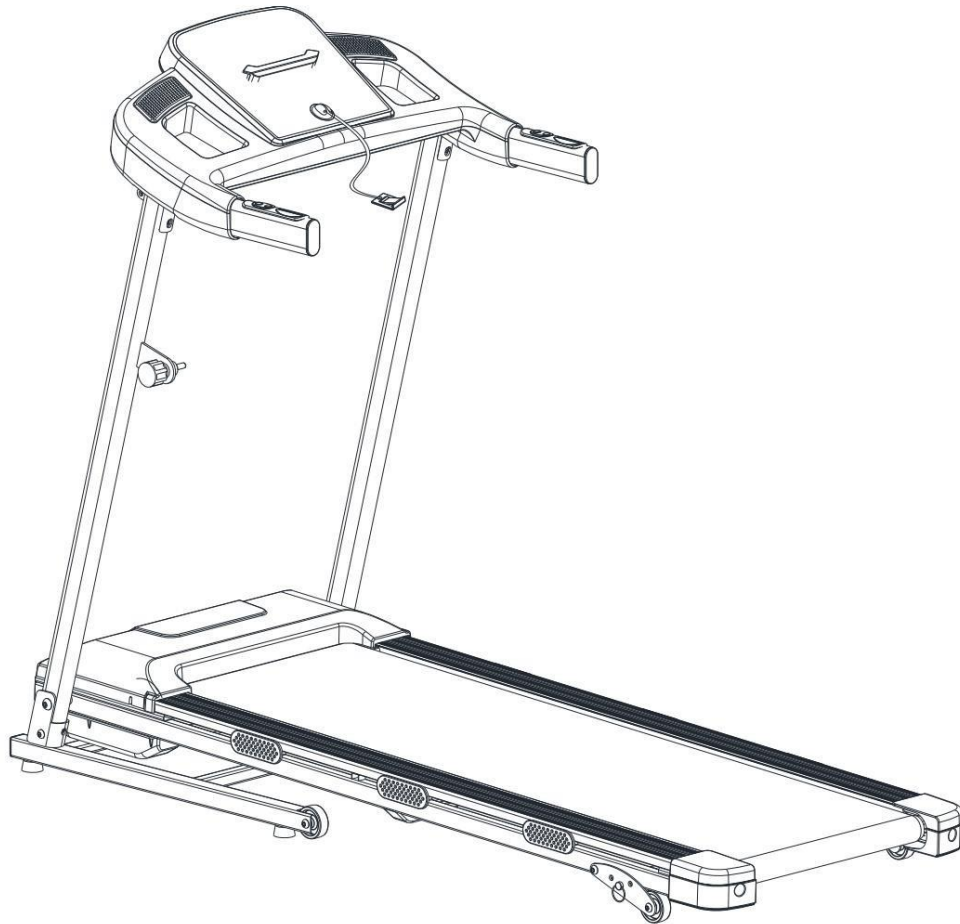


MANUAL DEL USUARIO



Este es un artículo de ALTA POTENCIA; NO UTILICE LA MISMA TOMA DE CORRIENTE CON OTROS ELECTRODOMÉSTICOS DE ALTA POTENCIA como aires acondicionados, etc.
Elija una toma de corriente exclusiva para la máquina y asegúrese de que el fusible sea de 10 A.

Coloque el imán rojo en la consola para iniciar la cinta de correr.

Contenido

Contenido

| | |
|---|----|
| Coloque el imán rojo en la consola para iniciar la cinta de correr..... | 1 |
| Contenido..... | 2 |
| 2. BREVE DESCRIPCIÓN..... | 5 |
| 5. SOLUCIÓN DE PROBLEMAS..... | 17 |
| 6. GUÍA DE EJERCICIOS..... | 18 |
| 7. LISTA DE PIEZAS Y DIAGRAMA DE DESPIECE..... | 18 |
| 8. GUÍA DE INSTALACIÓN..... | 21 |

1. INSTRUCCIONES DE SEGURIDAD IMPORTANTES

ADVERTENCIA: Para reducir el riesgo de lesiones graves, lea todas las precauciones e instrucciones importantes de este manual y todas las advertencias de su cinta de correr antes de usarla. No asumimos ninguna responsabilidad por lesiones personales ni daños materiales ocasionados por el uso de este producto.

1. Antes de comenzar este o cualquier programa de ejercicios, consulte a su médico. Esto es especialmente importante para personas mayores de 45 años o personas con problemas de salud previos al ejercicio.
2. Es responsabilidad del propietario asegurarse de que todos los usuarios de esta cinta de correr estén adecuadamente informados de todos los Advertencias y precauciones.
3. Utilice la cinta de correr únicamente como se describe en este manual.
4. Coloque la cinta de correr sobre una superficie nivelada, con al menos 8 pies (2,4 m) de espacio libre detrás de ella y 2 pies (0,6 m) sobre ella. Para proteger el suelo o cada lado. No coloque la cinta de correr sobre una superficie que bloquee las aberturas de aire. Para proteger el suelo o Para proteger la alfombra de daños, coloque un tapete debajo de la cinta de correr.
5. Mantenga la cinta de correr en interiores, lejos de la humedad y el polvo. No la guarde en un garaje ni en un lugar cubierto. patio, o cerca del agua.
6. No opere la cinta de correr en lugares donde se utilicen productos en aerosol o se administre oxígeno.
7. Mantenga a los niños menores de 12 años y a las mascotas alejados de la cinta de correr en todo momento.
8. Nunca permita que más de una persona esté en la cinta de correr a la vez.
9. Use ropa deportiva adecuada mientras usa la cinta de correr. No use ropa holgada. Ropa que pueda engancharse en la cinta. Se recomienda ropa deportiva de soporte tanto para hombres como para mujeres. y mujeres. Siempre use calzado deportivo; nunca use la cinta de correr descalzo, con solo medias o en sandalias.
10. Al conectar el cable de alimentación, enchúfelo a un circuito con conexión a tierra. No debe haber ningún otro aparato conectado al mismo circuito. Se debe usar un fusible de 10 amperios.
11. Si se necesita un cable de extensión, utilice únicamente un cable de 3 conductores, calibre 14 (1 mm²) que no tenga una longitud mayor a 6,5 pies (2,0 m)
12. Mantenga el cable de alimentación alejado de superficies calientes.
13. Nunca mueva la banda para caminar mientras la energía esté apagada. No opere la caminadora si la energía está apagada. El cable o el enchufe están dañados o la cinta de correr no funciona correctamente.
14. Lea, comprenda y pruebe el procedimiento de parada de emergencia antes de utilizar la cinta de correr.
15. Nunca arranque la cinta de correr mientras esté de pie sobre la banda para caminar. Sujétese siempre de los pasamanos mientras...

utilizando la cinta de correr.

16. La cinta de correr puede alcanzar altas velocidades. Ajuste la velocidad en pequeños incrementos para...

evitar saltos bruscos de velocidad.

17. Nunca deje la cinta de correr sin supervisión mientras esté en funcionamiento. Retire siempre la llave y desenchufe el cable de alimentación.

y coloque el disyuntor de reinicio/apagado en la posición de apagado cuando la cinta de correr no esté en uso.

18. El sensor de pulso no es un dispositivo médico. Diversos factores, incluido el movimiento, pueden afectar el

Precisión de las lecturas de frecuencia cardíaca. El sensor de pulso está diseñado únicamente como una ayuda para el ejercicio y para determinar la frecuencia cardíaca.

tendencias de las tasas en general.

19. No intente subir, bajar ni mover la cinta de correr hasta que esté correctamente ensamblada. Debe poder

Levante de forma segura 45 libras (20 kg) para subir, bajar o mover la cinta de correr.

20. Al plegar o mover la cinta de correr, asegúrese de que el pestillo de almacenamiento sujete el marco de forma segura.

la posición de almacenamiento.

21. No cambie la inclinación de la cinta de correr colocando objetos debajo de ella.

22. Inspeccione y apriete correctamente todas las piezas de la cinta de correr periódicamente.

23. Nunca deje caer ni inserte ningún objeto en ninguna abertura de la cinta de correr.

24. PELIGRO: Desenchufe siempre el cable de alimentación inmediatamente después de usarlo y antes de limpiarlo.

la cinta de correr y antes de realizar los procedimientos de mantenimiento y ajuste descritos en este manual.

