

SPORTCONIC

T140 treadmill

- NL** Gebruikershandleiding – Loopband
- FR** Mode d'emploi – Tapis de course
- EN** Instruction manual – Treadmill
- DE** Bedienungsanleitung – Laufband
- ES** Manual de instrucciones – Cinta de correr

- DA** Brugervejledning – Løbebånd
- PL** Instrukcja obsługi – Bieżnia
- SV** Bruksanvisning – Löpband
- CS** Uživatelská příručka – Běžecový pás
- SK** Používateľská príručka – Bežecový pás



- NL** Lees de instructies voor gebruik
- FR** Lire les instructions avant utilisation
- EN** Read instructions before use
- DE** Vor Gebrauch die Anleitung lesen
- ES** Lea las instrucciones antes de usar

- DA** Læs instruktionerne før brug
- PL** Przeczytaj instrukcję przed użyciem
- SV** Läs instruktionerna före användning
- CS** Přečtěte si návod k použití
- SK** Prečítajte si návod na použitie

NL	Inhoudsopgave	
Hoofdstuk 1	Belangrijke veiligheidsvoorschriften	4
Hoofdstuk 2	Onderdelen	5
Hoofdstuk 3	Montage	5
Hoofdstuk 4	Funcities	8
Hoofdstuk 5	Onderhoud	10
Hoofdstuk 6	Probleemoplossing	11
Hoofdstuk 7	Milieu	12
Hoofdstuk 8	Garantie	12

FR	Table des matières	
Chapitre 1	Consignes de sécurité importantes	13
Chapitre 2	Pièces	14
Chapitre 3	Montage	14
Chapitre 4	Fonctions	17
Chapitre 5	Entretien	19
Chapitre 6	Dépannage	20
Chapitre 7	Environnement	21
Chapitre 8	Garantie	21

EN	Table of contents	
Chapter 1	Important safety instructions	22
Chapter 2	Parts	23
Chapter 3	Assembly	23
Chapter 4	Functions	26
Chapter 5	Maintenance	28
Chapter 6	Troubleshooting	29
Chapter 7	Environment	29
Chapter 8	Warranty	29

DE	Inhaltsverzeichnis	
Kapitel 1	Wichtige Sicherheitsmaßnahmen	30
Kapitel 2	Teile	31
Kapitel 3	Montage	31
Kapitel 4	Funktionen	34
Kapitel 5	Pflege	36
Kapitel 6	Fehlerbehebung	37
Kapitel 7	Umwelt	38
Kapitel 8	Garantie	38

ES	Índice	
Capítulo 1	Instrucciones importantes de seguridad	39
Capítulo 2	Piezas	40
Capítulo 3	Montaje	40
Capítulo 4	Funciones	43
Capítulo 5	Mantenimiento	44
Capítulo 6	Solución de problemas	46
Capítulo 7	Medio ambiente	46
Capítulo 8	Garantía	46

DA	Indholdsfortegnelse	
Kapitel 1	Vigtige sikkerhedsforskrifter	47
Kapitel 2	Dele	48
Kapitel 3	Montering	48
Kapitel 4	Funktioner	51
Kapitel 5	Vedligeholdelse	53
Kapitel 6	Fejlfinding	54
Kapitel 7	Miljø	55
Kapitel 8	Garanti	55

PL	Spis treści	
Rozdział 1	Ważne instrukcje bezpieczeństwa	56
Rozdział 2	Części	57
Rozdział 3	Montaż	57
Rozdział 4	Funkcje	60
Rozdział 5	Konserwacja	62
Rozdział 6	Rozwiązywanie problemów	63
Rozdział 7	Środowisko	64
Rozdział 8	Gwarancja	64

SV	Innehållsförteckning	
Kapitel 1	Viktiga säkerhetsanvisningar	65
Kapitel 2	Delar	66
Kapitel 3	Montering	66
Kapitel 4	Funktioner	69
Kapitel 5	Underhåll	71
Kapitel 6	Felsökning	72
Kapitel 7	Miljö	72
Kapitel 8	Garanti	72

CS	Obsah	
Kapitola 1	Důležité bezpečnostní pokyny	73
Kapitola 2	Součásti	74
Kapitola 3	Montáž	74
Kapitola 4	Funkce	77
Kapitola 5	Údržba	79
Kapitola 6	Řešení problémů	80
Kapitola 7	Životní prostředí	80
Kapitola 8	Záruka	80

SK	Obsah	
Kapitola 1	Dôležité bezpečnostné pokyny	81
Kapitola 2	Súčasťi	82
Kapitola 3	Montáž	82
Kapitola 4	Funkcie	85
Kapitola 5	Údržba	87
Kapitola 6	Riešenie problémov	88
Kapitola 7	Životné prostredie	89
Kapitola 8	Záruka	89

NL Bewaar deze instructies

Bedankt dat je hebt gekozen voor één van onze Sportconic-producten!

Mochten er nog vragen zijn over het product, neem dan contact op via:
service@Sportconic.com



Scan de QR-code voor instructievideo's en conformiteitsverklaring.

www.qr.Sportconic.com/t140

1 Belangrijke veiligheidsvoorschriften

LEES ALLE INSTRUCTIES, VEILIGHEIDSVOORSCHRIFTEN EN WAARSCHUWINGEN VOORDAT JE BEGINT EN BEWAAR DEZE GOED.

WAARSCHUWINGEN:

-  Dit apparaat bevat elektrische aansluitingen en bewegende onderdelen die een risico kunnen vormen. Om het risico op ernstig letsel bij het gebruik van het apparaat te beperken, moeten onderstaande veiligheidsmaatregelen worden nageleefd.
-  Het niet opvolgen van deze veiligheidsinstructies kan leiden tot ernstig letsel en/of vervallen van de garantie.
-  Hartslagbewakingssystemen kunnen onnauwkeurig zijn. Overmatig trainen kan leiden tot ernstig letsel of de dood. Stop direct bij duizeligheid.

Algemene veiligheid tijdens gebruik

1. Blijf tijdens het gebruik van de loopband geconcentreerd op het loopvlak en vermijd plotselinge bewegingen of afleiding.
2. Draag geschikt schoeisel met goede grip; vermijd gladde of versleten zolen.
3. De loopband is uitsluitend geschikt voor huishoudelijk gebruik. Het is niet geschikt voor commercieel gebruik en voor andere doeleinden dan lopen.
4. Gebruik het apparaat niet bij temperaturen lager dan 5 °C of hoger dan 35 °C.
5. Laat kinderen of onbevoegden het apparaat niet bedienen of als speelgoed gebruiken.
6. Gebruik de loopband met slechts één persoon tegelijk (max. gebruikersgewicht: 110 kg).
7. Houd ten minste 200 cm ruimte achter en 55 cm aan beide zijanten tijdens gebruik.
8. Gebruik de loopband alleen in een goed geventileerde ruimte om oververhitting van het apparaat te voorkomen.

Bewegende en roterende delen

1. Houd vingers, haren, kleding en voorwerpen uit de buurt van bewegende delen zoals de achterrol.
2. De loopband bevat bewegende onderdelen aan de onderzijde. Plaats het toestel op een stabiele, vlakke ondergrond.
3. Zorg ervoor dat kinderen en huisdieren tijdens gebruik uit de buurt blijven.
4. Verplaats de loopband niet terwijl deze in gebruik is.
5. Draag geen sieraden of loshangende kleding tijdens gebruik; deze kunnen verstrikt raken in bewegende delen.
6. Plaats de loopband altijd op een geschikte ondergrond of op een beschermmat. De fabrikant is niet aansprakelijk voor eventuele schade aan vloeren, meubels of andere oppervlakken die door het gebruik van de loopband kan ontstaan.

Oppervlakte-eigenschappen en scherpe randen

1. Contact met ruwe of schurende oppervlakken kan leiden tot huidirritatie of schaafwonden.
2. Draag beschermende sportkleding die de huid voldoende bedekt.

Elektrische veiligheid

1. Gebruik uitsluitend een geaard stopcontact en inspecteer het netsnoer vóór elk gebruik op beschadigingen.
2. Gebruik het apparaat niet als de behuizing, stekker of kabel beschadigd is.
3. Laat het netsnoer niet onder het toestel doorlopen of hangen over scherpe randen.
4. Zorg dat niemand over het snoer kan struikelen of eraan blijft haken.
5. Dompel de stekker, het snoer of de behuizing nooit onder in water of andere vloeistoffen, ook niet tijdens het schoonmaken.
6. Voer installatie en montage uitsluitend uit volgens de meegeleverde instructies.
7. Laat het snoer niet onder een kleed of onder de loopband doorlopen.
8. Zorg ervoor dat het snoer niet over de rand van een tafel hangt en niet kan worden meegesleept of per ongeluk losgetrokken.
9. Gebruik geen externe schakelaars, timers of stroomregelaars voor het in- of uitschakelen van de loopband.
10. Controleer vóór elk gebruik visueel of het netsnoer, de stekker en de behuizing onbeschadigd zijn. Gebruik het apparaat niet bij schade.

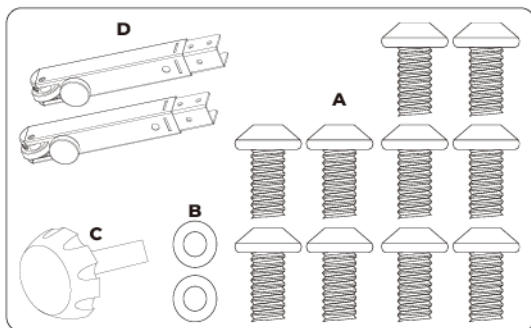
Raadpleeg een arts vóór gebruik bij medische aandoeningen

1. Raadpleeg je arts als je in het verleden letsel hebt gehad aan rug, nek of benen.
2. Overleg met een arts bij aandoeningen zoals artrose, reuma, osteoporose, hart- en vaatziekten, hoge bloeddruk of diabetes.
3. Gebruik het apparaat niet bij ziekte (38 °C of hoger), zwangerschap of tijdens de menstruatieperiode.
4. Gebruik de loopband niet als je een pacemaker of medisch implantaat hebt, tenzij je dit vooraf met een arts hebt overlegd.
5. Stop onmiddellijk bij duizeligheid, pijn, ademhalingsproblemen of andere symptomen en raadpleeg een arts.

2 Onderdelen

Opmerking: De inhoud van de verpakking bevat de onderdelen zoals aangegeven in onderstaande lijst. Neem contact op als een onderdeel ontbreekt:

- Loopband
- Veiligheidskoord
- Inbussleutel
- Schroeven
- Draaiknop
- Voetjes met wielen
- Smeerolie
- Handleiding



3 Montage

LET OP:

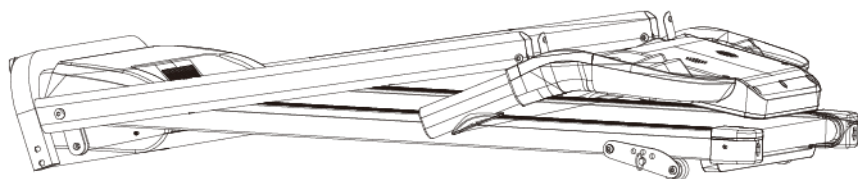


Het is belangrijk om de loopband te monteren in de aangegeven volgorde. Zorg ervoor dat de loopband volledig tot stilstand is gekomen voordat je (de)monteert. Draag en verplaats de loopband met minstens twee personen.

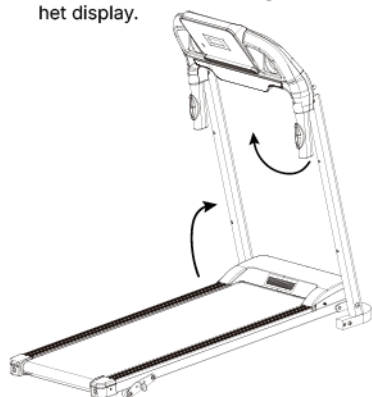


Eerste gebruik: De loopband is vanuit de fabriek al gesmeerd. Je kunt hem direct gebruiken zonder extra onderhoud. Zie H5 voor meer informatie over smeren.

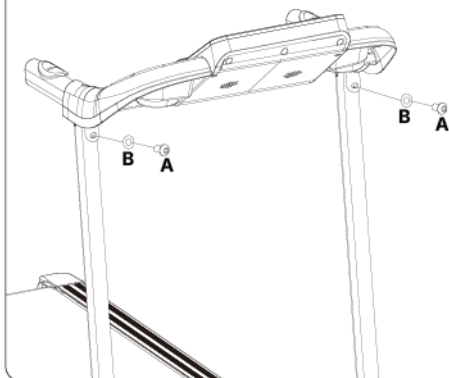
1. Open de verpakking en haal de onderdelen beschreven in hoofdstuk 2 uit de verpakking en verwijder de beschermfolie. Zet de loopband op een stevige en vlakke ondergrond.
Belangrijk: houd ten minste een vrije bewegingsruimte van 200 cm achter en minimaal 55 cm aan de zijkanten van de loopband wanneer deze in gebruik is. Zorg voor een beschermende laag onder de loopband om schade aan het vloeroppervlak te voorkomen.



2. Til de armsteunen omhoog en kantel het display.

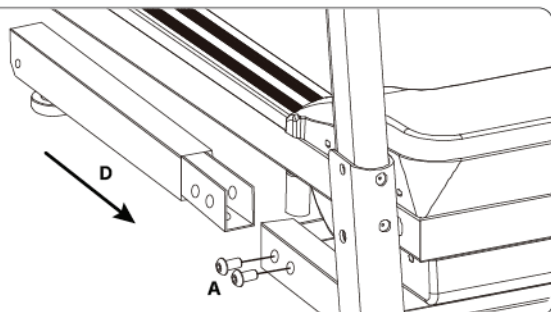


3. Bevestig 2 schroeven om het display vast te zetten.



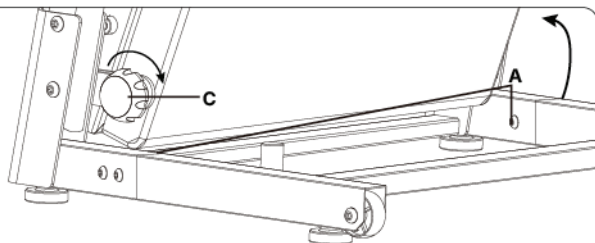
4. Schuif links en rechts de voeten in het onderstel van de loopband.

Bevestig 2 schroeven (per voet) aan de buitenkant.



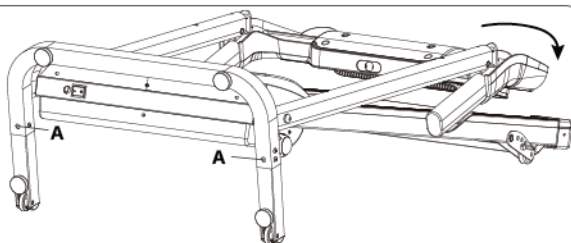
5. Vouw de band omhoog en draai deze vast met de draaiknop.

Bevestig 1 schroef (per voet) aan de binnenkant.



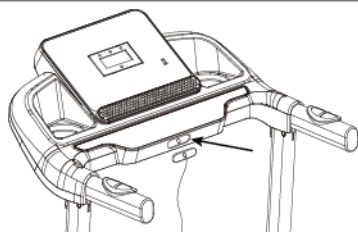
6. Kantel de loopband voorover op de grond.

Bevestig 1 schroef (per voet) aan de onderkant.



7. Plaats de magneet van het veiligheidskoord op het gele gedeelte van het bedieningspaneel.

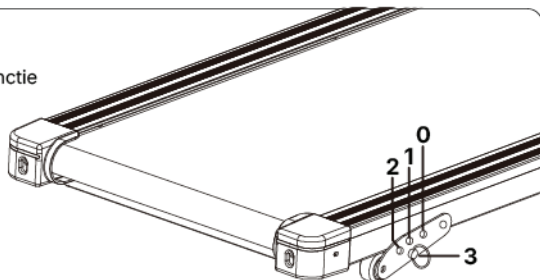
Ga op de loopband staan, gebruik de clip van het veiligheidskoord om deze te bevestigen aan je broek of T-shirt.



Optioneel

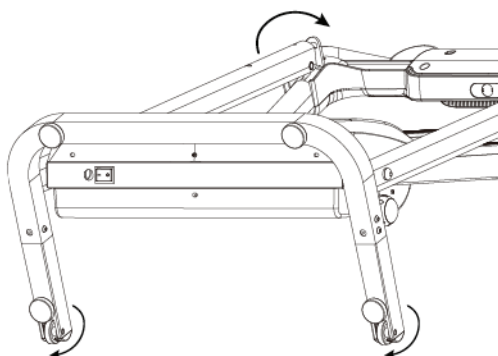
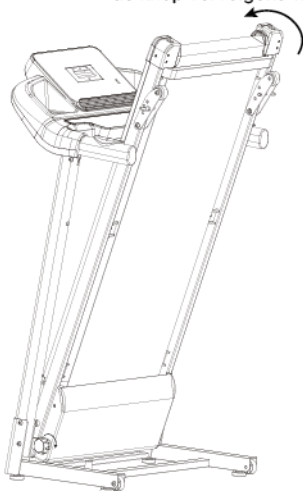
8. Voor het gebruik van de hellingsfunctie klap de 2 voetsteunen uit:

Stand 0:	Geen helling
Stand 1:	2%
Stand 2:	4%
Stand 3:	6%



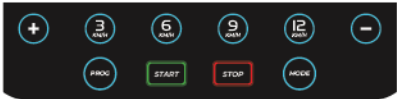
Opbergen

Loopband inklappen: Om ruimte te besparen kan je de band omhoog vouwen met de draaiknop. Draai de knop los en til de band omhoog. Draai de knop vervolgens weer vast.



Loopband verplaatsen: Kantel de hele loopband naar voren totdat deze op de wieltjes staat. Op deze manier kan je de loopband makkelijk verplaatsen.

4 Functies

Onderdeel	Functies	
Display Het display toont de volgende waarden: 	Instelbereik • Tijd: 5:00 - 99:00 • Afstand: 1.0 - 99.0 • Calorieën: 20 - 990 • Snelheid: -	Displaybereik • Tijd: 0:00 - 99:00 • Afstand: 0.0 - 99.9 • Calorieën: 0 - 999 • Snelheid: 1 - 12 km/u
Bedieningspaneel Het bedieningspaneel heeft de volgende bedieningstoetsen: • Verhoog snelheid • Direct naar snelheid .. • Verlaag snelheid • Programma • Start • Stop • Modus 	 Wanneer de loopband draait gebruik je + om de snelheid van de loopband te verhogen.  Stel de snelheid van de loopband in op 3, 6, 9 of 12 km/u.  Wanneer de loopband draait gebruik je - om de snelheid van de loopband te verlagen.  Druk om het gewenste programma te kiezen.  Druk om de loopband te starten.  Druk om de loopband te stoppen.  Druk om de gewenste modus te kiezen.	

Handmatige stand

Als je geen doel wilt instellen, druk dan direct op de 'START' knop. De loopband start de workout dan zonder een ingesteld doel. Alle waarden op het display lopen op en de loopband komt pas tot stilstand als je op de 'STOP' knop drukt. Tijdens een workout in de handmatige stand, wordt de snelheid altijd door de gebruiker geregeld.

Voorgeprogrammeerde programma's

Bij voorgeprogrammeerde programma's ligt de snelheid vast en kunnen de afstand en het aantal calorieën niet als doel worden ingesteld, omdat dit rechtstreeks verband houdt met de tijdsduur van de workout. De tijdsduur van de workout kan worden ingesteld als doel.

1. Druk op de 'PROG' knop om tussen de verschillende programma's te schakelen.
2. Klik op 'START' om het geselecteerde programma te bevestigen.
3. Het venster 'Time' geeft knipperend 10:00 weer als standaard ingestelde doeltijd in minuten.
4. Druk op de knoppen + of - om de tijd aan je wensen aan te passen.
5. Druk op 'START' om de workout te beginnen.

Programmastanden P1 - P12

Elk voorgeprogrammeerd programma is verdeeld in 10 onderdelen, waarbij elk onderdeel 1/10 van de voorgeprogrammeerde doeltijd vertegenwoordigt:

Programma	1/10	2/10	3/10	4/10	5/10	6/10	7/10	8/10	9/10	10/10
P1	1	3	5	5	5	7	7	5	3	2
P2	2	3	5	8	5	6	8	4	3	2
P3	2	4	7	8	5	5	5	8	4	2
P4	3	4	8	8	6	6	5	4	3	2
P5	3	5	6	8	9	6	5	5	3	2
P6	4	6	8	9	9	7	7	6	3	2
P7	4	7	11	10	9	8	7	6	4	3
P8	4	6	8	10	10	10	9	8	5	3
P9	5	8	9	10	11	12	8	6	4	3
P10	5	8	10	8	9	12	9	7	5	3
P11	5	7	8	10	11	12	10	7	5	3
P12	6	8	10	11	12	12	10	8	5	3

Een modus instellen als doel van de workout

Als je een doel wilt instellen voor tijd, calorieën of afstand:

1. Druk op de 'MODE' knop om tussen de verschillende modi te schakelen. Je hoeft de geselecteerde modus niet te bevestigen.
2. Druk op de knoppen + of - om de tijd, het aantal calorieën of de afstand aan je wensen aan te passen.
3. Druk op 'START' om de workout te beginnen.

Opmerking: De loopband gaat na 10 minuten zonder activiteit in de slaapstand. Schakel de slaapstand uit door op een willekeurige knop te drukken.

