de marche.
- i) Essuyer la main courante après chaque séance d'entraînement. Utiliser un chiffon doux et humide et de l'eau chaude savonneuse pour le nettoyage.
- j) Ne pas utiliser d'objets coupants et/ou métalliques (par ex. brosse en fil de fer ou spatule métallique) car ceux-ci peuvent endommager la surface du matériau dont l'appareil est fait.

-
- k) Ne pas nettoyer l'appareil avec des substances acides, des produits médicaux, des diluants, du carburant, de l'huile ou d'autres produits chimiques, car cela pourrait endommager l'appareil.
 - l) Si l'appareil ne sera pas utilisé pendant une longue période, il convient de sortir la clé de sécurité et de plier le tapis roulant.

3.4.1. APPLICATION DE GRAISSE

Pour un fonctionnement correcte de l'appareil, après les 25 premières heures de fonctionnement (ou 2 à 3 mois si l'appareil n'a pas été utilisé régulièrement), appliquer de la graisse sous la bande du tapis de course. Répéter toutes les 50 heures (ou tous les 5-8 mois).

1. Soulever avec une main un côté de la bande de course.
2. Essuyer la surface exposée sous la bande de course avec le doigt.
3. Si la surface est lisse et huileuse, l'application de graisse n'est nécessaire.
4. Si la surface est sèche, appliquer quelques gouttes de lubrifiant au centre de l'intérieur de la bande de course surélevée avec l'autre main.

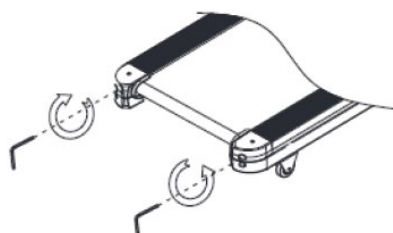
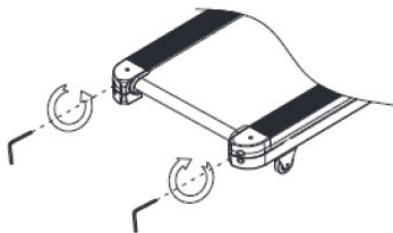


5. Mettre l'appareil en marche sur n'importe quel programme pendant environ 3 à 5 minutes, pour que la graisse se répartisse sous la bande de course.

ATTENTION ! Il est interdit de mettre de la graisse sur la surface située sous la bande de course. Si des gouttes de graisse tombent de l'intérieur de la bande de course, il convient de les essuyer.

3.5. Réglage de la position de la bande de course

1. Après avoir utilisé la bande de course pendant un certain temps, celle-ci peut se déplacer.
2. Pour régler la position et la tension de la courroie de roulement, tourner les vis dans les trous à l'extrémité de la base en conséquence (à l'aide d'une clé Allen).



ATTENTION ! Prendre en considération que la bande de course ne chevauche pas les bords du tapis de course. Cela peut provoquer des dommages ou même l'arrachage de la bande de roulement.

ÉLIMINATION DES APPAREILS USAGÉS :

À la fin de sa vie utile, ce produit ne doit pas être jeté avec les déchets ménagers normaux, mais doit être apporté à un point de collecte pour le recyclage des appareils électriques et électroniques. Ceci est indiqué par le symbole sur le produit, le manuel ou l'emballage. Les matériaux utilisés dans l'appareil peuvent être réutilisés conformément à leur marquage. En réutilisant les matériaux ou d'autres formes d'utilisation d'appareils usagés, vous apportez une contribution significative à la protection de notre environnement.

L'administration locale vous fournira des informations sur le point approprié pour l'élimination des appareils usagés.

3.6. Dépannage

Problème	Cause possible	Fonctionnement
Le tapis de course ne démarre pas	1. L'appareil n'est pas branché au réseau électrique 2. La clé de sécurité n'est pas bien insérée. 3. Fusible électrique débranché	1. Brancher la fiche du cordon d'alimentation dans une prise électrique 2. Réinsérer correctement la clé de sécurité 3. Brancher le fusible électrique, attendre 5 minutes et redémarrer l'appareil. Si le tapis roulant ne démarre toujours pas, contacter un électricien qualifié ou le service après-vente du fabricant.

La bande de course glisse sur les bords	La tension de la bande de course est trop faible	Régler la tension et la position de la bande de course (3.6. Réglage de la position de la bande de course)
La bande de course fait des bruits gênants sous charge	1. La bande de course nécessite un graissage 2. La tension de la bande de course est trop grande	1. Graisser la bande de course (3.4.1. Application de graisse) 2. Régler la tension et la position de la bande de course (3.6. Réglage de la position de la bande de course)
La bande de course n'est pas centré	La tension de bande de course n'est pas uniformément déployée.	Régler la tension et la position de la bande de course (3.6. Réglage de la position de la bande de course)

Dati tecnici

Descrizione del parametro	Valore del parametro
Nome del prodotto	Tapis roulant
Modello	GR-MG73
Voltaggio di alimentazione [V~] / Frequenza [Hz]	230/50
Potenza nominale [W]	735
Classe di protezione	I
Classe di precisione	C (precisione minima di misurazione)
Classe di applicazione	H (per uso domestico)
Carico massimo [kg]	120
Dimensioni del dispositivo piegato [mm]	1270x570x110
Dimensioni del dispositivo dispiegato [mm]	1450x620x1000
Peso [kg]	25
Velocità massima [km/h]	8
Dimensioni del nastro di corsa [mm]	1000x400
Tipo di display	LED
Programmi di lavoro disponibili	6
Velocità del motore [giri/min]	5500
Classe di protezione IP	IP20
Vita delle spazzole nel motore [ore]	500 – 800
Classe di isolamento dell'avvolgimento	E
Lunghezza del cavo di alimentazione [cm]	145
Lunghezza del cavo della chiave di sicurezza [cm]	75

1. Descrizione generale

Le istruzioni servono da supporto nell'utilizzo sicuro ed affidabile. Il prodotto è progettato e realizzato secondo precise indicazioni tecniche, con l'utilizzo di tecnologie e componenti all'avanguardia ed applicando elevati standard di qualità.

**PRIMA DI INIZIARE AD UTILIZZARE IL PRODOTTO,
LEGGERE ATTENTAMENTE E COMPRENDERE LE PRESENTI
ISTRUZIONI.**

Per assicurare il funzionamento duraturo ed efficace del dispositivo, occorre utilizzarlo in modo corretto e conservarlo conformemente alle indicazioni comprese nelle presenti istruzioni. I dati tecnici e le caratteristiche incluse nelle presenti istruzioni d'utilizzo sono aggiornate. Il produttore si riserva il diritto di apportare modifiche relative all'aumento della qualità.

Significato dei simboli

	Il prodotto soddisfa i requisiti delle norme di sicurezza pertinenti.
	Prima dell'utilizzo, leggere attentamente le istruzioni.
	Prodotto soggetto al riciclaggio.
	ATTENZIONE! o AVVERTENZA! o RICORDATI! che descrive una determinata situazione (segnale di avvertimento generale).
	ATTENZIONE! Attenzione alle scosse elettriche!
	ATTENZIONE! Parti rotanti!
	Da utilizzare esclusivamente all'interno.
	Non calpestare il nastro del tapis roulant in funzione.
	Non inserire dita o oggetti nelle parti in movimento del dispositivo.



ATTENZIONE! Le illustrazioni incluse nelle istruzioni d'utilizzo sono a carattere illustrativo e in alcuni dettagli possono differenziarsi dall'aspetto reale del prodotto.

Le istruzioni originali sono le istruzioni in versione tedesca. Le altre versioni linguistiche sono state tradotte dal tedesco.

2. Sicurezza d'utilizzo



ATTENZIONE! Leggere tutti gli avvertimenti relativi alla sicurezza e tutte le istruzioni. Il mancato rispetto delle avvertenze e delle istruzioni può provocare folgorazioni, incendi e/o gravi lesioni del corpo o morte.

La parola "dispositivo" o "prodotto" utilizzata nelle avvertenze e nella descrizione delle istruzioni si riferisce al TAPIS ROULANT.

2.1. Sicurezza elettrica

- a) La spina del dispositivo deve corrispondere alla presa. Non modificare la spina in alcun modo. Le spine originali e le prese corrispondenti riducono il rischio di folgorazione.
- b) Evitare di toccare oggetti messi a terra come tubi, radiatori, fornelli e frigoriferi. Il rischio di folgorazione è maggiore, se il corpo è messo a terra e tocca il dispositivo esposto a pioggia diretta, ha la superficie bagnata o è in funzionamento in un ambiente umido. La penetrazione dell'acqua nel dispositivo aumenta il rischio del suo danneggiamento e della folgorazione.
- c) Non usare il cavo in modo improprio. Non usare mai il cavo per trasportare il dispositivo o per estrarre la spina dalla presa. Tenere il cavo lontano da fonti di calore, olio, bordi taglienti o parti in movimento. I cavi danneggiati o aggrovigliati aumentano il rischio di scosse elettriche.
- d) Se l'uso in un ambiente umido è inevitabile, deve essere utilizzato un dispositivo di corrente residua (RCD). L'uso di un RCD riduce il rischio di folgorazione.
- e) Non utilizzare il dispositivo se il cavo di alimentazione è danneggiato o mostra chiari segni di usura. Un cavo di alimentazione danneggiato deve essere sostituito da un elettricista qualificato o dal servizio di assistenza del produttore.
- f) Per evitare la folgorazione, non immergere il cavo, la spina o il dispositivo stesso in acqua o altri liquidi. Non usare il dispositivo su superfici bagnate.

-
- g) **ATTENZIONE – PERICOLO DI VITA!** Quando si pulisce o si usa il dispositivo, non immergerlo mai in acqua o altri liquidi.

2.2. Sicurezza nel luogo di lavoro

- a) Tenere il luogo di lavoro ordinato e pulito e assicurare una buona illuminazione. Il disordine o una cattiva illuminazione possono essere causa di incidenti. Occorre prevedere gli eventi, badare a quello che si fa e mantenere il buon senso durante l'utilizzo del dispositivo.
- b) In caso di dubbi relativi al corretto funzionamento del dispositivo, occorre contattare l'assistenza tecnica del produttore.
- c) Le riparazioni devono essere eseguite solo dall'assistenza del produttore. È vietato eseguire le riparazioni in modo autonomo!
- d) In caso di accensione di fuoco o incendio, per estinguere il dispositivo sotto tensione, occorre utilizzare estintori a polvere o ad anidride carbonica (CO₂).
- e) Utilizzare il dispositivo in un'area ben ventilata.
- f) In caso di pericolo per la vita o la salute, incidente o malfunzionamento, spegnere il dispositivo con L'INTERRUTTORE ON/OFF!
- g) Controllare regolarmente lo stato degli adesivi con le informazioni relative alla sicurezza. Se gli adesivi sono illeggibili, occorre sostituirli.
- h) Conservare le istruzioni per il loro successivo utilizzo. Nel caso in cui il dispositivo venisse dato in utilizzo ai terzi, insieme al macchinario va fornito anche il manuale d'istruzione.
- i) Gli elementi dell'imballaggio e i piccoli elementi di montaggio devono essere tenuti fuori dalla portata dei bambini.
- j) Tenere il dispositivo fuori dalla portata dei bambini e degli animali. I bambini non dovrebbero stare vicino all'unità senza la supervisione di un adulto. Il dispositivo non può essere utilizzato da bambini sopra gli 8 anni.
- k) Durante l'utilizzo di questo dispositivo con altri dispositivi, occorre rispettare anche le istruzioni d'uso degli altri dispositivi.

2.3. Sicurezza personale

- a) È vietato utilizzare il dispositivo quando si è stanchi, malati, sotto l'effetto di alcool, droga o medicinali che riducono in modo significativo le capacità relative alla gestione del dispositivo.
- b) Il macchinario deve essere utilizzato da persone fisicamente idonee, capaci di utilizzarlo e che sono state adeguatamente istruite, che conoscono le istruzioni e che sono state formate in materia di sicurezza ed igiene sul luogo di lavoro.
- c) Il macchinario non è destinato all'utilizzo da parte di persone (bambini compresi) con funzioni psichiche, sensoriali e mentali ridotte o prive di

un'adeguata esperienza e/o conoscenza, a meno che non siano supervisionate da una persona responsabile della loro sicurezza o che abbiano ricevuto istruzioni su come usare il macchinario.

- d) Occorre essere attenti, seguire il buon senso durante l'utilizzo del dispositivo. Un attimo di distrazione durante il lavoro, può essere causa di serie lesioni corporee.
- e) Per evitare un avviamento accidentale, assicurarsi che il dispositivo sia spento prima di collegarlo a una fonte di alimentazione.
- f) Non sopravvalutare le proprie capacità. Mantenere il corpo bilanciato e in equilibrio in ogni momento. Ciò consente un migliore controllo del dispositivo in situazioni impreviste.
- g) Non indossare abiti larghi; potrebbero essere afferrati da parti in movimento.
- h) Rimuovere qualsiasi strumento di regolazione o chiave prima di accendere il dispositivo. Un utensile o una chiave lasciata in una parte rotante del dispositivo può causare lesioni.
- i) Il dispositivo non è un giocattolo. I bambini devono essere sorvegliati affinché non giochino con il dispositivo.

2.4. Utilizzo sicuro del dispositivo

- a) Non utilizzare il dispositivo se l'interruttore ON/OFF non funziona correttamente (non si accende e non si spegne). I dispositivi che non possono essere controllati con l'interruttore sono pericolosi, non devono essere utilizzati e devono essere riparati.
- b) Scollegare il dispositivo dall'alimentazione prima della regolazione, della pulizia e della manutenzione. Questa precauzione riduce il rischio di avvio accidentale.
- c) Conservare i dispositivi inattivi fuori dalla portata dei bambini e delle persone che non conoscono il dispositivo o queste istruzioni d'uso. I dispositivi sono pericolosi se utilizzati da persone senza esperienza.
- d) Mantenere il dispositivo in buono stato tecnico. Prima di ogni attività, verificare che non vi siano danneggiamenti generici o relativi a parti mobili (rottture delle parti e componenti o qualsiasi altra condizione che possa pregiudicare il funzionamento sicuro del dispositivo). In caso di danneggiamenti, far riparare il dispositivo prima dell'utilizzo.
- e) Tenere il dispositivo fuori dalla portata dei bambini.
- f) La riparazione e la manutenzione dei dispositivi devono essere eseguite da persone qualificate utilizzando solo pezzi di ricambio originali. Ciò garantirà un utilizzo sicuro.
- g) Per garantire l'integrità operativa progettata del dispositivo, non rimuovere le protezioni o le viti montate in fabbrica.

-
- h) Durante il trasporto e lo spostamento del dispositivo dal luogo di stoccaggio al luogo di utilizzo, tenere conto delle norme di salute e sicurezza sul lavoro relative alle operazioni manuali di trasporto in vigore nel paese in cui vengono utilizzati i dispositivi.
 - i) Evitare situazioni in cui il dispositivo si ferma sotto carico eccessivo mentre è in funzione. Ciò può causare il surriscaldamento dei componenti di propulsione e il conseguente danneggiamento del dispositivo.
 - j) Non toccare le parti o gli accessori mobili, a meno che il dispositivo sia stato scollegato dall'alimentazione.
 - k) È vietato spostare, cambiare la posizione e girare il dispositivo mentre è in funzione.
 - l) Non lasciare il dispositivo incustodito quando è acceso.
 - m) Pulire regolarmente il dispositivo per prevenire l'accumulo permanente di impurità.
 - n) Il dispositivo non è un giocattolo. La pulizia e la manutenzione non devono essere eseguite da bambini senza la supervisione di un adulto.
 - o) È vietato apportare modifiche alla struttura del dispositivo per modificarne i parametri o la costruzione.
 - p) Tenere il dispositivo lontano da fonti di fuoco e calore.
 - q) Non sovraccaricare il dispositivo.
 - r) Il superamento del peso massimo dell'utente consentito può causare danni al prodotto.
 - s) Consultare il medico prima di iniziare l'esercizio per determinare se ci sono controindicazioni di salute.
 - t) Effettuare sempre un riscaldamento prima di utilizzare il dispositivo e controllare il tapis roulant per eventuali danni che potrebbero influenzare il funzionamento del dispositivo e per i componenti usurati. Se i componenti devono essere sostituiti, non utilizzare il dispositivo finché i componenti difettosi non sono stati sostituiti.
 - u) Se si verificano sintomi preoccupanti durante l'esercizio, ad esempio dolore al petto, vertigini, mancanza di respiro, ecc, interrompere immediatamente l'allenamento e consultare un medico.
 - v) Posizionare il dispositivo su una superficie stabile, asciutta e piana con uno spazio minimo di 0,6m intorno ad esso.
 - w) Non utilizzare il dispositivo un'ora prima o un'ora dopo un pasto, poiché potrebbero verificarsi effetti avversi.
 - x) Il dispositivo può essere utilizzato da una persona alla volta.
 - y) Si sconsiglia l'uso del dispositivo alle donne incinte.
 - z) Non scendere dal dispositivo o salire sul tapis roulant mentre il nastro è in funzione.
 - aa) Non posizionare o riporre oggetti sul nastro del tapis roulant.
 - bb) Non posizionare il dispositivo su tappeti spessi. Questo impedirà la corretta circolazione dell'aria sotto il dispositivo.

