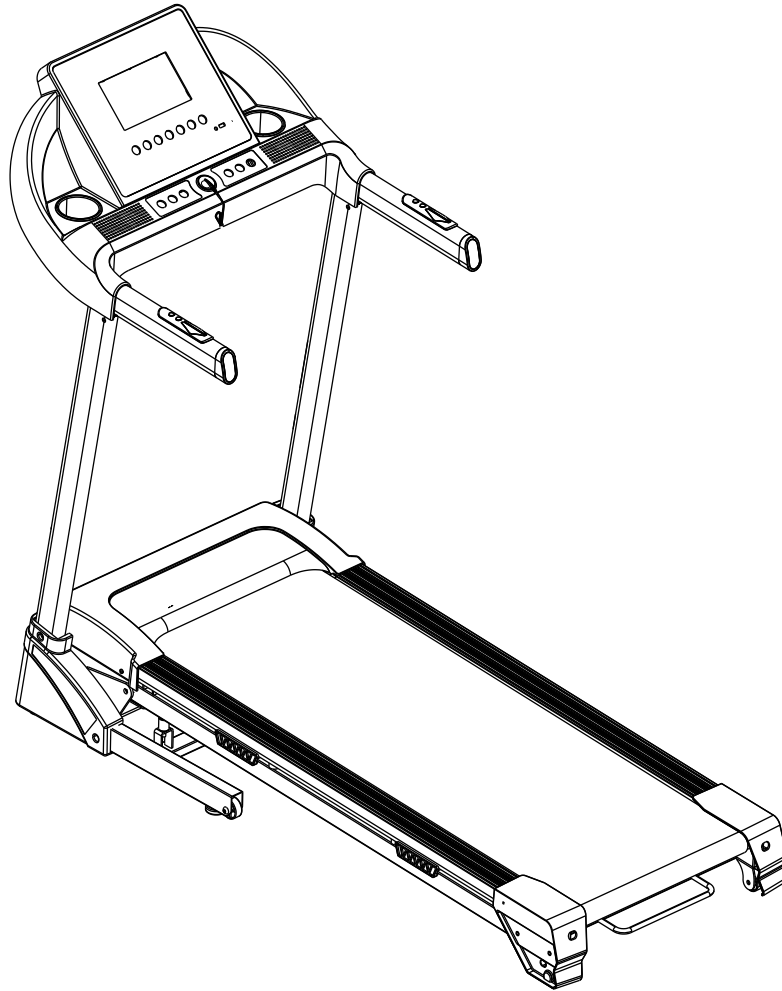


Manual del usuario - ES2733

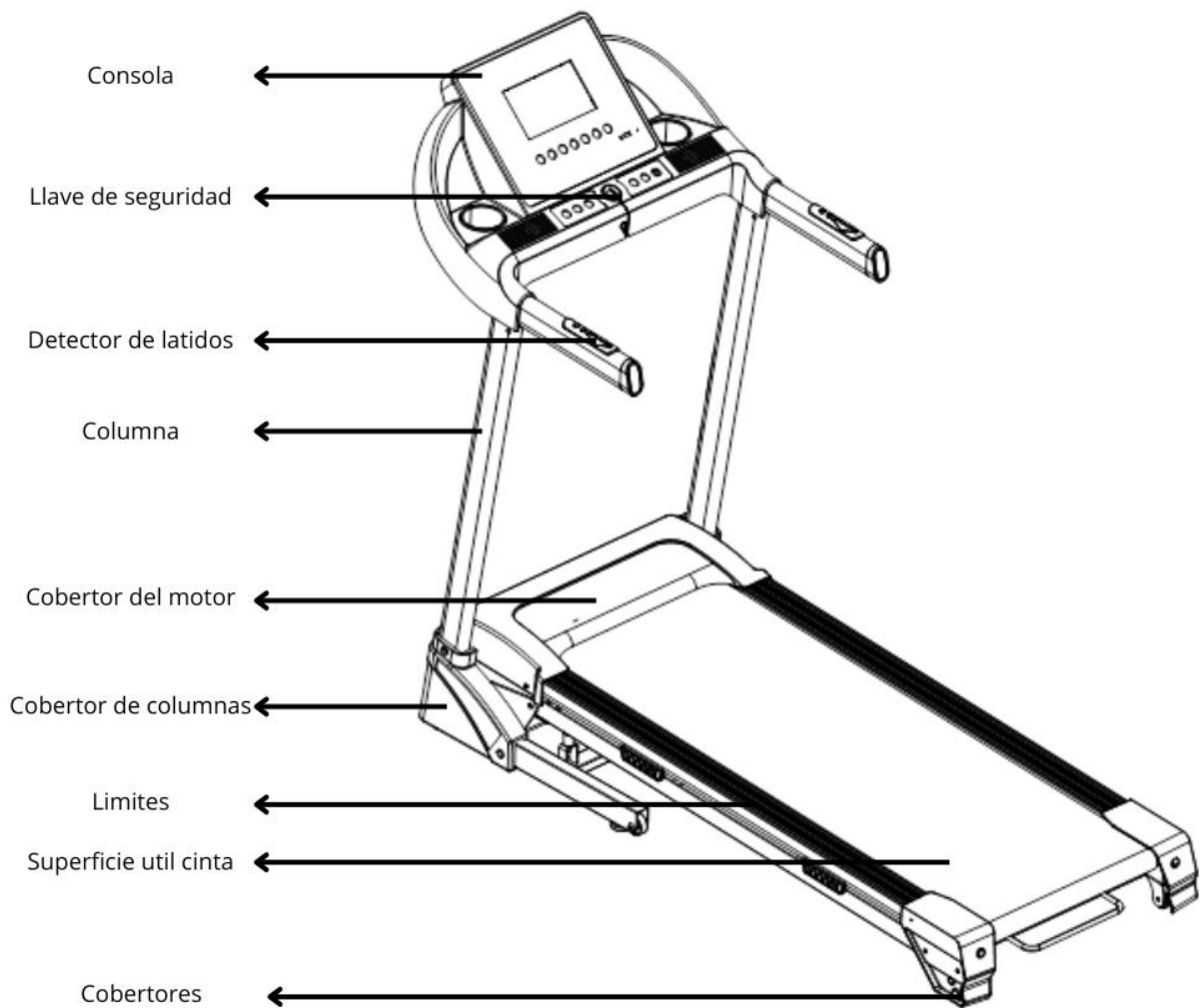


Contenido

1. Introducción del producto	1
2. Precauciones y advertencias de seguridad... ..	4
3. Instrucciones de montaje	6
4. Cómo utilizar la cinta de correr	11
5. Mantenimiento rutinario	18

1.Introducción del producto

Cinta de correr para uso doméstico



Parámetros principales y lista de piezas

Parámetros técnicos principales

NO.	Nombres de parámetros	Descripción
1	Voltaje de entrada de potencia	CA 220-240 V (50/60 Hz)
2	Potencia del motor	3,0 CV
3	Velocidad	1 – 16 kmh
4	Área de la banda de rodadura	450*1220 mm
5	Peso máximo del usuario	150 kilogramos
6	Armada dimensión	1635*700*1265mm (multifunción : 1670 x 700 x 1265 mm)
7	Función (opcional)	Masajeador

Lista de embalaje

NO.	Nombre	Unidad	Cantidad
1	Maquina completa	colocar	1
2	Masaje (Opcional)	colocar	1
3	Bolsa de accesorios	colocar	1
4.	Cubierta lateral	colocar	2

Lista de accesorios para la bolsa

NO.	Nombre	CANTIDAD	NO.	Nombre	CANTIDAD
1	Llave Allen de 6 mm	1	7	Llave de seguridad	1
2	Llave Allen de 5 mm	1	8	Aceite de silicona	1
3	Tornillo de cabeza plana con hexágono interior M8*4 5	2	9	Manual del usuario	1
4	Tornillo de cabeza plana con hexágono interior M8*1 6	6	10	Cable MP3	1

5	Junta curva $\varnothing 8$	6	11	Llave de cruz	1
6	Almohadilla plana 8	2			

2. Precauciones y advertencias de seguridad