Opmerking: De loopband schakelt om veiligheidsredenen automatisch uit na 99 minuten gebruik. We raden aan om na uitschakeling 30 minuten de loopband uit te laten voordat je deze opnieuw start.

Werking veiligheidskoord

De loopband is voorzien van een veiligheidskoord dat op de juiste wijze aan de leuning moet worden aangebracht om de loopband te starten. Als het veiligheidskoord van de leuning wordt gehaald, stopt de loopband onmiddellijk.

1. Plaats de magneet van het veiligheidskoord op het gele gedeelte van het bedieningspaneel.
2. Zorg ervoor dat de clip van het veiligheidskoord is bevestigd aan je broek of T-shirt.
3. Zorg ervoor dat de clip pas van je kleding wordt gehaald wanneer de magneet van het veiligheidskoord van het gele gedeelte van het bedieningspaneel is verwijderd.

Opmerking: Het display van de loopband toont foutcode e7 als het veiligheidskoord niet is aangebracht.



WAARSCHUWING: Gebruik de loopband niet als het veiligheidskoord niet werkt en neem contact met ons op.

5 Onderhoud

WAARSCHUWINGEN:



Om onbedoelde activering te voorkomen, moet je de stekker uit het stopcontact halen voordat je onderhoud uitvoert.



Het niet opvolgen van een van de onderhoudsvoorschriften kan de levensduur van de loopband verkorten en je garantie ongeldig maken.

Smeren van de loopband

Nadat de loopband enige tijd in gebruik is geweest, is het noodzakelijk de band te smeren. De aanbevolen smeefrequentie is:

- Gebruik minder dan 3 uur per week; eens in de 5 maanden smeren.
- Gebruik van 4-7 uur per week; eens in de 2 maanden smeren.
- Gebruik meer dan 7 uur per week; eens per maand smeren.

Controleren of smering nodig is

Til de band licht op en controleer aan de achterzijde of er nog olie aanwezig is. Als er olie op de band zit (of deze voelt een beetje nat aan), betekent dit dat er geen smering nodig is. Als je het gevoel hebt dat de band droog is en er geen olie op je hand zit, moet je olie toevoegen.

Hoe te smeren

Til de band aan één kant omhoog en breng smeermiddel aan op de loopplaat waar de band op rust. Gebruik een doek om het smeermiddel grondig over de loopplaat te verdelen. Herhaal dit proces voor de andere kant.

Opmerking: Gebruik niet te veel olie, ongeveer 10 ml per keer. Maak de band niet los tijdens het aanbrengen van smeermiddel.

Loopband wijkt af

Voordat de loopband de fabriek verlaat wordt de elasticiteit van de band ingesteld, maar na een bepaalde periode van gebruik kan er afwijking van de band optreden, wat kan worden veroorzaakt door de volgende situaties:

- De loopband is niet op een vlakke, stabiele ondergrond geplaatst.
- De gebruiker loopt niet in het midden van de loopband.
- De gebruiker oefent met de ene voet meer kracht uit dan met de andere.

De afwijking oplossen

Plaats de loopband op een vlakke, stabiele ondergrond en laat deze stationair (1 km/u) draaien (zonder belasting). In de meeste gevallen zal de band zich automatisch centreren. Indien dit niet het geval is kun je de band afstellen met de bijgeleverde inbussleutel. Laat tijdens het afstellen de loopband stationair draaien en voer de onderstaande instructie uit:

- Afwijking als de band links niet in het midden zit: draai de linker bout met de inbussleutel een kwartslag rechtsom – of – draai de rechter bout een kwartslag linksom.
- Afwijking als de band rechts niet in het midden zit: draai de linker bout met de inbussleutel een kwartslag linksom – of – draai de rechter bout een kwartslag rechtsom.

Opmerking: Corrigeer de afwijking zodra je het probleem ontdekt, anders kan de loopband beschadigd raken.

Reinigen van de motorruimte

Ruik je tijdens het gebruik een warme of branderige geur? Dit wordt meestal veroorzaakt door stofophoping in de motorruimte. Reinig de motorruimte iedere 3-6 maanden om ophoping van stof te voorkomen.



LET OP: Laat de motor volledig afkoelen om brandwonden of schade te voorkomen.

- Schakel de loopband volledig uit en haal de stekker uit het stopcontact.
- Open voorzichtig de motorkap.
- Verwijder stof met een droge doek of stofzuiger.

Gebruik de loopband daarna opnieuw om te controleren of de geur verdwenen is. Blijft de geur aanhouden, neem dan contact op met de klantenservice.

Opmerking: Reinig de motorruimte direct wanneer je een warme of branderige geur ruikt. Langdurige stofophoping kan schade aan de motor veroorzaken.



Probleemoplossing



WAARSCHUWING: Om onbedoelde activering te voorkomen, moet je de stekker uit het stopcontact halen voordat je problemen gaat oplossen.

Probleem	Oorzaak	Oplossing
Loopband gaat niet aan	• Het netsnoer is niet goed aangesloten • De hoofdschakelaar staat uit	Controleer het netsnoer en zorg ervoor dat de stroom is ingeschakeld
De band beweegt niet soepel	• De band heeft niet genoeg smering • De band wijkt af	• Smeer de band zoals beschreven in hoofdstuk 5 • Stel de band af zoals beschreven in hoofdstuk 5
De foutmelding "e1" verschijnt op het display	De verbinding tussen het bedieningspaneel en de motor is slecht of doet het niet	Neem contact op met de fabrikant
De foutmelding "e2" verschijnt op het display	De motor van de loopband is beschadigd	Neem contact op met de fabrikant
De foutmelding "e3" verschijnt op het display	Geen signaal van de snelheidssensor	Neem contact op met de fabrikant
De foutmelding "e5" verschijnt op het display	Het elektriciteitsnet of de spanning is onstabiel en de piekspanning is te hoog	Neem contact op met de fabrikant
De foutmelding "e6" verschijnt op het display	Het elektriciteitsnet of de spanning is onstabiel en de piekspanning is te laag	Neem contact op met de fabrikant
De foutmelding "e7" verschijnt op het display	Het veiligheidskoord is niet gemonteerd	Plaats de magneet van het veiligheidskoord op het gele gedeelte van het bedieningspaneel

7 Milieu



Dit apparaat mag aan het einde van de levensduur niet bij het normale huisafval worden gedeponeerd, maar moet bij een speciaal inzamelpunt voor hergebruik van elektrische en elektronische apparaten worden aangeboden. Het symbool op het apparaat, in de gebruiksaanwijzing en op de verpakking attendeert je hierop. De in het apparaat gebruikte materialen kunnen worden gerecycled. Met het recyclen van gebruikte huishoudelijke apparaten lever je een belangrijke bijdrage aan de bescherming van ons milieu. Informeer bij je lokale overheid naar het inzamelpunt.

8 Garantie

Bedankt voor de aankoop van ons product. Het is gemaakt om aan hoge kwaliteitsnormen te voldoen. De fabrieksgarantie dekt het product gedurende een periode van 2 jaar vanaf de aankoopdatum tegen fabricagefouten.

FR Conserver ces instructions

Merci d'avoir choisi l'un de nos produits Sportconic !

Si vous avez des questions sur le produit, veuillez nous contacter à l'adresse suivante : service@Sportconic.com



Scannez le code QR pour les vidéos d'instructions et la déclaration de conformité.

www.qr.Sportconic.com/t140

1 Consignes de sécurité importantes

LISEZ TOUTES LES INSTRUCTIONS, CONSIGNES DE SÉCURITÉ ET AVERTISSEMENTS AVANT DE COMMENCER ET CONSERVEZ-LES EN LIEU SÛR.

AVERTISSEMENT :



Cet appareil contient des connexions électriques et des pièces mobiles pouvant présenter un danger. Afin de réduire le risque de blessure grave, respectez les consignes de sécurité ci-dessous.



Le non-respect de ces instructions de sécurité peut entraîner des blessures graves et/ou l'annulation de la garantie.



Les systèmes de mesure de la fréquence cardiaque peuvent être inexacts. Un entraînement excessif peut entraîner des blessures graves ou la mort. Arrêtez immédiatement en cas de vertige.

Sécurité générale lors de l'utilisation

1. Restez concentré(e) sur la bande de course pendant l'exercice ; évitez les mouvements brusques et les distractions.
2. Portez des chaussures adaptées avec une bonne adhérence ; évitez les semelles lisses ou usées.
3. Ce tapis est destiné uniquement à un usage domestique. Il n'est pas adapté à une utilisation commerciale ni à d'autres fins que la marche ou la course.
4. N'utilisez pas l'appareil à des températures inférieures à 5 °C ou supérieures à 35 °C.
5. Ne laissez pas les enfants ou des personnes non autorisées utiliser l'appareil ou jouer avec.
6. Utilisez le tapis avec une seule personne à la fois (poids max. : 110 kg).
7. Laissez au moins 200 cm d'espace à l'arrière et 55 cm de chaque côté du tapis pendant l'utilisation.
8. Utilisez le tapis uniquement dans une pièce bien ventilée pour éviter toute surchauffe.

Pièces en mouvement et rotatives

1. Évitez tout contact des doigts, cheveux, vêtements ou objets avec les pièces mobiles comme le rouleau arrière.
2. Le tapis de course comporte des éléments en mouvement sous l'appareil. Installez-le sur une surface stable et plane.
3. Tenez les enfants et les animaux domestiques à l'écart pendant l'utilisation.
4. Ne déplacez jamais l'appareil lorsqu'il est en marche.
5. Ne portez pas de bijoux ou de vêtements amples susceptibles de s'accrocher.
6. Placez toujours le tapis roulant sur une surface appropriée ou un tapis de protection. Le fabricant n'est pas responsable des dommages causés aux sols, meubles ou autres surfaces par l'utilisation du tapis roulant.

Surfaces abrasives et bords tranchants

1. Le contact avec des surfaces rugueuses ou abrasives peut provoquer des irritations ou des éraflures.
2. Portez des vêtements de sport protecteurs qui couvrent suffisamment la peau.

Sécurité électrique

1. Utilisez uniquement une prise électrique mise à la terre et vérifiez le câble d'alimentation avant chaque utilisation.
2. N'utilisez pas l'appareil si la fiche, le câble ou le boîtier est endommagé.
3. Ne laissez pas le câble passer sous l'appareil ou pendre au-dessus de bords tranchants.
4. Assurez-vous que personne ne trébuche sur le câble ou ne s'y accroche.
5. Ne plongez jamais la fiche, le câble ou l'appareil dans l'eau ou tout autre liquide.
6. Effectuez l'installation uniquement selon les instructions fournies.
7. Ne placez pas le câble sous un tapis ou sous l'appareil.
8. Veillez à ce que le câble ne dépasse pas d'une table et ne puisse pas être tiré accidentellement.
9. N'utilisez pas d'interrupteurs externes, de minuteries ou de régulateurs pour allumer ou éteindre l'appareil.
10. Vérifiez visuellement l'état du câble, de la fiche et du boîtier avant chaque utilisation. Ne pas utiliser en cas de dommage.

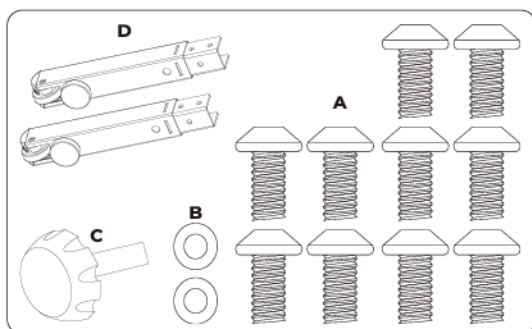
Consultez un médecin avant l'utilisation en cas de problèmes médicaux

1. Consultez votre médecin si vous avez souffert de blessures au dos, au cou ou aux jambes.
2. Demandez l'avis d'un professionnel de santé en cas d'arthrose, rhumatismes, ostéoporose, maladies cardiovasculaires, hypertension ou diabète.
3. N'utilisez pas l'appareil en cas de maladie (fièvre $\geq 38^{\circ}\text{C}$), grossesse ou menstruation.
4. N'utilisez pas l'appareil si vous portez un pacemaker ou un implant médical sans avis médical préalable.
5. Arrêtez immédiatement en cas de vertige, douleur, essoufflement ou tout autre symptôme inhabituel et consultez un médecin.

2 Pièces

Remarque : Le contenu de l'emballage comprend les pièces énumérées ci-dessous. Veuillez nous contacter s'il manque une pièce :

- Tapis de course
- Cordon de sécurité
- Clé Allen
- Jeu de vis
- Bouton rotatif
- Pieds à roulettes
- Huile de lubrification
- Manuel



3 Montage

ATTENTION :

Il est important d'assembler le tapis roulant dans l'ordre indiqué.

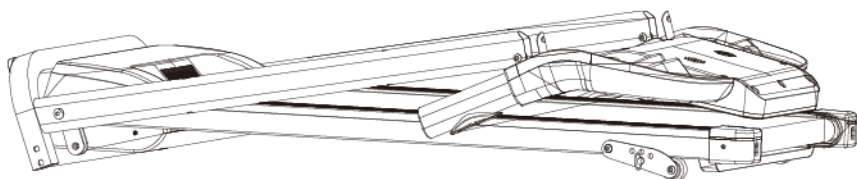


Veillez à ce que le tapis roulant soit complètement arrêté lors du (dé)montage. Transportez et déplacez le tapis roulant à au moins deux personnes.

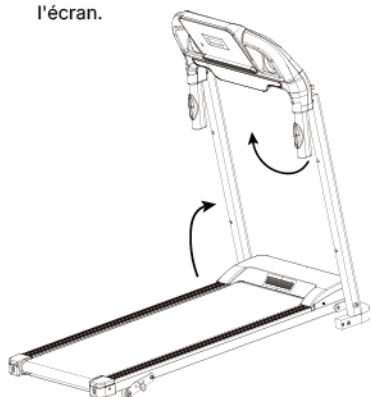


Première utilisation : Le tapis de course est déjà lubrifié en usine. Vous pouvez l'utiliser immédiatement sans entretien supplémentaire. Voir H5 pour plus d'informations sur la lubrification.

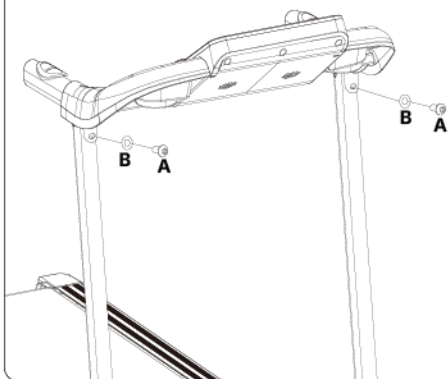
- Ouvrez l'emballage et retirez les pièces décrites dans la section 2 et enlevez le film de protection. Placez le tapis roulant sur une surface ferme et plane.
IMPORTANT : gardez un espace d'au moins 200 cm derrière le tapis roulant et d'au moins 55 cm sur les côtés lorsqu'il est en cours d'utilisation. Prévoyez une protection sous le tapis roulant pour éviter d'endommager la surface du sol.



- Soulevez les accoudoirs et inclinez l'écran.

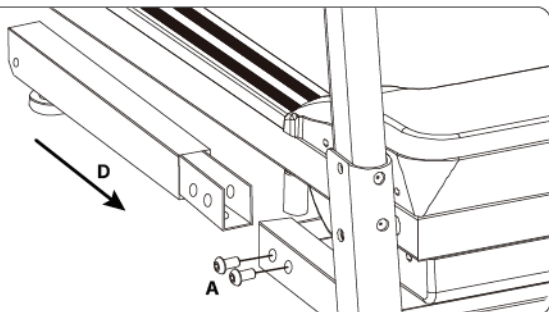


- Fixez 2 vis pour sécuriser l'écran.



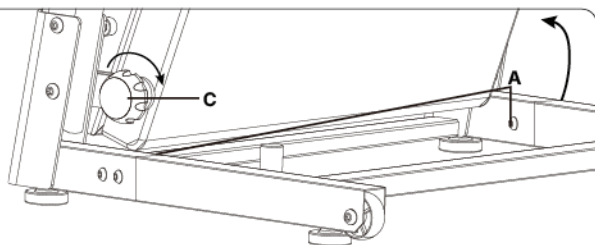
- Glissez les pieds gauche et droit dans la base du tapis de course.

Fixez 2 vis (par pied) à l'extérieur.



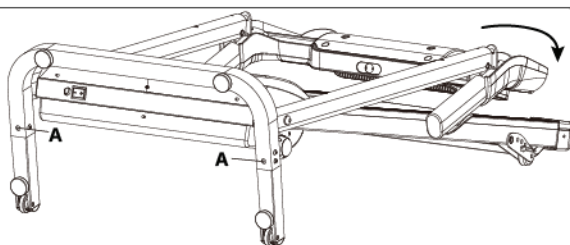
- Relevez la bande et fixez-la avec le bouton de serrage.

Fixez 1 vis (par pied) à l'intérieur.



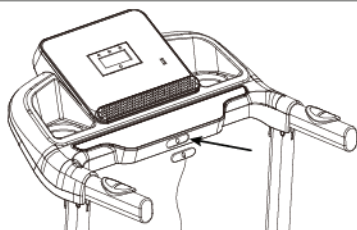
6. Inclinez le tapis de course vers l'avant sur le sol.

Fixez 1 vis (par pied) en dessous.



7. Placez l'aimant du cordon de sécurité sur la zone jaune du panneau de commande.

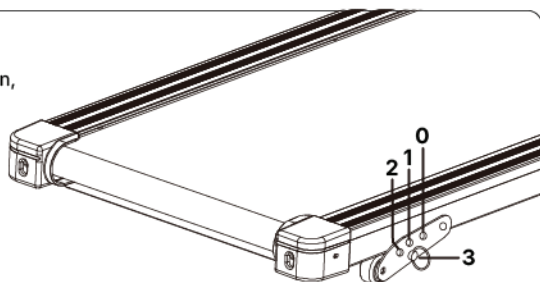
Montez sur le tapis de course et attachez le clip du cordon de sécurité à votre pantalon ou T-shirt.



En option

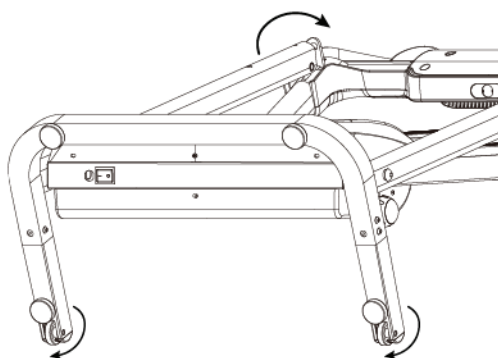
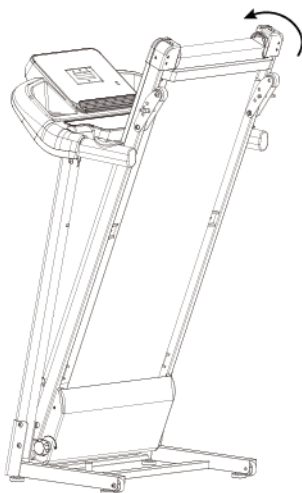
8. Pour utiliser la fonction d'inclinaison, dépliez les 2 repose-pieds :

Position 0:	Pas de pente
Position 1:	2%
Position 2:	4%
Position 3:	6%



Rangement

Tapis de course pliable : Pour gagner de la place, repliez la bande à l'aide du bouton rotatif. Desserrez le bouton et soulevez la bande. Puis resserrer le bouton.



Déplacement du tapis roulant : Inclinez l'ensemble du tapis roulant vers l'avant jusqu'à ce qu'il repose sur les roues. De cette manière, vous pouvez facilement déplacer le tapis roulant.

Élément	Fonctions	
Affichage L'écran affiche les valeurs suivantes : 	Plage de réglage • Temps: 5:00 - 99:00 • Distance: 1.0 - 99.0 • Calories: 20 - 990 • Vitesse: -	Plage d'affichage • Temps: 0:00 - 99:00 • Distance: 0.0 - 99.9 • Calories: 0 - 999 • Vitesse: 1 - 12 km/h
Panneau de commande Le panneau de commande comporte les boutons de commande suivants : • Augmenter la vitesse • Accès direct à la vitesse ... • Diminuer la vitesse • Programme • Démarrage • Arrêt • Mode 	 Lorsque le tapis de course est en marche, utilisez + pour augmenter la vitesse du tapis de course.  Réglez la vitesse du tapis de course sur 3, 6, 9 ou 12 km/h.  Lorsque le tapis de course est en marche, utilisez - pour diminuer la vitesse du tapis de course.  Appuyez sur la touche pour sélectionner le programme souhaité.  Appuyez sur cette touche pour démarrer le tapis de course.  Appuyez sur le bouton pour arrêter le tapis de course.  Appuyez sur le bouton pour sélectionner le mode souhaité.	

Mode manuel

Si vous ne voulez pas fixer d'objectif, appuyez directement sur le bouton 'START'. Le tapis de course commencera alors l'entraînement sans objectif défini. Toutes les valeurs affichées augmentent progressivement et le tapis de course ne s'arrête que lorsque vous appuyez sur la touche « STOP ». Lors d'un entraînement en mode manuel, la vitesse est toujours contrôlée par l'utilisateur.