-
- cc) Si raccomanda di non utilizzare il dispositivo senza aver prima consultato un medico per:
- persone con controindicazioni da parte di un medico o che non si sentono bene,
 - persone con gravi condizioni mediche,
 - persone che soffrono di malattie come l'ipertensione, malattie cardiache, aterosclerosi cerebrale e trombosi venosa cerebrale,
 - persone che soffrono di osteoporosi,
 - persone con pacemaker o altri dispositivi medici impiantati.
- dd) Non avviare il dispositivo se non è dispiegato correttamente.
- ee) Non iniziare l'allenamento senza la chiave di sicurezza.
- ff) Non allenarsi sul tapis roulant oltre le sue forze. Uno sforzo eccessivo può portare a incidenti durante l'uso del dispositivo e può causare danni alla salute.
- gg) Non stare alla fine o all'inizio del nastro di corsa prima o durante l'inizio dell'allenamento.
- hh) Non appoggiarsi al corrimano con tutto il peso del corpo.



ATTENZIONE!

Nonostante il dispositivo sia stato progettato per essere sicuro, disponga di adeguati dispositivi di protezione e nonostante l'utilizzo di ulteriori elementi di sicurezza per l'utente, esiste ancora un piccolo rischio di incidenti o lesioni durante l'utilizzo del dispositivo. Si raccomanda di essere cauti e usare il buon senso durante il suo utilizzo.

3. Regole di utilizzo

Il dispositivo è progettato per l'allenamento dei muscoli della parte inferiore del corpo camminando o correndo.

Il prodotto è destinato esclusivamente all'uso domestico!

Il prodotto non è destinato ad essere utilizzato per scopi medici/terapeutici.

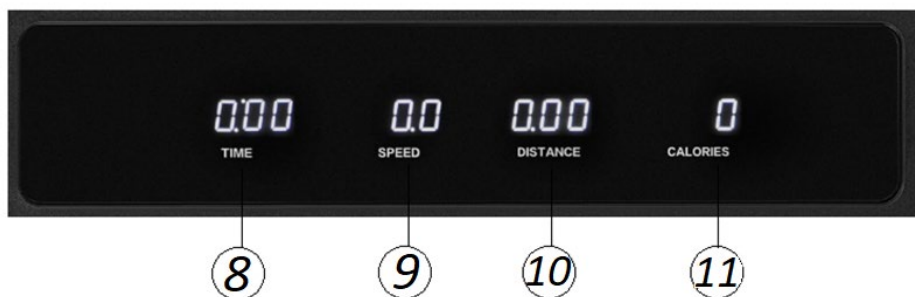
L'utente è responsabile di eventuali danni derivanti da un uso improprio del dispositivo.

3.1. Descrizione del dispositivo



- 1. Ripiano (ad esempio per un tablet)
- 2. Corrimano
- 3. Display
- 4. Piede
- 5. Tubo pieghevole
- 5A. Tubo estensibile
- 6. Nastro di corsa
- 7. Chiave di sicurezza

3.1.1. DISPLAY



- 8. Indicatore del tempo
- 9. Indicatore della velocità
- 10. Indicatore della distanza
- 11. Indicatore del consumo di calorie

3.1.2. BRACCIALE - TELECOMANDO



- 12. Pulsante che attiva il nastro di corsa
- 13. Pulsante "P" - selezione del programma di velocità (1-6)
- 14. Valori crescenti
- 15. Valori decrescenti
- 16. Tasto "S" – stop lento
- 17. Tasto "M" – passa da un parametro all'altro:
 - "Time" [8] - impostazioni del tempo (minuti: secondi)
 - "Speed" [9] – impostazioni della velocità (km/h)
 - "Distance" [10] – impostazioni della distanza (km)
 - "Calories" [11] – impostazioni delle calorie bruciate

3.2. Preparazione all'utilizzo

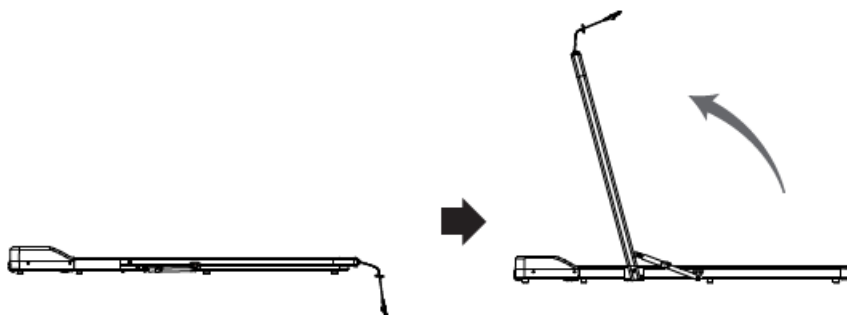
POSIZIONAMENTO DEL DISPOSITIVO

La temperatura ambiente non deve superare i 40°C e l'umidità relativa non deve superare l'85%. Posizionare il dispositivo in modo tale da garantire una buona circolazione dell'aria. Il dispositivo deve essere tenuto lontano da qualsiasi superficie calda. Il dispositivo deve essere sempre utilizzato su una superficie piana, stabile, pulita, ignifuga ed asciutta e fuori dalla portata dei bambini e delle persone con funzioni psichiche, sensoriali e mentali ridotte. Il dispositivo deve essere collocato in modo tale che la spina di alimentazione possa essere raggiunta in qualsiasi momento. Assicurarsi che l'alimentazione del dispositivo corrisponda ai dati riportati sulla targhetta!

Si deve tenere almeno 0,6 m di spazio libero in più sopra lo spazio di allenamento intorno al dispositivo su ogni lato, tranne il retro, dove si deve tenere 2 m di spazio libero durante il lavoro con il dispositivo.

3.3. Lavoro con il dispositivo

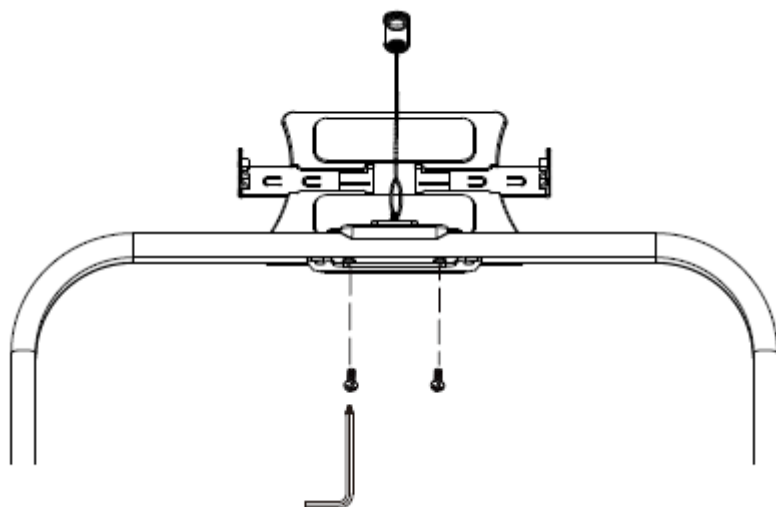
1. Tirare il corrimano [2] verso l'alto mentre si dispiega il dispositivo.



Quando si dispiega, un'estensione scivolerà fuori dal tubo [5A]. Per fissare la posizione del corrimano, far scorrere il morsetto sul punto di piegatura al centro del tubo [5].



2. Posizionare il ripiano [1] sopra il corrimano [2] allineando i fori del ripiano con quelli del corrimano. Usare una chiave a brugola per avvitare le viti fornite (2 pezzi) nei fori.



3. Tenere il cavo di alimentazione. Inserire la spina di alimentazione a 3 pin nella presa sul fondo del dispositivo. Inserire la spina di rete all'altra estremità del cavo di alimentazione nella presa di corrente.

4. Impostare l'interruttore "I/O" sulla parte anteriore del dispositivo sulla posizione "I" - il dispositivo è stato acceso. Il display indicherà "0" per ogni parametro.

5. Inserire la chiave di sicurezza [7]. Attaccare la clip del cavo della chiave ai vestiti. Quando viene tirato in caso di caduta, scivolamento o inciampo, la chiave di sicurezza interrompe l'alimentazione elettrica e il dispositivo si ferma immediatamente.



6. Mettere il braccialetto.

7. Impostare i parametri di tempo, distanza e calorie bruciate come desiderato:

- Con il tasto "M" [17], selezionare il parametro da impostare (tranne la velocità)
- Regolare il valore del parametro premendo il pulsante "+" [14] per aumentare il valore e il pulsante "-" [15] per diminuirlo

Parametri predefiniti impostati:

	Valore predefinito impostato	Campo di regolazione
Tempo	30 minuti	5 – 99 minuti
Distanza	1 km	0,5 - 65 km (cambiare valore ogni 0,5 km)
Calorie	50	10 - 995 (cambiare valore ogni 5 calorie)

8. Impostare la tua velocità:

a) selezionare uno dei programmi di allentamento disponibili:

- Premere il pulsante "P" [13] finché non hai selezionato uno dei 6 programmi di allentamento disponibili
- Il tempo predefinito impostato per ogni programma è di 30 minuti - quando si seleziona uno dei programmi, il display [8] con il valore di 30 minuti lampeggia. Usare i pulsanti [14] e [15] per aumentare o diminuire il tempo del programma

- Dopo aver premuto il pulsante "P" non si possono fare altre modifiche oltre all'ora.
- Per modificare i valori dei parametri e uscire dal programma di allenamento, premere il pulsante "M". Il display [8] indicherà 30 minuti e i display [9], [10] e [11] si azzereranno e si può regolare nuovamente i valori dei parametri.

I programmi di allenamento consistono in venti intervalli di 1,5 minuti, cioè il dispositivo cambia velocità ogni 1,5 minuti.

	Velocità di ogni intervallo (ogni 1,5 minuti)																			
P 1	1	2	3	4	5	4	3	2	1	2	3	4	5	4	3	2	1	2	3	2
P 2	2	2	3	3	4	4	5	5	6	6	5	5	4	4	3	3	2	2	3	3
P 3	1	2	3	2	3	4	3	4	5	4	5	6	5	4	5	4	3	4	3	2
P 4	2	3	3	4	3	4	4	5	4	5	5	6	5	6	6	5	4	3	2	1
P 5	2	2	3	4	5	6	6	5	4	3	3	2	3	4	4	5	6	5	4	3
P 6	1	2	3	3	3	4	5	6	6	6	5	4	3	2	2	2	3	4	3	2

b) impostazione manuale della velocità:

- Premere il pulsante [12] Il tapis roulant misura 3 secondi e parte alla velocità impostata di 8 km/h
- Usare i pulsanti [14] e [15] per regolare il valore di velocità desiderato.
- Il tapis roulant inizierà a contare da zero il tempo di allenamento, la distanza percorsa e il numero di calorie bruciate

9. Dopo aver impostato i parametri e/o il programma desiderato, premere il pulsante [12] che avvierà il nastro di corsa entro 3 secondi. Il dispositivo emetterà un segnale acustico per indicare che il nastro di corsa è partito.

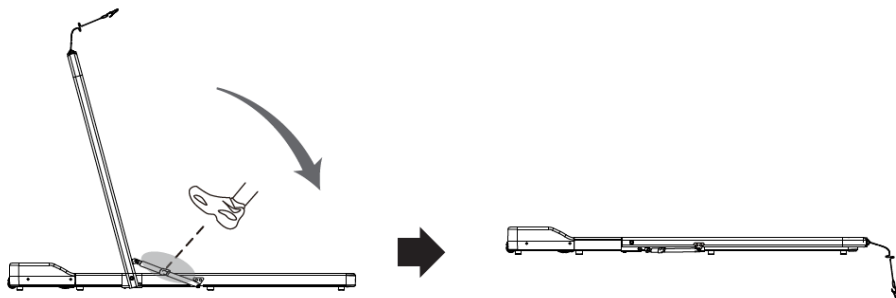
ATTENZIONE! Usare la massima cautela quando si attiva il nastro di corsa e si inizia un allenamento.

10. Per terminare l'allenamento premere il pulsante "S" [16]. Il dispositivo inizierà il processo di arresto, il valore della velocità inizierà a diminuire, come indicato dal display.

11. Solo quando il nastro di corsa si è fermato completamente si deve scendere dal tapis roulant.

12. Posizionare l'interruttore "I/O" su "O" – il dispositivo è stato spento ed estrarre la spina dalla presa di corrente.

13. Se il dispositivo non verrà usato per molto tempo, piegatelo: premere con il piede sul tubo [5]. Il tubo [5] si piegherà e l'estensione [5A] si ritrarrà, abbassando e piegando il corrimano [2].



3.4. Pulizia e manutenzione

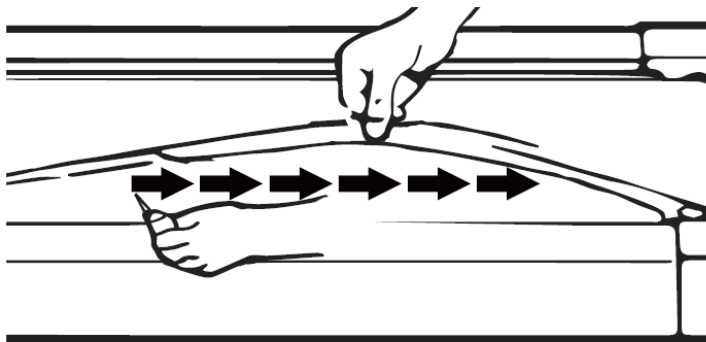
- a) Prima di qualsiasi pulizia, regolazione o cambio di accessori e anche quando il dispositivo non viene utilizzato, scollegare la spina di rete e attendere che le parti rotanti si siano fermate.
- b) Per pulire la superficie, utilizzare esclusivamente agenti che non contengono sostanze corrosive.
- c) Dopo ogni pulizia asciugare accuratamente tutti gli elementi prima di riutilizzare il dispositivo.
- d) Il dispositivo va conservato in luogo asciutto e fresco, protetto dall'umidità e dall'esposizione diretta ai raggi solari.
- e) È vietato spruzzare sul dispositivo il getto d'acqua o immergere il dispositivo in acqua.
- f) Assicurarsi che attraverso i fori di ventilazione dell'alloggiamento non penetri l'acqua. Non applicare umidità al display e all'interruttore "I/O".
- g) Pulire i fori di ventilazione con un pennello e con l'aria compressa.
- h) È necessario eseguire revisioni regolari del dispositivo per quanto riguarda l'efficienza tecnica.
- i) Pulire il corrimano dopo ogni allenamento. con un panno morbido e umido e acqua calda e sapone.
- j) Per pulire, non utilizzare oggetti appuntiti e/o metallici (ad esempio spazzole metalliche o spatole metalliche), in quanto possono danneggiare la superficie del materiale con cui è realizzato il dispositivo.
- k) Non pulire il dispositivo con sostanze acide, agenti ad uso medico, diluenti, carburante, oli o altre sostanze chimiche per evitare di danneggiare il dispositivo.

-
- l) Se il dispositivo non viene utilizzato per un lungo periodo, rimuovere la chiave di sicurezza e piegare il tapis roulant.

3.4.1. APPLICAZIONE DEL GRASSO

Per un corretto funzionamento del dispositivo, applicare del grasso sotto il nastro del tapis roulant dopo le prime 25 ore di funzionamento (o 2-3 mesi se il dispositivo non è stato usato regolarmente). Ripetere ogni 50 ore di lavoro (o ogni 5-8 mesi).

1. Sollevare un lato del nastro di corsa con una mano.
2. Pulire la superficie esposta sotto il nastro di corsa con un dito.
3. Se la superficie è liscia e oleosa, non è necessario applicare il grasso.
4. Se la superficie è asciutta, fare cadere qualche goccia di lubrificante al centro dell'interno del nastro di corsa sollevato con l'altra mano.