Nunca retire el capó del motor a menos que se lo indique un representante de servicio autorizado. Mantenimiento

Cualquier otro procedimiento que no sea el descrito en este manual debe ser realizado únicamente por un representante de servicio autorizado.

25. Esta cinta de correr está diseñada únicamente para uso doméstico. No la utilice en ningún lugar comercial, de alquiler o

entorno institucional.

26. ADVERTENCIA:

Si el cable de alimentación está dañado, debe ser reemplazado por el fabricante, su agente de servicio o una persona igualmente calificada. d personas para

evitar un peligro. Este aparato no está diseñado para ser utilizado por personas (incluidos niños)

i-óimo

capacidades físicas, sensoriales o mentales reducidas, o falta de experiencia y conocimientos, a menos que hayan sido

n reciba supervisión o instrucción sobre el uso del aparato por parte de una persona responsable de su seguridad. c

Los niños deben ser supervisados para asegurarse de que no jueguen con el aparato.

27. Instale la cinta de correr en una superficie plana y nivelada con un voltaje/Hz adecuado, el cual está marcado en la etiqueta de la máquina.

toma de corriente con conexión a tierra.

28. Temperatura permitida: de 5 a 40 grados. Si la cinta de correr ha estado expuesta a bajas temperaturas, permítala.

Deje que alcance la temperatura ambiente antes de encenderlo. Si no lo hace, podría dañarlo.

pantallas de consola u otros componentes eléctricos.

1.1 INFORMACIÓN ELÉCTRICA IMPORTANTE

¡ADVERTENCIA!

NUNCA utilice un tomacorriente de pared con interruptor de circuito por falla a tierra (GFCI) con esta caminadora. Coloque el cable de alimentación

lejos de cualquier parte móvil de la cinta de correr, incluido el mecanismo de elevación y las ruedas de transporte.

NUNCA retire ninguna cubierta sin desconectar primero la alimentación de CA.

1.2 INSTRUCCIONES IMPORTANTES DE FUNCIONAMIENTO

Comprenda que los cambios de velocidad e inclinación no ocurren de inmediato. Configure la velocidad deseada en

la consola de la computadora y suelte la tecla de ajuste. La computadora obedecerá la orden.

gradualmente.

Tenga cuidado al participar en otras actividades mientras camina en su cinta de correr, como mirar

televisión, lectura, etc. Estas distracciones pueden hacer que pierda el equilibrio o se desvíe de caminar en el

centro del cinturón; lo que podría ocasionar lesiones graves.

Para evitar perder el equilibrio y sufrir lesiones inesperadas, NUNCA suba ni baje del

Cinta de correr mientras la banda está en movimiento. Esta unidad arranca a muy baja velocidad. Simplemente, de pie sobre la banda.

Durante la aceleración lenta es adecuado después de haber aprendido a operar esta máquina.

Sujétese siempre del pasamanos mientras realiza cambios de control.

Esta máquina incluye una llave de seguridad. Al retirarla, la banda para caminar se detendrá.

La cinta de correr se apagará automáticamente. Inserte la llave de seguridad para reiniciar la pantalla.

No presiones demasiado las teclas de control de la consola. Están ajustadas con precisión para funcionar correctamente.

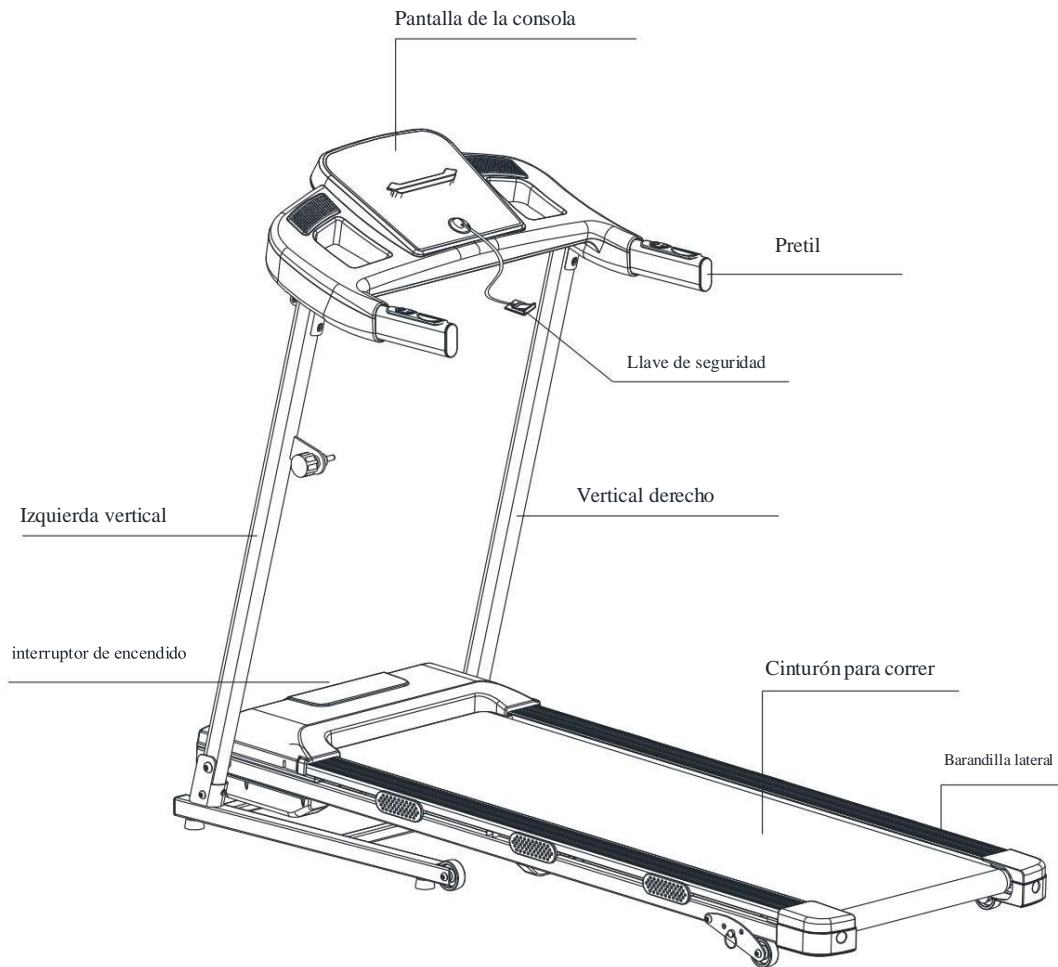
con la pequeña presión del dedo.

2. BREVE DESCRIPCIÓN

Esta cinta de correr motorizada puede ayudarte a lograr tu objetivo de mantenerte en forma. Junto con su diseño único, elegante y... Forma digna, ocupa poco espacio cuando se pliega mediante resorte de gasolina.