Para su beneficio, lea atentamente las instrucciones antes de usarlo.

1. Es responsabilidad del propietario asegurarse de que todos los usuarios de esta cinta de correr estén adecuadamente informados de todas las advertencias y precauciones.
2. La cinta de correr no está diseñada para ser utilizada por personas con capacidades físicas, sensoriales o mentales reducidas o con falta de experiencia y conocimientos, a menos que hayan recibido supervisión o instrucciones sobre el uso de la cinta de correr por parte de alguien responsable de su seguridad.
3. La cinta de correr está diseñada únicamente para uso doméstico. Manténgala en interiores, lejos de la humedad y el polvo. No la coloque en un garaje o patio cubierto, ni cerca del agua.
4. Coloque la cinta de correr sobre una superficie nivelada, con al menos 2,4 m (8 pies) de espacio detrás de ella y 0,6 m (2 pies) a cada lado. No coloque la cinta de correr sobre ninguna superficie que bloquee las aberturas de aire.
5. Mantenga siempre a los niños y a las mascotas alejados de las cintas de correr.
6. Nunca permita que más de una persona esté en la cinta de correr al mismo tiempo.
7. Use ropa deportiva adecuada mientras utiliza la cinta de correr. No use ropa suelta que pueda engancharse en la cinta. Use siempre calzado deportivo. Nunca use la cinta de correr descalzo, con medias o sandalias.
8. Al conectar el cable de alimentación, enchúfelo a un circuito con toma de