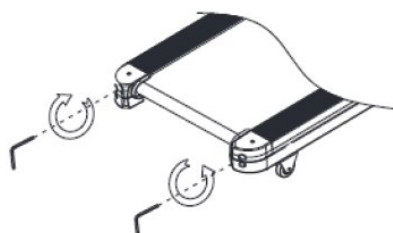
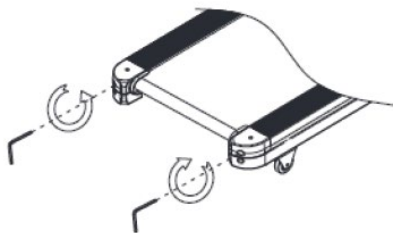


5. Accendere il dispositivo su qualsiasi programma per circa 3-5 minuti, permettendo al grasso di spargersi sotto il nastro di corsa.

ATTENZIONE! Non mettere il lubrificante sulla superficie sotto il nastro di corsa. Se cadono gocce di grasso dall'interno del nastro, pulirle.

3.5. Regolazione della posizione del nastro di corsa

1. Dopo aver usato il tapis roulant per un po' di tempo, il nastro di corsa può muoversi.
2. Per regolare la posizione e la tensione del nastro di corsa, girare le viti nei fori all'estremità della base di conseguenza (usando una chiave a brugola).



ATTENZIONE! Assicurarsi che il nastro di corsa non si sovrapponga ai bordi del tapis roulant. Questo può danneggiare o addirittura strappare il nastro di corsa.

SMALTIMENTO DEI DISPOSITIVI USURATI:

Alla fine della sua vita utile, questo prodotto non deve essere smaltito con i normali rifiuti domestici ma deve essere portato in un centro di raccolta e riciclaggio di apparecchiature elettriche ed elettroniche. Lo segnala il simbolo posto sul prodotto, nelle istruzioni o sull'imballaggio. I materiali utilizzati nel dispositivo sono adatti al riutilizzo, conformemente alle loro sigle. Riutilizzando, riproponendo o utilizzando in altro modo l'attrezzatura usurata, si contribuisce alla tutela del nostro ambiente naturale.

Per informazioni sull'impianto adatto per lo smaltimento dei dispositivi usurati, contattare gli organi della vostra amministrazione locale.

3.6. Risoluzione dei problemi:

Problema	Probabile causa	Azione
Il tapis roulant non si avvia.	1. Il dispositivo non è collegato alla rete elettrica 2. La chiave di sicurezza non è inserita correttamente 3. Fusibile elettrico scollegato	1. Inserire la spina del cavo di alimentazione nella presa di corrente. 2. Reinserire correttamente la chiave di sicurezza 3. Accendere il fusibile elettrico, attendere 5 minuti e riavviare il dispositivo. Se il tapis roulant continua a non avviarsi, contattare un elettricista qualificato o il servizio di assistenza del produttore.

Il nastro di corsa scivola sui bordi	La tensione del nastro di corsa è troppo bassa	Regolare la tensione e la posizione del nastro di corsa (3.6. Regolazione della posizione del nastro di corsa)
Il nastro di corsa fa rumori fastidiosi sotto carico	1. Il nastro di corsa deve essere lubrificato 2. La tensione del nastro di corsa è troppo bassa	1. Lubrificare il nastro di corsa (3.4.1. Applicazione del grasso) 2. Regolare la tensione e la posizione del nastro di corsa (3.6. Regolazione della posizione del nastro di corsa)
Il nastro di corsa non è centrato	La tensione del nastro di corsa non è distribuita uniformemente	Regolare la tensione e la posizione del nastro di corsa (3.6. Regolazione della posizione del nastro di corsa)

Datos técnicos

Descripción del parámetro	Valor del parámetro
Nombre del producto	Cinta de correr
Modelo	GR-MG73
Tensión de alimentación [V~] / Frecuencia [Hz]	230/50
Potencia nominal [W]	735
Clase de protección	I
Clase de precisión	C (precisión mínima de medición)
Clase de aplicación	H (para uso doméstico)
Carga máxima [kg]	120
Medidas de la máquina plegada [mm]	1270x570x110
Medidas de la máquina desplegada [mm]	1450x620x1000
Peso [kg]	25
Velocidad máxima [km/h]	8
Medidas de la cinta	1000x400
Tipo de pantalla	LED
Programas de trabajo disponibles	6
Velocidad del motor [rpm]	5500
Clase de protección IP	IP20
Duración de las escobillas de motor [h]	500 – 800
Clase de aislamiento del bobinado	E
Longitud del cable de alimentación [cm]	145
Longitud del cable de la llave de seguridad [cm]	75

1. Descripción general

El manual está pensado para ayudar para un uso seguro y fiable. El producto está diseñado y fabricado siguiendo estrictamente las especificaciones técnicas, utilizando la tecnología y los componentes más modernos y manteniendo los más altos estándares de calidad.

**ANTES DE EMPEZAR A TRABAJAR HAY QUE
LEER Y COMPRENDER ATENTAMENTE ESTE MANUAL.**

Para garantizar un funcionamiento duradero y fiable del aparato, se debe prestar atención a su correcto funcionamiento y mantenimiento de acuerdo con las instrucciones de este manual. Los datos técnicos y las especificaciones de este manual están actualizados. El fabricante se reserva el derecho a realizar cambios para mejorar la calidad.

Explicación de los símbolos

	El producto cumple los requisitos de las normas de seguridad pertinentes.
	Lea las instrucciones antes de utilizar el aparato.
	Producto reciclable.
	¡ATENCIÓN! o ¡ADVERTENCIA! o ¡RECUERDE! describe la situación (señal de advertencia).
	¡ATENCIÓN! ¡Advertencia de descarga eléctrica!
	¡ATENCIÓN! ¡Elementos giratorios!
	Solo para uso en interiores.
	No pisar la cinta de correr encendida.
	No introducir los dedos ni objetos en las partes móviles de la máquina.



¡ATENCIÓN! Las ilustraciones de este manual son solo para fines ilustrativos y pueden diferir en algunos detalles del aspecto real del producto.

El manual original es la versión alemana. Las otras versiones lingüísticas son traducciones del alemán.

2. Seguridad de uso



¡ATENCIÓN! Leer todas las advertencias de seguridad y todas las instrucciones. El incumplimiento de las advertencias e instrucciones puede provocar descarga eléctrica, incendio y/o lesiones graves o la muerte.

El término "aparato" o "producto" en las advertencias y en la descripción de las instrucciones se refiere a la <CINTA DE CORRER>.

2.1. Seguridad eléctrica

- a) La clavija del aparato debe encajar en la toma de corriente. No modificar la clavija de ninguna forma. Las clavijas originales y los enchufes a juego reducen el riesgo de descarga eléctrica.
- b) Evitar tocar los componentes conectados a tierra, como tuberías, radiadores, estufas y neveras. Existe un mayor riesgo de descarga eléctrica si el cuerpo está conectado a tierra y toca el aparato expuesta a la lluvia directa, al pavimento mojado y al funcionamiento en un entorno húmedo. La entrada de agua en el aparato aumenta el riesgo de que se produzcan daños en el aparato y descargas eléctricas.
- c) No usar el conducto de forma incorrecta. No lo usar nunca para mover el aparato ni para sacar la clavija del enchufe. Mantener el cable alejado de fuentes de calor, aceite, bordes afilados o piezas móviles. Los cables dañados o enredados aumentan el riesgo de descarga eléctrica.
- d) Si no se puede evitar el uso del aparato en un entorno húmedo, se debe utilizar un dispositivo de corriente residual (RCD). El uso del RCD reduce el riesgo de descarga eléctrica.
- e) No usar el aparato si el cable de alimentación está dañado o muestra claros signos de desgaste. El cable de alimentación dañado debe ser sustituido por un electricista cualificado o por el servicio técnico del fabricante

-
- f) Para evitar una descarga eléctrica, no sumergir el cable, la clavija ni el propio aparato en agua u otro líquido. No utilizar el aparato sobre superficies mojadas.
 - g) ATENCIÓN: ¡PELIGRO DE MUERTE! Durante la limpieza o el uso del aparato, no sumergirlo nunca en agua u otros líquidos.

2.2. Seguridad en el lugar de trabajo

- a) Mantener el lugar de trabajo ordenado y bien iluminado. El desorden o la mala iluminación pueden provocar accidentes. Hay que ser previsor, observar lo que se hace y ser razonable al usar el aparato.
- b) Si tiene alguna duda si el producto funciona correctamente, póngase en contacto con el servicio técnico del fabricante.
- c) Las reparaciones del aparato solo pueden ser realizadas por el servicio técnico del fabricante. ¡No realizar las reparaciones por si solo!
- d) En caso de incendio o de ignición, solo deben utilizarse extintores de polvo o de nieve (CO₂) para extinguir el aparato bajo tensión.
- e) Usar el aparato en una zona bien ventilada.
- f) ¡Detener la máquina pulsando el botón de PARADA DE EMERGENCIA en caso de peligro para la vida o la salud, accidente o avería!
- g) Comprobar regularmente el estado de las pegatinas con información relativa a la seguridad. En caso de que las pegatinas sean ilegibles, deberán ser sustituidas.
- h) Conservar este manual para futuras consultas. Si el aparato se va a entregar a un tercero, el manual de usuario también debe entregarse con él.
- i) Guardar las piezas del embalaje y las piezas pequeñas de montaje fuera del alcance de los niños.
- j) Mantener el aparato fuera del alcance de los niños y los animales. No se debe permitir que los niños se acerquen a la máquina sin la supervisión de un adulto. La máquina puede ser usada por niños mayores de 8 años.
- k) Si se utiliza este aparato junto con otros aparatos, deben seguirse también las demás instrucciones de uso.

2.3. Seguridad personal

- a) No usar el aparato cuando esté cansado, enfermo o bajo los efectos del alcohol, drogas o medicamentos que limiten sustancialmente su capacidad de manejo del aparato.
- b) La máquina puede ser operada por personas físicamente aptas, capaces de manejarla y que hayan recibido la formación adecuada, y que hayan leído estas instrucciones y hayan sido instruidas en materia de seguridad y salud laboral.

-
- c) La máquina no está destinada a ser utilizado por personas (incluidos los niños) con funciones mentales, sensoriales o intelectuales reducidas o con falta de experiencia y/o conocimientos, a menos que estén supervisadas por una persona responsable de su seguridad o que ésta les haya dado instrucciones sobre el funcionamiento del aparato.
 - d) Hay que estar atento, usar el sentido común durante el trabajo con el aparato. Un momento de desatención mientras se trabaja puede provocar graves lesiones personales.
 - e) Para evitar una puesta en marcha accidental, asegurarse de que la máquina está apagada antes de conectarla a la fuente de alimentación.
 - f) No sobreestime sus posibilidades. Mantener el equilibrio del cuerpo en todo momento durante el trabajo. Esto permite un mejor control del aparato en situaciones inesperadas.
 - g) No llevar ropa suelta, ya que puede quedar atrapada por las piezas en movimiento.
 - h) Retirar las herramientas de ajuste o las llaves antes de encender la máquina. Si se deja una herramienta o una llave inglesa en una parte giratoria del aparato, se pueden producir lesiones.
 - i) La máquina no es un juguete. Los niños deben ser supervisados para que no jueguen con la máquina.

2.4. Uso seguro de la máquina

- a) No usar la máquina si el interruptor ON/OFF no funciona correctamente (no se enciende ni se apaga). Las máquinas que no pueden ser controladas por un interruptor son inseguros, no pueden trabajar y deben ser reparadas.
- b) Desconectar la máquina de la red eléctrica antes de proceder a su ajuste, limpieza y mantenimiento. Esta medida preventiva reduce el riesgo de un encendido accidental.
- c) Guardar la máquina no utilizada fuera del alcance de los niños y de cualquier persona que no esté familiarizada con ella o con este manual. Las máquinas son peligrosas en manos de usuarios inexpertos.
- d) Mantener la máquina en buen estado técnico. Comprobar antes de cada uso si no hay daños generales o relacionados con las piezas móviles (grietas en las piezas y componentes o cualquier otra condición que pueda afectar al funcionamiento seguro de la máquina). En caso de daños, entregar la máquina para su reparación antes de utilizarla.
- e) Mantener la máquina fuera del alcance de los niños.
- f) La reparación y el mantenimiento de la máquina deben ser realizados por personal cualificado y utilizando únicamente piezas de recambio originales. Esto garantiza la seguridad de uso.

-
- g) Para garantizar la integridad operativa de la máquina, no retirar las cubiertas instaladas de fábrica ni aflojar los tornillos.
 - h) Al transportar y trasladar la máquina desde el lugar de almacenamiento hasta el lugar de uso, deben tenerse en cuenta las normas de seguridad e higiene para la manipulación manual que se aplican en el país en el que se utiliza la máquina.
 - i) Evitar situaciones en las que la máquina se detenga bajo una carga pesada durante el funcionamiento. Esto puede provocar un sobrecalentamiento de los componentes del accionamiento y, en consecuencia, dañar la máquina.
 - j) No tocar las partes móviles o los accesorios a menos que la máquina haya sido desconectada de la fuente de alimentación.
 - k) Está prohibido mover, desplazar o girar la máquina mientras está en funcionamiento.
 - l) No dejar la máquina encendida sin vigilancia.
 - m) Limpiar regularmente la máquina para evitar que se deposite permanentemente la suciedad.
 - n) La máquina no es un juguete. La limpieza y el mantenimiento no deben ser realizados por niños sin la supervisión de un adulto.
 - o) Está prohibido manipular la estructura de la máquina para cambiar sus parámetros o su estructura.
 - p) Mantener la máquina alejada de fuentes de fuego y calor.
 - q) No sobrecargar la máquina.
 - r) Superar el peso máximo permitido del usuario puede dañar el producto.
 - s) Consultar al médico antes de empezar a hacer ejercicio para determinar si hay alguna contraindicación para la salud.
 - t) Hacer siempre un calentamiento antes de usar la máquina y comprobar si la cinta de correr no presenta daños que puedan afectar al funcionamiento de la máquina si los componentes de la cinta no están desgastados. Si hay que sustituir componentes, no usar la máquina hasta que se hayan sustituido los componentes defectuosos.
 - u) En caso de notar síntomas preocupantes durante el ejercicio, por ejemplo, dolor en el pecho, mareos, falta de aire, etc., hay que dejar de entrenar inmediatamente y consultar al médico.
 - v) Colocar la máquina sobre una superficie estable, seca y plana, teniendo cuidado de mantener una distancia mínima de 0,6 m de espacio libre a su alrededor.
 - w) No usar la máquina una hora antes o una hora después de una comida, ya que pueden producirse efectos adversos.
 - x) La máquina solo puede ser utilizada por una persona a la vez.
 - y) No se recomienda su uso por mujeres embarazadas.
 - z) No bajar ni subir a la cinta de correr mientras está en funcionamiento.
 - aa) No colocar ni guardar objetos sobre la cinta de correr.

-
- bb) No colocar la máquina sobre alfombras gruesas. Esto impedirá la correcta circulación del aire debajo de la máquina.
 - cc) No se recomienda utilizar a máquina sin consultar previamente al médico por:
 - personas con contraindicaciones médicas o que se sientan mal,
 - personas con enfermedades graves,
 - personas con enfermedades como la hipertensión, las cardiopatías, la aterosclerosis cerebral y la trombosis venosa cerebral,
 - personas que sufren de osteoporosis,
 - personas con marcapasos u otros dispositivos médicos implantados.
 - dd) No poner en marcha la máquina si no está correctamente montada.
 - ee) No empezar a entrenar sin la llave de seguridad.
 - ff) No entrenar en la cinta de correr por encima de sus posibilidades. Un esfuerzo excesivo puede provocar accidentes al trabajar con la máquina y perjudicar la salud.
 - gg) No ponerse al final o al principio de la cinta de correr antes o durante el inicio del entrenamiento.
 - hh) No apoyarse en el pasamanos con todo el peso del cuerpo.



¡ATENCIÓN!

Aunque la máquina está diseñada para ser segura, tiene medidas de protección adecuadas, y a pesar del uso de elementos adicionales de seguridad para el usuario, sigue existiendo un pequeño riesgo de accidente o lesión al manipularla. Es aconsejable tener precaución y sentido común al utilizarla.

3. Normas de uso

La máquina está diseñada para el entrenamiento de los músculos inferiores caminando o corriendo.

¡El producto está destinado solo para uso doméstico!

El producto no está destinado a un uso médico/terapéutico.