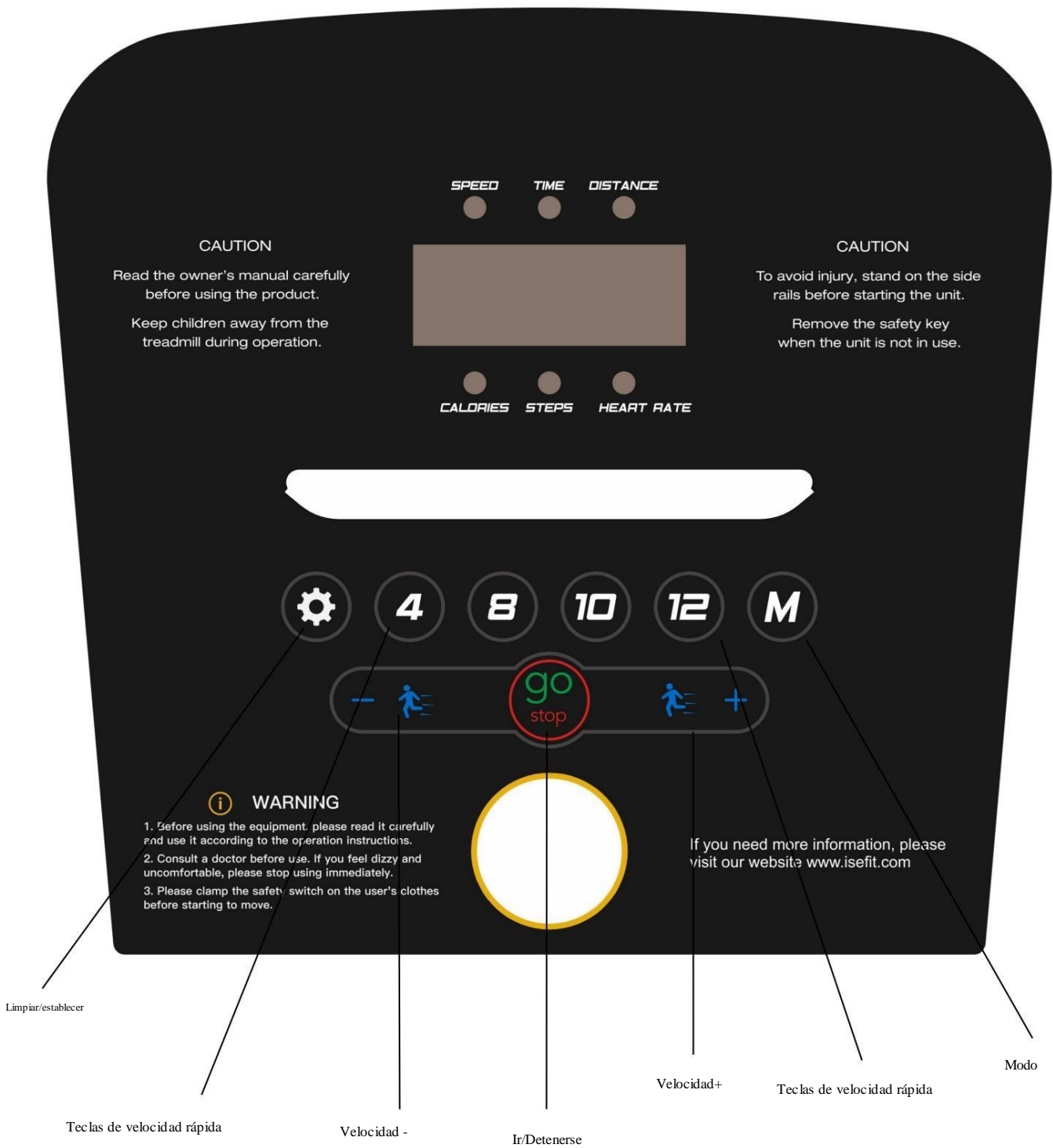
Rango de velocidad: 1,0-14,0 km/h;

Programas: 15 programas preestablecidos (P1-P15)



3. INSTRUCCIONES DE FUNCIONAMIENTO

3.1 Teclas para el panel del medidor



"MODE": Tecla de selección de modo, en el estado de parada, selecciona cíclicamente P1 - P15; Durante la ejecución, el bucle

La ventana de selección muestra: velocidad, tiempo, distancia, calorías, pasos.



- "CLEAR/SET": Tecla de puesta a cero/configuración, en el estado de parada, bucle para seleccionar el modo de entrenamiento entre Cuenta regresiva, contando distancia y calorías hacia atrás. Restablezca el tiempo, la distancia y las calorías mostradas mientras la cinta está funcionando;
- "go/STOP": Tecla de inicio/parada para poner en marcha la cinta de correr en estado detenido. Detenga la cinta de correr mientras esté en marcha. correr;
- VELOCIDAD "+": Tecla para aumentar la velocidad, mientras corres, cada pulsación aumenta la velocidad en 0,1 KM/H, y una pulsación prolongada aumenta continuamente;
- VELOCIDAD "-": Tecla de disminución de velocidad, en funcionamiento, la velocidad disminuye en 0,1 KM/H cada vez que se presiona, y la velocidad disminuye continuamente cuando se mantiene presionado;
- "VELOCIDAD RÁPIDA": 4 teclas de acceso directo de velocidad seleccionan directamente la velocidad correspondiente 4, 8, 10, 12 mientras correr;

3.2 Operación en modo de usuario

- Método de selección de entrenamiento de cuenta regresiva: En el estado de parada, presione la tecla "CLEAR/SET" para ingresar al Modo de ajuste del intervalo de cuenta regresiva; Presione la tecla "CLEAR/SET" nuevamente para ingresar la distancia de cuenta regresiva Modo de configuración; Presione la tecla "CLEAR/SET" nuevamente para ingresar al modo de configuración de conteo de calorías;
- Modo de entrenamiento durante la cuenta regresiva: en el estado de parada, presione la tecla "CLEAR/SET" para ingresar al estado de configuración. La ventana de tiempo parpadea y muestra 30:00 por defecto. Pulse las teclas SPEED+ y - para modificar la configuración. Valor. Rango de ajuste: 5-99 minutos. Presione el botón "go/STOP" para iniciar la cinta de correr a una VELOCIDAD de 1,0 km/h. Puede ajustar la velocidad presionando SPEED+ y -. La cinta se detiene automáticamente. cuando la cuenta regresiva esté en 00:00;
- Modo de entrenamiento de distancia de conteo regresivo: Presione la tecla "BORRAR/CONFIGURAR" nuevamente para ingresar al estado de configuración. La ventana de distancia parpadea y muestra 1,0 km/h por defecto. Pulse las teclas VELOCIDAD+ y - para modificar la Valor de ajuste. El rango de ajuste es de 1,0 a 9,0 km. Pulse "go/STOP" para iniciar la cinta de correr a una velocidad de 1,0 km/h. Puede ajustar la velocidad presionando SPEED+ y -. La cinta se detiene automáticamente. cuando la distancia de conteo regresivo es 0,0;
- Modo de entrenamiento de conteo de calorías: Presione la tecla "BORRAR/CONFIGURAR" nuevamente para ingresar al modo de configuración. Las calorías...

La ventana parpadea y muestra 50 CAL por defecto. Pulse las teclas SPEED+ y - para modificar el valor de ajuste. Rango de ajuste:

10-990 CAL. Presione el botón "go/STOP" para iniciar la cinta de correr a una velocidad de 1,0 km/h.

Puede ajustar la velocidad presionando SPEED+ y -. La cinta de correr se detiene automáticamente cuando se alcanzan las calorías.

el conteo es 0

3.3 Primeros pasos

Encienda la cinta de correr enchufándola a un tomacorriente de pared adecuado y luego encienda el interruptor de encendido ubicado

En la parte delantera de la cinta de correr, debajo del protector del motor. Asegúrese de que la llave de seguridad esté instalada, ya que la cinta de correr...

No se encenderá sin él. Al encenderlo, la pantalla estará lista para funcionar.

3.4 Operación de inicio rápido

Presione y suelte el botón GO/STOP para iniciar el movimiento de la cinta, a 1,0 Km/h, luego ajuste a la velocidad deseada

usando '+' o '-'. También puede usar las teclas de acceso rápido (4, 8, 10 y 12) para ajustar la velocidad. Puede

Utilice también 'speed +' o 'speed -' para ajustar la velocidad en el pasamanos.

Para reducir la velocidad de la cinta de correr, mantenga presionada la tecla "velocidad -" hasta alcanzar la velocidad deseada. También puede presionar la tecla

Teclas de ajuste de velocidad rápida: 4, 8, 10, 12.

En estado de carrera, presione una vez GO/STOP y la banda para caminar disminuirá su velocidad gradualmente.



En el estado de ejecución, pulsar una vez

restablecerá el tiempo, la distancia y las calorías.

3.5 Función de agarre de pulso

Sujete ambos sensores de pulso de acero inoxidable en los pasamanos, la ventana de la consola de pulso (frecuencia cardíaca) se iluminará.

Muestra tu frecuencia cardíaca actual durante el entrenamiento en 15 segundos. Nota: Debes usar ambos relojes de acero inoxidable.

Sensores de acero para mostrar tu pulso.