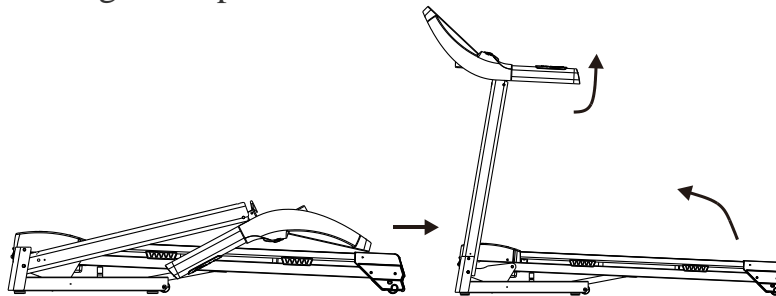
- tierra. Ningún otro aparato debe estar conectado al mismo circuito.
9. Mantenga el cable de alimentación alejado de superficies calientes.
 10. Nunca mueva la cinta para caminar mientras la corriente esté apagada. No utilice la cinta para correr si el cable de alimentación o el enchufe están dañados o si la cinta para correr no funciona correctamente.
 11. Utilice siempre el clip mientras utiliza la cinta de correr.
 12. Siempre párese sobre los rieles para los pies al iniciar o detener la banda para caminar.
 13. Cuando una persona camina en la cinta de correr, el nivel de ruido de la misma aumentará.
 14. Mantenga los dedos, el cabello y la ropa alejados de la cinta de correr en movimiento. Ajuste la velocidad de la cinta de correr en incrementos pequeños.
 15. El monitor de frecuencia cardíaca no es un dispositivo médico. Diversos factores, incluido el movimiento del usuario, pueden afectar la precisión de las lecturas de la frecuencia cardíaca. El monitor de frecuencia cardíaca está diseñado únicamente como una ayuda para la lectura de las tendencias de la frecuencia cardíaca en general.
 16. Nunca deje la cinta de correr sin supervisión mientras esté en uso. Retire siempre la llave de seguridad, presione el interruptor de encendido en la posición de apagado y desenchufe el cable de alimentación cuando no utilice la cinta de correr.
 17. No intente mover la cinta de correr hasta que esté correctamente ensamblada.
 18. Al plegar o mover la cinta de correr, asegúrese de que esté bien colocada en la posición de almacenamiento. No utilice la cinta de correr mientras esté plegada.
 19. No cambie la inclinación de la cinta de correr colocando objetos debajo de ella.
 20. Nunca inserte ningún objeto en ninguna de las aberturas de la cinta de correr.
 21. Inspeccione y ajuste adecuadamente todas las piezas cada vez antes y después de utilizar la cinta de correr.
 22. Desenchufe siempre el cable de alimentación inmediatamente después de su uso, antes de limpiar la cinta de correr y antes de realizar procedimientos de mantenimiento y ajuste.
 23. El exceso de ejercicio puede provocar lesiones graves o la muerte. Si se desmaya, se queda sin aliento o siente dolor mientras hace ejercicio, deje de usar la cinta de correr inmediatamente.

3. Instrucciones de montaje

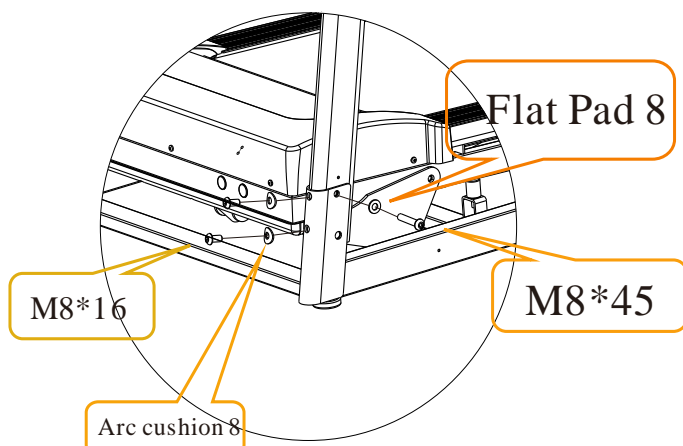
Antes de ensamblar, afloje y fije todos los tornillos. Apriete los tornillos hasta que se complete el ensamblaje del marco.