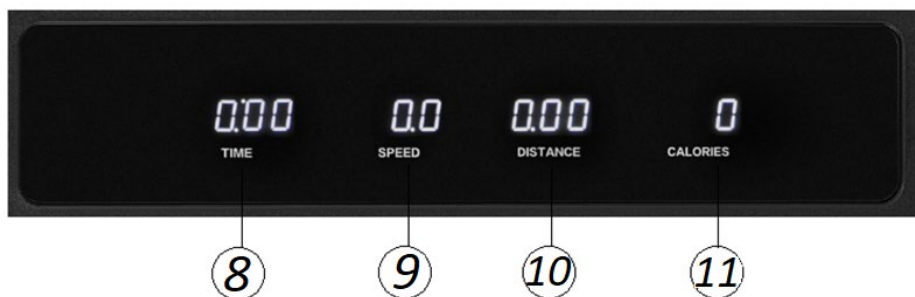
El usuario es responsable de cualquier daño resultante del mal uso.

3.1. Descripción de la máquina



- 1. Soporte (ej. para tableta)
- 2. Pasamanos
- 3. Pantalla
- 4. Pata
- 5. Tubo plegable
- 5A. Tubo extensible
- 6. Cinta de correr
- 7. Llave de seguridad

3.1.1. PANTALLA



- 8. Indicador de tiempo
- 9. Indicador de velocidad
- 10. Indicador de distancia
- 11. Indicador de calorías quemadas

3.1.2. BANDA - MANDO A DISTANCIA



- 12. Botón para activar la cinta de correr
- 13. Botón "P" - selección del programa de velocidad (1-6)
- 14. Aumento del valor
- 15. Aumento del valor
- 16. Botón "S" - parada lenta
- 17. Botón "M" - cambio entre los parámetros:
 - "Time" [8] – ajustes de tiempo (minutos : segundos)
 - "Speed" [9] – ajustes de velocidad (km/h)
 - "Distance" [10] – ajustes de distancia (km)
 - "Calories" [11] – ajustes de calorías quemadas

3.2. Preparación para el trabajo

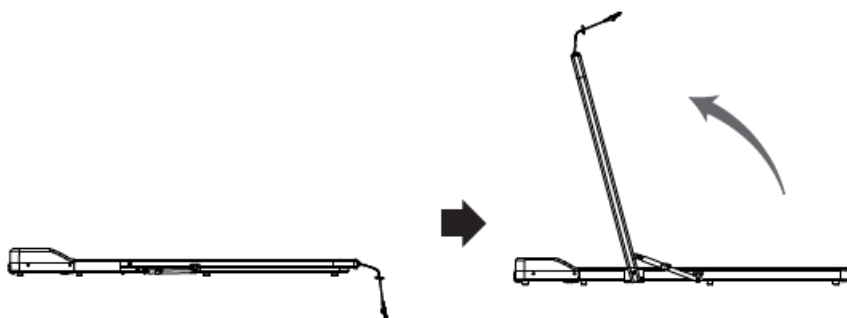
UBICACIÓN DE LA MÁQUINA

La temperatura ambiente no debe superar 40°C y la humedad relativa no debe superar 85%. Colocar la máquina de manera que haya una buena circulación de aire. Mantener la máquina alejada de cualquier superficie caliente. La máquina debe utilizarse siempre sobre una superficie plana, estable, limpia, ignífuga y seca, y fuera del alcance de los niños y de las personas con funciones mentales, sensoriales o intelectuales reducidas. La máquina debe colocarse de forma que se pueda acceder a la clavija en cualquier momento. Asegurarse de que la alimentación de la máquina corresponde con los datos indicados en la placa de características.

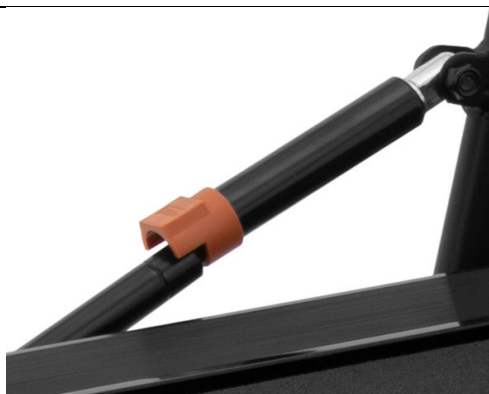
Mantener un mínimo de 0,6 m más de espacio libre por encima del espacio de entrenamiento alrededor de la máquina en cada lado, excepto en la parte trasera, donde se debe mantener un espacio libre de 2 m cuando se trabaja con la máquina.

3.3. Trabajo con la máquina

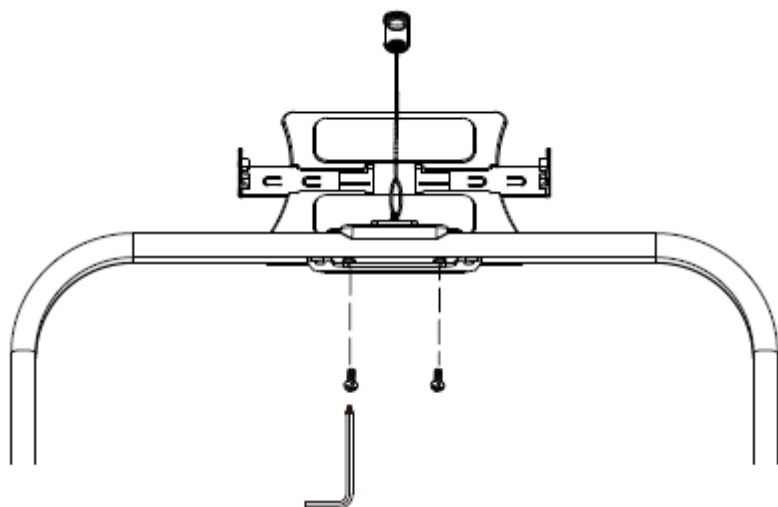
1. Tirar del pasamanos [2] hacia arriba para desplegar la máquina.



Al desplegarla, una extensión se deslizará del tubo [5A]. Para asegurar la posición del pasamanos, deslizar la abrazadera sobre el punto de plegado en el centro del tubo [5].



2. Colocar el soporte [1] sobre el pasamanos [2] alineando los orificios en el soporte con los orificios del pasamanos. Con una llave Allen, apretar los tornillos suministrados (2 uds.) en los orificios.



3. Agarrar el cable de alimentación. Insertar la clavija de 3-Pin en la toma de corriente situada en la parte inferior de la máquina. Insertar la clavija del otro extremo del cable de alimentación en la toma de corriente.

4. Poner el interruptor "I/O" de la parte frontal de la máquina en la posición "I": el aparato se encenderá. La pantalla indicará el valor "0" junto a cada parámetro.

5. Introducir la llave de seguridad [7]. Enganchar el clip del cable de la llave a la ropa. Si se tira de ella en caso de caída, resbalón o tropiezo, la llave de seguridad cortará el suministro eléctrico y la máquina se detendrá inmediatamente.



6. Ponerse la banda en el brazo.

7. Ajustar los parámetros de tiempo, distancia y calorías quemadas según sus necesidades:

- Usar el botón "M" [17] para seleccionar el parámetro a ajustar (aparte de la velocidad)
- Ajustar el valor del parámetro pulsando el botón "+" [14] para aumentar el valor y el botón "-" [15] para disminuirlo

Parámetros establecidos por defecto:

	Valor establecida por defecto	Rango de ajuste
Tiempo	30 minutos	5 – 99 minutos
Distancia	1 km	0,5 – 65 km (cambio de valor cada 0,5 km)
Calorías	50	10 – 995 (cambio de valor cada 5 calorías)

8. Ajustar la velocidad:

a) seleccionar uno de los programas de entrenamiento disponibles:

- Pulsar el botón "P" [13] hasta que haya seleccionado uno de 6 programas de entrenamiento disponibles
- El tiempo predeterminado para cada programa es de 30 minutos - cuando se selecciona uno de los programas, la pantalla [8] con el valor de 30 minutos

parpadeará. Usar los botones [14] y [15] para aumentar o disminuir el tiempo del programa

- Al pulsar el botón "P" no se pueden hacer otros cambios que el tiempo
- Pulsar el botón "M" para modificar los valores de parámetros y salir del programa de entrenamiento. La pantalla [8] mostrará 30 minutos y las pantallas [9], [10] y [11] se pondrán a cero y se podrán reajustar los valores de parámetros

Los programas de entrenamiento consisten en veinte intervalos de 1,5 minutos, es decir, cada 1,5 minutos la máquina cambia de velocidad.

	Velocidad de cada intervalo (cada 1,5 minutos)																			
P 1	1	2	3	4	5	4	3	2	1	2	3	4	5	4	3	2	1	2	3	2
P 2	2	2	3	3	4	4	5	5	6	6	5	5	4	4	3	3	2	2	3	3
P 3	1	2	3	2	3	4	3	4	5	4	5	6	5	4	5	4	3	4	3	2
P 4	2	3	3	4	3	4	4	5	4	5	5	6	5	6	6	5	4	3	2	1
P 5	2	2	3	4	5	6	6	5	4	3	3	2	3	4	4	5	6	5	4	3
P 6	1	2	3	3	3	4	5	6	6	6	5	4	3	2	2	2	3	4	3	2

b) ajuste manual de la velocidad:

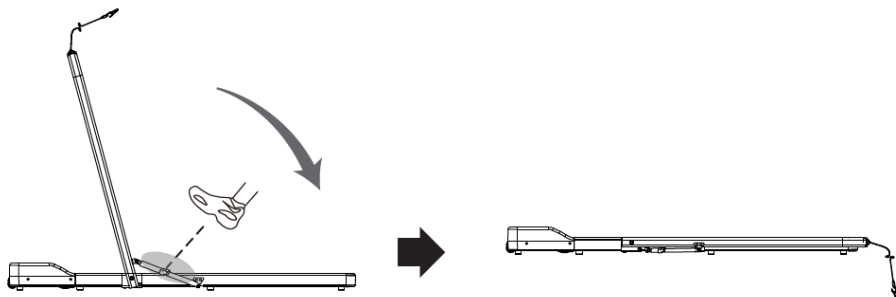
- Pulsar el botón [12]. Tras transcurrir 3 segundos, la cinta se pone en marcha a la velocidad establecida de 8 km/h
- Usar los botones [14] y [15] para ajustar la velocidad deseada
- La cinta de correr comenzará a contar el tiempo de entrenamiento desde cero, la distancia recorrida y las calorías quemadas

9. Una vez ajustados los parámetros y/o el programa deseado, pulsar el botón [12] que activará la cinta de correr en 3 segundos. La máquina emitirá un pitido para indicar que la cinta de correr se ha puesto en marcha.

¡ATENCIÓN! Tener mucho cuidado al poner en marcha la cinta de correr y comenzar el entrenamiento.

10. Para finalizar el entrenamiento, pulsar el botón "S" [16]. La máquina iniciará el proceso de parada, el valor de la velocidad comenzará a disminuir, lo que se indicará en la pantalla.

-
11. Solo cuando la cinta de correr se haya detenido por completo debe bajarse de la cinta.
 12. Poner el interruptor "I/O" en la posición "O": la máquina está apagada y sacar la clavija de la toma de corriente.
 13. Si la máquina no se utiliza durante un largo periodo de tiempo, debe plegarse: presionar el tubo [5] con el pie. El tubo [5] se doblará y la extensión del tubo [5A] se retraerá, haciendo que el pasamanos [2] baje y se pliegue.



3.4. Limpieza y mantenimiento

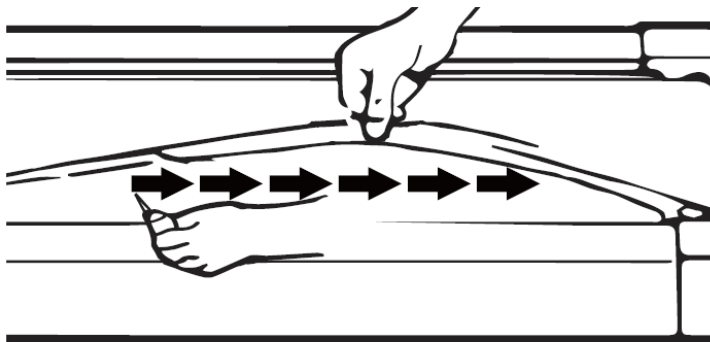
- a) Antes de cualquier limpieza, ajuste o sustitución de accesorios, y también cuando la máquina no esté en uso, hay que desconectar la clavija de la red y esperar a que las piezas giratorias se detengan.
- b) Usar únicamente agentes no corrosivos para la limpieza de la superficie.
- c) Después de cada limpieza, todos los componentes deben secarse bien antes de volver a utilizar la máquina.
- d) Guardar la máquina en un lugar seco y fresco, protegido de la humedad y de la luz solar directa.
- e) Está prohibido rociar la máquina con un chorro de agua o sumergirla en agua.
- f) Asegurarse de que no entre agua por los orificios de ventilación de la carcasa. No aplicar humedad a la pantalla y al interruptor "I/O".
- g) Limpiar las aberturas de ventilación con un cepillo y aire comprimido.
- h) Realizar inspecciones periódicas de la máquina para asegurarse de que está en buen estado de funcionamiento y de que no se ha producido ningún daño.
- i) Limpiar el pasamanos después de cada entrenamiento. Usar un paño suave y húmedo y agua caliente con jabón para la limpieza.
- j) No usar objetos afilados y/o metálicos (por ejemplo, un cepillo de alambre o una espátula de metal) para la limpieza, ya que pueden dañar la superficie de la máquina.
- k) No limpiar la máquina con sustancias ácidas, productos médicos, diluyentes, combustible, aceite u otros productos químicos, ya que esto podría dañar la máquina.

-
- l) Si la máquina no se utiliza durante un largo periodo de tiempo, retirar la llave de seguridad y plegar la cinta de correr.

3.4.1. APLICACIÓN DE GRASA

Para un correcto funcionamiento de la máquina, después de las primeras 25 horas de trabajo (o 2-3 meses si el aparato no se ha utilizado regularmente), es necesario aplicar grasa bajo la cinta de correr. Esto debe repetirse cada 50 horas de trabajo (o cada 5-8 meses).

1. Levantar un lado de la cinta de correr con una mano.
2. Limpiar con el dedo la superficie expuesta bajo la cinta de correr.
3. Si la superficie está lisa y aceitosa, la aplicación de grasa no es necesaria.
4. Si la superficie está seca, dejar caer unas gotas de grasa en el centro del interior de la cinta elevada con la otra mano.

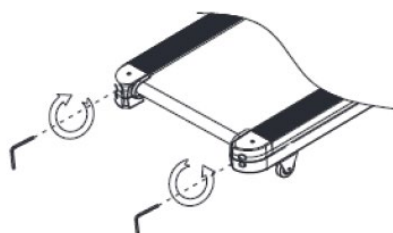
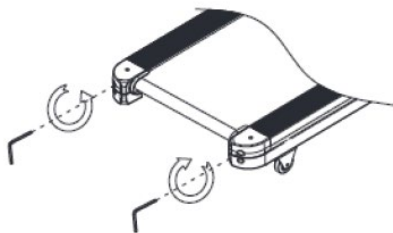


5. Encender la máquina en cualquier programa durante unos 3-5 minutos, permitiendo que la grasa se extienda debajo de la cinta de correr.

¡ATENCIÓN! No poner grasa en la superficie debajo de la cinta de correr. Si caen gotas de grasa del interior de la cinta de correr, hay que limpiarlas.

3.5. Ajuste de posición de la cinta de correr

1. Después de utilizar la cinta de correr durante algún tiempo, la cinta de correr puede desplazarse.
2. Para ajustar la posición y la tensión de la cinta de correr, girar los tornillos en los orificios del extremo de la base según corresponda (con la llave Allen).



¡ATENCIÓN! Asegurarse de que la cinta de correr no sobrepasa los bordes de la cinta. Esto puede dañar o incluso romper la cinta de correr.

ELIMINACIÓN DE EQUIPOS DESECHADOS.

Al final de su vida útil, este producto no debe eliminarse con la basura doméstica normal, sino que debe llevarse a un centro de recogida y reciclaje de aparatos eléctricos y electrónicos. Esto se indica mediante un símbolo en el producto, el manual de usuario o el embalaje. Los materiales utilizados en el aparato son reciclables según su designación. Al reutilizar, reaprovechar o utilizar de otro modo los equipos usados, usted hace una importante contribución a la protección de nuestro medio ambiente.

Su administración local podrá proporcionarle información sobre el punto correcto de eliminación de los aparatos usados.