3.6 Visualización de calorías

Muestra las calorías acumuladas quemadas en un momento dado durante tu entrenamiento. Nota: Esta

es solo una guía aproximada utilizada para comparar diferentes ejercicios.

sesiones que no puedan utilizarse con fines médicos.

3.7 Transporte

Levante con cuidado la cinta de correr por el área del rodillo trasero, sujetando las dos tapas de los extremos laterales y retire la cinta de correr.

3.8 Operaciones programables

Cada programa preestablecido tiene un nivel de velocidad máxima que se muestra cuando se elige el entrenamiento deseado. El

La velocidad que alcanzará el programa en particular se mostrará en la ventana Velocidad. Cada programa tiene

Varios cambios de velocidad a lo largo del recorrido.

3.9 Para seleccionar un programa



Encienda la máquina, presione 'MODE' para elegir el programa deseado, luego presione y suelte

'GO/STOP' para iniciar el programa con valores predeterminados.

La ventana de velocidad ahora mostrará la velocidad preestablecida del programa seleccionado.

Después de cada minuto la velocidad se puede modificar automáticamente según los programas y se puede modificado

manualmente. 3 segundos antes de finalizar el programa sonará un timbre tres veces, luego el La cinta de correr se

detendrá.

Programas:

1.Walking and jogging programs

P1 PRIMARY

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

P2 PRIMARY

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

P3 WALKING

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

P4 JOGGING

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

P5 Runner1(AGE45-50)

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

P6 Runner2(AGE40-45)

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

P7 Runner3 (AGE35-40)

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

P8 Runner4(AGE30-35)

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

P9 Runner5(AGE25-30)

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

3.SPORT-distance runner

P10 Runner1(AGE18-25)

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

P11 Runner2(AGE18-25)

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

4.Lady exerciser

P13 Runner1(AGE55-60)

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

P12 Runner3(AGE18-25)

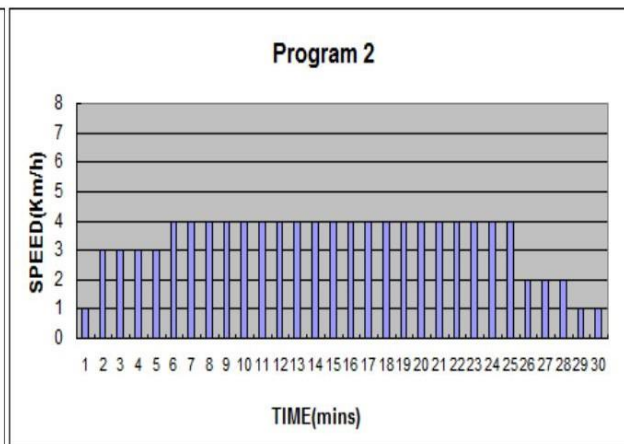
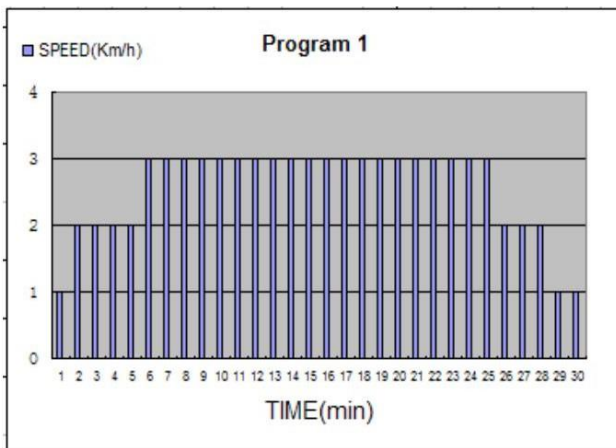
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|-------------|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|--------|
| TIME(mins) | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13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

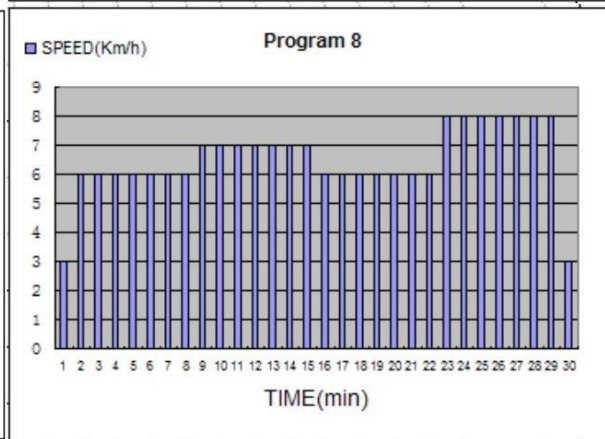
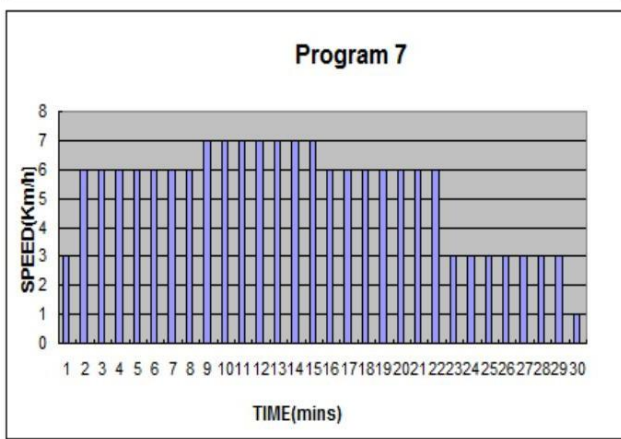
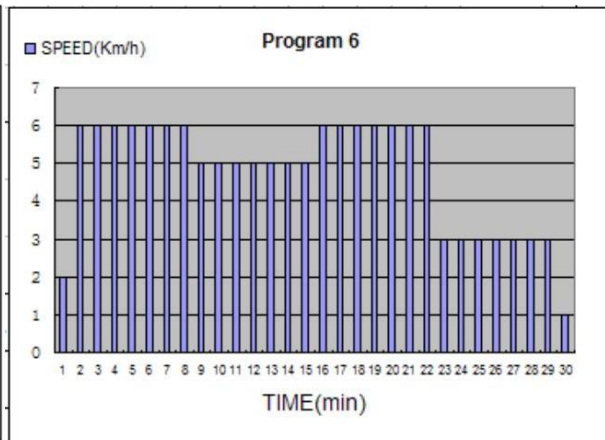
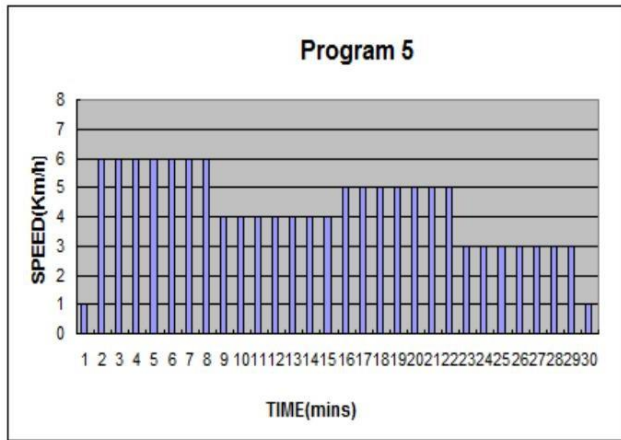
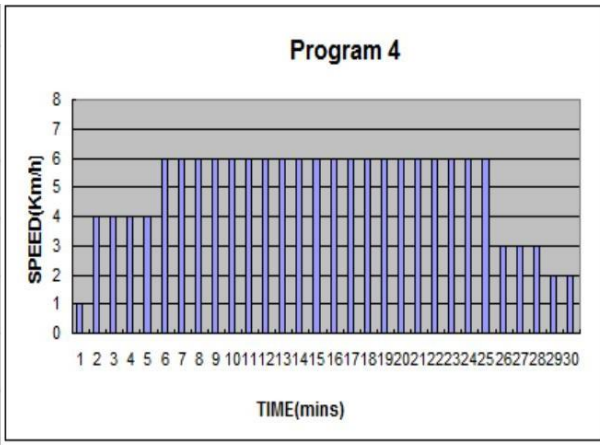
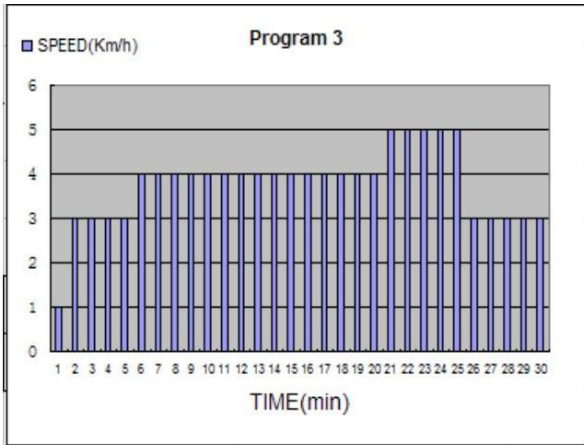
P14 Runner2(AGE50-55)