Instrucciones de montaje

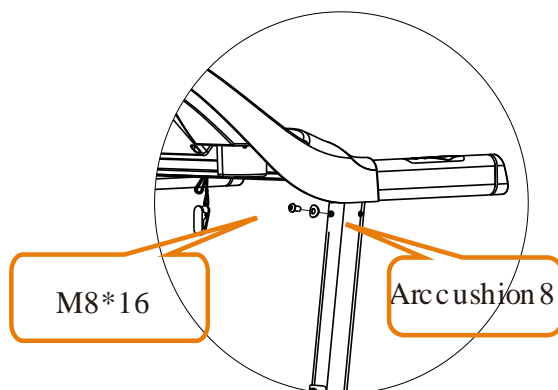
1. Coloque todos los accesorios planos sobre el suelo.
 - a. Dos personas sostienen la base y el marco principal con las manos a ambos lados de la máquina. **NOTA: No la sujete por la parte delantera ni por la trasera, ya que existe el riesgo de que se quede atrapada con las manos** . Saque con cuidado la cinta de correr de la caja de cartón y colóquela en posición horizontal sobre el suelo.
 - b. Corte las ataduras de ambos lados de la base y luego gire y levante lentamente las columnas verticales izquierda y derecha y la consola en la dirección que se muestra en la figura siguiente. **NOTA: Al levantar la consola, tenga cuidado de no sujetarla con la mano y no corte el cable de conexión con la columna vertical derecha.**
 - c. Luego, una persona sostendrá la columna vertical y no la soltará, lista para el siguiente paso.



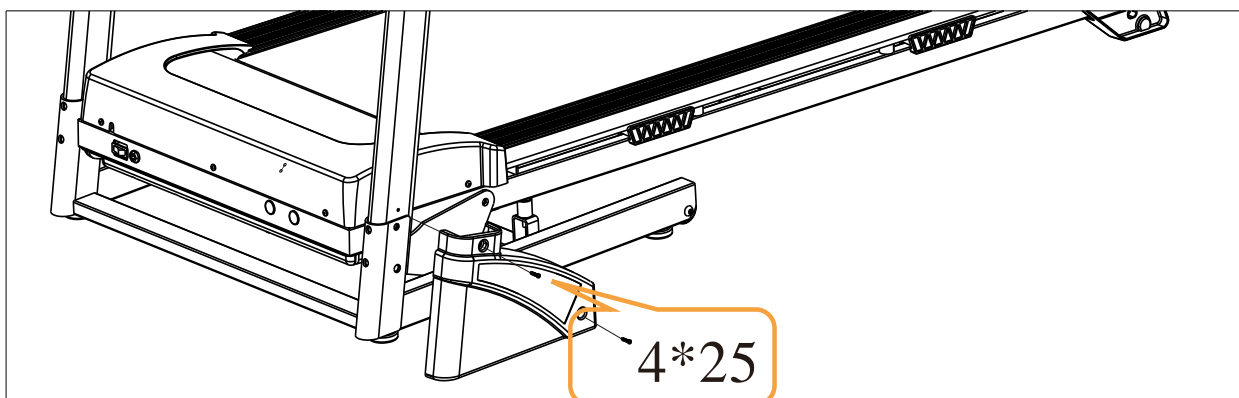
2. Pase dos tornillos de cabeza hueca de cabeza plana M8*4 5 a través de la base y fíjelos con una llave Allen de 5#. Fije la columna vertical a la base con cuatro tornillos de cabeza hueca Allen M8*1 6 y cuatro juntas curvas $\varphi 8$ con una llave Allen de 5#.



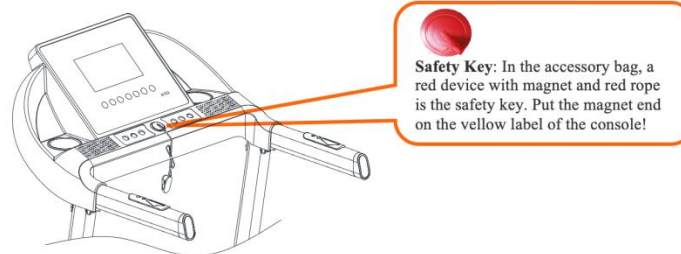
3. Fije el soporte del instrumento en la columna vertical con dos tornillos de cabeza hueca hexagonal M8*16 y dos juntas curvas $\phi 8$ con una llave Allen de 5#. Sujete suavemente los tubos de la columna en ambos lados. Al fijar los tornillos, la consola no debe pellizcar el cable en la columna vertical derecha.



4. Afloje los cuatro tornillos M5x15 atornillados a ambos lados de la base con una llave multiusos. Coloque las tapas protectoras izquierda y derecha en la base respectivamente y apriete los cuatro tornillos M 4 x 25 con una llave Allen de 6 # .



5. llave de seguridad en la posición que se muestra en la figura siguiente. Inserte el cable de alimentación en el enchufe y presione el interruptor de encendido en el extremo delantero de la cubierta del motor (la luz roja del interruptor se enciende) y la pantalla de la consola se enciende. ¡Presione la tecla “START” para comenzar su viaje de ejercicios!