3.6. Resolución de problemas:

Problema	Posible causa	Acción
La cinta no se pone en marcha	1. La máquina no está conectada a la red eléctrica 2. La llave de seguridad no está insertada correctamente 3. Fusible eléctrico desconectado	1. Conectar el cable de alimentación a una toma de corriente 2. Volver a introducir la llave de seguridad correctamente 3. Conectar el fusible eléctrico, esperar 5 minutos y reiniciar la máquina. Si la cinta de correr sigue sin arrancar, ponerse en contacto con un electricista cualificado o con el servicio técnico del fabricante.

La cinta de correr se desliza sobre los bordes	La tensión de la cinta de correr es demasiado baja	Ajustar la tensión y la posición de la cinta de correr (3.6. Ajuste de posición de la cinta de correr)
La cinta de correr hace ruidos molestos bajo carga	1. La cinta de correr necesita lubricación 2. La tensión de la cinta es demasiado alta	1. Engrasar la cinta de correr (3.4.1.) Aplicación de grasa) 2. Ajustar la tensión y la posición de la cinta de correr (3.6. Ajuste de posición de la cinta de correr)
La cinta de correr no está centrada	La tensión de la cinta de correr no está colocada uniformemente	Ajustar la tensión y la posición de la cinta de correr (3.6. Ajuste de posición de la cinta de correr)

Műszaki adatok

Paraméter leírása	Paraméter értéke
Termék megnevezése	Futópad Walking pad
Típus	GR-MG73
Hálózati feszültség [V~] / Frekvencia [Hz]	230/50
Névleges teljesítmény [W]	735
Védettségi osztály	I
Pontossági osztály	C (minimális mérési pontosság)
Alkalmazási osztály	H (otthoni használatra)
Maximum terhelés [kg]	120
Összecsukott berendezés méretei [mm]	1270x570x110
Kinyitott berendezés méretei [mm]	1450x620x1000
Tömeg [kg]	25
Maximum sebesség [km/h]	8
Futószalag méretei [mm]	1000x400
Kijelző típusa	LED
Választható programok száma	6
Motor fordulatszáma [ford./perc]	5500
IP védettségi osztály	IP20
Motorkefék élettartama [óra]	500 – 800
Tekerics szigetelési osztálya	E
Tápkábel hosszúsága [cm]	145
Biztonsági kulcs kábelhosszúsága [cm]	75

1. Általános leírás

Az utasítás célja, hogy segítse a biztonságos és megbízható használatot. A termék tervezése és kivitelezése szigorúan a műszaki előírások szerint, a legmodernebb technológiák és komponensek használatával, a legmagasabb minőségi normák betartása mellett történt.

A MUNKA MEGKEZDÉSE ELŐTT GONDOSAN OLVASSA ÁT ÉS ÉRTELMEZZE A JELEN UTASÍTÁST!

A berendezés hosszú és megbízható működésének biztosítása céljából ügyelni kell annak megfelelő kezelésére és karbantartására, a jelen utasítás útmutatásainak megfelelően. A jelen kezelési utasításban megadott műszaki adatok és specifikációk naprakészek. A gyártó fenntartja magának a minőség javításával kapcsolatos változtatások jogát.

Jelmagyarázat

	A termék megfelel a vonatkozó biztonsági szabványoknak.
	Használat előtt olvassa el a használati útmutatót!
	A termék újrahasznosítható.
	A FIGYELEM! a VIGYÁZAT! vagy a NE FELEDJE! az adott helyzetre figyelmeztet (általános figyelmeztető jel).
	FIGYELEM! Áramütés veszélye!
	FIGYELEM! Forgó elemek!
	Beltéri használatra.
	Mozgásban lévő futószalagra tilos rálépni!
	Ne tegye be az ujját, sem semmilyen tárgyat a berendezés mozgó részeibe!



FIGYELEM! A jelen utasítás illusztrációi szemléltető jellegűek, és esetenként eltérhetnek a termék tényleges kinézetétől.

Eredeti utasításnak a német változat tekintendő. A többi nyelvi változat a német eredeti fordítása.

2. Biztonságos használat



FIGYELEM! Olvasson el minden biztonsági figyelmeztetést és útmutatót! A figyelmeztetések és az útmutató előírásainak megszegése áramütést, tüzesetet és/vagy súlyos testi sérülést vagy halált okozhat.

A figyelmeztetésben és az útmutatóban használt „eszköz” vagy „termék” kifejezés alatt FUTÓPAD WALKING PAD értendő.

2.1. Elektromos biztonság

- a) A készülék csatlakozójának illeszkednie kell az aljzatba. A csatlakozón tilos módosítást végezni. Eredeti, az aljzathoz illeszkedő csatlakozóval csökkenthető az áramütés veszélye.
- b) Kerülje az érintkezést földelt tárggyal, pl. csővel, fűtőtesttel, sütővel vagy hűtővel! Megnövekszik az áramütés veszélye, ha a test földelve van és olyan tárggyal érintkezik, amely eső, vizes felület vagy nedves környezet közvetlen hatásának van kitéve. Ha víz kerül a készülékbe, az növeli a készülék sérülésének és az áramütésnek a kockázatát.
- c) Tilos a kábel nem rendeltetésszerű használata. Sose használja az eszköz áthelyezéséhez vagy a csatlakozó hálózati dugaljból való kihúzásához! A vezeték tartsa távol hőforrástól, olajtól, éles peremtől és mozgó alkatrészről! Sérült vagy összegabalyodott vezeték növeli az áramütés kockázatát.
- d) Amennyiben elkerülhetetlen a készülék nedves környezetben való használata, áram-védőkapcsolót (RCD-t) kell alkalmazni. RCD használatával csökkenthető az áramütés kockázata.
- e) Tilos az eszköz használata, ha a tápvezeték sérült, vagy elhasználódás nyilvánvaló jeleit mutatja. Sérült tápkábelt megfelelő képesítéssel rendelkező villanyszerelőnek vagy a gyártó szervízének kell cserélnie.
- f) Áramütés veszélyének elkerülése érdekében tilos a kábelt, a csatlakozót, a készüléket vízbe vagy más folyadékba meríteni. Tilos a berendezést vizes felületen használni.

-
- g) **FIGYELEM! – ÉLETVESZÉLY!** Az eszközt tisztítás vagy használat közben sosem szabad vízbe vagy más folyadékba meríteni.

2.2. Munkahelyi biztonság

- a) A munkavégzés helyén tartson rendet és biztosítson megfelelő világítást! A rendetlenség és a rossz megvilágítás balesetveszéllyel jár. Az eszköz használata közben legyen előrelátó és körültekintő, és cselekedjen megfontoltan!
- b) Ha kétsége merül fel, hogy a berendezés megfelelően működik-e, lépjen kapcsolatba a gyártó szervizével!
- c) Az eszköz javítását kizárólag a gyártó szervize végezheti el. Tilos a javítást saját kezűleg végezni!
- d) Ha tűz vagy láng lépne fel, a feszültség alatti berendezés oltására kizárólag poroltót vagy szénsavhóval (CO₂) oltót használjon!
- e) Az eszközt jól szellőző térben kell használni.
- f) Életveszély, az egészség veszélyeztetése, baleset vagy meghibásodás esetén állítsa le a berendezést a VÉSZLEÁLLÍTÓ gombbal!
- g) Ellenőrizze rendszeresen a biztonsági információkat tartalmazó matricák állapotát! Amennyiben a matricák olvashatatlanok, le kell őket cserélni.
- h) A használati útmutatót őrizze meg, hogy később is segítségére legyen! Ha a készüléket harmadik félnek adja át, a készülékkel együtt át kell adnia a használati utasítást is.
- i) A csomagolás részei és az apró szerkezeti elemek gyermekek elől elzárva tartandók.
- j) Gyermekektől és állatoktól távol tartandó. Gyermekek csak felnőtt felügyelete mellett tartózkodhatnak a berendezés közelében. A berendezést csak 8 év feletti gyermekek használhatják.
- k) Ha az eszközt más eszközzel egyidejűleg használja, a többi használati útmutatót is be kell tartania.

2.3. Személyes biztonság

- a) Önnek tilos az eszközt használnia, ha fáradt, beteg, vagy alkohol, kábítószer, illetve olyan gyógyszer befolyása alatt áll, amely lényegesen korlátozza az ön képességeit az eszköz használatában.
- b) A gépet csak fizikailag erre alkalmas, megfelelően képzett személyek használhatják, akik megismerkedtek e használati útmutatóval, és részesültek munkavédelmi oktatásban.
- c) A gépet úgy tervezték, hogy azt nem használhatja korlátozott mentális, érzékszervi vagy szellemi képességű személy (ideértve a gyerekeket is), sem olyan, aki nem rendelkezik megfelelő tapasztalattal és/vagy ismerettel, kivéve,

ha egy a biztonságáért felelős személy felügyelete alatt áll, vagy ha e felelős személytől útmutatást kapott a gép kezelésére vonatkozólag.

- d) Az eszköz használata közben legyen körültekintő, és döntsön józan megfontolások alapján! A munka közben megengedett pillanatnyi figyelmetlenség komoly testi sérülésekkel járhat.
- e) A véletlen elindítást elkerülendő, az áramforráshoz való csatlakoztatás előtt ellenőrizze, hogy az eszköz kapcsolója kikapcsolt állásban legyen!
- f) Ne becsülje túl lehetőségeit! Munkavégzés közben mindvégig őrizze meg egyensúlyát! Így jobban tudja irányítani a készüléket váratlan helyzetekben.
- g) Tilos bő ruházatot viselni, mert a mozgó részek becsíphetik!
- h) Az eszköz bekapcsolása előtt távolítsa el minden beállításhoz használt szerszámot és csavarkulcsot! Az eszköz forgó alkatrészében felejtett szerszám vagy csavarkulcs testi sérülést okozhat.
- i) Az eszköz nem játékszer. Ügyeljen rá, hogy gyermekek ne játsszanak az eszközzel!

2.4. Az eszköz biztonságos használata

- a) Ne használja az eszközt, ha az ON/OFF kapcsoló hibásan működik (nem kapcsol be vagy ki)! Ha az eszköz a bekapcsolóval nem vezérelhető, akkor az eszköz veszélyes, nem használható munkára, hanem javítandó.
- b) Szabályozás, tisztítás és karbantartás előtt a készüléket le kell csatlakoztatni az áramforrásról. Ezzel az óvintézkedéssel csökkenthető a véletlen működtetés kockázata.
- c) Ha az eszköz használaton kívül van, tárolja gyermekek, képzetlen vagy jelen használati útmutatót nem ismerő személyek elől elzárt helyen! Képzetlenek kezében az eszköz veszélyt jelent.
- d) Tartsa az eszközt jó műszaki állapotban! Minden munkavégzés előtt ellenőrizze, hogy az eszköz nem sérült-e egészében vagy mozgó alkatrészeiben (repedt alkatrészek vagy elemek), vagy fennállnak-e olyan körülmények, amelyek az eszköz működését veszélyessé tehetik! Sérülés esetén a készüléket használat előtt adja le javításra!
- e) Az eszközt óvja gyermekektől!
- f) Az eszköz karbantartását csak szakképzett személy végezheti, és kizárólag eredeti pótalkatrészek felhasználásával. Ez garantálja a biztonságos használatot.
- g) A készülék tervezett működési integritásának garantálása érdekében a gyári burkolatot tilos leszerelni, a csavarokat tilos lecsavarozni.
- h) A készülék raktározási helyről a felhasználási helyre történő szállítása vagy áthelyezése során be kell tartani a készülék felhasználási országában érvényes, kézi szállításra vonatkozó munkavédelmi szabályokat.

-
- i) Kerülje az olyan helyzeteket, amikor az eszköz munka közben túlterhelés miatt leáll! Ez a hajtóelemek felhevülésével, és következésképpen a berendezés sérülésével járhat.
 - j) Tilos hozzáérni az eszköz mozgó alkatrészeihez vagy tartozékaihoz, kivéve, ha az eszközt előtte áramtalanította.
 - k) Tilos a működésben lévő berendezést elmozdítani, áthelyezni, elfordítani.
 - l) A bekapcsolt eszközt tilos őrizetlenül hagyni.
 - m) Az eszközt rendszeresen tisztítani kell a tartós lerakódások megelőzése érdekében.
 - n) Az eszköz nem játékszer. Az eszköz tisztítását és karbantartását felnőtt felügyelete nélkül nem végezhetik gyermekek.
 - o) Tilos az eszköz szerkezetébe bármit beépíteni az eszköz működési paramétereinek javítása érdekében.
 - p) Az eszközt óvni kell tűz- és hőforrástól.
 - q) Ne terhelje túl az eszközt!
 - r) A maximum megengedett felhasználói tömeg túllépése a termék sérüléséhez vezethet.
 - s) Edzés megkezdése előtt konzultáljon orvossal annak megállapítása érdekében, hogy van-e egészségügyi ellenjavallat!
 - t) Mindig melegítsen be a berendezés használata előtt, és ellenőrizze, hogy a futószalagon ne legyen olyan sérülés, amely befolyásolhatja a berendezés működését, illetve nézze meg, hogy nem koptak-e el a futópád elemei! Ha vannak olyan elemek, amelyeket ki kell cserélni, a hibás elemek cseréjéig nem szabad a berendezést használni.
 - u) Amennyiben edzés során aggasztó tüneteket, pl. mellkasi fájdalmat, szédülést, légszomjat stb. érez, azonnal szakítsa meg az edzést, és konzultáljon orvossal!
 - v) A berendezést stabil, száraz és lapos felületre helyezze, és ügyeljen rá, hogy hagyjon körülötte minimum 0,6m szabad területet!
 - w) Nemkívánatos hatások elkerülése érdekében étkezés előtti és utáni egy órában ne használja a berendezést!
 - x) A berendezést egyszerre csak egy személy használhatja.
 - y) Várandós nők számára nem ajánlott a berendezés használata.
 - z) Mozgásban lévő futószalagról tilos lelépni és tilos rálépni.
 - aa) Tilos a futószalagra tárgyakat helyezni vagy tárgyakat tárolni rajta.
 - bb) A berendezést tilos vastag szőnyegre helyezni. Ez elzárja a berendezés alatt a megfelelő légkeringést.
 - cc) A berendezés használata nem ajánlott előzetes orvosi konzultáció nélkül, amennyiben:
 - orvosi ellenjavallata van, vagy rosszul érzi magát,
 - Önnél súlyos sérülése van,
 - Ön a következő betegségek valamelyikében szenved: magas vérnyomás, szívbetegségek, agyérelmeszesedés, stroke,
 - ha Önnél csontritkulása van,

-
- ha Önnek pacemaker vagy más beültetett orvostechnikai eszköze van.
- dd) Tilos a berendezést elindítani, ha nincs megfelelően kinyitva.
- ee) Biztonsági kulcs nélkül tilos az edzést megkezdeni.
- ff) Nem szabad erőn felül edzeni a futópadon. A berendezés használata során kifejtett túlzott erőfeszítés balesetveszélyes és káros lehet az egészségre.
- gg) Az edzés megkezdése előtt vagy edzés közben tilos a futószalag legvégére vagy legelejére állni.
- hh) Ne nehezedjen teljes testtömegével a korlátra!



FIGYELEM!

Bár az eszközt biztonságosra tervezték és ellátták megfelelő biztonsági felszereléssel, valamint a felhasználó biztonságát fokozó további tartozékokkal, az eszközzel végzett munka ennek ellenére sérülés vagy baleset alacsony szintű kockázatával jár. Használata közben fokozott óvatossággal és körültekintéssel kell eljárni.

3. A használat szabályai

A berendezés az alsó izmok gyaloglás vagy futás általi edzésére szolgál.

Kizárólag otthoni használatra szánt termék!

A termék nem orvosi / terápiás célokra lett tervezve.

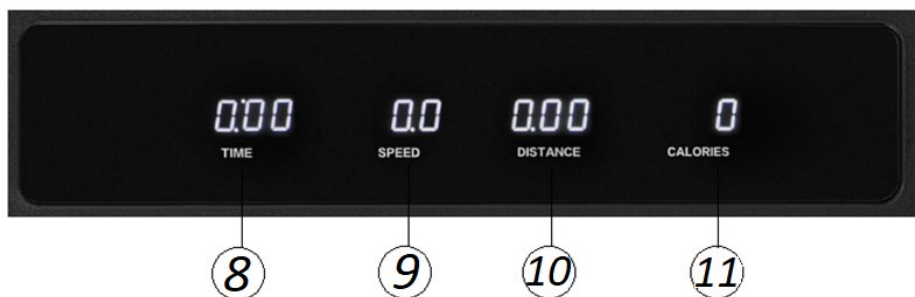
A nem rendeltetésszerű használatból eredő minden kárért a felhasználó viseli a felelősséget.