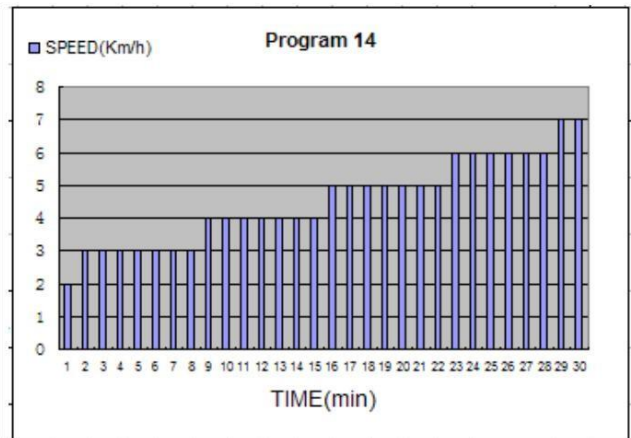
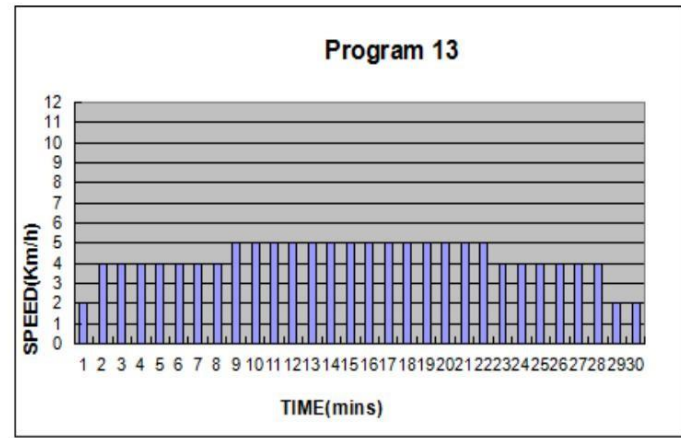
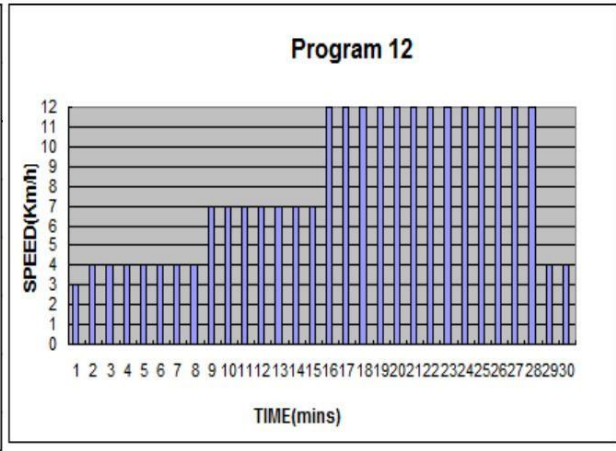
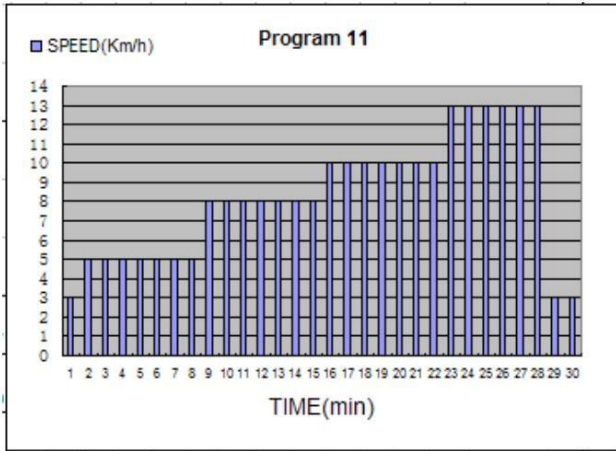
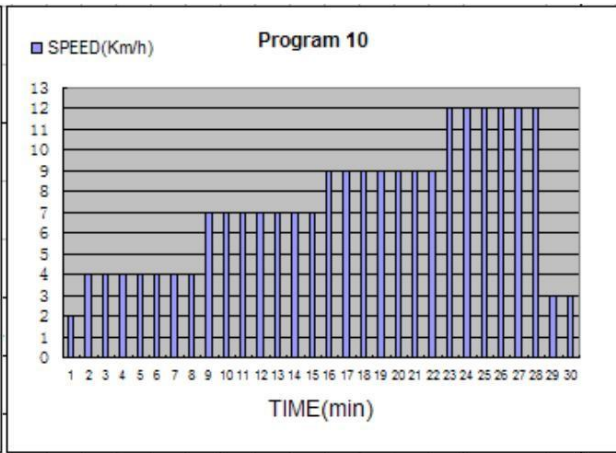
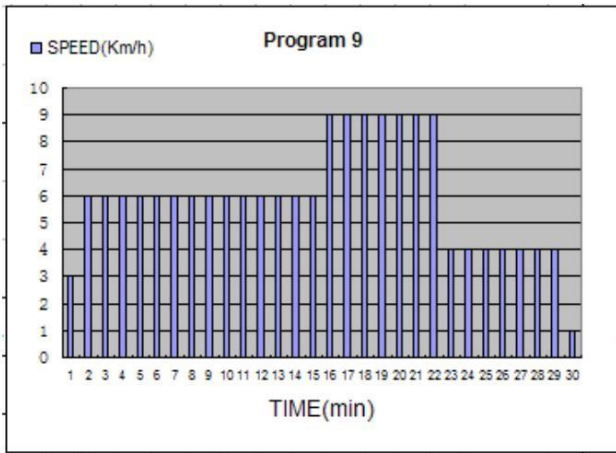
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|-------------|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|--------|------|
| TIME(mins) | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 |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

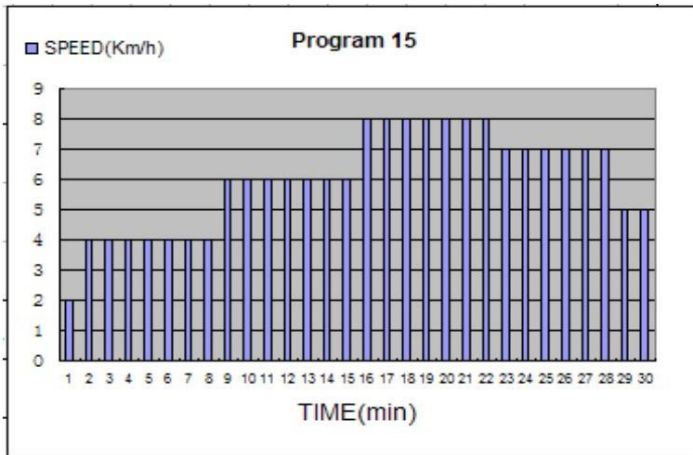
P15 Runner3(AGE45-50)

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









4. MANTENIMIENTO

Se debe realizar una limpieza y lubricación razonables para prolongar la vida útil de esta unidad. El rendimiento es se maximiza cuando el cinturón y la alfombra se mantienen lo más limpios posible.