Parada de emergencia: cuando se retira la llave de seguridad, se desconecta la fuente de alimentación y la parte de corriente débil permanece encendida. Esta operación no está controlada por software.

Para su seguridad, utilice siempre el clip de la llave de seguridad mientras utiliza la cinta de correr.

NOTA: confirme que todos los tornillos estén bloqueados de manera uniforme y firme después del ensamblaje, y asegúrese de que no quede ninguna pieza fuera antes de usar.


4. Cómo utilizar la cinta de correr

Usando cinta de correr

1. Inserte el enchufe de alimentación correctamente y encienda el interruptor (luz roja encendida) (1). Cuando la luz esté encendida, se escuchará un pitido y la pantalla se iluminará.



2. Instrucciones de seguridad

Mantenga la llave de seguridad fuera del alcance de los niños cuando no utilice la cinta de correr . Guarde la botella de aceite de silicona fuera del alcance de los niños. Si se la comen o se le parten los ojos por error, lávela con agua corriente y  te a un médico de inmediato.

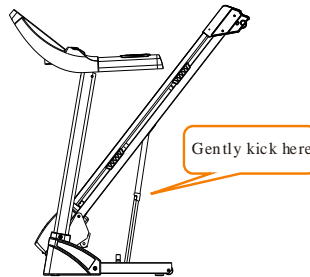
La cinta de correr solo puede ponerse en marcha cuando se coloca la llave de seguridad en el área amarilla de la consola. Coloque la llave de seguridad en la ropa cuando utilice la cinta de correr para evitar accidentes. Vuelva a

colocar la llave de seguridad cuando continúe utilizando la cinta de correr.

3. Instrucciones de plegado

Cinta de correr plegable: al plegar la cinta de correr, se ahorra espacio. Antes de plegarla, apague el interruptor de encendido de la cinta de correr y desenchufe el cable de alimentación. Levante la cinta de correr con las manos hasta que quede bloqueada por el pestillo de almacenamiento hidráulico.

Bajar la zona de la banda de rodadura: golpear suavemente el pestillo de almacenamiento hidráulico con los pies. La cinta de correr descenderá lentamente hasta el suelo, como se muestra en la siguiente figura:



4. Instrucciones de consola

Instrucciones de los botones

1. Inicio: Normalmente comienza después de 3 segundos de cuenta regresiva.
2. Programas: 1 programa de grasa corporal, 3 programas de cuenta regresiva fija y 12 programas automáticos.
3. Función de llave de seguridad

Cuando se desconecta la llave de seguridad, la cinta de correr se detendrá gradualmente y sonará una alarma "Di". Vuelva a colocar la llave de seguridad y todos los datos se borrarán en 2 segundos.

En cualquier circunstancia, la cinta de correr se detendrá cuando se desconecte la llave de seguridad. Aparecerá un mensaje en la pantalla. Vuelva a colocar la llave de seguridad y los datos de la pantalla volverán a los valores iniciales.

1. Aclaración sobre botones y consola Botón de inicio/parada:



Tecla de inicio: cuando la máquina esté encendida, presione el botón de inicio, la pantalla mostrará "0,8 km/h" y la cinta de correr se pondrá en marcha.

Tecla de parada: cuando la cinta de correr esté en estado de funcionamiento, presione el botón de parada, se borrarán todos los datos y la cinta de correr se detendrá gradualmente por completo y volverá al modo manual.

2. Tecla de programa



En el modo de espera, presione esta tecla para alternar entre las opciones

1) Programa manual

El modo manual es el modo de funcionamiento predeterminado del sistema y la velocidad predeterminada del modo manual es 0,8 KM/H, la velocidad más alta es 1,4 KM /H.

2) 12 (P1 a P12) programas automáticos

3. Tecla de modo



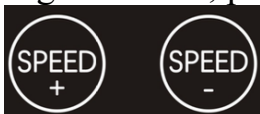
En el modo de espera, presione esta tecla para acceder a las opciones:

1) modo manual

2) 3 modos de cuenta regresiva: modo de cuenta regresiva de tiempo, modo de cuenta regresiva de distancia y modo de cuenta regresiva de calorías. Modo manual "0:00", modo de cuenta regresiva de tiempo " 15:00 ", modo de cuenta regresiva de distancia "1.00", modo de cuenta regresiva de calorías "50.0".

Después de elegir el modo, presione la tecla "START/STOP" para comenzar.

4. Tecla de velocidad ±

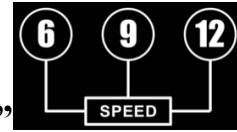


Utilice estas teclas para ajustar la velocidad de la cinta de correr en 0,1 km/pulsación, presione "+" para aumentar la velocidad y "-" para disminuirla.