3.1. Berendezés leírása



1. Polc (pl. tabletnek)
2. Korlát
3. Kijelző
4. Láb
5. Összecsukható cső
- 5A. Kihúzható cső
6. Futószalag
7. Biztonsági kulcs

3.1.1. KIJELZŐ



- 8. Időjelző
- 9. Sebességjelző
- 10. Távolságjelző
- 11. Elégetett kalóriák jelzése

3.1.2. CSUKLÓPÁNT – TÁVIRÁNYÍTÓ



- 12. Futószalag indítógombja
- 13. „P” gomb – sebességprogram kiválasztása (1–6)
- 14. Érték növelése
- 15. Érték csökkentése
- 16. „S” gomb – lassú leállítás
- 17. „M” gomb – a következő paraméterek között vált át:
 - „Time” [8] – idő beállítása (perc : másodperc)
 - „Speed” [9] – sebesség beállítása (km/h)
 - „Distance” [10] – távolság beállítása (km)
 - „Calories” [11] – elégetett kalóriák beállítása

3.2. Munkára való előkészítés

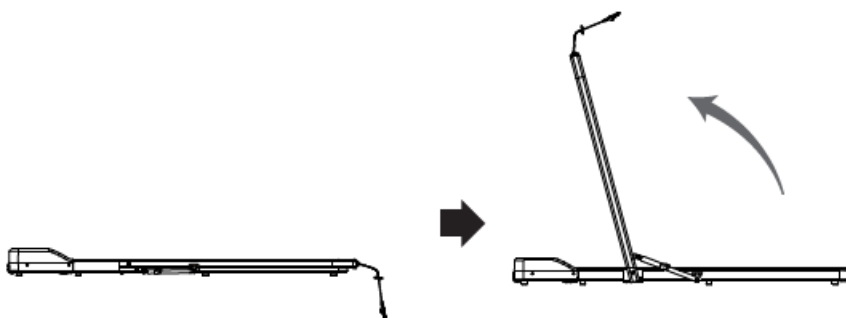
BERENDEZÉS ELHELYEZÉSE

A környezeti hőmérséklet nem haladhatja meg a 40°C értéket, a relatív páratartalom pedig nem haladhatja meg a 85%-ot. A berendezést úgy kell elhelyezni, hogy garantált legyen a jó légáramlás. A berendezést forró felületektől tartsa távol! A berendezést mindig egyenletes, stabil, tiszta, tűzálló és száraz felületen üzemeltesse, gyermekektől és korlátozott pszichikai, érzékelési és szellemi funkciókkal rendelkező személyektől távol! A berendezést úgy kell elhelyezni, hogy a hálózati csatlakozó bármikor hozzáférhető legyen! Ne feledje, hogy a berendezés energiaellátásának meg kell felelnie az adattáblán szereplő értékeknek!

Minimum 0,6 méterrel több szabad teret kell hagyni a berendezés körüli edzőtér fölött minden oldalon, kivéve hátul, ahol 2 m szabad teret kell hagyni a berendezés működése közben.

3.3. Munkavégzés a berendezéssel

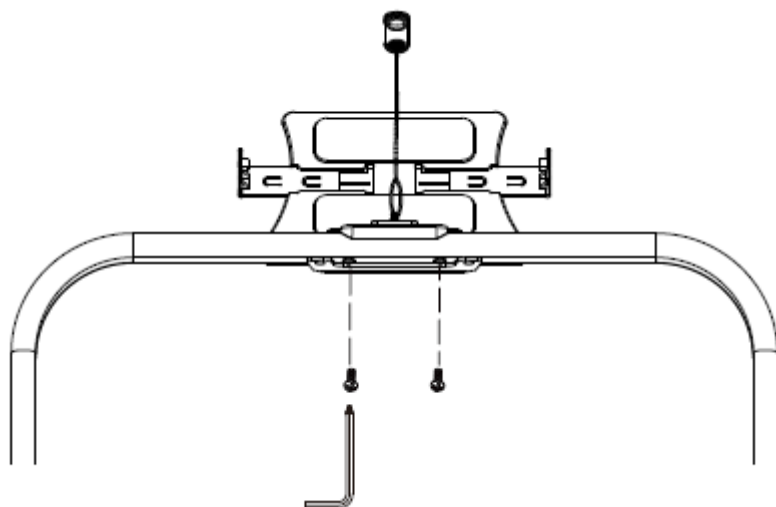
1. Húzza meg felfelé a korlátot [2], és nyissa szét a berendezést!



Szétnyitás közben a csőből [5A] kijön egy toldat. A korlát helyzetének rögzítéséhez csúsztassa a csatot az illesztés helyére a cső közepén [5]!



2. Helyezze a polcot [1] a korlátra [2], hozza egy szintbe a polc nyílásait a korlát nyílásaival! Imbuszkulccsal csavarja be a mellékelt csavarokat (2 darabot) a nyílásokba!



3. Fogja meg a tápkábelt! A 3 pines tápcsatlakozót csatlakoztassa a berendezés alján lévő aljzatba! A tápkábel másik végén lévő hálózati kábelt csatlakoztassa az elektromos dugaljhoz!

4. A berendezés elején található „I/O” kapcsolót állítsa „I” helyzetbe – a berendezés be lett kapcsolva. A kijelző „0” értéket mutat minden paraméterre.

5. Helyezze be a biztonsági kulcsot [7]! Tűzze a kulcsvezeték csatját a ruhájára! Ha elesik, lecsúszik vagy megbotlik és ezzel megrántja a biztonsági kulcsot, a kulcs lekapcsolja az áramellátást, és a berendezés azonnal leáll.



6. Tegye fel a csuklópántot a csuklójára!

7. Állítsa be tetszés szerint a következő paramétereket: idő, távolság és elégetett kalóriák mennyisége:

- Az „M” gomb [17] segítségével válassza ki a beállítani kívánt paramétert (kivéve a sebességet)!
- A paraméter értékét növelje igény szerint a „+” [14] gombbal, vagy csökkentse a „-” [15] gombbal!

Alapértelmezettként beállított paraméterek:

	Alapértelmezettként beállított érték	Beállítási tartomány
Idő	30 perc	5 – 99 perc
Távolság	1 km	0,5 – 65 km (az érték 0,5 km- enként vált)
Kalóriák	50	10 – 995 (az érték 5 kalóriánként vált)

8. Sebesség beállítása:

a) válasszon egyet a választható edzésprogramok közül:

- Nyomja meg a „P” gombot [13] és tartsa lenyomva, hogy ki tudjon választani egyet a 6 választható edzésprogramból!
- Az egyes programok alapértelmezettként beállított időtartama 30 perc – program választása után a kijelző [8] és a 30 perc felirat villogni kezd. A [14] és [15] gombokkal lehet a program időtartamát növelni vagy csökkenteni.

- Az időn kívül semmilyen más változás nem végezhető a „P” gomb megnyomása után.
- A paraméter értékének megváltoztatásához és az edzésprogramból való kilépéshez nyomja meg az „M” gombot! A [8] kijelző 30 perc értéket mutat, míg a [9], [10] és [11] kijelzők lenullázódnak, és újból be lehet állítani a paraméterek értékét.

Az edzésprogram 20 darab másfél perces szakaszból áll, vagyis a berendezés másfél percenként módosítja a sebességet.

Az egyes szakaszok sebessége (másfél perces intervallumokban)																				
P	1	2	3	4	5	4	3	2	1	2	3	4	5	4	3	2	1	2	3	2
1																				
P	2	3	4	5	6	5	4	3	2	1	2	3	4	5	4	3	2	1	2	3
2																				
P	1	2	3	4	5	6	5	4	3	2	1	2	3	4	5	4	3	2	1	2
3																				
P	2	3	4	5	6	5	4	3	2	1	2	3	4	5	6	5	4	3	2	1
4																				
P	2	3	4	5	6	5	4	3	2	1	2	3	4	5	6	5	4	3	2	1
5																				
P	1	2	3	4	5	6	5	4	3	2	1	2	3	4	5	6	5	4	3	2
6																				

b) a sebesség kézi beállítása:

- Nyomja meg a [12] gombot! A futópad 3 másodperc eltelte után megkezdí a működést a beállított 8 km/h sebességen.
- A [14] és [15] gombok segítségével állítsa be a kívánt sebességértéket!
- A futópad folyamatosan számolja az edzés idejét, a megtett távolságot és az elégetett kalóriák mennyiségét nulláról kezdve.

9. A kívánt paraméterek és/vagy program beállítása után nyomja meg a [12] gombot, így 3 másodpercen belül elindul a futópad. A berendezés hangjelzéssel jelzi a futószalag elindulását.

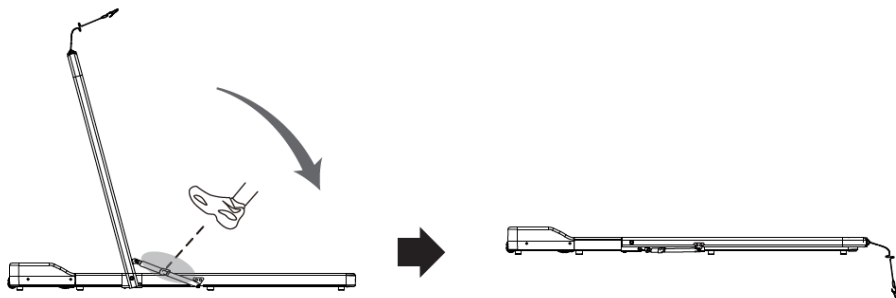
FIGYELEM! Különös óvatossággal járjon el a futószalag beindításakor és az edzés megkezdésekor!

10. Az edzés befejezéséhez nyomja meg az „S” gombot [16]! A berendezés elkezdí a leállási folyamatot, a sebességérték csökkenni kezd, ez látható a kijelzőn.

11. Csak akkor szabad lelépni a futószalagról, amikor már teljesen megállt.

12. Állítsa az „I/O” kapcsolót „O” helyzetbe – a berendezés kikapcsolódott – a hálózati csatlakozót pedig húzza ki az elektromos hálózatról!

13. Ha a berendezést hosszabb ideig nem használja, csukja össze: nyomja le a csövet a lábával [5]! A cső [5] meghajlik, a toldata [5A] pedig becsúszik, így a korlát leesik és összecusukodik [2].



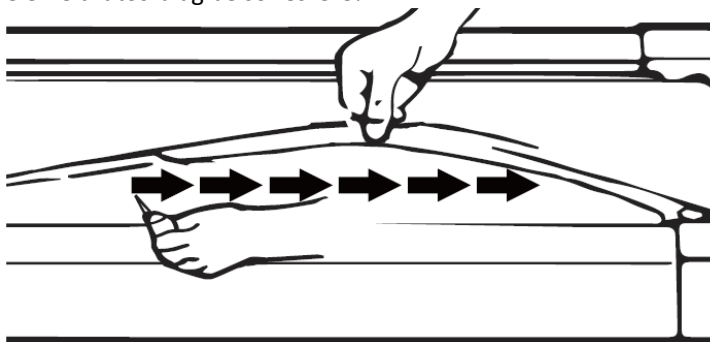
3.4. Tisztítás, karbantartás

- a) Tisztítás, beállítás, tartozékcseré előtt, illetve ha a berendezést nem használja, mindig húzza ki a hálózati csatlakozót, és várja meg, amíg a forgó elemek megállnak!
- b) A felületek tisztítására kizárólag maró anyagoktól mentes szereket használjon!
- c) Minden tisztítás után szárítson meg jól minden elemet, mielőtt újból használatba venné a berendezést!
- d) Az eszközt száraz és hűvös, nedvességtől és közvetlen napsugárzástól védett helyen kell tárolni.
- e) Tilos a berendezést vízszaggárral permetezni, vagy vízbe meríteni.
- f) Ne feledje, hogy a burkolaton található szellőzőnyílásokba nem juthat víz! A kijelzőn és az „I/O” kapcsolón tilos nedvességet alkalmazni.
- g) A szellőzőnyílásokat ecsettel és sűrített levegővel tisztítsa!
- h) A berendezést rendszeresen szemlézni kell hatásfok szempontjából.
- i) A korlátot edzés előtt mindig törölje le! Tisztításra puha, nedves törülőruhát használjon és szappanos meleg vizet!
- j) A tisztításhoz ne használjon éles és/vagy fém tárgyakat (pl. drótkéfét vagy fémlapátkát), mivel ezek megsérthetik a berendezés anyagának a felületét!
- k) A berendezés tisztításához ne használjon savas hatású anyagot, orvosi célokra szánt szereket, hígítókat, üzemanyagot, olajokat, se más vegyszert, mert a berendezés ezektől megsérülhet!
- l) Ha a berendezést hosszabb ideig nem használja, húzza ki a biztonsági kulcsot, és csukja össze a futópadot!

3.4.1. KENÉS

A berendezés megfelelő működése érdekében az első 25 ledolgozott üzemóra után (vagy 2-3 havonta, ha a berendezés nincs rendszeresen használva) vigyen föl kenőanyagot a futószalag alá! A műveletet 50 ledolgozott üzemóránként (vagy 5-8 havonta) meg kell ismételni.

1. Egy kézzel emelje fel a futószalag egyik oldalát!
2. Húzza végig az ujját a futószalag alatti fedetlen felületen!
3. Ha a felület sima és olajos, nem szükséges kenőanyagot alkalmazni.
4. Ha a felület száraz, a másik kezével tegyen néhány csepp kenőanyagot a felemelt futószalag belső részére!



5. Kapcsolja be a készüléket, és járassa tetszőleges programon körülbelül 3-5 percig, így el tudja oszlatni a kenőanyagot a futószalag alatt.

FIGYELEM! A futószalag alatti felületre nem szabad kenőanyagot tenni! Ha kenőanyagcseppek kerülnek a futószalag belső oldalára, törölje le őket!

3.5. Futószalag elhelyezkedésének a szabályozása

1. Miután már használja egy ideje a futópadot, a futószalag elcsúszhat.
2. A futószalag elhelyezkedésének és feszességének a beállításához csavarja be kellőképpen a csavart az aljzat végén lévő nyílásokba (imbuszkulcs segítségével)!



FIGYELEM! Ne feledje, hogy a futószalag nem lóghat rá a futópád széleire! Ha rálóg, akkor a futószalag megsérülhet, vagy akár el is szakadhat.

HASZNÁLT BERENDEZÉSEK ÁRTALMATLANÍTÁSA:

Az élettartam lejárta után a terméket tilos a hagyományos háztartási hulladékkal együtt kidobni, ehelyett át kell adni elektromos és elektronikai berendezések újrahasznosítására szakosodott gyűjtőpontra. Erről a terméken, a használati utasításon vagy a csomagoláson látható szimbólum tájékoztat. A berendezésben felhasznált anyagok jelölésük szerint újból felhasználhatók. Újbóli felhasználással, az anyagok újbóli felhasználásával vagy a használt berendezés más formában történő felhasználásával Ön jelentős mértékben hozzájárul környezetünk védelméhez.

Az illetékes használt berendezés ártalmatlanító pontról a helyi önkormányzat nyújt tájékoztatást.

3.6. Problémamegoldás

Probléma	Lehetséges ok	Intézkedés
A futópád nem indul be	1. A berendezés nincs az elektromos hálózathoz csatlakoztatva 2. A biztonsági kulcs nincs megfelelően behelyezve 3. Az elektromos biztosíték lekapcsolt	1. Csatlakoztassa a tápkábel csatlakozóját az elektromos hálózati aljzathoz! 2. Helyezze be újra, helyesen a biztonsági kulcsot! 3. Kapcsolja be az elektromos biztosítékot, várjon 5 percet, és indítsa be újra a készüléket! Ha a futópád továbbra sem indul el, vegye fel a kapcsolatot képesített villanszerelővel vagy a gyártó szervizével!