ADVERTENCIA: LA FRICCIÓN DE LA TAPETE/CUBIERTA PUEDE DESEMPEÑAR UN PAPEL IMPORTANTE EN EL FUNCIONAMIENTO Y LA VIDA ÚTIL DE SU CINTA DE CORRER Y POR ESO LE RECOMENDAMOS LUBRICAR CONSTANTEMENTE ESTE PUNTO DE FRICCIÓN PARA PROLONGUE LA VIDA ÚTIL DE SU CINTA DE CORRER. NO HACER ESTO PODRÍA ANULAR LA GARANTÍA.

ADVERTENCIA: DESENCHUFE EL CABLE DE ALIMENTACIÓN ANTES DE REALIZAR MANTENIMIENTO.

ADVERTENCIA: DETENGA LA CINTA DE CORRER ANTES DE PLEGARLA.

4.1 Limpieza general

Utilice un paño suave y húmedo para limpiar el borde del cinturón y el área entre el borde del cinturón y el marco. A

Una solución de agua y jabón suave junto con un cepillo de nailon limpiarán la parte superior del cinturón texturizado.

Esta tarea debe realizarse una vez al mes. Dejar secar antes de usar.

Mensualmente, aspire debajo de la cinta de correr para evitar la acumulación de polvo. Una vez al año,

Se debe retirar el protector negro del motor y aspirar la suciedad que pueda acumularse.

4.2 Cuidados generales

- Compruebe el desgaste de las piezas antes de usarlas.
- Reemplace siempre la alfombra si está desgastada o si hay otras piezas defectuosas.
- En caso de duda, no utilice la cinta de correr y póngase en contacto con nuestra línea de ayuda.

PROTEJA LAS ALFOMBRAS Y EL PISO en caso de fugas. Este producto es una máquina que contiene

partes móviles que han sido engrasadas/lubricadas y podrían tener fugas.

4.3 Lubricación de la banda/plataforma/rodillo

La fricción entre la alfombra y la plataforma puede desempeñar un papel importante en el funcionamiento y la vida útil de su cinta de correr y es por eso que

Le recomendamos que lubrique constantemente este punto de fricción para prolongar la vida útil de su cinta de correr. Debe aplicar la

lubricación después de aproximadamente las primeras 40 horas de funcionamiento. Recomendamos

Lubricación de la cubierta según el siguiente cronograma:

Uso ligero (menos de 3 horas por semana) cada 6 meses Uso medio

(3-5 horas semanales) cada 3 meses

Uso intensivo (más de 5 horas por semana) cada 6-8 semanas.

Vea a continuación los procedimientos de lubricación:

1. Utilice un paño suave y seco para limpiar el área entre la correa y la plataforma.
2. Extienda el lubricante uniformemente sobre la superficie interior de la correa y la plataforma (asegúrese de que la máquina esté apagada).
y se desconecta la energía).
3. Lubrique periódicamente los rodillos delanteros y traseros para mantenerlos en su máximo rendimiento.

Si la cinta, plataforma y rodillo de la cinta de correr se mantienen razonablemente limpios, es posible esperar más de 1200 horas antes es necesario volver a lubricar.

4.4 Cómo comprobar la correcta lubricación de la alfombra de carrera

1. Desconecte la fuente de alimentación principal.
2. Pliegue la cinta de correr a la posición de almacenamiento.

3. Sienta la superficie posterior de la colchoneta para correr.

Si la superficie está resbaladiza al tacto, no se necesita lubricación adicional.

Si la superficie está seca al tacto, aplique un lubricante de silicona adecuado.

Le recomendamos que utilice un aerosol a base de silicona para lubricar su cinta de correr Lifespan. Esto puede ser

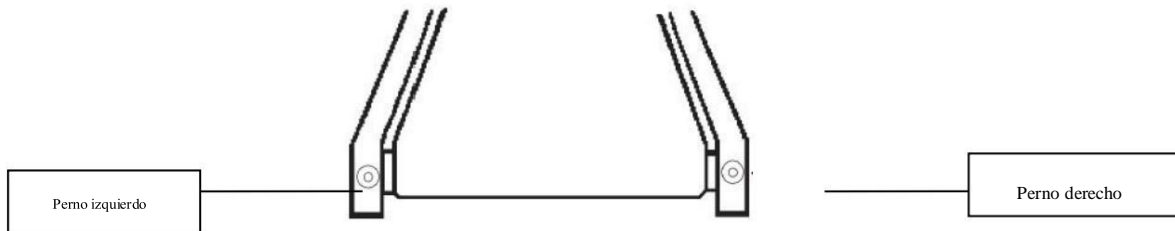
Cómprelo en su tienda de deportes local o en una ferretería local.

4.5 Ajuste del cinturón

Ajuste de la tensión de la correa: es muy importante para los corredores y trotadores para proporcionar una tensión suave y constante. superficie de rodadura. El ajuste debe realizarse desde el rodillo trasero derecho e izquierdo para ajustar la tensión con

La llave hexagonal incluida en el paquete de piezas. El perno de ajuste se encuentra en el extremo de los rieles.

como se observa en el diagrama a continuación:



Nota: El ajuste es la pequeña sujeción en las tapas de los extremos.

Apriete el rodillo trasero solo lo suficiente para evitar que el rodillo delantero patine. Gire los pernos derecho e izquierdo.

Gire la correa en el sentido de las agujas del reloj razonablemente y compruebe que la tensión sea la adecuada. Al ajustar la tensión de la correa, También es necesario realizar un ajuste de seguimiento para compensar el cambio en la tensión de la correa.

NO APRIETE DEMASIADO: apretar demasiado provocará daños en la correa y fallas prematuras en los cojinetes.

4.6 Ajuste de la alineación de la correa

Esta cinta de correr está diseñada para mantener la banda razonablemente centrada durante su uso. Es normal que algunas bandas...

deslícese cerca de un lado mientras la cinta está funcionando sin nadie en ella. Después de unos minutos de uso, la cinta debería

tienden a centrarse. Si durante el uso, el cinturón continúa moviéndose hacia un lado, se deben realizar ajustes.

Son necesarios. Los procedimientos son los siguientes:

- ▲ Primer ajuste de velocidad en la posición más baja.
- ▲ En segundo lugar, verifique hacia qué lado se desplaza la correa.

Si la correa se desplaza hacia la derecha, apriete el perno derecho y afloje el perno izquierdo utilizando una llave hexagonal de 6 mm.

Llave, hasta que la correa esté centrada; si la correa se desplaza hacia la izquierda, apriete el perno izquierdo y afloje el perno derecho

Con una llave hexagonal de 6 mm, hasta que la correa quede centrada. Al ajustar la correa con la llave hexagonal de 6 mm..

Llaves hexagonales: es importante ajustar la correa en incrementos de media vuelta. Ajustarla demasiado puede...

provocar daños en la alfombra.

5. SOLUCIÓN DE PROBLEMAS

Esta cinta de correr está diseñada de tal manera que en caso de una falla eléctrica, la máquina se apagará.

automáticamente para evitar cualquier lesión al usuario y evitar daños a la máquina (es decir, el motor).

Cuando la cinta de correr se comporta de manera errática, simplemente reiníciela apagando el interruptor de encendido.

esperando 1 minuto y luego encendiendo nuevamente el botón de encendido.

5.1 Señales de alarma

E02 Protección contra sobretensión del motor

1. Haga que la máquina vuelva a realizar la autocomprobación.
2. .Cambiar controlador

E03 Protección contra sobrecorriente

1. Limpie el polvo entre el estribo y la correa, luego aplique un poco de aceite.
2. Si la banda para correr se desgasta gravemente, cámbiela.

E04 Circuito abierto del motor

1. Verifique el cable de conexión del motor, si el cable de conexión está suelto, conéctelo nuevamente.
2. El carbón del motor está desgastado, reemplace el carbón o el motor.

E05 Daños en la EEPROM o problemas de acceso, cambie la placa controladora

E06 Error de comunicación

1. Verifique el cable de conexión entre la computadora y la placa controladora. Si está suelto o roto, conéctelo.

de nuevo o cambiarlo

2. cambiar el motor de inclinación

E09 protección contra cortocircuitos cambiar la placa del controlador

“ ”La llave de seguridad no está conectada

Inserte la llave de seguridad

Sin energía

1. Verifique los fusibles (están ubicados en el controlador debajo de la cubierta del motor)
2. Verifique la toma de corriente (conecte algo más a la toma de corriente para asegurarse de que esté bien conectada).
funcionando correctamente).