Programmes préprogrammés

Dans les programmes préprogrammés, la vitesse est fixe et la distance et le nombre de calories ne peuvent pas être fixés comme objectifs, car ils sont directement liés à la durée de la séance d'entraînement. La durée de la séance d'entraînement peut être définie comme objectif :

1. Appuyez sur le bouton « PROG » pour naviguer entre les différents programmes.
2. Cliquez sur « START » pour confirmer le programme sélectionné.
3. La fenêtre « Time » affiche par défaut 10:00 en clignotant comme durée cible en minutes.
4. Appuyez sur les boutons + ou - pour ajuster le temps selon vos préférences.
5. Appuyez sur « START » pour commencer l'entraînement.

Modes de programme P1 - P12

Chaque programme préprogrammé est divisé en 10 sections, chaque section représentant 1/10 du temps cible préprogrammé :

Programme	1/10	2/10	3/10	4/10	5/10	6/10	7/10	8/10	9/10	10/10
P1	1	3	5	5	5	7	7	5	3	2
P2	2	3	5	8	5	6	8	4	3	2
P3	2	4	7	8	5	5	5	8	4	2
P4	3	4	8	8	6	6	5	4	3	2
P5	3	5	6	8	9	6	5	5	3	2
P6	4	6	8	9	9	7	7	6	3	2
P7	4	7	11	10	9	8	7	6	4	3
P8	4	6	8	10	10	10	9	8	5	3
P9	5	8	9	10	11	12	8	6	4	3
P10	5	8	10	8	9	12	9	7	5	3
P11	5	7	8	10	11	12	10	7	5	3
P12	6	8	10	11	12	12	10	8	5	3

Définir un mode comme objectif d'entraînement

Si vous souhaitez fixer un objectif de temps, de calories ou de distance :

1. Appuyez sur le bouton « MODE » pour passer d'un mode à l'autre. Il n'est pas nécessaire de confirmer le mode sélectionné.
2. Appuyez sur les touches + ou - pour régler la durée, les calories ou la distance selon vos besoins.
3. Appuyez sur « START » pour commencer la séance d'entraînement.

Remarque : Le tapis de course passe en mode veille après 10 minutes d'inactivité. Désactivez le mode veille en appuyant sur n'importe quel bouton.

Remarque : le tapis de course s'éteint automatiquement après 99 minutes d'utilisation pour des raisons de sécurité. Nous recommandons de laisser le tapis de course hors tension pendant 30 minutes après l'avoir éteint avant de le redémarrer.

Fonctionnement du cordon de sécurité

Le tapis de course est équipé d'un cordon de sécurité qui doit être correctement attaché à la main courante de sécurité pour faire démarrer le tapis de course. Si le cordon de sécurité est retiré de la main courante, le tapis de course s'arrête immédiatement.

1. Placez l'aimant du cordon de sécurité sur la partie jaune du panneau de commande.
2. Assurez-vous que le clip du cordon de sécurité est attaché à votre pantalon ou à votre T-shirt.
3. Veillez à ce que le clip ne soit pas retiré de vos vêtements tant que l'aimant du cordon de sécurité n'est pas retiré de la partie jaune de la rampe de sécurité.

Remarque : l'écran du tapis de course affiche le code d'erreur e7 si le cordon de sécurité n'est pas installé.



AVERTISSEMENT : N'utilisez pas le tapis roulant si le cordon de sécurité ne fonctionne pas et contactez-nous.

AVERTISSEMENT :

Pour éviter toute activation involontaire, débranchez le tapis roulant avant d'effectuer l'entretien.



Le non-respect des instructions d'entretien peut réduire la durée de vie du tapis roulant et annuler la garantie.

Lubrification du tapis de course

Après un certain temps d'utilisation du tapis de course, il est nécessaire de lubrifier la courroie. La fréquence de lubrification recommandée est la suivante :

- Utiliser moins de 3 heures par semaine ; lubrifier une fois tous les 5 mois.
- Utilisation de 4 à 7 heures par semaine ; lubrifier une fois tous les 2 mois.
- Utiliser plus de 7 heures par semaine ; lubrifier une fois par mois.

Vérification de la nécessité d'une lubrification

Saisissez la courroie en touchant autant que possible les parties centrales arrière de la courroie. S'il y a de l'huile sur la courroie (ou si elle est légèrement humide), cela signifie qu'aucune lubrification n'est nécessaire. Si vous sentez que la courroie est sèche et qu'il n'y a pas d'huile sur votre main, ajoutez de l'huile.

Comment lubrifier

Soulevez la courroie d'un côté et appliquez du lubrifiant sur la plateforme sur laquelle repose la courroie. À l'aide d'un chiffon, répartissez soigneusement le lubrifiant sur la plateforme. Répétez ce processus pour l'autre côté.

Remarque : N'utilisez pas trop d'huile, environ 10 ml à la fois. Ne desserrez pas la courroie pendant l'application du lubrifiant.

Le tapis de course dévie

Avant que le tapis de course ne quitte l'usine, l'élasticité de la courroie est réglée, mais après une certaine période d'utilisation, une déviation de la courroie peut se produire, ce qui peut être causé par les situations suivantes :

- Le tapis de course n'est pas placé sur une surface plane et stable.
- L'utilisateur ne marche pas au milieu du tapis de course.
- L'utilisateur exerce plus de force avec un pied qu'avec l'autre.

Corriger l'écart de la courroie

Placez le tapis de course sur une surface plane et stable et laissez-le tourner au ralenti (1 km/h) (sans charge). Dans la plupart des cas, la courroie se recentre automatiquement. Si ce n'est pas le cas, vous pouvez régler la courroie à l'aide de la clé Allen fournie. Pendant le réglage, laissez le tapis de course tourner au ralenti et suivez les instructions ci-dessous :

- Déviation si la courroie n'est pas centrée à gauche : à l'aide de la clé Allen, tournez le boulon gauche d'un quart de tour dans le sens des aiguilles d'une montre - ou - tournez le boulon droit d'un quart de tour à gauche.
- Déviation si la courroie n'est pas centrée vers la droite : tournez le boulon gauche d'un quart de tour dans le sens inverse des aiguilles d'une montre à l'aide de la clé Allen - ou - tournez le boulon droit d'un quart de tour dans le sens des aiguilles d'une montre.

Remarque : Corrigez l'écart dès que vous l'avez détecté, sinon le tapis de course risque d'être endommagé.

Nettoyage du compartiment moteur

Sentez-vous une odeur chaude ou de brûlé pendant l'utilisation ? Cela est généralement causé par une accumulation de poussière dans le compartiment moteur. Nettoyez le compartiment moteur tous les 3 à 6 mois pour éviter l'accumulation de poussière.



ATTENTION : Laissez le moteur refroidir complètement afin d'éviter toute brûlure ou dommage.

- Éteignez complètement le tapis de course et débranchez-le.
- Ouvrez soigneusement le capot moteur.
- Retirez la poussière avec un chiffon sec ou un aspirateur.

Utilisez ensuite le tapis de course à nouveau pour vérifier si l'odeur a disparu. Si l'odeur persiste, contactez le service client.

Remarque : Nettoyez le compartiment moteur dès que vous sentez une odeur chaude ou de brûlé. Une accumulation prolongée de poussière peut endommager le moteur.

6 Dépannage



AVERTISSEMENT : Pour éviter toute activation involontaire, débranchez l'appareil avant de le dépanner.

Problème	Cause	Solution
Le tapis de course ne s'allume pas	• Le cordon d'alimentation n'est pas correctement branché • L'interrupteur principal est éteint	Vérifiez le cordon d'alimentation et s'assurer que l'appareil est sous tension.
La courroie ne se déplace pas correctement	• La courroie n'est pas suffisamment lubrifiée • La courroie est décentrée	• Lubrifiez la courroie comme décrit dans la section 5 • Ajustez la courroie comme décrit dans la section 5
Le message d'erreur "e1" apparaît sur l'écran	La connexion entre le panneau de commande et le moteur est mauvaise ou ne fonctionne pas	Contactez le fabricant
Le message d'erreur "e2" apparaît sur l'écran	Le moteur du tapis de course est endommagé	Contactez le fabricant
Le message d'erreur "e3" apparaît sur l'écran	Pas de signal du capteur de vitesse	Contactez le fabricant
Le message d'erreur "e5" apparaît sur l'écran	Le réseau électrique ou la tension est instable et la tension de crête est trop élevée	Contactez le fabricant
Le message d'erreur "e6" apparaît sur l'écran	Le réseau électrique ou la tension est instable et la tension de crête est trop faible	Contactez le fabricant
Le message d'erreur "e7" apparaît sur l'écran	Le cordon de sécurité n'est pas installé	Placez l'aimant du cordon de sécurité sur la partie jaune du panneau de commande

7 Environnement



À la fin de sa durée de vie, cet appareil ne doit pas être jeté avec les ordures ménagères, mais doit être déposé dans un point de collecte spécial pour le recyclage des appareils électriques et électroniques. Le symbole figurant sur l'appareil, le mode d'emploi et l'emballage attire votre attention sur ce point. Les matériaux utilisés dans l'appareil peuvent être recyclés. En recyclant les appareils ménagers usagés, vous apportez une contribution importante à la protection de l'environnement. Renseignez-vous auprès de votre commune sur les points de collecte.

8 Garantie

Merci d'avoir acheté notre produit, conçu pour répondre à des normes de qualité élevées. La garantie du fabricant couvre les défauts de fabrication pendant une période de 2 ans à compter de la date d'achat.

EN Important! keep for future reference

Thank you for choosing one of our Sportconic products!

Should there be any questions about the product, please contact us at:
service@Sportconic.com



Scan the QR code for instructional videos and the declaration of conformity.

www.qr.Sportconic.com/t140

1 Important safety instructions

READ ALL INSTRUCTIONS, SAFETY INSTRUCTIONS AND WARNINGS BEFORE YOU START AND KEEP THEM IN A SAFE PLACE.

WARNINGS:

-  This device contains electrical connections and moving parts that may pose a hazard. To reduce the risk of serious injury, follow the safety measures below.
-  Failure to comply with these safety instructions may result in serious injury and/or void the warranty.
-  Heart rate monitoring systems may be inaccurate. Excessive training can cause serious injury or death. Stop immediately if you feel dizzy.

General Safety During Use

1. Stay focused on the running surface while using the treadmill and avoid sudden movements or distractions.
2. Wear proper footwear with good grip; avoid slippery or worn-out soles.
3. This treadmill is intended for home use only. It is not suitable for commercial use or for purposes other than walking or running.
4. Do not operate the device at temperatures below 5 °C or above 35 °C.
5. Do not allow children or unauthorized persons to operate or play with the device.
6. Use the treadmill with one person at a time only (max. user weight: 110 kg).
7. Maintain at least 200 cm behind and 55 cm on each side of the treadmill during use.
8. Only use the treadmill in a well-ventilated room to prevent the device from overheating.

Moving and Rotating Parts

1. Keep fingers, hair, clothing, and objects away from moving parts such as the rear roller.
2. The treadmill has moving parts underneath. Place the device on a stable, level surface.
3. Keep children and pets away from the treadmill while in use.
4. Do not move the treadmill while it is in operation.
5. Do not wear jewelry or loose clothing while using the treadmill as they may become entangled in moving parts.
6. Always place the treadmill on a suitable surface or protective mat. The manufacturer is not liable for damage to floors, furniture or other surfaces caused by the use of the treadmill.

Surface properties and sharp edges

1. Contact with rough or abrasive surfaces may cause skin irritation or abrasions.
2. Wear protective sports clothing that sufficiently covers the skin.

Electrical Safety

1. Use only a grounded power outlet and inspect the power cord for damage before each use.
2. Do not use the device if the housing, plug, or cord is damaged.
3. Do not run the power cord under the unit or over sharp edges.
4. Ensure the cord does not pose a tripping hazard or get caught.
5. Never immerse the plug, cord, or device in water or other liquids.
6. Install and assemble the device only according to the provided instructions.
7. Do not run the cord under a rug or under the treadmill.

8. Ensure the cord does not hang over the edge of a table or surface, and cannot be pulled or accidentally detached.
9. Do not use external switches, timers, or controllers to turn the treadmill on or off.
10. Visually inspect the plug, cord, and housing before each use. Do not use if damaged.

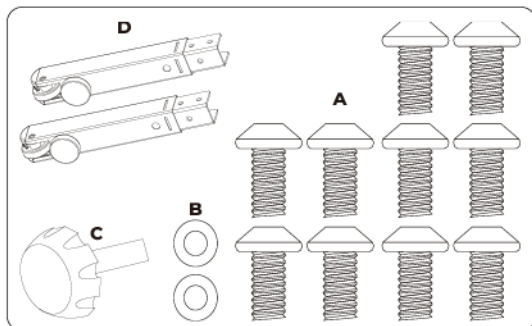
Consult Your Doctor Before Use in Case of Medical Conditions

1. Consult your physician if you have a history of injuries to the back, neck, or legs.
2. Seek medical advice in case of conditions such as osteoarthritis, rheumatism, osteoporosis, cardiovascular diseases, high blood pressure, or diabetes.
3. Do not use the device while ill (fever $\geq 38^{\circ}\text{C}$), during pregnancy, or during menstruation.
4. Do not use the treadmill if you have a pacemaker or other medical implants without prior medical approval.
5. Stop immediately if you feel dizzy, experience pain, shortness of breath, or other symptoms, and consult a doctor.

2 Parts

Note: The package contains the parts listed below. Please contact us if a part is missing:

- Treadmill
- Safety cord
- Allen key
- Screws
- Rotary knob
- Legs with wheels
- Lubricating oil
- Manual



3 Assembly

CAUTION:

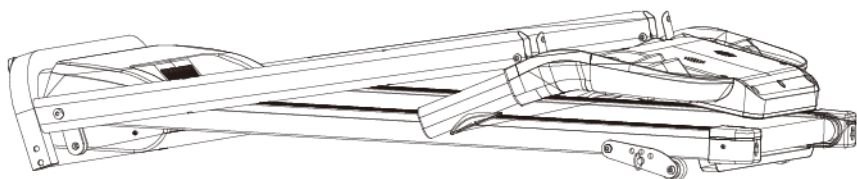


It is important to assemble the treadmill in the order indicated. Make sure the treadmill is completely stopped when (dis)assembling. Carry and move the treadmill with at least two people.

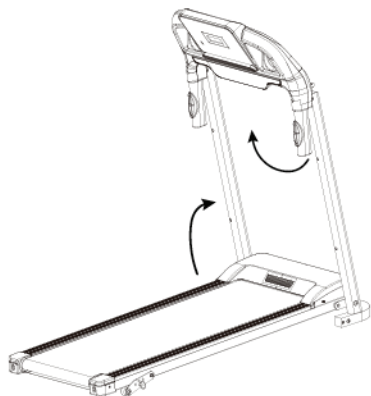


First use: The treadmill is pre-lubricated at the factory. You can use it immediately without additional maintenance. See H5 for more information about lubrication.

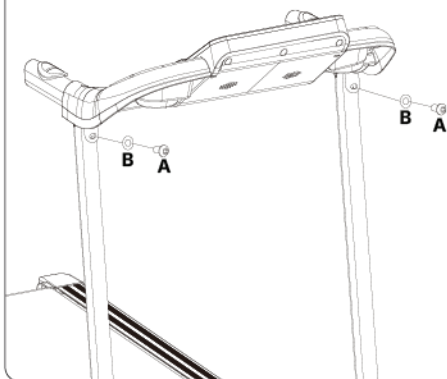
1. Open the packaging and remove the parts described in section 2 and remove the protective film. Place the treadmill on a firm and level surface.
Important: keep at least 200cm clearance behind and at least 55 cm at the sides of the treadmill when in use. Provide a protective layer under the treadmill to prevent damage to the floor surface.



2. Lift the armrests and tilt the display.

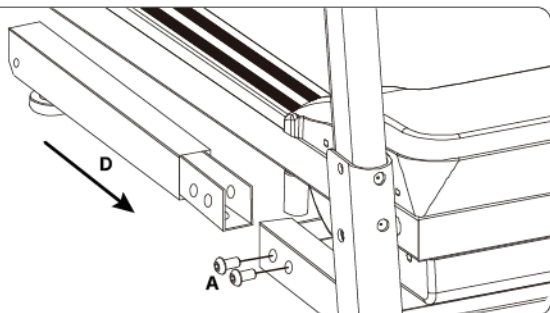


3. Secure the display with 2 screws.



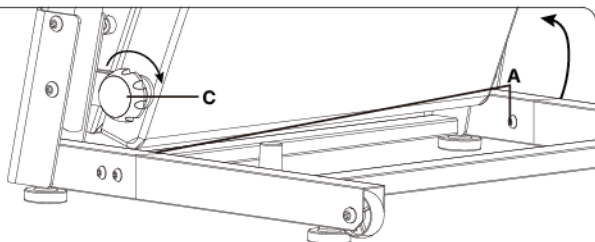
4. Slide the left and right feet into the base of the treadmill.

Secure 2 screws (per foot) on the outside.



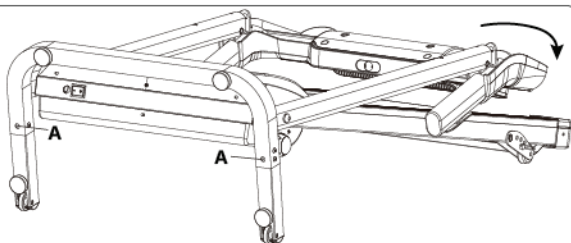
5. Fold the belt up and tighten it with the adjustment knob.

Secure 1 screw (per foot) on the inside.



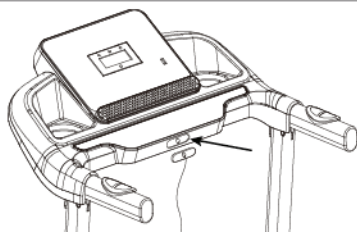
6. Tilt the treadmill forward onto the ground.

Secure 1 screw (per foot) on the bottom.



7. Place the safety cord magnet on the yellow area of the control panel.

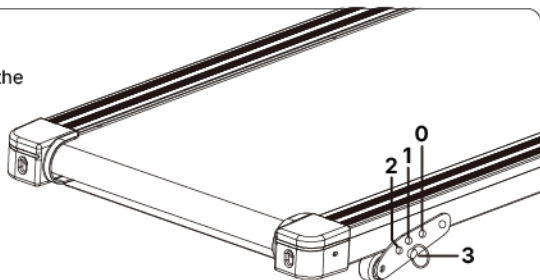
Step onto the treadmill and attach the safety cord clip to your pants or T-shirt.



Optional

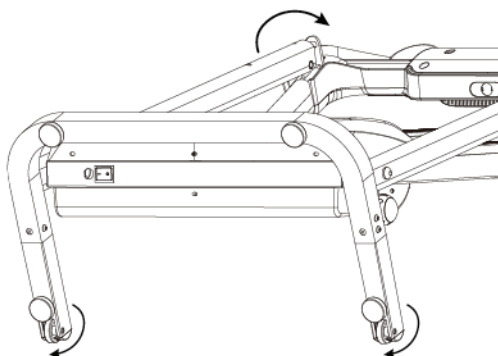
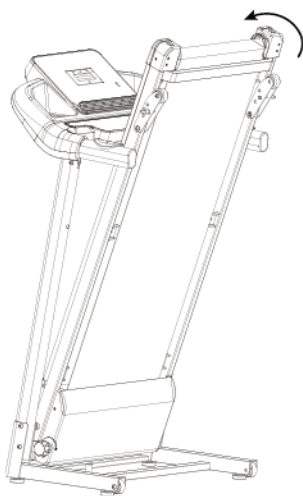
8. To use the incline function, unfold the 2 footrests:

Position 0:	No incline
Position 1:	2%
Position 2:	4%
Position 3:	6%



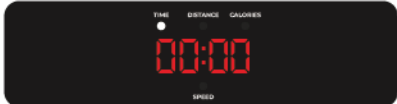
Storage

Treadmill folding: To save space, fold the belt up using the rotary knob. Loosen the knob and lift the belt up. Then tighten the knob again.



Moving treadmill: Tilt the entire treadmill forward until it rests on the wheels. This way, you can easily move the treadmill.

4 Functions

Part	Functions	
Display The display shows the following values: 	Setting range - Time: 5:00 - 99:00 - Distance: 1.0 - 99.0 - Calories: 20 - 990 - Speed: -	Display range - Time: 0:00 - 99:00 - Distance: 0.0 - 99.9 - Calories: 0 - 999 - Speed: 1 - 12 km/h
Control panel The control panel has the following control buttons: - Increase speed - Quick speed selection ... - Decrease speed - Program - Start - Stop - Mode 	- When the treadmill is running use + to increase the speed of the treadmill. - Set the speed of the treadmill to 3, 6, 9 or 12 km/h. - When the treadmill is running use - to decrease the speed of the treadmill. - Press to select the desired program. - Press to start the treadmill. - Press to stop the treadmill. - Press to select the desired mode.	

Manual mode

If you do not want to set a goal, press the 'START' button directly. The treadmill will then start the workout without a set goal. All values on the display will ramp up and the treadmill will not come to a stop until you press the 'STOP' button. During a workout in manual mode, the speed is always controlled by the user.

Pre-programmed programs

In pre-programmed programmes, the speed is fixed and distance and calorie count cannot be set as goals, as these are directly related to the duration of the workout. The duration of the workout can be set as a target:

1. Press the "PROG" button to switch between different programs.
2. Click "START" to confirm the selected program.
3. The "Time" window will blink and display 10:00 as the default target time in minutes.
4. Press the + or - buttons to adjust the time to your preference.
5. Press "START" to begin the workout.