A futószalag rácsúszik a szegélyekre	Túl alacsony a futószalag feszültsége	Állítsa be a futószalag feszültségét és elhelyezkedését (3.6. Futószalag elhelyezkedésének a szabályozása)
A futószalag terhelés hatására aggasztó hangokat ad ki	1. A futószalagot kenni kell 2. Túl nagy a futószalag feszültsége	1. A futószalagot kenni kell (3.4.1. Kenés) 2. Állítsa be a futószalag feszültségét és elhelyezkedését (3.6. Futószalag elhelyezkedésének a szabályozása)
A futószalag nincs középen	A futószalag feszültsége nem egyenletesen oszlik el	Állítsa be a futószalag feszültségét és elhelyezkedését (3.6. Futószalag elhelyezkedésének a szabályozása)

Specifikationer

Parameters beskrivelse	Parameters beskrivelse
Produktnavn	Walking pad løbebånd
Model	GR-MG73
Forsyningsspænding [V~]/frekvens [Hz]	230/50
Nominel effekt [W]	735
Beskyttelsesklasse	I
Nøjagtighedsklasse	C (mindste målenøjagtighed)
Anvendelsesklasse	H (til hjemmebrug)
Maksimal belastning [kg]	120
Dimensioner for det sammenfoldede produkt [mm]	1270x570x110
Dimensioner for det udfoldede produkt [mm]	1450x620x1000
Vægt [kg]	25
Maks. hastighed [km/t]	8
Mål for løbebånd [mm]	1000x400
Skærmtype	LED
Tilgængelige arbejdsprogrammer	6
Motoromdrejningstal [o/min.]	5500
Beskyttelsesklasse IP	IP20
Børstens levetid for motor [t]	500 – 800
Viklingens isolationsklasse	E
Længde på strømledning [cm]	145
Længde på kabel til sikkerhedsnøgle [cm]	75

1. Generel beskrivelse

Denne brugsanvisning skal hjælpe dig med at betjene produktet på sikker og pålidelig vis. Produktet er designet og fremstillet nøje efter de gældende tekniske forskrifter, ved hjælp af de nyeste teknologier og komponenter, og ved anvendelse af de højeste kvalitetsstandarder.

**LÆS DENNE BRUGSANVISNING GRUNDIGT IGENNEM OG
FORSTÅ INDHOLDET,
FØR DU TAGER PRODUKTET I BRUG.**

For at sikre en lang og pålidelig drift af produktet er det nødvendigt, at produktet betjenes og vedligeholdes i overensstemmelse med retningslinjerne, der er specificeret i denne brugsanvisning. Tekniske data og specifikationer i denne brugsanvisning er aktuelle. Producenten forbeholder sig retten til at foretage eventuelle ændringer, der anses for at være en forbedring af det oprindelige produkt.

Symbolforklaring

	Produktet opfylder kravene i de relevante sikkerhedsstandarder.
	Læs vejledningen før brug.
	Genanvendeligt produkt.
	BEMÆRK! Eller ADVARSEL! Eller HUSK! en beskrivelse af situationen (generelt advarselsskilt).
	BEMÆRK! Advarsel mod elektrisk stød!
	BEMÆRK! Roterende elementer!
	Kun til indendørs brug.
	Træd ikke på løbebåndet mens det kører.
	Læg ikke dine fingre eller andre genstande i roterende dele af maskinen.



BEMÆRK! Billederne i denne brugsanvisning tjener udelukkende som illustration. De kan i visse detaljer afvige fra det faktiske produkt.

Den originale brugsanvisning er udarbejdet på tysk. De øvrige sprogversioner er oversættelser fra tysk.

2. Brugssikkerhed



BEMÆRK! Alle instruktioner og sikkerhedsadvarsler skal læses. Manglende overholdelse af advarslerne og instruktionerne kan resultere i elektrisk stød, brand og/eller alvorlig personskade eller død.

Betegnelsen ”maskine” eller ”produkt” i det efterfølgende henviser til dit WALKING PAD LØBEBÅND.

2.1. Elektrisk sikkerhed

- a) Stikket på produktet skal passe til stikkontakten. Stikket må aldrig modificeres på nogen måde. Originale stik og dertil passende stikkontakter reducerer risikoen for elektrisk stød.
- b) Undgå berøring af jordede overflader, såsom rør, radiatorer, komfurer og køleskabe. Risikoen for at få et elektrisk stød forøges, hvis kroppen er jordforbundet og kommer i kontakt med maskinen, når den er direkte udsat for regn eller våde forhold. Vand, som trænger ind i et elektrisk værktøj, vil forøge risikoen for beskadigelse af maskinen og for at få et elektrisk stød.
- c) Misbrug ikke ledningen. Brug aldrig ledningen til at bære det elektriske værktøj eller til at trække stikket ud af kontakten. Hold ledningen borte fra varme, olie, skarpe kanter og bevægelige dele. Beskadigede eller sammenfildrede ledninger øger risikoen for elektrisk stød.
- d) Kan brug af udstyret i fugtigt miljø ikke undgås skal der anvendes en fejlstrømsafbryder (RCD). Brug af en RCD mindsker risikoen for elektrisk stød.
- e) Det er ikke tilladt at bruge ledninger der er beskadigede eller viser tegn på slitage. En autoriseret elektriker eller servicetekniker skal udskifte den beskadigede ledning
- f) For at undgå elektrisk stød må man ikke nedsænke kablet, stikket eller selve produktet i vand eller anden væske. Det er forbudt at bruge produktet på våde overflader.
- g) ADVARSEL - LIVSFARE! Under rengøring eller betjening af et elektrisk værktøj må det aldrig nedsænkes i vand eller andre væsker.

2.2. Arbejdspladssikkerhed

- a) God belysning og orden på arbejdspladsen skal opretholdes. Uorden eller dårlig belysning kan føre til ulykker. Ved brug af denne maskine, skal du være fremadrettet og bruge din sunde fornuft. Du skal også altid være opmærksom på hvad du laver.
- b) Du skal kontakte producentens service, hvis du er i tvivl om produktet fungerer korrekt, eller hvis der findes skader på produktet.
- c) Produktet må kun repareres af producentens service. Du må ikke foretage reparationer selv!
- d) Hvis maskinen er strømført og der opstår brand, må der kun bruges tørt pulver eller kuldioxid (CO₂) ildslukkere til at slukke maskinen.
- e) Maskinen skal anvendes i et godt ventileret område.
- f) Ved nødstilfælde, såsom mulig personskade, livsfare eller fare for skader på maskinen, stop maskinen ved at trykke på knappen NØDSTOP!
- g) Kontroller regelmæssigt, at sikkerhedsmærkaterne er i god stand. Sikkerhedsmærkaterne skal udskiftes, hvis de ikke er læselige.
- h) Brugsvejledningen skal gemmes til fremtidig brug. Hvis produktet videregives til tredjemand, skal brugsvejledningen medfølge.
- i) Visse elementer, såsom emballageelementer og små samleelementer bør opbevares utilgængeligt for børn.
- j) Produktet skal opbevares utilgængeligt for børn og kæledyr. Børn må ikke befinde sig i nærheden af produktet uden opsyn af voksne. Børn på 8 år eller derover kan bruge produktet.
- k) Hvis dette produkt bruges sammen med et andet produkt, skal andre brugsanvisninger også følges.

2.3. Personlig sikkerhed

- a) Det er forbudt at betjene maskinen i en tilstand af træthed, sygdom, påvirket af alkohol, medicin eller stoffer, der markant begrænser evnen til at betjene maskinen.
- b) Maskinen kan kun betjenes af personer med fuld førlighed, som er trænet i brug af maskinen, og som har læst denne brugsanvisning og som er blevet gjort bekendt med anvisningerne vedrørende arbejdsmiljø og sikkerhed.
- c) Maskinen er ikke beregnet til at blive brugt af personer (herunder børn) med nedsat psykisk, sensorisk eller mental funktionsevne, eller af personer uden tilstrækkelig erfaring og/eller viden, medmindre de er under opsyn af en person, der er ansvarlig for deres sikkerhed eller har fået passende vejledning i brug af maskinen.

-
- d) Når produktet betjenes, skal man være forsigtig og bruge sund fornuft. Et øjeblikks uopmærksomhed under betjening af udsyret kan medføre alvorlig personskade.
 - e) For at forhindre uønsket opstart af maskinen sørg altid for, at maskinens kontakt er i frakoblet position, før du slutter produktet til strømkilden.
 - f) Man skal ikke overvurdere sine evner. Man skal opretholde en god balance under arbejdet. God balance muliggør bedre kontrol af maskinen i uventede situationer.
 - g) Brug ikke løst tøj der kan blive fanget i roterende dele af løbebåndet.
 - h) Inden maskinens opstart skal alle indstillingsværktøjer og skruenøgler fjernes. Et værktøj eller en nøgle, som sidder i en roterende del af maskinen, kan medføre personskade.
 - i) Produktet er ikke et legetøj. For at sikre sig, at børn ikke leger med produktet, skal de være under opsyn.

2.4. Sikker brug af maskinen

- a) Maskinen må ikke betjenes, hvis ON/OFF-kontakten ikke fungerer korrekt (den tænder eller slukker ikke for maskinen). En maskine med defekt kontakt er farlig og må repareres, før den tages i brug.
- b) Før maskinen indstilles, rengøres eller vedligeholdes, tag stikket ud af stikkontakten. Det er en sikkerhedsforanstaltning, som forhindrer en tilfældig start af maskinen.
- c) Opbevar ubrugte maskiner uden for børns rækkevidde og personer, der ikke kender maskinen eller denne betjeningsvejledning. Maskinerne er farlige i hænderne på uerfarne brugere.
- d) Maskinen skal holdes i god teknisk stand. Før man påbegynder arbejde, bør man kontrollere, at der ikke er generelle skader eller skader i forbindelse med roterende dele (såsom revner i dele og komponenter eller andre forhold, der kan påvirke en sikker betjening af produktet). I tilfælde af synlige skader skal produktet repareres før brug.
- e) Produktet skal opbevares utilgængeligt for børn.
- f) Vedligeholdelse og reparation af produkter bør udføres af kvalificerede personer, der kun anvender originale reservedele. Dette vil sikre sikker brug af produktet.
- g) For at sikre produktets konstruerede driftsintegritet må du ikke fjerne fabriksinstallerede dæksler eller fjerne skruer.
- h) Ved transport og flytning af produktet fra opbevaringsstedet til brugsstedet skal der tages hensyn til sikkerheden og sundheden under arbejdet i forbindelse med manuel transport i det land, hvor produktet anvendes.

-
- i) Undgå at overbelaste maskinen, og derved at den stopper under drift. Dette kan medføre overophedning af maskinens drivelementer med beskadigelse af maskinen til følge.
 - j) Bevægelige dele eller tilbehør må ikke berøres, medmindre maskinen er blevet afbrudt fra strømforsyningen.
 - k) Det er forbudt at flytte og dreje maskinen mens den er i drift.
 - l) Efterlad ikke maskinen uden opsyn mens den er tændt.
 - m) Maskinen skal rengøres regelmæssigt for at forhindre permanent bundfældning af snavs.
 - n) Produktet er ikke et legetøj. Rengøring og vedligeholdelse bør ikke udføres af børn uden opsyn.
 - o) Det er forbudt at forstyrre konstruktionen af maskinen for at ændre dens parametre eller konstruktion.
 - p) Maskinen skal holdes væk fra brand- og varmekilder.
 - q) Overbelast ikke maskinen.
 - r) Hvis den maksimalt tilladte brugervægt overskrides, kan det medføre beskadigelse af produktet.
 - s) Du skal kontakte din egen læge for at afgøre om der er medicinske kontraindikationer som kan forhindre dig i at træne. Det skal du gøre inden træningsbegyndelse.
 - t) Varm altid op, før du bruger produktet, og kontroller løbebåndet for skader, der kan påvirke produktets ydeevne, og for udslidte løbebåndskomponenter. Hvis du skal udskifte komponenter, må du ikke bruge produktet, før de defekte dele er blevet udskiftet.
 - u) Hvis du oplever forstyrrende symptomer under træning, såsom brystsmerte, svimmelhed, åndenød osv. afbryd straks træningen og kontakt din læge.
 - v) Maskinen skal placeres på en tør, stabil og glad overflade. En fri plads omkring maskinen på minimum 0,6 m skal overholdes.
 - w) Brug af maskinen en time før eller efter et måltid kan forårsage uønskede virkninger.
 - x) Maskinen kan benyttes af en person ad gangen.
 - y) Det anbefales ikke for gravide at bruge maskinen.
 - z) Man skal ikke træde ud af maskinen mens båndet kører.
 - æ) Man skal ikke placere andre genstande på båndet.
 - ø) Maskinen skal ikke placeres på tykke gulvtæpper. Det forhindrer den rigtige luftgennemstrømning under maskinen.
 - å) Det anbefales ikke at bruge produktet uden først at se din egen læge for:
 - personer med medicinske kontraindikationer eller utilpashed,
 - alvorlige syge,
 - personer, der lider af: forhøjet blodtryk, hjertesygdomme, åreforkalkning i hjernen og sinustrombose,
 - personer, der lider af knogleskørhed,
 - personer med en pacemaker eller andet indopereret medicinsk udstyr.

-
- aa) Det er forbudt at starte maskinen, hvis den ikke er foldet korrekt ud.
 - bb) Start ikke en træning uden en sikkerhedsnøgle.
 - cc) Det er forbudt at træne på båndet ud over din styrke. Overdreven anstrengelse kan føre til ulykker, når der arbejdes med maskinen, og forårsage personskade.
 - dd) Det er forbudt at stille sig ved enden eller begyndelsen af løbebåndet før eller under din træning.
 - ee) Lad være med at hvile på gelænderet med hele vægten af din krop.



BEMÆRK!

Der er stadig en lille risiko for uheld eller personskade, mens du arbejder med maskinen, selv om at produktet er designet til at være sikker og har tilstrækkelige beskyttelsesmidler. Også selv om yderligere brugersikkerhedselementer vil blive brugt. Når produktet betjenes, skal man være forsigtig og bruge sund fornuft.

3. Forholdsregler ved brug

Maskinen er designet til at træne de nederste muskler ved at gå eller løbe.

Produktet er kun til privat brug!

Produktet er ikke beregnet til medicinsk/terapeutisk brug.

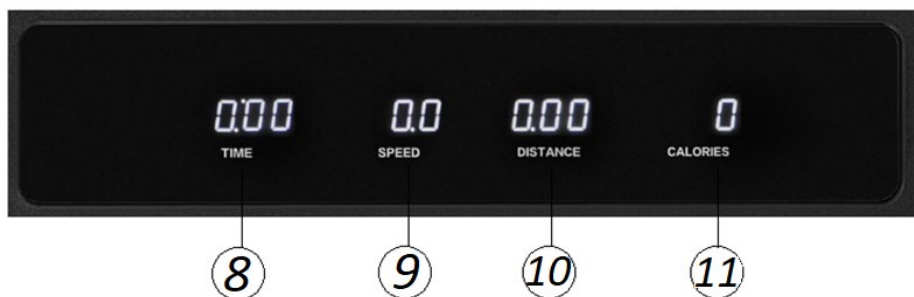
Enhver skade, der skyldes forkert brug, er brugerens ansvar.

3.1. Beskrivelse af produktet



- 1. Hylde (f.eks. til tablet)
- 2. Gelænder
- 3. Skærm
- 4. Fod
- 5. Folderør
- 5A. Udvideligt rør
- 6. Løbebånd
- 7. Sikkerhedsnøgle

3.1.1. SKÆRM



- 8. Tidsindikator
- 9. Hastighedsvisning
- 10. Afstandsindikator
- 11. Forbrændte kalorier

3.1.2. ARMBÅND - FJERNBETJENING



- 12. Startknap til løbebånd
- 13. Knappen "P" - valg af hastighedsprogram (1-6)
- 14. Øg værdien
- 15. Reducer værdien
- 16. "S"-knap - langsomt stop
- 17. "M"-knap - skifter mellem følgende parametre:
 - „Time“ [8] – tidsindstillinger (minutter:sekunder)
 - „Speed“ [9] – hastighedsindstillinger (km/t)
 - „Distance“ [10] – Afstandsindstillinger (km)
 - „Calories“ [11] – forbrændte kalorier

3.2. Forberedelse til brug

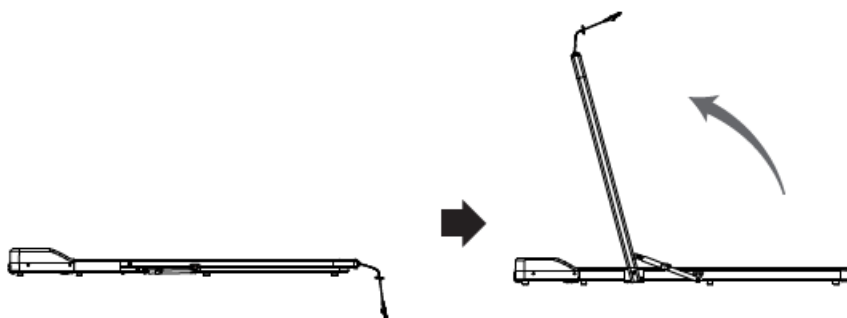
PLACERING AF MASKINEN

Den omgivende temperatur må ikke overstige 40°C, og den relative fugtighed bør ikke overstige 85%. Produktet skal placeres et sted med en god luftcirkulation. Hold maskinen væk fra enhver form for varme overflader. Maskinen skal til enhver tid anvendes på et jævnt, stabilt, rent, brandsikkert og tørt underlag, uden for rækkevidde af børn og personer med nedsat psykisk, sensorisk eller mental funktionsevne. Produktet opstilles et sted, hvor der altid er nem adgang til stikkontakten. Husk, at elforsyning til produktet skal være i overensstemmelse med oplysninger anført på mærkepladen!