3. Verifique el cable de alimentación (es posible que tenga que llevarlo a un electricista).

6. GUÍA DE EJERCICIOS

NOTA: Antes de comenzar cualquier programa de ejercicios, consulte con su médico. Esto es especialmente importante.

Si tiene más de 45 años o tiene problemas de salud preexistentes.

Los sensores de pulso no son dispositivos médicos. Diversos factores, incluido el movimiento del usuario, pueden afectar...

precisión de las lecturas de frecuencia cardíaca. Los sensores de pulso están diseñados únicamente como una ayuda para el ejercicio y para determinar tendencias de la frecuencia cardíaca en general.

Hacer ejercicio es una excelente manera de controlar su peso, mejorar su estado físico y reducir el efecto del envejecimiento.

estrés. La clave del éxito es hacer del ejercicio una parte regular y placentera de tu vida diaria.

El estado de su corazón y pulmones y su eficiencia para transportar oxígeno a través de la sangre a su cuerpo.

Los músculos son un factor importante para tu estado físico. Tus músculos usan este oxígeno para proporcionar suficiente energía para Actividad diaria. Esto se llama actividad aeróbica. Cuando estás en forma, tu corazón no tendrá que esforzarse tanto.

bombear muchas menos veces por minuto, reduciendo el desgaste del corazón.

Así que como puedes ver, cuanto más en forma estés, más saludable y mejor te sentirás.

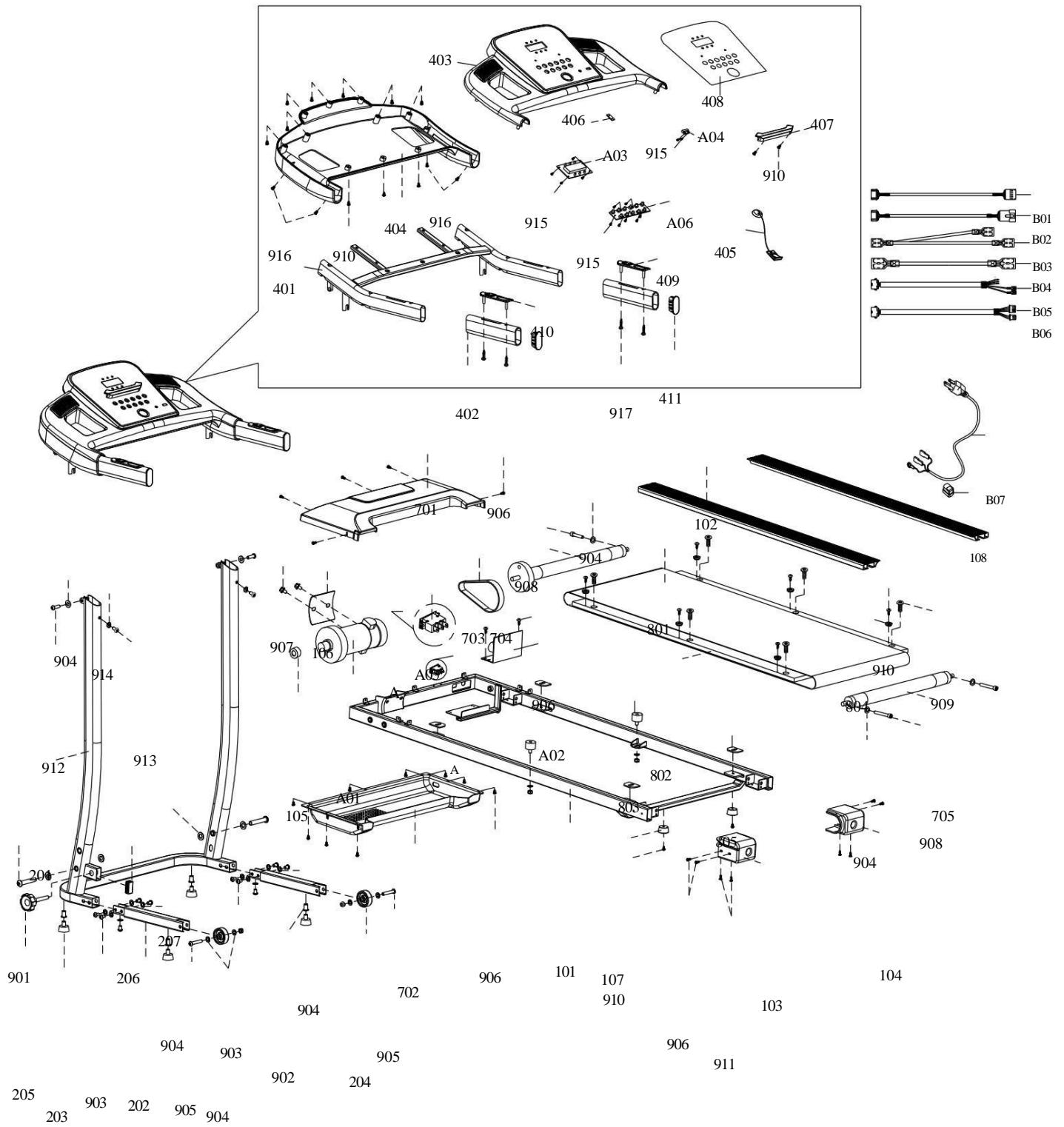
7. LISTA DE PIEZAS Y DIAGRAMA DE DESPIECE

| NO. | Descripción | Cantidad |
|-----|-----------------------------------|----------|
| 101 | Marco | 1 |
| 102 | Barandilla lateral | 2 |
| 103 | Tapa del extremo izquierdo | 1 |
| 104 | Tapa del extremo derecho | 1 |
| 105 | Anillo magnético | 1 |
| 106 | cojín del motor | 1 |
| 107 | tapón de goma | 2 |
| 108 | Hebilla del cable de alimentación | 1 |
| 201 | conjunto de marco base | 1 |

| NO. | Descripción de la | Cantidad |
|-----|-------------------------------------|----------|
| 803 | almohadilla de resorte | 2 |
| 804 | Decoración de barandilla lateral | 6 |
| 805 | cojín de plataforma para correr | 4 |
| 901 | Tornillo de cabeza hueca hexagonal | 2 |
| 902 | Tornillo M10 | 4 |
| 903 | Tornillo de cabeza hueca hexagonal | 10 |
| 904 | Arandela plana - grado C | 19 |
| 905 | Tornillo de cabeza hueca hexagonal | 2 |
| 906 | Cruz de cabeza plana grande roscada | 20 |

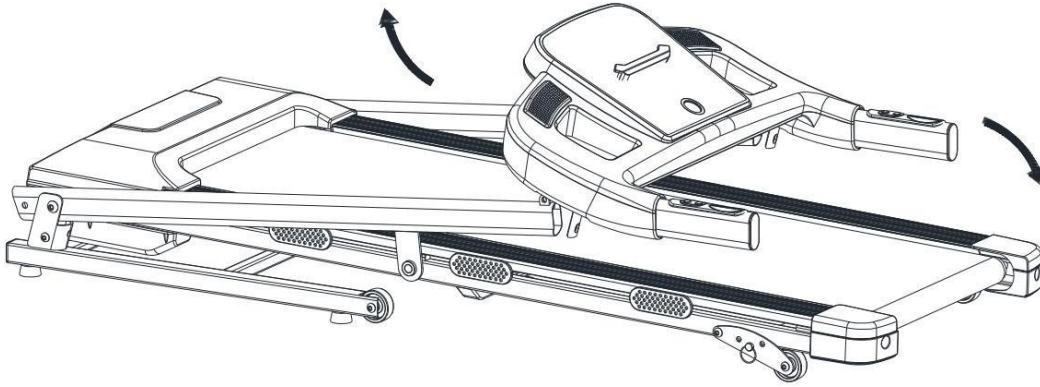
| | | |
|-----|---|---|
| | | |
| 202 | Juego de tubos de conexión de base | 2 |
| 202 | ajustar la palmadita del pie | 4 |
| 203 | rueda en movimiento | 2 |
| 205 | perilla M10 | 1 |
| 206 | tubo cuadrado | 1 |
| 207 | Junta de plástico | 2 |
| 401 | conjunto de consola | 1 |
| 402 | Cubierta de mango de plástico de goma 2 | |
| 403 | cubierta superior de la consola | 1 |
| 404 | cubierta inferior de la consola | 1 |
| 405 | llave de seguridad | 1 |
| 406 | Placa de bloqueo de seguridad | 1 |
| 407 | Soporte para almohadilla | 1 |
| 408 | pegatina de consola | 1 |
| 409 | Atajo de VELOCIDAD | 1 |
| 410 | Teclado de acceso directo INICIO/PARADA | 1 |
| 411 | tubo ovalado | 2 |
| 701 | cubierta superior del motor | 1 |
| 702 | cubierta inferior del motor | 1 |
| 703 | Correa de transmisión | 1 |
| 704 | Rodillo delantero | 1 |
| 705 | Rodillo trasero | 1 |
| 801 | Cinturón para correr | 1 |
| 802 | Plataforma de carrera | 1 |