Program modes P1 - P12

Each pre-programmed program is divided into 10 sections, with each section representing 1/10 of the pre-programmed target time:

Program	1/10	2/10	3/10	4/10	5/10	6/10	7/10	8/10	9/10	10/10
P1	1	3	5	5	5	7	7	5	3	2
P2	2	3	5	8	5	6	8	4	3	2
P3	2	4	7	8	5	5	5	8	4	2
P4	3	4	8	8	6	6	5	4	3	2
P5	3	5	6	8	9	6	5	5	3	2
P6	4	6	8	9	9	7	7	6	3	2
P7	4	7	11	10	9	8	7	6	4	3
P8	4	6	8	10	10	10	9	8	5	3
P9	5	8	9	10	11	12	8	6	4	3
P10	5	8	10	8	9	12	9	7	5	3
P11	5	7	8	10	11	12	10	7	5	3
P12	6	8	10	11	12	12	10	8	5	3

Setting a mode as the goal of the workout

If you want to set a goal for time, calories or distance:

1. Press the 'MODE' button to switch between modes. You do not need to confirm the selected mode.
2. Press the + or - buttons to adjust the time, calories or distance to your requirements.
3. Press 'START' to start the workout.

Note: The treadmill enters sleep mode after 10 minutes of no activity. Turn off sleep mode by pressing any button.

Note: The treadmill switches off automatically after 99 minutes of use for safety reasons. We recommend leaving the treadmill off for 30 minutes after switching off before restarting it.

Safety cord operation

The treadmill is equipped with a safety cord that must be properly attached to the handrail to start the treadmill. If the safety cord is removed from the handrail, the treadmill stops immediately.

1. Place the magnet of the safety cord on the yellow part of the control panel.
2. Make sure the clip of the safety cord is attached to your trousers or T-shirt.
3. Make sure the clip is not removed from your clothing until the safety cord magnet is removed from the yellow part of the control panel.

Note: The treadmill display shows error code e7 if the safety lanyard is not attached.



WARNING: Do not use the treadmill if the safety cord does not work. Contact us.

WARNINGS:

To prevent inadvertent activation, unplug the treadmill before performing maintenance.



Failure to follow any of the maintenance instructions may shorten the life of the treadmill and void your warranty.

Lubricating the treadmill

After the treadmill has been in use for some time, it is necessary to lubricate the belt. The recommended lubrication frequency is:

- Use less than 3 hours per week; lubricate once every 5 months.
- Use 4–7 hours per week; lubricate once every 2 months.
- Use more than 7 hours a week; lubricate once a month.

Check whether lubrication is required

Lift the belt slightly and check the rear centre section for oil. If there is oil on the belt (or it feels a little wet), it means no lubrication is needed. If you feel the belt is dry and there is no oil on your hand, add oil.

How to lubricate

Lift the belt from one side and apply lubricant to the running deck the belt is resting on. Use a cloth to spread the lubricant thoroughly across the running deck. Repeat this process for the other side.

Note: Do not use too much oil, about 10 ml at a time. Do not loosen the belt while applying lubricant.

Treadmill belt is off-centre

Before the treadmill leaves the factory, the elasticity of the belt is set, but after a certain period of use, belt deviation may occur, which can be caused by the following situations:

- The treadmill is not placed on a flat, stable surface.
- The user is not walking in the middle of the treadmill.
- The user exerts more force with one foot than the other.

Resolving the deviation

Place the treadmill on a flat, stable surface and let it idle (1 km/h) (without load). In most cases, the belt will centre itself automatically. If this is not the case, you can adjust the belt with the supplied Allen key. During adjustment, leave the treadmill idling and carry out the instruction below:

- Deviation if the belt is not centred on the left: use the Allen key to turn the left bolt a quarter turn clockwise - or - turn the right bolt a quarter turn anti-clockwise.
- Deviation if the belt on the right is not in the centre: use the Allen key to turn the left bolt a quarter turn counterclockwise - or - turn the right bolt a quarter turn clockwise.

Note: Correct the problem as soon as you notice it, otherwise the treadmill will break down.

Cleaning the motor compartment

Do you notice a warm or burning smell during use? This is usually caused by dust accumulation inside the motor compartment. Clean the motor compartment every 3–6 months to prevent dust buildup.



WARNING: Allow the motor to cool down completely to prevent burns or damage.

- Switch off the treadmill completely and unplug it.
- Carefully open the motor cover.
- Remove dust using a dry cloth or vacuum cleaner.

Use the treadmill again to check if the smell has disappeared. If the smell persists, contact customer service.

Note: Clean the motor compartment immediately if you notice a warm or burning smell. Prolonged dust buildup may cause motor damage.

6 Troubleshooting



WARNING: To avoid inadvertent activation, unplug before troubleshooting.

Problem	Cause	Solution
Treadmill does not turn on	• The power cord is not connected properly • The main switch is off	Check the power cord and make sure the power is on
Treadmill does not move smoothly	• The belt is not sufficiently lubricated • The belt deviates	• Lubricate the belt as described in section 5 • Adjust the belt as described in chapter 5
The error message 'e1' appears on the display	The connection between the control panel and the motor is poor or does not work	Contact the manufacturer
The error message 'e2' appears on the display	The treadmill motor is damaged	Contact the manufacturer
The error message 'e3' appears on the display	No speed sensor signal	Contact the manufacturer
The error message 'e5' appears on the display	Power grid or voltage is unstable and peak voltage is too high	Contact the manufacturer
The error message 'e6' appears on the display	Power grid or voltage is unstable and peak voltage is too low	Contact the manufacturer
The error message 'e7' appears on the display	The safety cord is not fitted	Place the safety cord magnet on the yellow part of the control panel

7 Environment



At the end of its service life, this appliance must not be disposed of with normal household waste, but must be taken to a special collection point for the recycling of electrical and electronic appliances. The symbol on the appliance, operating instructions and packaging draws your attention to this. The materials used in the appliance can be recycled. By recycling used household appliances, you make an important contribution to protecting our environment. Please enquire at your local authority about the collection point.

8 Warranty

Thank you for purchasing our product, which is made to meet high quality standards. The manufacturer's warranty covers the product against manufacturing defects for a period of 2 years from the date of purchase.

DE Diese Anleitung aufbewahren

Vielen Dank, dass Sie sich für eines unserer Sportconic-Produkte entschieden haben!

Wenn Sie Fragen zum Produkt haben, kontaktieren Sie uns bitte unter:
service@Sportconic.com



Scannen Sie den QR-Code für Anleitungsvideos und die Konformitätserklärung.

www.qr.Sportconic.com/t140

1 Wichtige Sicherheitsmaßnahmen

LESEN SIE ALLE ANWEISUNGEN, SICHERHEITSHINWEISE UND WARNUNGEN, BEVOR SIE BEGINNEN, UND BEWAHREN SIE SIE AN EINEM SICHEREN ORT AUF.

WARNUNGEN:



Dieses Gerät enthält elektrische Anschlüsse und bewegliche Teile, die ein Risiko darstellen können. Um das Risiko schwerer Verletzungen zu minimieren, befolgen Sie bitte die folgenden Sicherheitsmaßnahmen.



Die Nichtbeachtung dieser Sicherheitshinweise kann zu schweren Verletzungen führen und/oder die Garantie erlöschen lassen.



Pulsmesssysteme können ungenau sein. Übermäßiges Training kann zu ernsthaften Verletzungen oder zum Tod führen. Brechen Sie das Training bei Schwindel sofort ab.

Allgemeine Sicherheitshinweise während der Nutzung

1. Bleiben Sie während des Trainings konzentriert auf die Lauffläche und vermeiden Sie plötzliche Bewegungen oder Ablenkung.
2. Tragen Sie geeignetes Schuhwerk mit gutem Halt; vermeiden Sie glatte oder abgenutzte Sohlen.
3. Dieses Laufband ist ausschließlich für den Hausgebrauch vorgesehen. Es ist nicht für den gewerblichen Einsatz oder andere Zwecke als das Gehen oder Laufen geeignet.
4. Verwenden Sie das Gerät nicht bei Temperaturen unter 5 °C oder über 35 °C.
5. Lassen Sie Kinder oder unbefugte Personen das Gerät nicht bedienen oder damit spielen.
6. Das Laufband darf nur von einer Person gleichzeitig genutzt werden (max. Benutzergewicht: 110 kg).
7. Halten Sie beim Training mindestens 200 cm Platz hinter und 55 cm Platz an jeder Seite des Geräts frei.
8. Verwenden Sie das Laufband nur in gut belüfteten Räumen, um eine Überhitzung zu vermeiden.

Bewegliche und rotierende Teile

1. Halten Sie Finger, Haare, Kleidung und Gegenstände von beweglichen Teilen wie der hinteren Rolle fern.
2. Unter dem Laufband befinden sich bewegliche Teile. Stellen Sie das Gerät auf eine stabile und ebene Fläche.
3. Achten Sie darauf, dass Kinder und Haustiere während der Nutzung vom Gerät fernbleiben.
4. Bewegen Sie das Gerät nicht, während es in Betrieb ist.
5. Tragen Sie keinen Schmuck oder lose Kleidung, da sich diese in beweglichen Teilen verfangen können.
6. Stellen Sie das Laufband immer auf einen geeigneten Untergrund oder eine Schutzmatte. Der Hersteller haftet nicht für Schäden an Fußböden, Möbeln oder anderen Oberflächen, die durch die Verwendung des Laufbands verursacht werden.

Oberflächenbeschaffenheit und scharfe Kanten

1. Der Kontakt mit rauen oder scheuernden Oberflächen kann Hautreizungen oder Schürfwunden verursachen.
2. Tragen Sie schützende Sportkleidung, die die Haut ausreichend bedeckt.

Elektrische Sicherheit

1. Verwenden Sie nur eine geerdete Steckdose und prüfen Sie das Netzkabel vor jeder Verwendung auf Schäden.
2. Verwenden Sie das Gerät nicht, wenn Gehäuse, Stecker oder Kabel beschädigt sind.
3. Lassen Sie das Netzkabel nicht unter dem Gerät verlaufen und nicht über scharfe Kanten hängen.
4. Achten Sie darauf, dass niemand über das Kabel stolpern oder daran hängen bleiben kann.
5. Tauchen Sie Stecker, Kabel oder Gerät niemals in Wasser oder andere Flüssigkeiten.
6. Die Montage und der Aufbau dürfen nur gemäß den beiliegenden Anweisungen erfolgen.
7. Legen Sie das Kabel nicht unter einen Teppich oder unter das Laufband.
8. Hängen Sie das Kabel nicht über Tischkanten und stellen Sie sicher, dass es nicht versehentlich gezogen werden kann.
9. Verwenden Sie keine externen Schalter, Zeitschaltuhren oder Stromregler, um das Laufband ein- oder auszuschalten.
10. Überprüfen Sie Stecker, Kabel und Gehäuse vor jedem Gebrauch visuell. Verwenden Sie das Gerät bei Beschädigungen nicht.

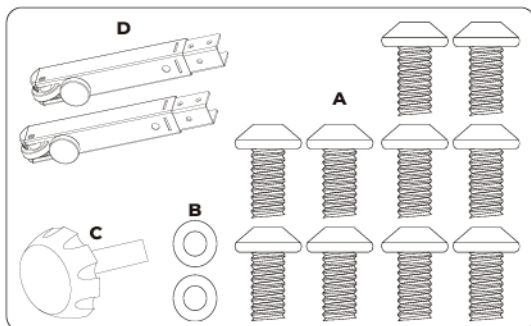
Ärztliche Rücksprache vor der Verwendung bei gesundheitlichen Beschwerden

1. Konsultieren Sie Ihren Arzt, wenn Sie in der Vergangenheit Verletzungen am Rücken, Nacken oder an den Beinen hatten.
2. Sprechen Sie mit einem Arzt bei Erkrankungen wie Arthrose, Rheuma, Osteoporose, Herz-Kreislauf-Erkrankungen, Bluthochdruck oder Diabetes.
3. Verwenden Sie das Gerät nicht bei Krankheit (Fieber $\geq 38^\circ\text{C}$), während der Schwangerschaft oder der Menstruation.
4. Verwenden Sie das Laufband nicht, wenn Sie einen Herzschrittmacher oder andere medizinische Implantate tragen, ohne vorherige ärztliche Genehmigung.
5. Beenden Sie die Nutzung sofort bei Schwindel, Schmerzen, Atemnot oder anderen Symptomen und wenden Sie sich an einen Arzt.

2 Teile

Hinweis: Der Inhalt des Pakets umfasst die unten aufgeführten Teile. Bitte kontaktieren Sie uns, wenn ein Teil fehlt:

- Laufband
- Sicherheitskabel
- Inbusschlüssel
- Schrauben
- Drehknopf
- Beine mit Rädern
- Schmieröl
- Handbuch



3 Montage

HINWEIS:

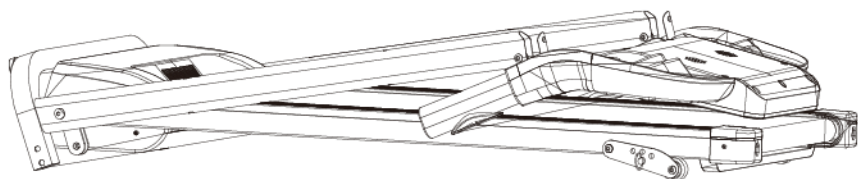


Es ist wichtig, das Laufband in der angegebenen Reihenfolge zusammenzubauen. Stellen Sie sicher, dass das Laufband während der Montage oder Demontage vollständig zum Stillstand gekommen ist. Tragen und bewegen Sie das Laufband mit mindestens zwei Personen.

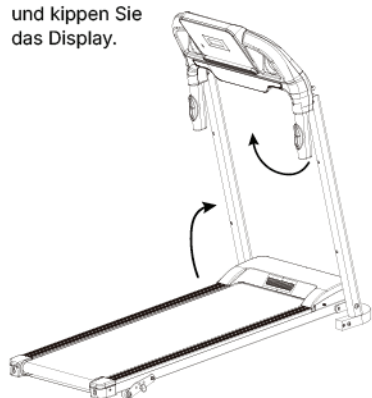


Erstgebrauch: Das Laufband ist ab Werk bereits geschmiert. Sie können es sofort ohne zusätzliche Wartung verwenden. Siehe H5 für weitere Informationen zur Schmierung.

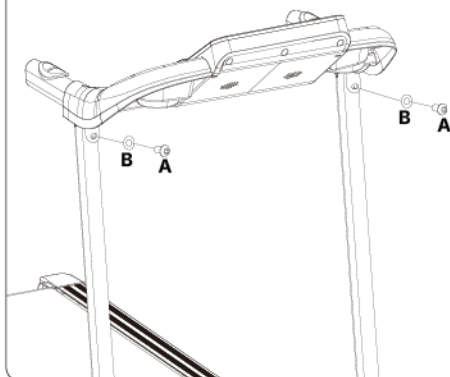
1. Öffnen Sie die Verpackung und entfernen Sie die in Kapitel 2 beschriebenen Teile aus der Verpackung und entfernen Sie die Schutzfolie. Stellen Sie das Laufband auf eine feste und ebene Oberfläche. **Wichtig:** Halten Sie bei der Benutzung mindestens 200 cm Freiraum hinter dem Laufband und mindestens 55 cm an den Seiten des Laufbandes. Legen Sie eine Schutzschicht unter das Laufband, um Schäden an der Bodenoberfläche zu vermeiden.



2. Heben Sie die Armlehnen an und kippen Sie das Display.

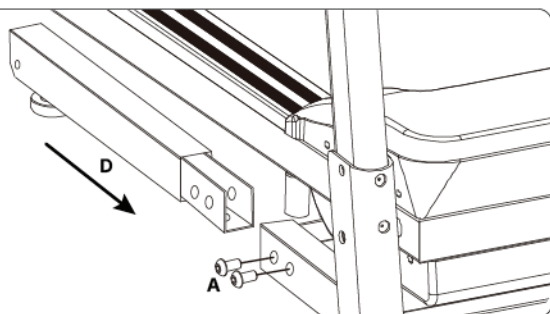


3. Befestigen Sie das Display mit 2 Schrauben.



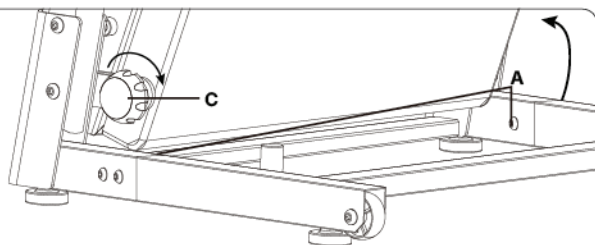
4. Schieben Sie die linken und rechten Füße in das Untergestell des Laufbands.

Befestigen Sie 2 Schrauben (pro Fuß) an der Außenseite.



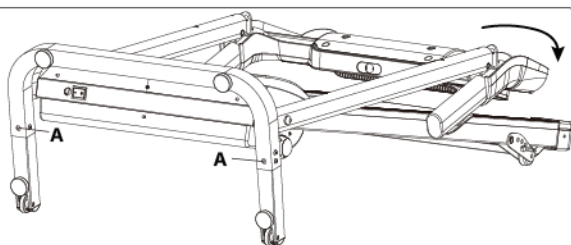
5. Klappen Sie das Band nach oben und sichern Sie es mit dem Drehknopf.

Befestigen Sie 1 Schraube (pro Fuß) an der Innenseite.



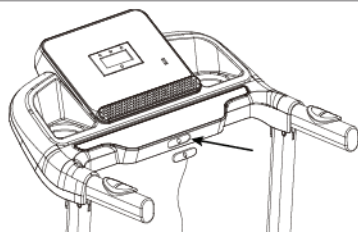
6. Kippen Sie das Laufband nach vorne auf den Boden.

Befestigen Sie 1 Schraube (pro Fuß) an der Unterseite.



7. Platzieren Sie den Magneten des Sicherheitsbands auf den gelben Bereich des Bedienfelds.

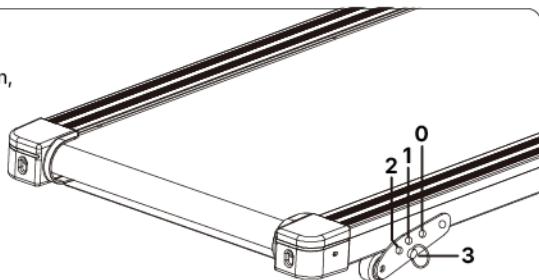
Stellen Sie sich auf das Laufband und befestigen Sie den Clip des Sicherheitsbands an Ihrer Hose oder Ihrem T-shirt..



Optional

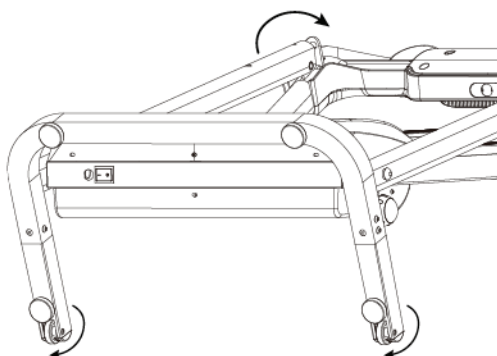
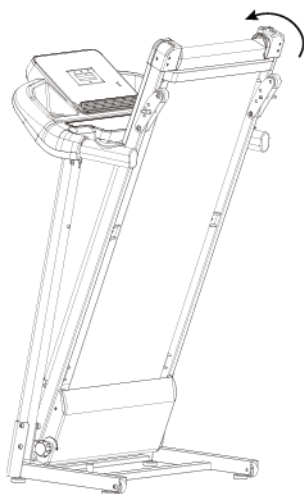
8. Um die Neigungsfunktion zu nutzen, klappen Sie die 2 Fußstützen aus:

Position 0:	Keine Neigung
Position 1:	2%
Position 2:	4%
Position 3:	6%



Aufbewahrung

Zusammenklappen des Laufbandes: Um Platz zu sparen, klappen Sie das Laufband mit Hilfe des Drehknopfes hoch. Lösen Sie den Drehknopf und heben Sie das Laufband hoch. Ziehen Sie den Drehknopf dann wieder fest.



Laufband bewegen: Kippen Sie das gesamte Laufband nach vorne, bis es auf den Rädern ruht. Auf diese Weise können Sie das Laufband leicht bewegen.

Teil	Funktionen	
Anzeige Auf dem Display werden die folgenden Werte angezeigt: 	Einstellbereich • Zeit: 5:00 - 99:00 • Entfernung: 1.0 - 99.0 • Kalorien: 20 - 990 • Geschwindigkeit: -	Anzeigebereich • Zeit: 0:00 - 99:00 • Entfernung: 0.0 - 99.9 • Kalorien: 0 - 999 • Geschwindigkeit: 1 - 12
Bedienfeld Das Bedienfeld verfügt über die folgenden Tasten: • Geschwindigkeit erhöhen • Direktwahl der Geschwindigkeit ... • Geschwindigkeit verringern • Programm • Start • Stopp • Modus 	 Wenn das Laufband läuft, verwenden Sie + um die Geschwindigkeit des Laufbands zu erhöhen.  Stellen Sie die Geschwindigkeit des Laufbandes auf 3, 6, 9 oder 12 km/h ein.  Wenn das Laufband läuft, verwenden Sie - um die Geschwindigkeit des Laufbands zu reduzieren.  Drücken Sie, um das gewünschte Programm auszuwählen.  Drücken Sie, um das Laufband zu starten.  Drücken Sie, um das Laufband anzuhalten.  Drücken Sie, um den gewünschten Modus zu wählen.	