5. Tecla de inclinación ±

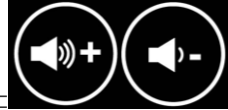


Utilice estas teclas para ajustar la inclinación de la cinta de correr en 1 nivel, presione “arriba” para aumentar la inclinación y “abajo” para disminuir la inclinación.



6. Teclas de acceso directo de velocidad “6/9/12”

Utilice estas teclas para ajustar la velocidad de la cinta de correr a 6/9/12 KM/H.



7. Tecla de volumen ±

Utilice estas teclas para ajustar el volumen de la música USB.

Función de visualización

1. Visualización de velocidad

Muestra el valor de la velocidad de ejecución actual.

2. Visualización de la hora

Muestra el tiempo del modo manual y el tiempo de cuenta regresiva en los modos y programas automáticos.

3. Visualización de distancia

Muestra la distancia acumulada en el modo manual y en los programas.
Muestra la cuenta regresiva de la distancia en el modo automático.

4. Visualización de calorías

Muestra las calorías acumuladas en el modo manual y en los programas.
Muestra la cuenta regresiva de calorías en el modo automático.

5. Visualización de frecuencia cardíaca

Muestra la frecuencia cardíaca.

6. Visualización de la grasa corporal

Muestra el índice de grasa corporal.

Rango de datos de cada ventana

TIEMPO : 0:00 – 99. 5 9(MIN)

DISTANCIA: 0,0 – 99,9 (KM)

CALORÍAS: 0– 999 (C)

PULSO: 7 0 – 1 40 (BPM)

12 Programa automático

Time PROG		Time Set/16=Runing Time of Each Period															
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
1	SPEED	4	6	6	6	10	10	6	6	6	4	4	2	6	6	4	4
2	SPEED	2	2	8	2	2	8	8	12	4	4	12	4	4	12	4	2
3	SPEED	2	4	8	8	4	4	8	8	10	10	12	4	4	8	4	4
4	SPEED	4	6	6	6	12	12	12	12	6	6	4	4	4	6	6	2
5	SPEED	2	4	6	12	12	12	4	4	4	4	12	12	12	6	4	2
6	SPEED	4	4	6	6	6	6	8	8	6	6	8	8	6	8	6	4
7	SPEED	4	8	8	8	8	4	4	12	12	4	4	8	8	4	4	2
8	SPEED	2	2	6	6	6	8	8	10	10	12	8	6	6	6	4	4
9	SPEED	2	4	4	2	6	8	10	12	10	6	6	6	2	2	4	4
10	SPEED	4	8	8	8	4	4	4	10	10	2	2	4	4	4	6	2
11	SPEED	2	4	10	8	6	6	8	8	8	6	6	6	4	4	2	2
12	SPEED	2	6	8	10	8	8	6	6	6	4	4	4	6	6	2	2

Cada programa se divide en 10 segmentos y el tiempo de ejecución de cada segmento del programa se distribuye de manera uniforme. A continuación se muestra una forma de distribución del tiempo de 12 programas.

Programa de grasa corporal

1. Cuando la cinta de correr se detenga, presione la tecla de programa para seleccionar el programa de prueba de grasa corporal “FAT”.
2. Presione la tecla de programa “ PROG ” para ingresar al programa de prueba de grasa corporal. Presione esta tecla “ MODE ” para configurar los parámetros correspondientes: F-1 - género, F-2 - edad, F-3 - altura, F-4 - peso. Presione las teclas de aumento o disminución de velocidad para ajustar el valor establecido (F-1... F-4); luego, cuando se muestre F-5, sostenga los sensores de frecuencia cardíaca con ambas manos y su índice de masa corporal se mostrará después de 8 segundos.
3. En este momento se debe ingresar el género. 0 indica masculino y 1 indica femenino. Presione las teclas de aumento o disminución de velocidad para seleccionar la entrada.
4. Cuando se presiona la tecla de modo, se muestra F-2 para indicar que se ingresa la configuración de edad. En la ventana de configuración se muestra 30 (años). Presione las teclas de aumento o disminución de velocidad para ajustar la edad. El rango de configuración es: 10-99 años.
5. Cuando se presiona la tecla de modo, se muestra F-3 para indicar que se ingresa al ajuste de altura. En la ventana de ajuste se muestra 170 (cm).

Presione las teclas para aumentar o disminuir la velocidad para ajustar la altura. El rango de ajuste es de 100 a 200 cm.