Hold mindst 0,6m mere ledig plads over træningsrummet rundt om maskinen på hver side undtagen bagsiden, hvor der skal være to meter ledig plads, når der arbejdes med produktet.

3.3. Arbejde med produktet

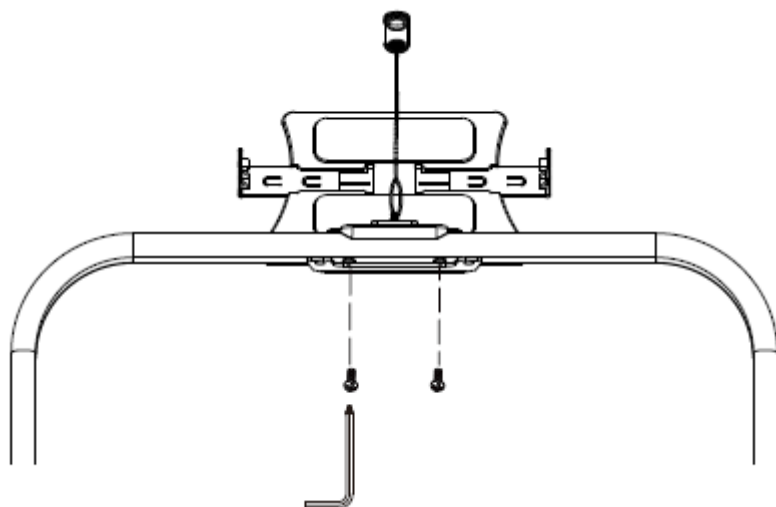
1. Træk gelænderet [2] opad for at folde maskinen ud.



Forlængelsen vil strække sig ud af røret [5A]. For at fastgøre gelænderets position skal du skubbe spændet ind i foldens placering midt på røret [5].



2. Placer hylden [1] oven på gelænderet [2], så hullerne i hylden flugter med hullerne i gelænderet. Brug en unbrakonøgle til at skrue de medfølgende skruer (2 stk.) ind i hullerne.



3. Tag fat i strømkablet. Sæt 3-Pin strømstik i stikket i bunden af produktet. Sæt stikket i den anden ende af strømledningen i en stikkontakt.

4. Sæt I/O-kontakten på forsiden af maskinen i position "I" - produktet er tændt. Skærmen viser "0" for hver parameter.

5. Indsæt sikkerhedsnøglen [7]. Fastgør nøglens kabelclips på tøjet. Ved træk i sikkerhedsnøglen, i tilfældet af man falder ned, glider eller snubler, afbrydes strømforsyningen, og maskinen stopper øjeblikkeligt.



6. Sæt armbåndet på armen.

7. Indstil tid, distance og forbrændte kalorier efter behov:

- Brug tasten "M" [17] til at vælge den parameter, der skal indstilles (undtagen hastighed)
- Juster parameterværdien ved at trykke på tasten "+" [14] for at øge værdien og tasten "-" [15] for at reducere værdien

Standardindstillede parametre:

	Standardværdi	Justeringsområde
Tid	30 minutter	5 - 99 minutter
Afstand	1 km	0,5 - 65 km (værdiændring for hver 0,5 km)
Kalorier	50	10 - 995 (værdiændring for hver 5 kalorier)

8. Indstil hastigheden:

a) vælg et af de tilgængelige træningsprogrammer:

- Tryk på knappen "P" [13], indtil et af de 6 tilgængelige træningsprogrammer er valgt
- Som standard er den indstillede tid for hvert program 30 minutter. Når et af programmerne er valgt, blinker skærmen [8] med værdien på 30 minutter. Brug knapperne [14] og [15] til at øge eller reducere programtiden
- Der kan ikke foretages andre ændringer end tid ved at trykke på knappen "P"

- Hvis du vil ændre parameterværdierne og afslutte træningsprogrammet, skal du trykke på knappen "M". Skærmen [8] viser 30 minutter, og skærmene [9], [10] og [11] nulstilles, og du kan justere parameterværdierne igen

Træningsprogrammer består af intervaller på 1,5 minutter, hvilket betyder, at din maskine skifter hastighed hvert 1,5. minut.

	Hastighed for hvert interval (hvert 1,5. minut)																			
P 1	1	2	3	4	5	4	3	2	1	2	3	4	5	4	3	2	1	2	3	2
P 2	2	2	3	3	4	4	5	5	6	6	5	5	4	4	3	3	2	2	3	3
P 3	1	2	3	2	3	4	3	4	5	4	5	6	5	4	5	4	3	4	3	2
P 4	2	3	3	4	3	4	4	5	4	5	5	6	5	6	6	5	4	3	2	1
P 5	2	2	3	4	5	6	6	5	4	3	3	2	3	4	4	5	6	5	4	3
P 6	1	2	3	3	3	4	5	6	6	6	5	4	3	2	2	2	3	4	3	2

b) manuel hastighedsindstilling:

- Tryk på knappen [12]. Løbebåndet måler 3 sekunder og starter ved den indstillede hastighed på 8 km/t.
- Brug tasterne [14] og [15] til at justere den ønskede hastighed
- Løbebåndet begynder at tælle din træningstid fra nul, din tilbagelagte distance og dine forbrændte kalorier

9. Når de ønskede parametre og/eller program er indstillet, skal du trykke på knappen [12], som aktiverer løbebåndet inden for 3 sekunder. Maskinen bipper for at angive, at løbebåndet er aktiveret.

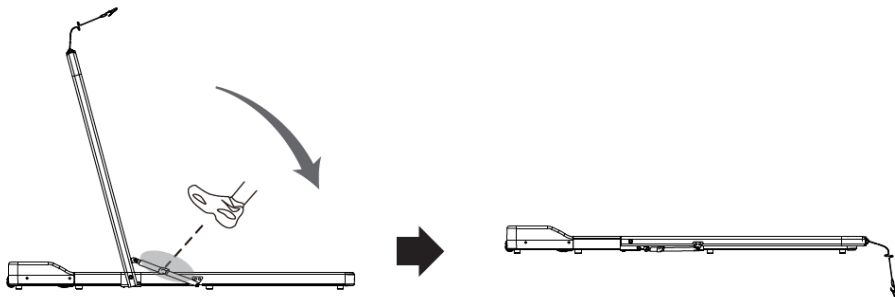
BEMÆRK! Vær yderst forsigtig, når du starter løbebåndet og starter en træning.

10. Tryk på knappen "S" [16] for at afslutte din træning. Maskinen starter stopprocessen, hastighedsværdien begynder at falde, hvilket vil blive angivet af skærmen.

11. Først når løbebåndet er standset helt, skal du stige af båndet.

12. Sæt "I/O"-kontakten på "O" - maskinen er slukket, og tag stikket ud af stikkontakten.

13. Hvis maskinen ikke skal bruges i længere tid, skal du folde det ned: Tryk på røret med foden [5]. Røret [5] vil bøje, og rørforlængeren [5A] vil trække sig tilbage, hvilket vil sænke og folde gelænderet [2].



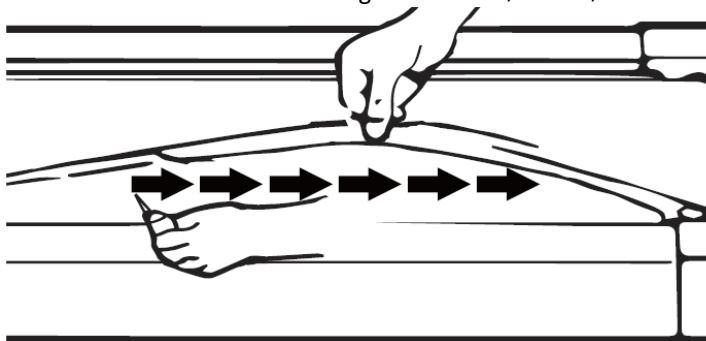
3.4. Rengøring og vedligeholdelse

- a) Før hver rengøring, vedligeholdelse, udskiftning af tilbehør, og mens udstyret ikke er i brug, skal strømledningen udtages og udstyret skal lades køle helt ned.
- b) Undgå at bruge ætsende rengøringsmidler til rengøring af maskinens overflader.
- c) Hver eneste gang efter rengøring skal alle dele tørres grundigt af, før produktet tages i brug igen.
- d) Maskinen skal opbevares på et køligt og tørt sted, væk fra direkte sollys og fugt.
- e) Det er forbudt at lægge maskinen under kraftige vandstråler eller nedsænke den helt i vand.
- f) Husk at sørge for, at der ikke trænger vand ind i udstyret igennem ventilationsåbninger. Det er forbudt at bruge fugt på skærmen og I/O-kontakten.
- g) Ventilationsåbninger rengøres med en pensel og trykluft.
- h) Maskinen skal kontrolleres regelmæssigt for den tekniske stand og eventuelle skader.
- i) Aftør gelænderet efter hver træning. Brug en blød, fugtig klud og varmt sæbevand til at rengøre.
- j) Brug ikke skarpe og/eller metalgenstande (f.eks. en stålborste eller en metalspatel) til rengøring af produktet, da dette kan beskadige overfladen på det materiale, der anvendes i produktet.
- k) Der må ikke bruges syreholdige rengøringsmidler eller midler til særlige medicinske formål, fortyndingsmidler, benzin, olie eller andre kemikalier, da disse stoffer kan beskadige maskinen.
- l) Hvis du ikke skal bruge produktet i længere tid, skal du fjerne sikkerhedsnøglen og folde løbebåndet ned.

3.4.1. PÅFØRING AF FEDT

For at sikre korrekt drift skal du smøre løbebåndet efter de første 25 timer (eller 2-3 måneder, hvis maskinen ikke har været brugt regelmæssigt). Gentag dette for hver 50 timer (eller for hver 5-8 måneder).

1. Løft den ene side af løbebåndet med den ene hånd.
2. Tør den blotlagte overflade under løbebåndet med fingeren.
3. Hvis overfladen er glat og olieagtig, er det ikke nødvendigt at påføre fedt.
4. Hvis overfladen er tør, skal du bruge den anden hånd til at dryppe et par dråber fedt ned i midten af den indvendige del af det løftede løbebånd.

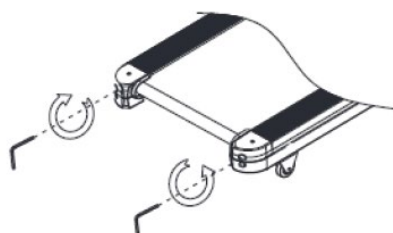
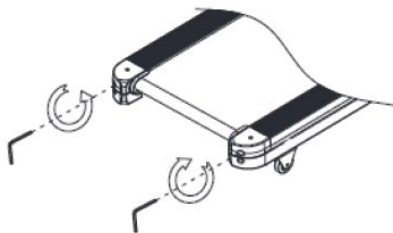


5. Lad maskinen køre i ca. 3-5 minutter for et program, så fedtet fordeles under løbebåndet.

BEMÆRK! Der må ikke påføres fedt på overfladen under løbebåndet. Hvis nogle dråber af fedtet falder fra indersiden af løbebåndet, skal de tørres af.

3.5. Indstilling af løbebåndets position

1. Løbebåndet kan forskydes efter en periode.
2. For at justere løbebåndets position og spænding skal du dreje boltene i hullerne for enden af bunden (vha. en unbrakonøgle).



BEMÆRK! Sørg for, at løbebåndet ikke løber over båndets kanter. Dette kan medføre beskadigelse eller endda rivning af løbebåndet.

BORTSKAFFELSE AF BRUGT UDSTYR:

Er produktet udtjent må det ikke bortskaffes sammen med almindeligt husholdningsaffald, men det skal afleveres til et center for indsamling og genbrug af elektrisk og elektronisk udstyr. Det indikeres af symbolet placeret på produktet, betjeningsvejledningen eller emballagen. Materialer brugt til produktion af udstyret egner sig til genbrug i overensstemmelse med mærkning af de enkelte materialer. Ved genbrug, genanvendelse af materialer eller andre former for genbrug af brugt udstyr yder De et væsentligt bidrag til miljøbeskyttelse. Oplysninger om det rette center for bortskaffelse af brugt udstyr kan rekvireres hos de lokale myndigheder.

3.6. Problemløsning:

Problem	Mulig årsag	Handling
Løbebåndet starter ikke	1. Maskinen er ikke tilsluttet strømnettet 2. Sikkerhedsnøglen er ikke indsat korrekt 3. Elektrisk sikring afbrudt	1. Tilslut strømtikket til stikkontakten. 2. Sæt sikkerhedsnøglen korrekt i. 3. Tænd for den elektriske sikring, vent 5 minutter, og genstart maskinen. Hvis løbebåndet stadig ikke starter, skal du kontakte en autoriseret elektriker eller en af producentens serviceteknikere.

Båndet glider mod kanterne	Båndets spænding er for lav	Juster spændingen og placeringen af båndet (3,6. Indstilling af løbebåndets position)
Løbebåndet laver en lyd, når det er belastet	1. Løbebåndet skal smøres 2. Båndets spænding er for høj	1. Smør løbebåndet (3,4.1. Påføring af fedt) 2. Juster spændingen og placeringen af båndet (3,6. Indstilling af løbebåndets position)
Løbebåndet ikke centreret	Båndets spænding er ikke jævnt fordelt	Juster spændingen og placeringen af båndet (3,6. Indstilling af løbebåndets position)

Umwelt – und Entsorgungshinweise

Hersteller an Verbraucher

Sehr geehrte Damen und Herren,

gebrauchte Elektro – und Elektronikgeräte dürfen gemäß europäischer Vorgaben **[1]** nicht zum unsortierten Siedlungsabfall gegeben werden, sondern müssen getrennt erfasst werden. Das Symbol der Abfalltonne auf Rädern weist auf die Notwendigkeit der getrennten Sammlung hin. Helfen auch Sie mit beim Umweltschutz. Sorgen Sie dafür, dieses Gerät, wenn Sie es nicht mehr weiter nutzen wollen, in die hierfür vorgesehenen Systeme der Getrenntsammlung zu geben.



In Deutschland sind Sie gesetzlich **[2]** verpflichtet, ein Altgerät einer vom unsortierten Siedlungsabfall getrennten Erfassung zuzuführen. Die öffentlich – rechtlichen Entsorgungsträger (Kommunen) haben hierzu Sammelstellen eingerichtet, an denen Altgeräte aus privaten Haushalten ihres Gebietes für Sie kostenfrei entgegengenommen werden. Möglicherweise holen die rechtlichen Entsorgungsträger die Altgeräte auch bei den privaten Haushalten ab.

Bitte informieren Sie sich über Ihren lokalen Abfallkalender oder bei Ihrer Stadt – oder Gemeindeverwaltung über die in Ihrem Gebiet zur Verfügung stehenden Möglichkeiten der Rückgabe oder Sammlung von Altgeräten.

[1] RICHTLINIE 2002/96/EG DES EUROPÄISCHEN PARLAMENTS UND DES RATES

ÜBER ELEKTRO – UND ELEKTRONIK – ALTGERÄTE

[2] Gesetz über das Inverkehrbringen, die Rücknahme und die umweltverträgliche Entsorgung von Elektro – und Elektronikgeräten (Elektro – und Elektronikgerätegesetz – ElektroG).

Utylizacja produktu

Produkty elektryczne i elektroniczne po zakończeniu okresu eksploatacji wymagają segregacji i oddania ich do wyznaczonego punktu odbioru. Nie wolno wyrzucać produktów elektrycznych razem z odpadami gospodarstwa domowego. Zgodnie z dyrektywą WEEE 2012/19/UE obowiązującą w Unii Europejskiej, urządzenia elektryczne i elektroniczne wymagają segregacji i utylizacji w wyznaczonych miejscach. Dbając o prawidłową utylizację, przyczyniasz się do ochrony zasobów naturalnych i zmniejszasz negatywny wpływ oddziaływania na środowisko, człowieka i otoczenie. Zgodnie z krajowym prawodawstwem, nieprawidłowe usuwanie odpadów elektrycznych i elektronicznych może być karane!

For the disposal of the device please consider and act according to the national and local rules and regulations.

CONTACT

expondo Polska sp. z o.o. sp. k.

ul. Nowy Kisielin-Innowacyjna 7
66-002 Zielona Góra | Poland, EU

e-mail: info@expondo.com