Manueller Modus

Wenn Sie sich kein Ziel setzen wollen, drücken Sie direkt auf die Taste „START“. Das Laufband startet dann das Training ohne Zielvorgabe. Alle Werte auf dem Display steigen an und das Laufband kommt erst zum Stillstand, wenn Sie die STOP-Taste drücken. Während eines Trainings im manuellen Modus wird die Geschwindigkeit immer vom Benutzer kontrolliert.

Vorprogrammierte Programme

Bei den vorprogrammierten Programmen ist die Geschwindigkeit fest vorgegeben, und die Distanz und der Kalorienverbrauch können nicht als Ziele festgelegt werden, da diese direkt mit der Dauer des Trainings zusammenhängen. Die Dauer des Trainings kann als Ziel festgelegt werden:

1. Drücken Sie die „PROG“-Taste, um zwischen den verschiedenen Programmen zu wechseln.
2. Drücken Sie „START“, um das ausgewählte Programm zu bestätigen.
3. Das Fenster „Time“ blinkt und zeigt standardmäßig 10:00 Minuten als Zielzeit an.
4. Drücken Sie die Tasten + oder -, um die Zeit nach Ihren Wünschen anzupassen.
5. Drücken Sie „START“, um das Training zu beginnen.

Programm-Modi P1 - P12

Jedes vorprogrammierte Programm ist in 10 Abschnitte unterteilt, wobei jeder Abschnitt 1/10 der vorprogrammierten Zielzeit entspricht:

Programm	1/10	2/10	3/10	4/10	5/10	6/10	7/10	8/10	9/10	10/10
P1	1	3	5	5	5	7	7	5	3	2
P2	2	3	5	8	5	6	8	4	3	2
P3	2	4	7	8	5	5	5	8	4	2
P4	3	4	8	8	6	6	5	4	3	2
P5	3	5	6	8	9	6	5	5	3	2
P6	4	6	8	9	9	7	7	6	3	2
P7	4	7	11	10	9	8	7	6	4	3
P8	4	6	8	10	10	10	9	8	5	3
P9	5	8	9	10	11	12	8	6	4	3
P10	5	8	10	8	9	12	9	7	5	3
P11	5	7	8	10	11	12	10	7	5	3
P12	6	8	10	11	12	12	10	8	5	3

Einstellen eines Modus als Ziel des Trainings

Wenn Sie ein Ziel für die Zeit, den Kalorienverbrauch oder die Entfernung festlegen möchten:

1. Drücken Sie die Taste „MODE“, um zwischen den Modi zu wechseln. Sie brauchen den gewählten Modus nicht zu bestätigen.
2. Drücken Sie die Tasten + oder -, um die Zeit, den Kalorienverbrauch oder die Entfernung an Ihre Bedürfnisse anzupassen.
3. Drücken Sie „START“, um das Training zu beginnen.

Hinweis: Das Laufband fällt nach 10 Minuten ohne Aktivität in den Schlafmodus. Schalten Sie den Ruhemodus aus, indem Sie eine beliebige Taste drücken.

Hinweis: Das Laufband schaltet sich aus Sicherheitsgründen nach 99 Minuten automatisch ab. Wir empfehlen, das Laufband 30 Minuten lang ausgeschaltet zu lassen, bevor Sie es neu starten.

Verwendung des Sicherheitskabels

Das Laufband ist mit einer Sicherheitsschnur ausgestattet, die zum Starten des Laufbands an der Haltestange angebracht werden muss. Wenn die Sicherheitsschnur von der Haltestange entfernt wird, stoppt das Laufband sofort:

1. Legen Sie den Sicherheitsschnurmagneten auf den gelben Teil des Bedienfelds.
2. Stellen Sie sicher, dass der Sicherheitsclip an Ihrer Hose oder T-shirt befestigt ist.
3. Stellen Sie sicher, dass der Clip nicht aus Ihrer Kleidung entfernt wird, bis der Magnet des Sicherheitskabels vom gelben Bereich des Bedienfelds entfernt wurde.

Hinweis: Das Laufband-Display zeigt den Fehlercode e7 an, wenn das Sicherheitsschnur nicht montiert ist.



WARNUNG: Benutzen Sie das Laufband nicht, wenn die Sicherheitsschnur nicht funktioniert und kontaktieren Sie uns.

WARNUNGEN:

Um eine versehentliche Aktivierung zu vermeiden, ziehen Sie den Stecker vor der Wartung.



Wenn Sie die Wartungsanweisungen nicht befolgen, kann dies die Lebensdauer des Laufbands verkürzen und Ihre Garantie ungültig machen.

Schmieren des Laufbandes

Nachdem das Laufband schon länger im Einsatz ist, muss das Band geschmiert werden. Das empfohlene Schmierintervall beträgt:

- Weniger als 3 Stunden pro Woche verwenden; alle 5 Monate schmieren.
- Bei einer Nutzung von 4–7 Stunden pro Woche alle 2 Monate schmieren.
- Bei einer Nutzung von mehr als 7 Stunden pro Woche einmal im Monat schmieren.

Überprüfen, ob eine Schmierung erforderlich ist

Heben Sie das Band leicht an und kontrollieren Sie den hinteren mittleren Bereich des Bands. Wenn sich Öl auf dem Band befindet (oder es etwas nass ist), bedeutet dies, dass keine Schmierung erforderlich ist. Wenn Sie das Gefühl haben, dass das Band trocken ist und kein Öl auf Ihrer Hand ist, geben Sie Öl hinzu.

Wie man schmiert

Heben Sie das Band von einer Seite an und tragen Sie Schmiermittel auf die Laufplatte auf, wo das Band aufliegt. Wischen Sie das Schmiermittel mit einem Tuch gründlich über die Laufplatte. Diesen Vorgang für die andere Seite wiederholen.

Hinweis: Verwenden Sie nicht zu viel Öl, etwa 10 ml auf einmal. Lockern Sie das Band nicht beim Auftragen von Schmiermittel.

Band läuft seitlich ab

Bevor das Laufband die Fabrik verlässt, wird die Spannung des Bands eingestellt, aber nach einiger Zeit der Nutzung kann eine Abweichung vom Laufband auftreten, was durch folgende Situationen verursacht werden kann:

- Das Laufband wird nicht auf eine ebene, stabile Oberfläche gestellt.
- Der Benutzer läuft nicht in der Mitte des Laufbandes.
- Der Benutzer übt mit einem Fuß mehr Kraft aus als mit dem anderen.

Bandabweichung korrigieren

Legen Sie das Laufband auf eine ebene, stabile Oberfläche und lassen Sie es im Leerlauf (1 km/h) (ohne Last) laufen. In den meisten Fällen zentriert sich das Band automatisch. Wenn dies nicht der Fall ist, können Sie das Band mit dem mitgelieferten Inbusschlüssel einstellen. Während der Einstellung das Laufband im Leerlauf halten und folgende Anweisungen ausführen:

- Abweichung, wenn das Band links nicht mittig läuft: Drehen Sie die linke Schraube mit dem Inbusschlüssel eine Vierteldrehung im Uhrzeigersinn - oder - drehen Sie die rechte Schraube eine Vierteldrehung gegen den Uhrzeigersinn.
- Abweichung, wenn das Band rechts nicht mittig läuft: Drehen Sie die linke Schraube mit dem Inbusschlüssel eine Vierteldrehung gegen den Uhrzeigersinn - oder - drehen Sie die rechte Schraube eine Vierteldrehung im Uhrzeigersinn.

Hinweis: Korrigieren Sie die Abweichung, sobald Sie das Problem feststellen, sonst wird das Laufband kaputt gehen.

Reinigung des Motorraums

Riechen Sie während der Nutzung einen warmen oder verbrannten Geruch? Dies wird meist durch Staubansammlungen im Motorraum verursacht. Reinigen Sie den Motorraum alle 3–6 Monate, um Staubablagerungen zu vermeiden.



ACHTUNG: Lassen Sie den Motor vollständig abkühlen, um Verbrennungen oder Schäden zu vermeiden.

- Schalten Sie das Laufband vollständig aus und ziehen Sie den Netzstecker.
- Öffnen Sie vorsichtig die Motorabdeckung.
- Entfernen Sie Staub mit einem trockenen Tuch oder Staubsauger.

Verwenden Sie das Laufband anschließend erneut, um zu prüfen, ob der Geruch verschwunden ist. Bleibt der Geruch bestehen, kontaktieren Sie den Kundenservice.

Hinweis: Reinigen Sie den Motorraum sofort, wenn Sie einen warmen oder verbrannten Geruch wahrnehmen. Längere Staubansammlungen können den Motor beschädigen.

6 Fehlerbehebung



WARNUNG: Um eine versehentliche Aktivierung zu vermeiden, ziehen Sie den Stecker vor der Fehlersuche.

Problem	Ursache	Lösungsmethode
Laufband lässt sich nicht einschalten	• Das Netzkabel ist nicht richtig angeschlossen • Der Hauptschalter ist ausgeschaltet	Überprüfen Sie das Netzkabel und stellen Sie sicher, dass die Stromversorgung eingeschaltet ist
Das Band läuft nicht gleichmäßig	• Das Band ist nicht ausreichend geschmiert • Das Band läuft schief	• Schmieren Sie das Band wie in Kapitel 5 beschrieben • Stellen Sie das Band wie in Kapitel 5 beschrieben ein
Der Fehler "e1" erscheint auf dem Display	Die Verbindung zwischen dem Bedienfeld und dem Motor ist schlecht oder funktioniert nicht	Kontaktieren Sie den Hersteller
Der Fehler "e2" erscheint auf dem Display	Der Motor des Laufbandes ist beschädigt	Kontaktieren Sie den Hersteller
Der Fehler "e3" erscheint auf dem Display	Kein Signal vom Geschwindigkeitssensor	Kontaktieren Sie den Hersteller
Der Fehler "e5" erscheint auf dem Display	Das Stromnetz oder die Spannung ist instabil und die Spitzenspannung ist zu hoch	Kontaktieren Sie den Hersteller
Der Fehler "e6" erscheint auf dem Display	Das Stromnetz oder die Spannung ist instabil und die Spitzenspannung ist zu niedrig	Kontaktieren Sie den Hersteller
Der Fehler "e7" erscheint auf dem Display	Die Sicherheitsleine ist nicht angebracht	Bringen Sie den Magneten des Sicherheitskabels am gelben Teil des Bedienfelds an

7 Umwelt



Dieses Gerät darf nicht mit dem normalen Hausmüll am Ende seiner Lebensdauer entsorgt werden, sondern muss an einer speziellen Sammelstelle für die Wiederverwendung von Elektro- und Elektronikgeräten abgegeben werden. Das Symbol auf dem Gerät, in der Gebrauchsanweisung und auf der Verpackung weist Sie darauf hin. Die im Gerät verwendeten Materialien können recycelt werden. Durch das Recycling von gebrauchten Haushaltsgeräten leisten Sie einen wichtigen Beitrag zum Schutz unserer Umwelt. Erkundigen Sie sich bei Ihrer örtlichen Behörde über die Sammelstelle.

8 Garantie

Vielen Dank für den Kauf unseres Produkts, das nach hohen Qualitätsstandards hergestellt wird. Die Herstellergarantie deckt Herstellungsfehler am Produkt für einen Zeitraum von 2 Jahren ab dem Kaufdatum ab.

ES Conserve estas instrucciones

¡Gracias por elegir uno de nuestros productos Sportconic!

Si tiene alguna pregunta sobre el producto, por favor contáctenos en: service@Sportconic.com



Escanee el código QR para los videos instructivos y la declaración de conformidad.

www.qr.Sportconic.com/t140

1 Instrucciones importantes de seguridad

LEA TODAS LAS INSTRUCCIONES, LAS INSTRUCCIONES DE SEGURIDAD Y LAS ADVERTENCIAS ANTES DE COMENZAR Y GUARDELAS EN UN LUGAR SEGURO.

ADVERTENCIAS:

-  Este aparato contiene conexiones eléctricas y piezas móviles que pueden representar un riesgo. Para reducir el riesgo de lesiones graves, siga las siguientes medidas de seguridad.
-  No seguir estas instrucciones de seguridad puede causar lesiones graves y/o la anulación de la garantía.
-  Los sistemas de control de frecuencia cardíaca pueden ser inexactos. Un entrenamiento excesivo puede provocar lesiones graves o incluso la muerte. Deténgase inmediatamente si siente mareos.

Seguridad general durante el uso

1. Manténgase enfocado/a en la superficie de carrera y evite movimientos bruscos o distracciones.
2. Use calzado adecuado con buena adherencia; evite suelas resbaladizas o desgastadas.
3. Esta cinta está destinada únicamente al uso doméstico. No es adecuada para uso comercial ni para fines distintos de caminar o correr.
4. No utilice el aparato a temperaturas inferiores a 5 °C ni superiores a 35 °C.
5. No permita que niños o personas no autorizadas utilicen el dispositivo ni lo usen como juguete.
6. Solo una persona debe usar la cinta a la vez (peso máximo del usuario: 110 kg).
7. Deje al menos 200 cm de espacio detrás y 55 cm a cada lado de la cinta durante su uso.
8. Utilice la cinta únicamente en espacios bien ventilados para evitar el sobrecalentamiento del dispositivo.

Piezas móviles y giratorias

1. Mantenga los dedos, el cabello, la ropa y objetos alejados de las piezas móviles, como el rodillo trasero.
2. La cinta contiene componentes en movimiento en la parte inferior. Colóquela sobre una superficie estable y nivelada.
3. Mantenga a los niños y mascotas alejados durante el uso.
4. No mueva la cinta mientras está en funcionamiento.
5. No use joyas ni ropa suelta, ya que podrían enredarse en las partes móviles.
6. Coloque siempre la cinta de correr sobre una superficie adecuada o una alfombrilla protectora. El fabricante no se hace responsable de los daños causados en suelos, muebles u otras superficies por el uso de la cinta de correr.

Superficies abrasivas y bordes afilados

1. El contacto con superficies rugosas o abrasivas puede causar irritación o rozaduras en la piel.
2. Use ropa deportiva protectora que cubra adecuadamente la piel.

Seguridad eléctrica

1. Use únicamente un enchufe con toma de tierra y revise el cable de alimentación antes de cada uso.
2. No utilice el aparato si el enchufe, la carcasa o el cable están dañados.
3. No pase el cable por debajo del aparato ni lo coloque sobre bordes afilados.
4. Asegúrese de que nadie pueda tropezar con el cable o engancharse con él.

5. Nunca sumerja el enchufe, el cable o el dispositivo en agua u otros líquidos.
6. Siga únicamente las instrucciones proporcionadas para el montaje e instalación.
7. No pase el cable por debajo de una alfombra ni por debajo de la cinta.
8. Asegúrese de que el cable no cuelgue del borde de una mesa ni pueda ser arrastrado o desconectado accidentalmente.
9. No utilice interruptores externos, temporizadores o reguladores de corriente para encender o apagar la cinta.
10. Revise visualmente el enchufe, el cable y la carcasa antes de cada uso. No use el aparato si está dañado.

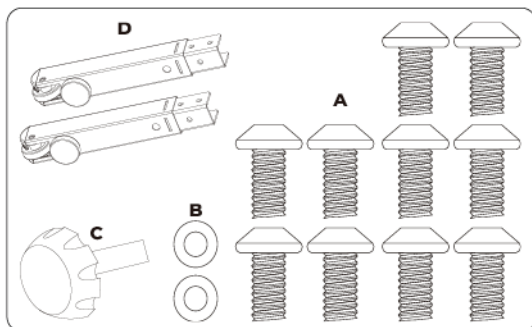
Consulte a su médico antes del uso si tiene problemas de salud

1. Consulte con su médico si ha tenido lesiones anteriores en la espalda, cuello o piernas.
2. Consulte con un profesional si padece artrosis, reumatismo, osteoporosis, enfermedades cardiovasculares, hipertensión o diabetes.
3. No utilice el aparato si está enfermo (fiebre $\geq 38^{\circ}\text{C}$), embarazada o durante la menstruación.
4. No use la cinta si tiene un marcapasos u otros implantes médicos sin la aprobación de un médico.
5. Detenga el uso inmediatamente si experimenta mareos, dolor, dificultad para respirar u otros síntomas, y consulte a un médico.

2 Piezas

Nota: El paquete contiene las piezas indicadas en la lista siguiente. Póngase en contacto con nosotros si falta alguna pieza:

- Cinta de correr
- Cable de seguridad
- Llave Allen
- Tornillos
- Pomo giratorio
- Patas con ruedas
- Aceite lubricante
- Manual



3 Montaje

PRECAUCIÓN:

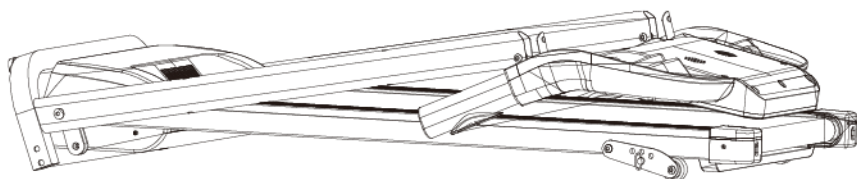


Es importante montar la cinta en el orden indicado. Asegúrese de que la cinta esté completamente parada durante el montaje o desmontaje. Transporte y mueva la cinta de correr entre al menos dos personas.

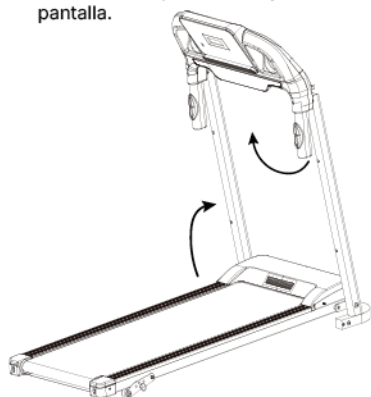


Primer uso: La cinta de correr viene lubricada de fábrica. Puede usarla inmediatamente sin mantenimiento adicional. Consulte H5 para más información sobre la lubricación.

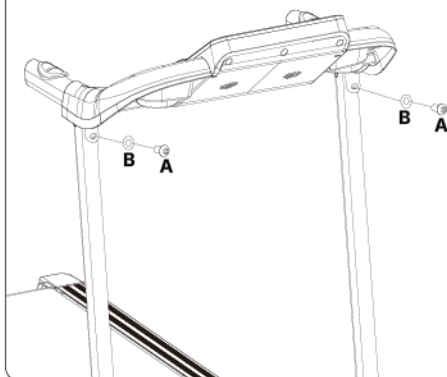
1. Abra el embalaje y retire las piezas descritas en el capítulo 2 y quite la película protectora. Coloque la cinta de correr sobre una superficie firme y plana.
Importante: Mantenga un espacio libre de al menos 200 cm detrás y al menos 55 cm en los lados de la cinta cuando se use. Proporcione una capa protectora debajo de la cinta para evitar daños en la superficie del suelo.



2. Levante los reposabrazos y incline la pantalla.

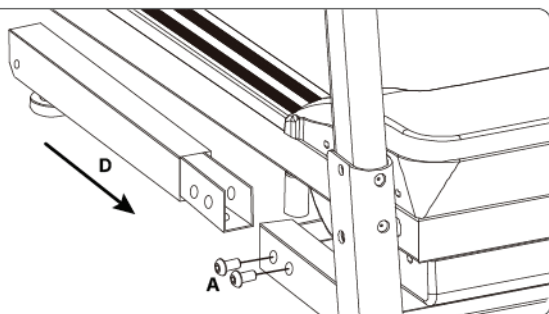


3. Fije la pantalla con 2 tornillos.



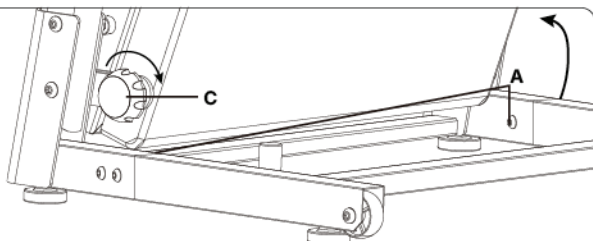
4. Deslice los pies izquierdo y derecho en la base de la cinta de correr.

Fije 2 tornillos (por pie) en el exterior.



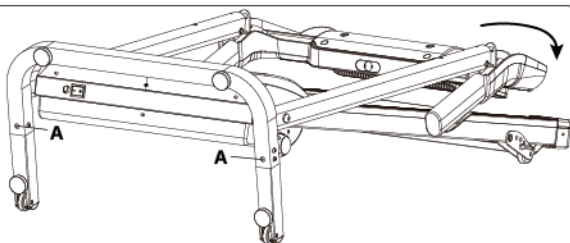
5. Pliegue la banda hacia arriba y asegúrela con la perilla.

Fije 1 tornillo (por pie) en el interior.



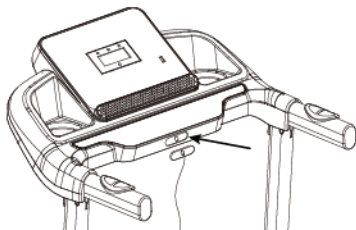
6. Incline la cinta de correr hacia adelante hasta el suelo.

Fije 1 tornillo (por pie) en la parte inferior.