| | | |
|-----|--|----|
| | tornillo | |
| 907 | Perno de cerradura hexagonal | 3 |
| 908 | Tornillo de cabeza hueca hexagonal 16 | |
| 909 | Cabeza avellanada con ranura cruzada tornillo | 6 |
| 910 | Roscado de cabeza plana con ranuras cruzadas tornillo | 20 |
| 911 | Tornillos de rosca de cabeza plana grande con ranuras cruzadas | 4 |
| 912 | Tornillo de cabeza hueca hexagonal | 2 |
| 913 | Tornillo de cabeza hueca hexagonal | 2 |
| 914 | Arandela de sillín | 2 |
| 915 | Tornillo de rosca de cabeza redonda con ranura cruzada | 13 |
| 916 | Tornillo de rosca de cabeza plana con ranura cruzada | 4 |
| 917 | Roscado de cabeza plana con ranuras cruzadas tornillo | 4 |
| A01 | motor | 1 |
| A02 | placa controladora | 1 |
| A03 | tablero de consola | 1 |
| A04 | Sensor del interruptor de seguridad | 1 |
| A05 | Interruptor basculante | 1 |
| A06 | teclado | 1 |
| B01 | cable de conexión de la consola | 1 |
| B02 | Cable de conexión vertical | 1 |
| B03 | Cable de entrada de CA (negro) | 1 |
| B04 | Línea de salida de CA (roja) | 1 |
| B05 | Sección inferior de la tecla de acceso directo izquierda | 2 |
| B06 | Tecla de acceso directo izquierda sección superior 2 | |
| B07 | cable de alimentación | 1 |

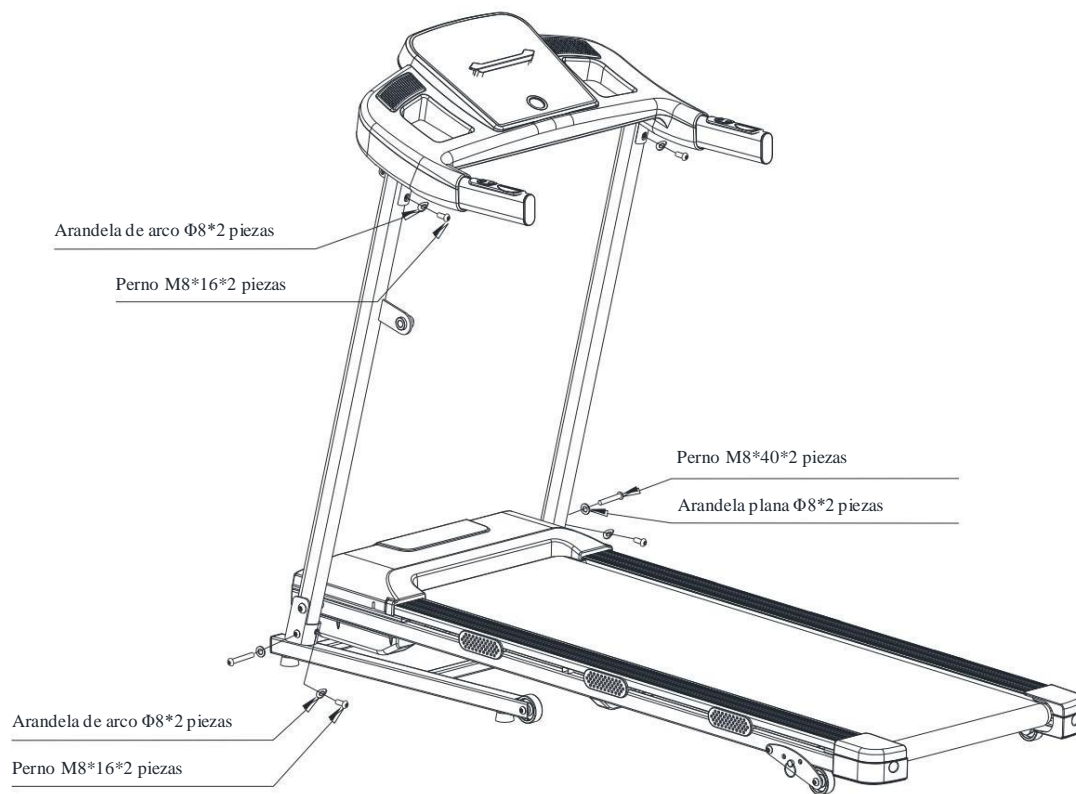


8. GUÍA DE INSTALACIÓN

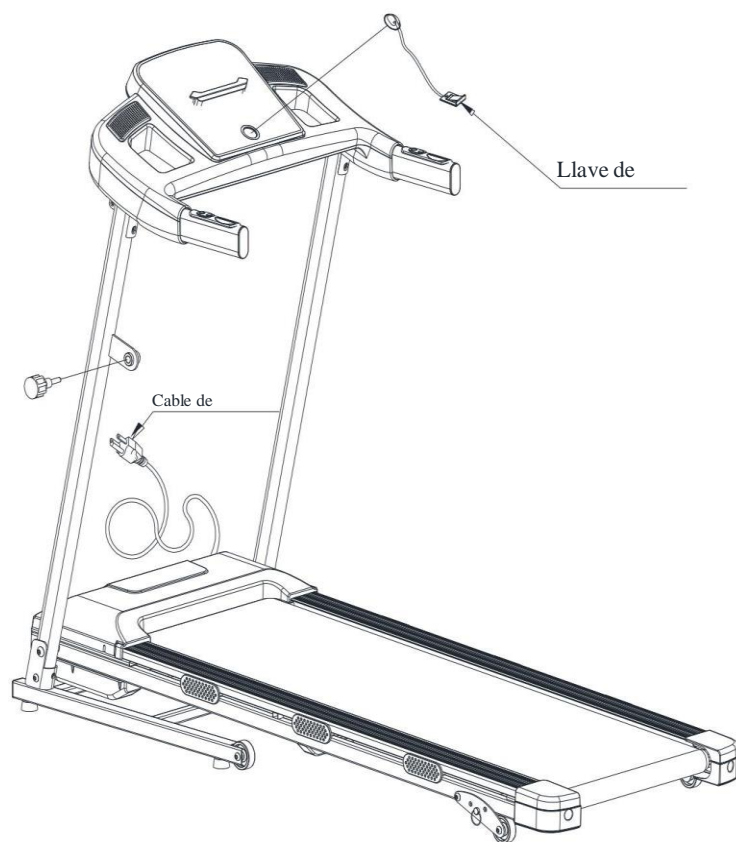
Paso 1:



Paso 2:



Paso 3:



Hemos revisado cuidadosamente el texto del manual. Si encuentra algún error de impresión, por favor, Considérelo.

Si las imágenes son diferentes del producto, tome el producto como el final y correcto.

Tenga en cuenta: Si hay cambios en la función y las especificaciones debido a mejoras técnicas, no lo haremos.