6. Cuando se presiona la tecla de modo, se muestra F-4 para indicar que se ingresa al ajuste de peso. En la ventana de ajuste se muestra 80 (kg). Presione las teclas de aumento o disminución de velocidad para ajustar el peso. El rango de ajuste es de 20 a 150 kg.
7. "F-5" se muestra en la ventana de configuración cuando se presiona la tecla de modo, lo que indica que se ingresa a la configuración de prueba de grasa corporal. Sujete los sensores de pulso con ambas manos y el valor de grasa corporal se mostrará en 8 segundos. Muestra XX (índice de grasa corporal).
8. En general, un nivel de grasa corporal inferior a 19 indica delgadez, entre 20 y 25 indica el peso ideal, entre 25 y 29 indica sobrepeso y más de 30 indica obesidad. Estos datos son solo de referencia y no se pueden utilizar como datos médicos.

F-1	Género	0- Masculino	1 -Mujer
F-2	Edad	10-99	
F-3	Altura	100-200	
F-4	Peso	20-150	
F-5	Tasa de grasa	≤19	Delgado
		20 - 25	Normal
		25-29	Sobrepeso
		≥30	Obesidad

3 Ajustes de parámetros del modo

El ajuste inicial de la cuenta regresiva del tiempo es de 15 minutos. El ajuste inicial de la cuenta regresiva de calorías es de 50 kcal. El ajuste inicial de la cuenta regresiva de la distancia es de 1,0 kilómetros. Orden de pedaleo: tiempo, distancia y calorías.

1. Configuración de calorías, presione la tecla “ MODE ” y la sección de calorías de la pantalla parpadeará, luego presione velocidad +/- para configurar las calorías que desee.
2. Configuración de la hora, presione la tecla “ MODE ” y la sección de hora de la pantalla parpadeará, finalmente presione velocidad +/- para configurar la hora que necesita.

3. Configuración de la distancia, presione la tecla “ MODE ” y la sección de distancia de la pantalla parpadeará, finalmente presione la velocidad +/- para configurar la distancia.

Traducción de códigos de error

Código de error	Descripción	Solución
E1	Comunicación anormal: cuando se enciende la alimentación, la conexión entre el controlador inferior y la consola es anormal.	Posible causa: La comunicación entre el controlador inferior y la consola está bloqueada; verifique cada unión entre el controlador y la consola y asegúrese de que cada núcleo esté completamente enchufado. Verifique la línea de conexión; reemplácela si está dañada.
Y 2	No hay señal del motor.	Posible causa: Verifique que el cable del motor esté bien conectado; si no, vuelva a conectarlo. Inspeccione el cable del motor para ver si está dañado o tiene olor a quemado; en caso afirmativo, reemplace el motor. Inspeccione el sensor de velocidad para ver si está instalado correctamente o si está dañado.
E 5	Protección contra sobrecorriente: Durante el funcionamiento, el controlador inferior detecta que la corriente es superior a 6 A durante más de 3 segundos.	Posible causa: La sobrecarga genera una corriente excesiva y el sistema se detiene por autoprotección o alguna pieza se atasca, lo que hace que el motor se detenga. Ajuste la cinta de correr y reiníciela. Verifique si hay olor a líquido o quemado mientras el motor está en funcionamiento; si es así, reemplace el motor; verifique si el controlador tiene olor a quemado; si es así, reemplace el controlador; verifique el voltaje de la fuente de alimentación; si no coincide con las especificaciones, cambie al voltaje correcto y vuelva a probar la máquina.

E6	Protección contra sobretensiones: el voltaje anormal del motor provoca la falla del circuito que impulsa el motor.	Posible causa: Verifique si el voltaje de la fuente de alimentación es 50% menor que el voltaje normal, use el voltaje correcto y pruebe la máquina nuevamente; verifique si el controlador tiene olor a quemado y reemplace el controlador; Verifique si el cable del motor está conectado y vuelva a conectar el cable del motor.
E7	Sin llave de seguridad	Coloque la llave de seguridad en el lugar correcto.

Entrada de audio

- 1. Entrada MP3:** La música del teléfono se puede reproducir a través de los altavoces de la cinta de correr conectando el teléfono y la cinta de correr a través del cable MP3.
- 2. Entrada USB (Opcional):** Reproducción de música en USB a través de los altavoces de las cintas de correr.

Altavoces Bluetooth (opcionales)

Conecte el teléfono con la cinta de correr a través de Bluetooth y reproduzca la música del teléfono a través de los altavoces de la cinta de correr.

APLICACIÓN Bluetooth (opcional)

Si su cinta de correr incluye control por aplicación inalámbrico, podrá controlarla a través de la aplicación “FitShow”. La aplicación hará un seguimiento de su entrenamiento durante el funcionamiento.

Escanee el código QR para descargar la aplicación FitShow:

5. Mantenimiento rutinario

Advertencia : Desenchufe el cable de alimentación antes de limpiar la cinta de correr y antes de realizar procedimientos de mantenimiento y ajuste.

1. Mantenimiento regular

El mantenimiento regular es importante para un rendimiento óptimo y para reducir el desgaste. Inspeccione y ajuste correctamente todas las piezas antes y después de utilizar la cinta de correr. Reemplace las piezas desgastadas de inmediato.