7. Coloque el imán de la cuerda de seguridad en la zona amarilla del panel de control.

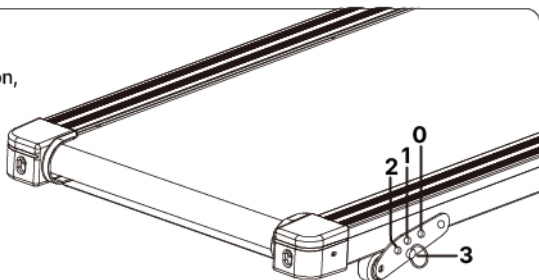
Póngase de pie en la cinta de correr y sujete el clip de la cuerda de seguridad a su pantalón o camiseta.



Opcional

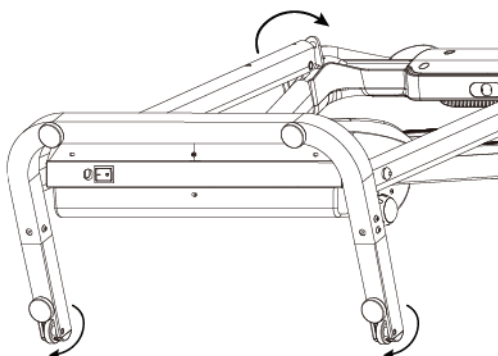
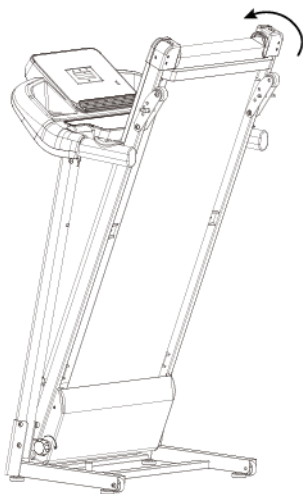
8. Para utilizar la función de inclinación, despliegue los 2 reposapiés:

Posición 0:	Sin pendiente
Posición 1:	2%
Posición 2:	4%
Posición 3:	6%

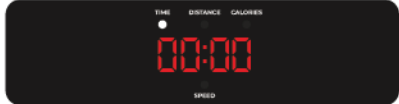


Almacenamiento

Plegado de la cinta de correr: Para ahorrar espacio, plegue la cinta hacia arriba utilizando el mando giratorio. Afloje el pomo y levante la cinta. A continuación, vuelva a apretar el pomo.



Desplazamiento de la cinta de correr: Incline toda la cinta de correr hacia delante hasta que descansen sobre las ruedas. De este modo, podrá mover fácilmente la cinta de correr.

Parte	Funciones	
Pantalla La pantalla muestra las siguientes prestaciones: 	Rango de ajuste • Tiempo: 5:00 - 99:00 • Distancia: 1.0 - 99.0 • Calorías: 20 - 990 • Velocidad: -	Rango de visualización • Tiempo: 0:00 - 99:00 • Distancia: 0.0 - 99.9 • Calorías: 0 - 999 • Velocidad: 1 - 12 km/h
Panel de control El panel de control dispone de los siguientes botones de control: • Aumentar velocidad • Acceso directo a la velocidad ... • Disminuir velocidad • Programa • Arrancar • Parar • Modo 	- Cuando la cinta de correr esté en marcha, utilice + para aumentar la velocidad de la cinta. - Ajuste la velocidad de la cinta a 3, 6, 9 ó 12 km/h. - Cuando la cinta de correr esté en funcionamiento, utilice - para reducir la velocidad de la cinta. - Pulse el botón para seleccionar el programa deseado. - Pulse el botón para poner en marcha la cinta. - Pulse el botón para detener la cinta. - Pulse aquí para seleccionar el modo deseado.	

Modo manual

Si no desea fijar un objetivo, pulse directamente el botón «START». La cinta de correr iniciará el entrenamiento sin un objetivo establecido. Todos los valores de la pantalla aumentarán y la cinta no se detendrá hasta que pulse el botón «STOP». Durante un entrenamiento en modo manual, la velocidad siempre es controlada por el usuario.

Programas preprogramados

En los programas preprogramados, la velocidad es fija y la distancia y el recuento de calorías no pueden establecerse como objetivos, ya que están directamente relacionados con la duración del entrenamiento. La duración del entrenamiento puede establecerse como objetivo:

1. Pulse el botón «PROG» para cambiar entre los diferentes programas.
2. Pulse "START" para confirmar el programa seleccionado.
3. La ventana «Time» parpadeará y mostrará 10:00 como tiempo objetivo predeterminado en minutos.
4. Pulse los botones + o - para ajustar el tiempo según tus preferencias.
5. Pulse "START" para comenzar el entrenamiento.

Modos de programa P1 - P12

Cada programa preprogramado se divide en 10 secciones, representando cada sección 1/10 del tiempo objetivo preprogramado:

Programa	1/10	2/10	3/10	4/10	5/10	6/10	7/10	8/10	9/10	10/10
P1	1	3	5	5	5	7	7	5	3	2
P2	2	3	5	8	5	6	8	4	3	2
P3	2	4	7	8	5	5	5	8	4	2
P4	3	4	8	8	6	6	5	4	3	2
P5	3	5	6	8	9	6	5	5	3	2
P6	4	6	8	9	9	7	7	6	3	2
P7	4	7	11	10	9	8	7	6	4	3
P8	4	6	8	10	10	10	9	8	5	3
P9	5	8	9	10	11	12	8	6	4	3
P10	5	8	10	8	9	12	9	7	5	3
P11	5	7	8	10	11	12	10	7	5	3
P12	6	8	10	11	12	12	10	8	5	3

Establecer un modo como objetivo del entrenamiento

Si desea establecer un objetivo de tiempo, calorías o distancia:

1. Pulse el botón «MODE» para cambiar entre los modos. No es necesario confirmar el modo seleccionado.
2. Pulse los botones + o - para ajustar el tiempo, las calorías o la distancia a sus necesidades.
3. Pulse «START» para iniciar el entrenamiento.

Nota: La cinta entra en modo reposo después de 10 minutos sin actividad. Desactive el modo de suspensión pulsando cualquier botón.

Nota: La cinta de correr se apaga automáticamente por razones de seguridad después de 99 minutos de uso. Recomendamos dejar la cinta de correr desconectada durante 30 minutos antes de reiniciarla.

Funcionamiento del cable de seguridad

La cinta está equipada con un cable de seguridad que debe estar correctamente instalado en la barandilla para iniciar la cinta. Cuando se retira el cordón de seguridad de la barandilla, la cinta de correr se detiene inmediatamente.

1. Coloque el imán del cable de seguridad en la parte amarilla del panel de control.
2. Asegúrese de que el clip del cable de seguridad esté unido a sus pantalones o su camiseta.
3. Asegúrese de que el clip no se quite de su ropa hasta que el imán del cordón de seguridad se haya retirado de la parte amarilla del panel de control.

Nota: La pantalla de la cinta de correr muestra el código de error e7 si no se ha instalado el cable de seguridad.



ADVERTENCIA: No utilice la cinta de correr si el cable de seguridad no funciona y póngase en contacto con nosotros.

5 Mantenimiento

ADVERTENCIA:



Para evitar una activación accidental, desconecte el enchufe antes de realizar el mantenimiento.



El incumplimiento de las instrucciones de mantenimiento puede acortar la vida útil de la cinta y anular su garantía.

Lubricación de la cinta

Después de usar la cinta durante un tiempo, es necesario lubricar la banda. La frecuencia de lubricación recomendada es:

- Utilizar menos de 3 horas a la semana; lubricar cada 5 meses.
- Uso de 4–7 horas por semana; lubricar cada 2 meses.
- Utilizar más de 7 horas a la semana; lubricar una vez al mes.

Comprobar si se requiere lubricación

Levante ligeramente la banda y compruebe si hay aceite en la parte central trasera. Si hay aceite en la banda (o se siente un poco mojada), significa que no es necesaria ninguna lubricación. Si siente que la banda está seca y no hay aceite en su mano, agregue aceite.

Cómo lubricar

Levante la banda de un lado y aplique lubricante a la plataforma donde descansa. Use un paño para distribuir bien el lubricante sobre la plataforma. Repetir este proceso para el otro lado.

Nota: No utilice demasiado aceite, alrededor de 10 ml a la vez. No afloje la banda mientras aplica lubricante.

La cinta de correr se desvía

Antes de que la cinta deje la fábrica, se ajusta la tensión de la banda, pero después de un cierto período de uso, puede ocurrir una desviación de la banda, lo que puede ser causado por las siguientes situaciones:

- La cinta de correr no se coloca sobre una superficie plana y estable.
- El usuario no camina en medio de la cinta.
- El usuario ejerce más fuerza con un pie que con el otro.

Resolver la desviación

Coloque la cinta sobre una superficie plana y estable y déjela correr en reposo (1 km/h) (sin carga). En la mayoría de los casos, la banda se centrará automáticamente. Si no es así, puede ajustar la banda con la llave Allen suministrada. Durante el ajuste, deje la cinta funcionando a baja velocidad y siga las instrucciones siguientes:

- Desviación si la banda no está centrada hacia la izquierda: gire el perno izquierdo con la llave Allen un cuarto de vuelta en el sentido de las agujas del reloj - o - gire el perno derecho un cuarto de vuelta en sentido contrario a las agujas del reloj.
- Desviación si la banda no está centrada hacia la derecha: gire el perno izquierdo con la llave Allen un cuarto de vuelta en sentido antihorario - o - gire el perno derecho un cuarto de vuelta en sentido horario.

Nota: Corrija la desviación en cuanto detecte el problema; de lo contrario, la cinta de correr puede dañarse.

Limpieza del compartimento del motor

¿Percibe un olor caliente o a quemado durante el uso? Esto suele deberse a la acumulación de polvo en el compartimento del motor. Limpie el compartimento del motor cada 3–6 meses para evitar la acumulación de polvo.



ATENCIÓN: Deje que el motor se enfríe completamente para evitar quemaduras o daños.

- Apague completamente la cinta y desenchúfela.
- Abra con cuidado la cubierta del motor.
- Retire el polvo con un paño seco o una aspiradora.

Vuelva a utilizar la cinta para comprobar si el olor ha desaparecido. Si el olor persiste, contacte con el servicio de atención al cliente.

Nota: Limpie el compartimento del motor en cuanto note un olor caliente o a quemado. La acumulación prolongada de polvo puede dañar el motor.

6 Solución de problemas



ADVERTENCIA: Para evitar una activación accidental, desconecte el enchufe antes de solucionar problemas.

Problema	Causa	Solución
La cinta de correr no funciona	- El cable de alimentación no está conectado correctamente - El interruptor principal está apagado	Compruebe el cable de alimentación y asegúrese de que la energía está encendida
La banda no se mueve suavemente	- La banda no tiene suficiente lubricación - La banda se desvía	- Lubrique la banda como se describe en el capítulo 5 - Ajuste la banda como se describe en el capítulo 5
El error "e1" aparece en la pantalla	La conexión entre el panel de control y el motor es deficiente o no funciona	Póngase en contacto con el fabricante
El error "e2" aparece en la pantalla	El motor de la cinta está dañado	Póngase en contacto con el fabricante
El error "e3" aparece en la pantalla	No hay señal del sensor de velocidad	Póngase en contacto con el fabricante
El error "e5" aparece en la pantalla	La red eléctrica o la tensión son inestables y el pico de tensión es demasiado alto	Póngase en contacto con el fabricante
El error "e6" aparece en la pantalla	La red eléctrica o la tensión son inestables y la tensión de pico es demasiado baja	Póngase en contacto con el fabricante
El error "e7" aparece en la pantalla	El cordón de seguridad no está colocado	Coloque el imán del cable de seguridad en la parte amarilla del panel de control

7 Medio ambiente



Este aparato no debe desecharse con los residuos domésticos normales al final de su vida útil, sino que debe llevarse a un punto de recogida especial para la reutilización de aparatos eléctricos y electrónicos. El símbolo del dispositivo, en las instrucciones de uso y en el embalaje le advierte de ello. Los materiales utilizados en el dispositivo pueden reciclarse. Al reciclar electrodomésticos usados, usted hace una importante contribución a la protección de nuestro medio ambiente. Consulte con las autoridades locales sobre el punto de recogida.

8 Garantía

Gracias por comprar nuestro producto, que está hecho para cumplir con altos estándares de calidad. La garantía del fabricante cubre el producto durante un período de 2 años a partir de la fecha de compra contra defectos de fabricación.

DA Gem disse instruktioner

Tak fordi du har valgt et af vores Sportconic-produkter!

Hvis du har spørgsmål om produktet, er du velkommen til at kontakte os på:
service@Sportconic.com



Scan QR-koden for instruktionsvideoer og overensstemmelseserklæringen.

www.qr.Sportconic.com/t140

1 Vigtige sikkerhedsforskrifter

LÆS ALLE INSTRUKTIONER, SIKKERHEDSFORSKRIFTER OG ADVARSLER, FØR DU BEGYNDER, OG OPBEVAR DEM OMHYGGELIGT.

ADVARSLER:

-  Dette apparat indeholder elektriske forbindelser og bevægelige dele, som kan udgøre en risiko. For at reducere risikoen for alvorlig personskade ved brug af apparatet skal nedenstående sikkerhedsforanstaltninger overholdes.
-  Manglende overholdelse af disse sikkerhedsinstruktioner kan medføre alvorlig personskade og/eller bortfald af garantien.
-  Pulsovervågningssystemer kan være unøjagtige. Overdreven træning kan medføre alvorlig personskade eller død. Stop straks, hvis du føler svimmelhed.

Generel sikkerhed under brug

1. Forbliv koncentreret om løbebladen under brug af løbebåndet og undgå pludselige bevægelser eller distraktioner.
2. Brug egnet fodtøj med godt greb; undgå glatte eller slidte såler.
3. Løbebåndet er udelukkende beregnet til husholdningsbrug. Det er ikke egnet til kommerciel brug eller andre formål end gang eller løb.
4. Brug ikke apparatet ved temperaturer under 5 °C eller over 35 °C.
5. Lad ikke børn eller uautoriserede personer betjene apparatet eller bruge det som legetøj.
6. Løbebåndet må kun anvendes af én person ad gangen (maks. brugervægt: 110 kg).
7. Sørg for mindst 200 cm fri plads bagved og 55 cm på begge sider under brug.
8. Brug kun løbebåndet i et godt ventileret rum for at undgå overophedning af apparatet.

Bevægelige og roterende dele

1. Hold fingre, hår, tøj og genstande væk fra bevægelige dele såsom bagrullen.
2. Løbebåndet har bevægelige dele på undersiden. Placer apparatet på et stabilt og plant underlag.
3. Sørg for, at børn og kæledyr holdes væk under brug.
4. Flyt ikke løbebåndet, mens det er i brug.
5. Bær ikke smykker eller løstsiddende tøj under brug; disse kan blive fanget i bevægelige dele.
6. Placer altid løbebåndet på et egnet underlag eller en beskyttelsesmåtte. Producenten er ikke ansvarlig for skader på gulve, møbler eller andre overflader forårsaget af brug af løbebåndet.

Overfladeegenskaber og skarpe kanter

1. Kontakt med ru eller slibende overflader kan medføre hudirritation eller hudafskrabninger.
2. Bær beskyttende sportstøj, der dækker huden tilstrækkeligt.

Elektrisk sikkerhed

1. Brug kun en jordnet stikkontakt, og inspicér netledningen for skader før hver brug.
2. Brug ikke apparatet, hvis kabinettet, stikket eller ledningen er beskadiget.
3. Lad ikke ledningen løbe under apparatet eller hænge over skarpe kanter.
4. Sørg for, at ingen kan snuble over ledningen eller sidde fast i den.
5. Nedsænk aldrig stikket, ledningen eller apparatet i vand eller andre væsker, heller ikke under rengøring.

6. Udfør installation og montering udelukkende i henhold til de medfølgende instruktioner.
7. Lad ikke ledningen løbe under et tæppe eller under løbebåndet.
8. Sørg for, at ledningen ikke hænger ud over kanten af et bord og ikke kan blive trukket løs ved et uheld.
9. Brug ikke eksterne afbrydere, timere eller strømregulatorer til at tænde eller slukke løbebåndet.
10. Kontrollér visuelt før hver brug, at netledningen, stikket og kabinettet er ubeskadigede. Brug ikke apparatet ved skader.

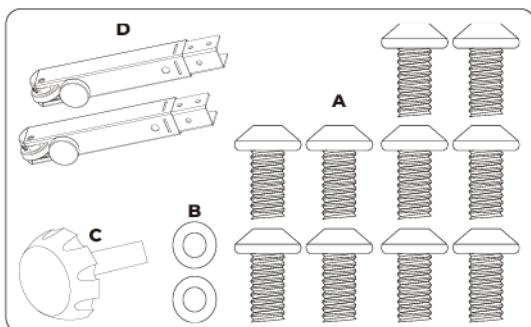
Kontakt en læge før brug ved medicinske tilstande

1. Kontakt din læge, hvis du tidligere har haft skader på ryg, nakke eller ben.
2. Rådfør dig med en læge ved tilstande som slidgigt, reumatisme, osteoporose, hjerte- og karsygdomme, forhøjet blodtryk eller diabetes.
3. Brug ikke apparatet ved sygdom (38 °C eller højere), graviditet eller under menstruation.
4. Brug ikke løbebåndet, hvis du har pacemaker eller medicinske implantater, uden at konsultere en læge.
5. Stop straks ved svimmelhed, smerte, åndedrætsbesvær eller andre symptomer, og kontakt en læge.

2 Dele

Bemærk: Pakken indeholder de dele, der er angivet i nedenstående liste. Kontakt os, hvis en del mangler:

- Løbebånd
- Sikkerhedssnor
- Unbrakonøgle
- Skruer
- Drejeknap
- Fødder med hjul
- Smøreolie
- Brugervejledning



3 Montering

OBS:

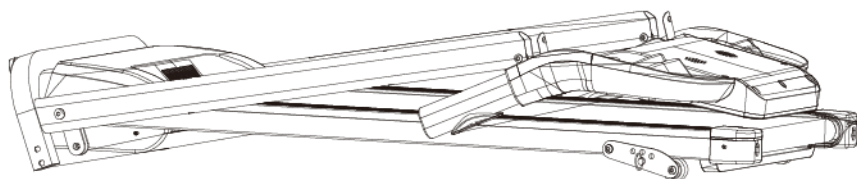


Det er vigtigt at montere løbebåndet i den angivne rækkefølge. Sørg for, at løbebåndet er helt stoppet under (de)montering. Løft og flyt løbebåndet med mindst to personer.

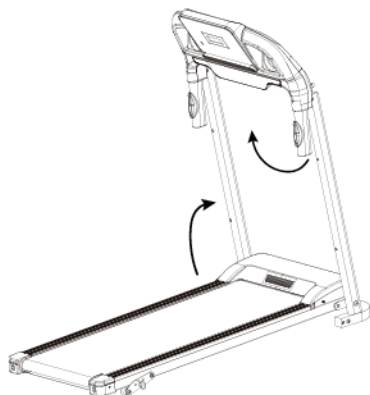


Første brug: Løbebåndet er smurt fra fabrikken og kan tages i brug med det samme uden yderligere vedligeholdelse. Se kapitel 5 for mere information om smøring.

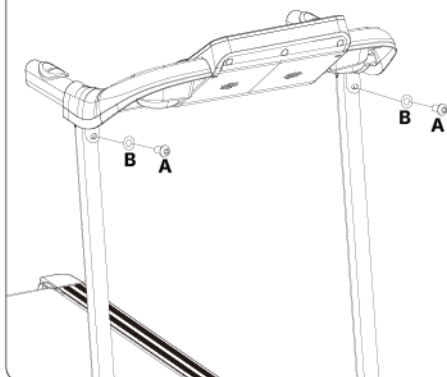
1. Åbn emballagen og tag de dele ud, som er beskrevet i kapitel 2. Fjern beskyttelsesfolien. Placer løbebåndet på et stabilt og plant underlag.
Vigtigt: Sørg for mindst 200 cm fri plads bagved og mindst 55 cm på begge sider, når løbebåndet er i brug. Anvend en beskyttende måtte under løbebåndet for at undgå skader på gulvet.



2. Løft armstøtterne op og vip displayet.

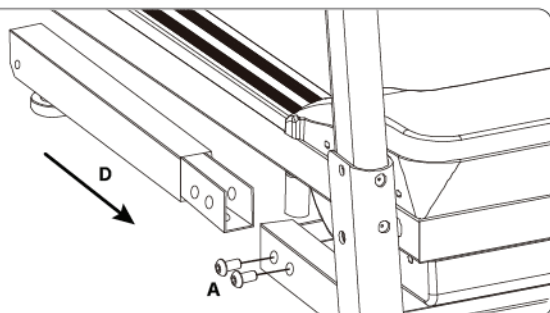


3. Fastgør 2 skruer for at fastgøre displayet.



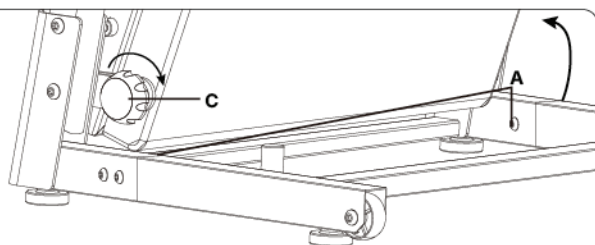
4. Skub venstre og højre fod ind i løbebåndets bundramme.

Fastgør 2 skruer (én pr. fod) på ydersiden.



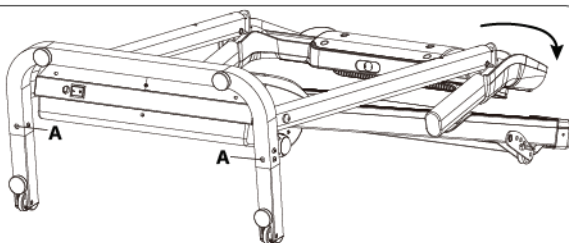
5. Fold båndet op, og fastgør det med drejeknappen.

Fastgør 1 skrue (én pr. fod) på indersiden.



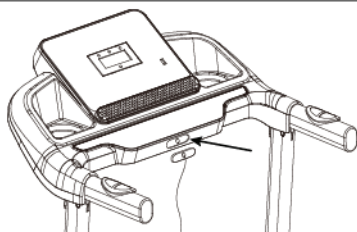
6. Vip løbebåndet fremad, så det står på jorden.

Fastgør 1 skrue (én pr. fod) på undersiden.



7. Placer magneten fra sikkerhedssnoren på det gule område på betjeningspanelet.

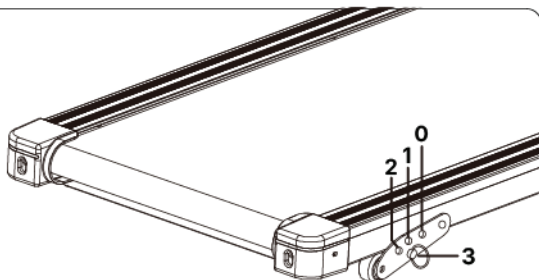
Stil dig på løbebåndet og fastgør clipsen fra sikkerhedssnoren til dine bukser eller din T-shirt.



Valgfrit

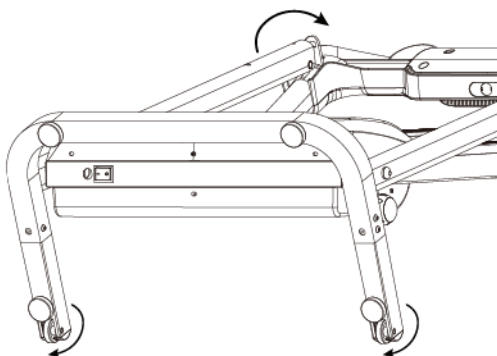
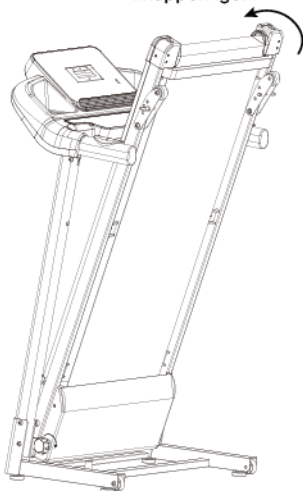
8. Ved brug af hælningsfunktionen foldes de 2 støtteben ud:

Position 0:	Ingen hælning
Position 1:	2%
Position 2:	4%
Position 3:	6%



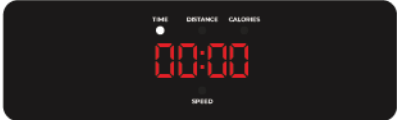
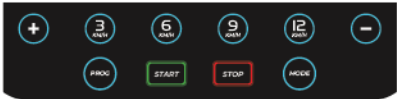
Opbevaring

Fold løbebåndet sammen: For at spare plads kan du folde båndet op ved hjælp af drejeknappen. Løsn knappen og løft båndet op. Spænd derefter knappen igen.



Flytning af løbebåndet: Vip hele løbebåndet fremad, indtil det står på transporthjulene. På denne måde kan løbebåndet nemt flyttes.

4 Funktioner

Del	Funktioner	
Display Displayet viser følgende målinger: 	Indstillingsområde • Tid: 5:00 - 99:00 • Distance: 1.0 - 99.0 • Kalorier: 20 - 990 • Hastighed: -	Displayområde • Tid: 0:00 - 99:00 • Distance: 0.0 - 99.9 • Kalorier: 0 - 999 • Hastighed: 1 - 12 km/u
Betjeningspanel Betjeningspanelet har følgende knapper: • Øg hastighed • Direkte valg af hastighed .. • Sænk hastighed • Program • Start • Stop • Tilstand 	 Når løbebåndet kører, skal du trykke på + for at øge hastigheden.  Indstil hastigheden direkte til 3, 6, 9 eller 12 km/t.  Når løbebåndet kører, skal du trykke på - for at sænke hastigheden.  Tryk for at vælge det ønskede program.  Tryk for at starte løbebåndet.  Tryk for at stoppe løbebåndet.  Tryk for at vælge den ønskede tilstand.	

Manuel tilstand

Hvis du ikke ønsker at indstille et mål, kan du trykke direkte på START. Løbebåndet starter træningen uden et forudindstillet mål. Alle værdier på displayet tæller op, og løbebåndet stopper først, når du trykker på STOP. Under træning i manuel tilstand reguleres hastigheden altid af brugeren.

Forudindstillede programmer

Ved forudindstillede programmer er hastigheden fastsat, og distance samt kalorier kan ikke indstilles som mål, da de afhænger direkte af træningens varighed. Træningstiden kan indstilles som mål.

1. Tryk på PROG for at skifte mellem de forskellige programmer.
2. Tryk på START for at bekræfte det valgte program.
3. Tidsvinduet viser blinkende 10:00 som standardindstillet mål i minutter.
4. Brug + eller - knapperne til at justere tiden efter ønske.
5. Tryk på START for at begynde træningen.

Programmer P1 - P12

Hvert forudindstillet program er opdelt i 10 segmenter, hvor hvert segment repræsenterer 1/10 af den indstillede træningstid.

Program	1/10	2/10	3/10	4/10	5/10	6/10	7/10	8/10	9/10	10/10
P1	1	3	5	5	5	7	7	5	3	2
P2	2	3	5	8	5	6	8	4	3	2
P3	2	4	7	8	5	5	5	8	4	2
P4	3	4	8	8	6	6	5	4	3	2
P5	3	5	6	8	9	6	5	5	3	2
P6	4	6	8	9	9	7	7	6	3	2
P7	4	7	11	10	9	8	7	6	4	3
P8	4	6	8	10	10	10	9	8	5	3
P9	5	8	9	10	11	12	8	6	4	3
P10	5	8	10	8	9	12	9	7	5	3
P11	5	7	8	10	11	12	10	7	5	3
P12	6	8	10	11	12	12	10	8	5	3

Indstilling af en tilstand som træningsmål

Hvis du vil indstille et mål for tid, kalorier eller distance:

1. Tryk på "MODE"-knappen for at skifte mellem de forskellige tilstande. Du behøver ikke at bekræfte den valgte tilstand.
2. Tryk på + eller – for at justere tid, antal kalorier eller distance efter ønske.
3. Tryk på "START" for at begynde træningen.

Bemærk: Løbebåndet går i dvaletilstand efter 10 minutters inaktivitet. Afslut dvaletilstanden ved at trykke på en vilkårlig knap.

Bemærk: Af sikkerhedsmæssige årsager slukker løbebåndet automatisk efter 99 minutters brug. Vi anbefaler at lade løbebåndet være slukket i 30 minutter, før det startes igen.

Sikkerhedssnorens funktion

Løbebåndet er udstyret med en sikkerhedssnor, som skal være korrekt fastgjort til håndtaget for at kunne starte løbebåndet. Hvis sikkerhedssnoren fjernes fra håndtaget, stopper løbebåndet øjeblikkeligt.

1. Placer magneten fra sikkerhedssnoren på den gule del af betjeningspanelet.
2. Sørg for, at clipsen fra sikkerhedssnoren er fastgjort til dine bukser eller din T-shirt.
3. Sørg for, at clipsen først fjernes fra dit tøj, når magneten er taget af den gule del på håndtaget.

Bemærk: Displayet viser fejlkode E7, hvis sikkerhedssnoren ikke er monteret korrekt.



ADVARSEL: Brug ikke løbebåndet, hvis sikkerhedssnoren ikke fungerer. Kontakt os.

ADVARSLER:

For at undgå utilsigtet aktivering skal stikket trækkes ud af stikkontakten, før der udføres vedligeholdelse.



Manglende overholdelse af vedligeholdelsesinstruktionerne kan forkorte løbebåndets levetid og gøre garantien ugyldig.

Smøring af løbebåndet

Når løbebåndet har været i brug i en periode, er det nødvendigt at smøre båndet.

Det anbefalede smøreinterval er:

- Brug mindre end 3 timer om ugen: smør hver 5. måned.
- Brug 4–7 timer om ugen: smør hver 2. måned.
- Brug mere end 7 timer om ugen: smør én gang om måneden.

Kontrol af om smøring er nødvendig

Tag fat i løbebåndet og rør ved den bagerste midterdel så langt ind som muligt. Hvis der er olie på båndet (eller det føles let fugtigt), er smøring ikke nødvendig. Hvis båndet føles tørt, og der ikke er olie på hånden, skal der tilsættes smøremiddel.

Sådan smøres løbebåndet

Løft båndet op fra den ene side og påfør smøremiddel på pladen, som båndet hviler på. Brug en klud til at fordele smøremidlet jævnt over pladen. Gentag processen på den anden side.

Bemærk: Brug ikke for meget olie, ca. 10 ml pr. gang. Løsn ikke båndet under påføring af smøremiddel.

Løbebåndet løber skævt

Inden løbebåndet forlader fabrikken, justeres båndets spænding. Efter en periode med brug kan der dog opstå skævhed. Dette kan skyldes:

- Løbebåndet står ikke på et plant og stabilt underlag.
- Brugeren går ikke i midten af løbebåndet.
- Brugeren belaster det ene ben mere end det andet.

Justering af skævhed

Placer løbebåndet på et plant og stabilt underlag, og lad det køre ved 1 km/t uden belastning. I de fleste tilfælde vil båndet automatisk centrere sig. Hvis dette ikke sker, kan båndet justeres med den medfølgende unbrakonøgle. Lad løbebåndet køre uden belastning under justeringen og følg nedenstående instruktioner:

- Hvis båndet trækker mod venstre: drej venstre bolt en kvart omgang med uret – eller – drej højre bolt en kvart omgang mod uret.
- Hvis båndet trækker mod højre: drej venstre bolt en kvart omgang mod uret – eller – drej højre bolt en kvart omgang med uret.

Bemærk: Afhjælp problemet straks, ellers kan løbebåndet tage skade.

Rengøring af motorrummet

Oplever du en varm eller brændt lugt under brug? Dette skyldes som regel ophobning af støv i motorrummet. Rengør motorrummet hver 3.–6. måned for at undgå støvophobning.



ADVARSEL: Lad motoren køle helt af for at undgå forbrændinger eller skader.

- Sluk løbebåndet helt, og træk stikket ud.
- Åbn forsigtigt motordækslet.
- Fjern støv med en tør klud eller støvsuger.

Brug løbebåndet igen for at kontrollere, om lugten er forsvundet. Hvis lugten fortsætter, kontakt kundeservice.

Bemærk: Rengør motorrummet straks, hvis du bemærker en varm eller brændt lugt. Langvarig støvophobning kan beskadige motoren.

6 Fejlfinding



ADVARSEL: For at undgå utilsigtet aktivering skal stikket trækkes ud af stikkontakten, før du påbegynder fejlfinding.

Problem	Årsag	Løsning
Løbebåndet starter ikke	• Netledningen er ikke korrekt tilsluttet • Hovedafbryderen er slukket	Kontroller netledningen, og sørg for at strømmen er tændt.
Båndet kører ikke jævnt	• Båndet er ikke tilstrækkeligt smurt • Båndet løber skævt	• Smør båndet som beskrevet i kapitel 5. • Justér båndet som beskrevet i kapitel 5.
Fejlkode "E1" vises på displayet	Forbindelsen mellem betjeningspanelet og motoren er defekt eller fungerer ikke korrekt	Kontakt producenten.
Fejlkode "E2" vises på displayet	Motoren i løbebåndet er beskadiget	Kontakt producenten.
Fejlkode "E3" vises på displayet	Intet signal fra hastighedssensoren	Kontakt producenten.
Fejlkode "E5" vises på displayet	Strømforsyningen er ustabil, eller spændingsspidserne er for høje	Kontakt producenten.
Fejlkode "E6" vises på displayet	Strømforsyningen er ustabil, eller spændingsspidserne er for lave	Kontakt producenten.
Fejlkode "E7" vises på displayet	Sikkerhedssnoren er ikke monteret	Placer magneten fra sikkerhedssnoren på den gule del af betjeningspanelet

7 Miljø



Dette apparat må ikke bortskaffes sammen med almindeligt husholdningsaffald ved slutningen af dets levetid. Det skal afleveres på et særligt indsamlingssted for genbrug af elektrisk og elektronisk udstyr. Symbolet på apparatet, i brugsanvisningen og på emballagen henviser til dette. De materialer, der anvendes i apparatet, kan genanvendes. Ved at genbruge brugte husholdningsapparater yder du et vigtigt bidrag til beskyttelsen af miljøet. Kontakt de lokale myndigheder for information om nærmeste indsamlingssted.

8 Garanti

Tak for dit køb af vores produkt, som er fremstillet i overensstemmelse med høje kvalitetsstandarder. Fabriksgarantien dækker produktet i en periode på 2 år fra købsdatoen mod fabriktionsfejl.

PL Zachowaj te instrukcje

Dziękujemy za wybranie jednego z naszych produktów Sportconic!

W razie jakichkolwiek pytań dotyczących produktu prosimy o kontakt pod adresem: service@Sportconic.com



Zeskanuj kod QR, aby uzyskać dostęp do filmów instruktażowych i deklaracji zgodności.

www.qr.Sportconic.com/t140

1 Ważne instrukcje bezpieczeństwa

PRZECZYTAJ WSZYSTKIE INSTRUKCJE, INSTRUKCJE BEZPIECZEŃSTWA I OSTRZEŻENIA PRZED ROZPOCZĘCIEM I ZACHOWAJ JE DO PÓŹNIEJSZEGO UŻYTKU.

OSTRZEŻENIA:



To urządzenie zawiera połączenia elektryczne i ruchome elementy, które mogą stanowić zagrożenie. Aby zmniejszyć ryzyko poważnych obrażeń, należy przestrzegać poniższych zasad bezpieczeństwa.



Nieprzestrzeganie tych instrukcji może prowadzić do poważnych obrażeń i/lub utraty gwarancji.



Systemy monitorowania tętna mogą być niedokładne. Nadmierny wysiłek fizyczny może prowadzić do poważnych obrażeń lub śmierci. W przypadku zawrotów głowy należy natychmiast przerwać ćwiczenie.

Ogólne zasady bezpieczeństwa podczas użytkowania

1. Skoncentruj się na pasie biegowym podczas ćwiczeń i unikaj nagłych ruchów oraz rozpraszaczy.
2. Noś odpowiednie obuwie z dobrą przyczepnością; unikaj śliskich lub zużytych podeszw.
3. Bieżnia jest przeznaczona wyłącznie do użytku domowego. Nie nadaje się do użytku komercyjnego ani do celów innych niż chodzenie lub bieganie.
4. Nie używaj urządzenia w temperaturach poniżej 5 °C lub powyżej 35 °C.
5. Nie pozwalaj dzieciom ani osobom nieupoważnionym na korzystanie z urządzenia lub zabawę nim.
6. Z bieżni może korzystać tylko jedna osoba jednocześnie (maks. waga użytkownika: 110 kg).
7. Zachowaj co najmniej 200 cm wolnej przestrzeni z tyłu i 55 cm po bokach urządzenia.
8. Używaj bieżni tylko w dobrze wentylowanym pomieszczeniu, aby uniknąć przegrzania.

Elementy ruchome i obrotowe

1. Trzymaj palce, włosy, ubrania i przedmioty z dala od ruchomych części, takich jak tylna rolka.
2. Bieżnia posiada ruchome elementy w dolnej części. Umieść urządzenie na stabilnej, równej powierzchni.
3. Trzymaj dzieci i zwierzęta z dala od urządzenia podczas pracy.
4. Nie przemieszczaj bieżni podczas jej działania.
5. Nie noś biżuterii ani luźnych ubrań, które mogą zaplątać się w ruchome części.
6. Bieżnię należy zawsze ustawiać na odpowiedniej powierzchni lub macie ochronnej. Producent nie ponosi odpowiedzialności za uszkodzenia podłóg, mebli lub innych powierzchni spowodowane użytkowaniem bieżni.

Szorstkie powierzchnie i ostre krawędzie

1. Kontakt ze szorstkimi lub ściernymi powierzchniami może powodować podrażnienia skóry lub otarcia.
2. Noś odzież sportową, która odpowiednio zakrywa skórę.

Bezpieczeństwo elektryczne

1. Używaj wyłącznie uzziemionego gniazdka i sprawdzaj przewód zasilający przed każdym użyciem.
2. Nie używaj urządzenia, jeśli wtyczka, przewód lub obudowa są uszkodzone.
3. Nie prowadź przewodu pod urządzeniem ani nie zawieszaj go nad ostrymi krawędziami.

4. Upewnij się, że nikt nie potknie się o przewód ani go nie zahaczy.
5. Nigdy nie zanurzaj wtyczki, przewodu ani urządzenia w wodzie lub innych cieczach.
6. Instaluj i montuj urządzenie zgodnie z dołączoną instrukcją.
7. Nie prowadź przewodu pod dywanem ani pod bieżnią.
8. Nie pozwól, aby przewód zwisał z krawędzi stołu i mógł zostać przypadkowo pociągnięty.
9. Nie używaj zewnętrznych włączników, timerów ani regulatorów prądu do włączania/wyłączania urządzenia.
10. Przed każdym użyciem sprawdź wizualnie stan przewodu, wtyczki i obudowy. W przypadku uszkodzenia nie używaj urządzenia.

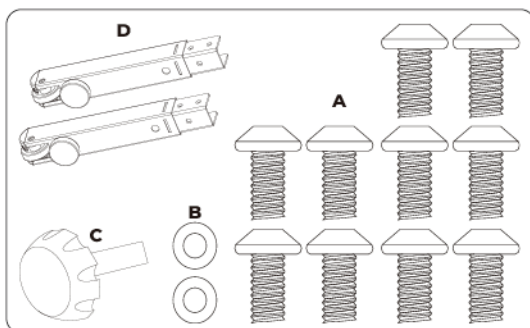
Skonsultuj się z lekarzem w przypadku problemów zdrowotnych

1. Skonsultuj się z lekarzem, jeśli w przeszłości doznałeś/-aś urazów pleców, szyi lub nóg.
2. Skontaktuj się z lekarzem w przypadku chorób takich jak artroza, reumatyzm, osteoporoza, choroby układu krążenia, nadciśnienie czy cukrzyca.
3. Nie używaj urządzenia w przypadku choroby (gorączka $\geq 38^{\circ}\text{C}$), w ciąży ani podczas menstruacji.
4. Nie używaj bieżni, jeśli masz rozrusznik serca lub inne implanty medyczne bez wcześniejszej zgody lekarza.
5. W przypadku zawrotów głowy, bólu, duszności lub innych objawów – natychmiast przerwij ćwiczenie i skonsultuj się z lekarzem.

2 Części

Uwaga: Opakowanie zawiera części wskazane na poniższej liście. Skontaktuj się z nami, jeśli brakuje którejś części:

- Bieżnia
- Linka zabezpieczająca
- Klucz imbusowy
- Śruby
- Pokrętko obrotowe
- Nogi z kółkami
- Olej smarujący
- Instrukcja obsługi



3 Montaż

UWAGA:

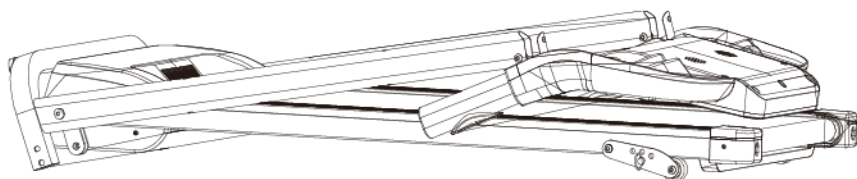


Ważne jest, aby złożyć bieżnię w pokazanej kolejności. Upewnij się, że bieżnia jest całkowicie zatrzymana podczas montażu lub demontażu. Przenos bieżnię w co najmniej dwie osoby.

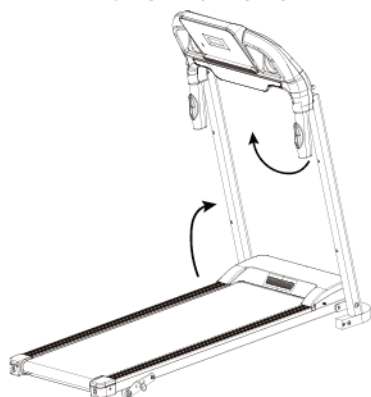


Pierwsze użycie: Bieżnia została nasmarowana fabrycznie. Można ją używać od razu, bez dodatkowej konserwacji. Więcej informacji na temat smarowania znajduje się w sekcji H5.

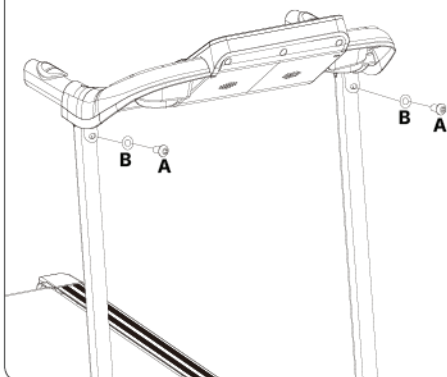
1. Otwórz opakowanie i wyjmij z opakowania części opisane w rozdziale 2 i usuń folię ochronną. Umieść bieżnię na twardej i płaskiej powierzchni.
Ważne: Zachowaj co najmniej 200 cm wolnej przestrzeni za bieżnią i co najmniej 55 cm po bokach bieżni podczas użytkowania. Zapewnij warstwę ochronną pod bieżnią, aby zapobiec uszkodzeniu powierzchni podłogi.