Limpie la cinta de correr con regularidad y mantenga la banda de carrera limpia y seca. Limpie las partes externas de la cinta de correr con un paño húmedo.

IMPORTANTE: No rocíe líquidos directamente sobre la cinta de correr. Para evitar dañar la consola, mantenga el líquido alejado de ella. Seque completamente la cinta de correr con una toalla suave.

2. Alineación de la banda de carrera

Para utilizar mejor la cinta de correr y lograr que sus funciones funcionen mejor, es necesario ajustar la cinta de correr en la mejor posición.

1. Coloque la cinta de correr eléctrica plana sobre el suelo.
2. Haga que la cinta de correr eléctrica funcione a una velocidad de 6-8 km/h.
3. Si la cinta de correr está más cerca de la derecha, gire el perno de ajuste derecho 1/2 vuelta en el sentido de las agujas del reloj y luego gire el perno de ajuste izquierdo 1/2 vuelta en el sentido contrario a las agujas del reloj. (Imagen B)
4. Si la cinta de correr está más cerca de la izquierda, gire el perno de ajuste izquierdo 1/2 vuelta en el sentido de las agujas del reloj y luego gire el perno de ajuste derecho 1/2 vuelta en el sentido contrario a las agujas del reloj. (Imagen A)



3. Ajuste de tensión de correa con múltiples cuñas

Después de usar la cinta de correr durante un tiempo, la correa de múltiples cuñas puede aflojarse debido a la abrasión, se necesita un ajuste adecuado para garantizar un uso seguro:

- 1) Sentencia: durante la carrera, la cinta de correr muestra una pausa ocasional. Esto indica que la cinta de correr o la cinta de cuñas múltiples está floja y es necesario ajustar la tensión de la cinta.

Método para determinar qué pieza está suelta: retire los 4 tornillos de la cubierta protectora trasera, encienda la cinta de correr a 1 km/h. Póngase de pie sobre la cinta de correr, agarre los pasamanos y corra ligeramente sobre la cinta de correr. (Le sugerimos que utilice el propio peso del usuario para correr sobre la cinta de correr).

- A. El paso instantáneo no puede detener la correa, la tensión es la adecuada.
 - B. Si su paso instantáneo detiene la cinta de correr, pero la cinta de múltiples cuñas y el rodillo formador siguen funcionando, esto indica que la cinta de correr está floja.
 - C. Si observa que el paso instantáneo detiene la cinta de correr y la cinta multicuña, pero el motor sigue funcionando, indica que la cinta multicuña está floja y se deben realizar los ajustes adecuados para facilitar el uso seguro.
- 2) Utilice una llave para ajustar los tornillos de la base del motor según la condición. Mientras tanto, gire suavemente la correa de múltiples cuñas entre el eje del motor y el rodillo delantero. Si está demasiado floja, la correa de múltiples cuñas se volteará en un 100%; si está demasiado apretada, el grado de volteo de la correa será limitado. La condición correcta debe ser voltear la correa de múltiples cuñas en un 80% después del ajuste. Ajuste la tensión de la correa de múltiples cuñas en la condición correcta.
- 3) Bloquee la base del motor e instale la cubierta frontal.

4. Lubricante para correas de rodadura

La plataforma y la cinta de correr de la cinta de correr se lubrican en fábrica. La separación entre la cinta de correr y la plataforma tiene una gran influencia en la vida útil y el rendimiento de la cinta de correr eléctrica; por lo tanto, es necesario aplicar lubricante con regularidad. También recomendamos revisar la plataforma con regularidad. Si la superficie de la plataforma está dañada, comuníquese con nuestro centro de atención al cliente.

Le recomendamos utilizar el lubricante entre la cinta de correr y el estribo siguiendo el siguiente esquema:

- Usuario de uso ligero (uso <3 horas a la semana): una vez al mes.
- Usuario de uso intensivo (>7 horas semanales): una vez cada medio mes.

Para proteger mejor la cinta de correr y mantener el estado óptimo de la máquina, se recomienda que después de un uso continuo de dos horas, apague la máquina y la deje reposar durante 10 minutos antes del próximo uso.

Si la cinta de correr está demasiado floja, se producirá una situación de deslizamiento durante la marcha; si está demasiado apretada, puede reducir el rendimiento del motor y aumentar la abrasión del rodillo y la cinta de correr. Levante los dos lados de la cinta de correr entre 50 y 75 mm cuando la tensión sea la adecuada.

Aplicación de aceite de silicona

Paso 1: Levante ligeramente la cinta de correr.

Paso 2: Abra la botella de aceite de silicona, exprima el aceite de silicona en los lados del estribo, como se muestra en la imagen a continuación.