2. Podnieś poręczę i pochyl wyświetlacz.

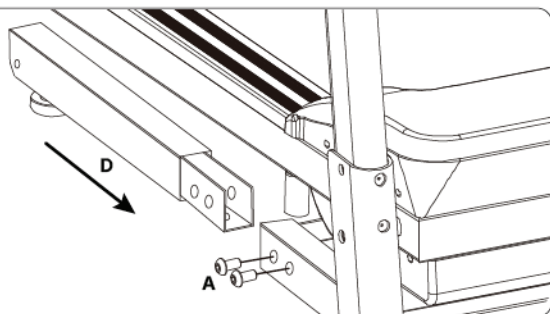


3. Przymocuj wyświetlacz za pomocą 2 śrub.



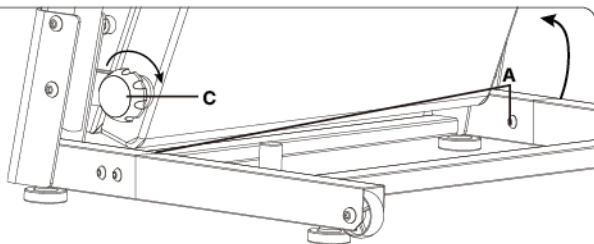
4. Wsuń lewą i prawą stopkę do podstawy bieżni.

Przymocuj 2 śruby (na stopkę) na zewnątrz.



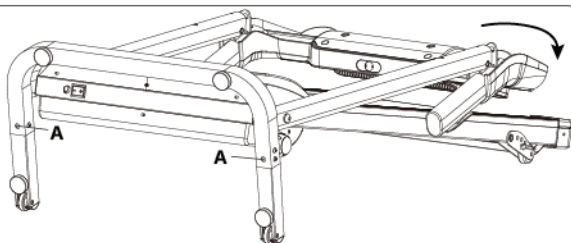
5. Podnieś pas i zablokuj go pokrętką.

Przymocuj 1 śrubę (na stopkę) od wewnątrz.



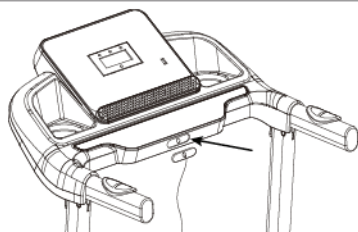
6. Przechyli bieżnię do przodu na podłogę.

Przymocuj 1 śrubę (na stopkę) od spodu.



7. Umieścić magnes linki bezpieczeństwa na żółtej części panelu sterowania.

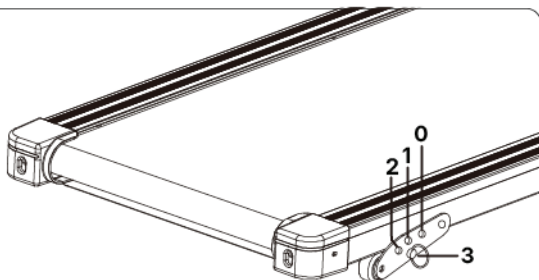
Wejść na bieżnię i przypnij klips linki bezpieczeństwa do spodni lub koszulki.



Opcjonalnie

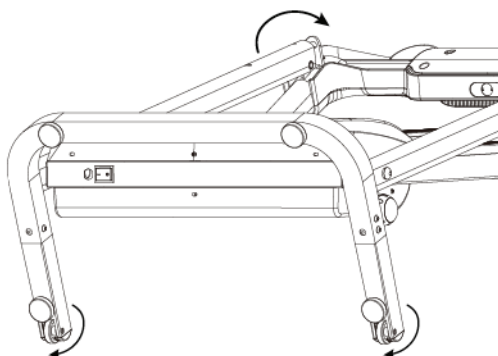
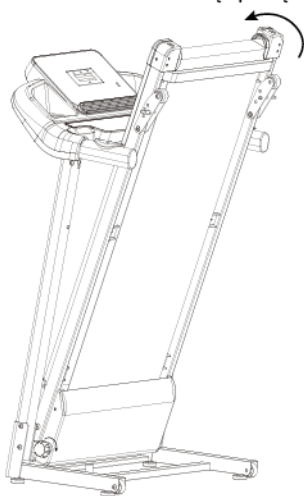
8. Aby użyć funkcji nachylenia, rozłóż 2 podnóżki:

Pozycja 0:	Brak nachylenia
Pozycja 1:	2%
Pozycja 2:	4%
Pozycja 3:	6%

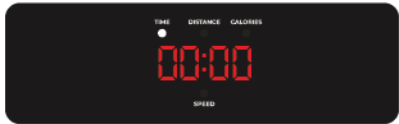
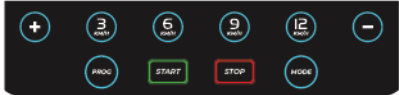


Przechowywanie

Składanie bieżni: Aby zaoszczędzić miejsce, złóż pas za pomocą pokrętła. Poluzuj pokrętło i podnieś pas do góry. Następnie ponownie dokręć pokrętło.



Przesuwanie bieżni: Przechyli całą bieżnię do przodu, aż oprze się na kółkach. W ten sposób można łatwo przesunąć bieżnię.

Część	Funkcje	
Wyświetlacz Wyświetlacz pokazuje następujące wartości: 	Zakres ustawień • Czas: 5:00 - 99:00 • Dystans: 1.0 - 99.0 • Kalorie: 20 - 990 • Prędkość: -	Zakres wyświetlania • Czas: 0:00 - 99:00 • Dystans: 0.0 - 99.9 • Kalorie: 0 - 999 • Prędkość: 1 - 12 km/h
Panel sterowania Na panelu sterowania znajdują się następujące przyciski sterujące: • Zwiększ prędkość • Przejdź bezpośrednio do prędkości ... • Zmniejsz prędkość • Program • Start • Stop • Tryb 	- Gdy bieżnia jest uruchomiona, użyj + aby zwiększyć prędkość bieżni. - Ustaw prędkość bieżni na 3, 6, 9 lub 12 km/h. - Gdy bieżnia jest uruchomiona, użyj - aby zmniejszyć prędkość bieżni. - Naciśnij przycisk, aby wybrać żądany program. - Naciśnij, aby uruchomić bieżnię. - Naciśnij, aby zatrzymać bieżnię. - Naciśnij, aby wybrać żądany tryb.	

Tryb ręczny

Jeśli nie chcesz ustawiać celu, naciśnij bezpośrednio przycisk „START”. Bieżnia rozpocznie trening bez ustawionego celu. Wszystkie wartości na wyświetlaczu będą rosnąć, a bieżnia zatrzyma się dopiero po naciśnięciu przycisku „STOP”. Podczas treningu w trybie ręcznym prędkość jest zawsze kontrolowana przez użytkownika.

Programy zaprogramowane

W zaprogramowanych programach prędkość jest stała, a dystans i liczba kalorii nie mogą być ustawione jako cele, ponieważ są one bezpośrednio związane z czasem trwania treningu. Czas trwania treningu można ustawić jako cel:

1. Naciśnij przycisk „PROG”, aby przełączać między różnymi programami.
2. Kliknij „START”, aby potwierdzić wybrany program.
3. Okno „Time” będzie migać, pokazując domyślny czas docelowy 10:00 w minutach.
4. Naciśnij przyciski + lub -, aby dostosować czas do swoich preferencji.
5. Naciśnij „START”, aby rozpocząć trening.

Tryby programów P1 - P12

Każdy zaprogramowany program jest podzielony na 10 sekcji, z których każda odpowiada 1/10 zaprogramowanego czasu docelowego:

Program	1/10	2/10	3/10	4/10	5/10	6/10	7/10	8/10	9/10	10/10
P1	1	3	5	5	5	7	7	5	3	2
P2	2	3	5	8	5	6	8	4	3	2
P3	2	4	7	8	5	5	5	8	4	2
P4	3	4	8	8	6	6	5	4	3	2
P5	3	5	6	8	9	6	5	5	3	2
P6	4	6	8	9	9	7	7	6	3	2
P7	4	7	11	10	9	8	7	6	4	3
P8	4	6	8	10	10	10	9	8	5	3
P9	5	8	9	10	11	12	8	6	4	3
P10	5	8	10	8	9	12	9	7	5	3
P11	5	7	8	10	11	12	10	7	5	3
P12	6	8	10	11	12	12	10	8	5	3

Ustawianie trybu jako celu treningu

Jeśli chcesz ustawić cel dla czasu, kalorii lub dystansu:

1. Naciśnij przycisk „MODE”, aby przełączać między trybami. Nie trzeba potwierdzać wybranego trybu.
2. Naciśnij przyciski + lub -, aby dostosować czas, kalorie lub dystans do swoich wymagań.
3. Naciśnij przycisk „START”, aby rozpocząć trening.

Uwaga: Bieżnia przechodzi w tryb uśpienia po 10 minutach braku aktywności. Tryb uśpienia można wyłączyć, naciskając dowolny przycisk.

Uwaga: Bieżnia wyłącza się automatycznie ze względów bezpieczeństwa po 99 minutach użytkowania. Zalecamy pozostawienie bieżni wyłączonej na 30 minut przed ponownym uruchomieniem.

Obsługa przewodu bezpieczeństwa

Bieżnia jest wyposażona w przewód bezpieczeństwa, który musi być odpowiednio przymocowany do poręczy, aby uruchomić bieżnię. Po zdjęciu przewodu zabezpieczającego z poręczy bieżnia natychmiast się zatrzymuje.

1. Umieść magnes bezpieczeństwa na żółtej części panelu sterowania.
2. Upewnij się, że klips bezpieczeństwa jest przymocowany do spodni lub koszulki.
3. Upewnij się, że klips nie zostanie zdjęty z ubrania, dopóki magnes nie zostanie usunięty z żółtej części panelu sterowania.

Uwaga: Wyświetlacz bieżni pokazuje kod błędu e7, jeśli przewód bezpieczeństwa nie jest zamontowany.



OSTRZEŻENIE: Nie używaj bieżni, jeśli przewód bezpieczeństwa nie działa i skontaktuj się z nami.

OSTRZEŻENIE:

Aby uniknąć przypadkowej aktywacji, odłącz wtyczkę przed wykonaniem konserwacji.



Nieprzestrzeganie instrukcji konserwacji może skrócić żywotność bieżni i unieważnić gwarancję.

Smarowanie bieżni

Po pewnym czasie użytkowania bieżni konieczne jest nasmarowanie pasa.

Zalecana częstotliwość smarowania to:

- Przy użytkowaniu mniej niż 3 godziny tygodniowo smaruj co 5 miesięcy.
- Przy użytkowaniu 4–7 godzin tygodniowo smaruj co 2 miesiące.
- Przy użytkowaniu więcej niż 7 godzin tygodniowo smaruj raz w miesiącu.

Sprawdź, czy wymagane jest smarowanie

Unieś pas i sprawdź, czy na jego tylnej środkowej części znajduje się olej. Jeśli na pasie znajduje się olej (lub jest trochę mokry), oznacza to, że nie jest potrzebne smarowanie. Jeśli czujesz, że pas bieżni jest suchy i nie ma oleju na dłoni, dodaj olej.

Jak nasmarować

Podnieś pas z jednej strony i nałóż smar na płytę biegową, na której spoczywa pas. Użyj szmatki, aby dokładnie rozprowadzić smar na płycie biegowej. Powtórz ten proces dla drugiej strony.

Uwaga: Nie używaj zbyt dużej ilości oleju, około 10 ml na raz. Nie luzuj pasa podczas nakładania smaru.

Pas bieżni zbacza

Zanim bieżnia opuści fabrykę, napięcie pasa jest regulowane, ale po pewnym okresie użytkowania może wystąpić odchylenie pasa, co może być spowodowane następującymi sytuacjami:

- Bieżnia nie jest umieszczona na płaskiej, stabilnej powierzchni.
- Użytkownik nie chodzi po środku bieżni.
- Użytkownik wywiera większą siłę jedną stopą niż drugą.

Korygowanie odchylenia

Umieść bieżnię na płaskiej, stabilnej powierzchni i pozwól jej pracować na biegu jałowym (1 km/h) (bez obciążenia). W większości przypadków pas automatycznie się wycentruje. Jeśli tak nie jest, możesz wyregulować pas za pomocą dostarczonego klucza imbusowego. Podczas regulacji pozostaw bieżnię uruchomioną na biegu jałowym i wykonaj następujące instrukcje:

- Odchylenie, jeśli pas nie znajduje się na środku po lewej stronie: obróć lewą śrubę za pomocą klucza imbusowego o ćwierć obrotu zgodnie z ruchem wskazówek zegara – lub – obróć prawą śrubę o ćwierć obrotu w lewo.
- Odchylenie, jeśli pas nie znajduje się w środku po prawej stronie: obróć lewą śrubę za pomocą klucza imbusowego o ćwierć obrotu w lewo – lub – obróć prawą śrubę o ćwierć obrotu w prawo.

Uwaga: Skoryguj odchylenie, gdy tylko zauważysz problem; w przeciwnym razie bieżnia może się uszkodzić.

Czyszczenie komory silnika

Czy podczas użytkowania wyczuwasz ciepły lub spalony zapach? Zwykle jest to spowodowane nagromadzeniem kurzu w komorze silnika. Czyść komorę silnika co 3–6 miesięcy, aby zapobiec gromadzeniu się kurzu.



UWAGA: Pozostaw silnik do całkowitego ostygnięcia, aby uniknąć oparzeń lub uszkodzeń.

- Wyłącz całkowicie bieżnię i odłącz ją od zasilania.
- Ostrożnie otwórz pokrywę silnika.
- Usuń kurz suchą ściereczką lub odkurzaczem.

Następnie użyj bieżni ponownie, aby sprawdzić, czy zapach zniknął. Jeśli zapach się utrzymuje, skontaktuj się z obsługą klienta.

Uwaga: Wyczyść komorę silnika natychmiast po zauważeniu ciepłego lub spalonego zapachu. Długotrwałe nagromadzenie kurzu może uszkodzić silnik.

6 Rozwiązywanie problemów



OSTRZEŻENIE: Aby uniknąć przypadkowej aktywacji, odłącz wtyczkę przed rozwiązywaniem problemów.

Problem	Przyczyna	Rozwiązanie
Bieżnia nie działa	• Przewód zasilający nie jest prawidłowo podłączony • Główny przełącznik jest wyłączony	Sprawdź przewód zasilający i upewnij się, że zasilanie jest włączone
Pas bieżni nie porusza się płynnie	• Pas nie jest wystarczająco nasmarowany • Pas bieżni się odchyła	• Nasmaruj pas zgodnie z opisem w rozdziale 5 • Wyreguluj pas zgodnie z opisem w rozdziale 5
Na wyświetlaczu pojawia się błąd "e1"	Połączenie między panelem sterowania a silnikiem jest słabe lub nie działa	Skontaktuj się z producentem
Na wyświetlaczu pojawia się błąd "e2"	Silnik bieżni jest uszkodzony	Skontaktuj się z producentem
Na wyświetlaczu pojawia się błąd "e3"	Brak sygnału czujnika prędkości	Skontaktuj się z producentem
Na wyświetlaczu pojawia się błąd "e5"	Sieć energetyczna lub napięcie są niestabilne, a napięcie szczytowe jest zbyt wysokie	Skontaktuj się z producentem
Na wyświetlaczu pojawia się błąd "e6"	Sieć energetyczna lub napięcie są niestabilne, a napięcie szczytowe jest zbyt niskie	Skontaktuj się z producentem
Na wyświetlaczu pojawia się błąd "e7"	Linka zabezpieczająca nie jest zamontowana	Umieść magnes linki zabezpieczającej na żółtej części panelu sterowania

7 Środowisko



Po zakończeniu okresu eksploatacji urządzenia nie należy wyrzucać razem ze zwykłymi odpadami domowymi, lecz oddać do specjalnego punktu zbiórki w celu ponownego użycia sprzętu elektrycznego i elektronicznego. Symbol na urządzeniu, w instrukcji użytkowania i na opakowaniu ostrzega o tym. Materiały użyte w urządzeniu można poddać recyklingowi. Recyklując zużyty sprzęt gospodarstwa domowego, wnosisz istotny wkład w ochronę naszego środowiska. Zapytaj lokalny urząd o punkt zbiórki.

8 Gwarancja

Dziękujemy za zakup naszego produktu, który spełnia wysokie standardy jakości. Gwarancja producenta obejmuje produkt przez okres 2 lat od daty zakupu w przypadku wad produkcyjnych.

SV Spara dessa instruktioner

Tack för att du valde en av våra Sportconic-produkter!

Om det finns några frågor om produkten, vänligen kontakta oss via:
service@Sportconic.com



Skanna QR-koden för instruktionsvideor och försäkringen om överensstämmelse.

www.qr.Sportconic.com/t140

1 Viktiga säkerhetsanvisningar

LÄS ALLA INSTRUKTIONER, SÄKERHETSINSTRUKTIONER OCH VARNINGAR INNAN DU BÖRJAR OCH SPARA DEM FÖR FRAMTIDA BRUK.

VARNINGAR:

-  Denna enhet innehåller elektriska anslutningar och rörliga delar som kan innebära en risk. För att minska risken för allvarliga skador, följ säkerhetsanvisningarna nedan.
-  Underlåtenhet att följa dessa säkerhetsinstruktioner kan leda till allvarliga skador och/eller att garantin upphör att gälla.
-  Pulsmätningssystem kan vara opålitliga. Överdriven träning kan leda till allvarliga skador eller dödsfall. Sluta omedelbart om du känner dig yr.

Allmän säkerhet vid användning

1. Fokusera på löpytan under användning och undvik plötsliga rörelser eller distraktioner.
2. Använd lämpliga skor med bra grepp; undvik hala eller slitna sulor.
3. Detta löpband är endast avsett för hemmabruk. Det är inte lämpligt för kommersiellt bruk eller för andra ändamål än gång eller löpning.
4. Använd inte enheten vid temperaturer under 5 °C eller över 35 °C.
5. Tillåt inte barn eller obehöriga att använda enheten eller leka med den.
6. Löpbandet är avsett att användas av endast en person åt gången (max. användarvikt: 110 kg).
7. Lämna minst 200 cm utrymme bakom och 55 cm på varje sida vid användning.
8. Använd enheten endast i ett välventilerat rum för att undvika överhettning.

Rörliga och roterande delar

1. Håll fingrar, hår, kläder och föremål borta från rörliga delar såsom bakre rullen.
2. Löpbandet har rörliga delar under enheten. Placera det på en stabil och plan yta.
3. Håll barn och husdjur borta från enheten under användning.
4. Flytta aldrig löpbandet medan det är igång.
5. Bär inte smycken eller löst sittande kläder som kan fastna i rörliga delar.
6. Placera alltid löpbandet på ett lämpligt underlag eller skyddsmatta. Tillverkaren ansvarar inte för skador på golv, möbler eller andra ytor som orsakas av användningen av löpbandet.

Skrovliga ytor och vassa kanter

1. Kontakt med grova eller slipande ytor kan orsaka hudirritation eller skrubbsår.
2. Använd skyddande träningskläder som täcker huden ordentligt.

Elektrisk säkerhet

1. Använd endast ett jordat eluttag och kontrollera nätsladden före varje användning.
2. Använd inte enheten om stickkontakt, sladd eller hölje är skadat.
3. Låt inte sladden gå under enheten eller hänga över vassa kanter.
4. Se till att ingen snubblar på sladden eller fastnar i den.
5. Sänk aldrig ner stickkontakten, sladden eller enheten i vatten eller annan vätska.
6. Installera enheten enligt de medföljande instruktionerna.
7. Lagg inte sladden under mattor eller under löpbandet.
8. Låt inte sladden hänga över bordskanter eller vara lätt att dra i.
9. Använd inte externa strömbrytare, timers eller effekregulatorer för att starta eller stänga av enheten.
10. Inspektera visuellt sladd, kontakt och hölje före varje användning. Använd inte om något är skadat.

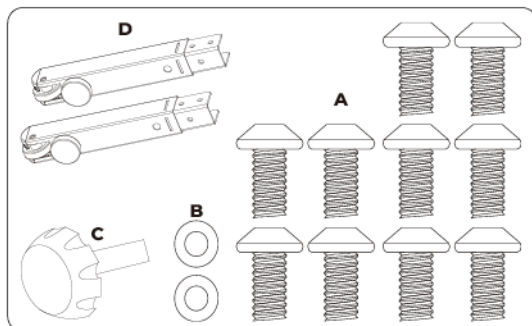
Rådfråga läkare vid medicinska besvär

1. Kontakta läkare om du har haft tidigare skador i rygg, nacke eller ben.
2. Kontakta vårdgivare vid artros, reumatism, benskörhet, hjärt- och kärlsjukdomar, högt blodtryck eller diabetes.
3. Använd inte enheten vid sjukdom (feber $\geq 38^{\circ}\text{C}$), under graviditet eller under menstruation.
4. Använd inte löpbandet om du har pacemaker eller andra medicinska implantat utan läkares tillstånd.
5. Sluta omedelbart använda enheten vid yrsel, smärta, andnöd eller andra symptom och kontakta läkare.

2 Delar

Observera: Förpackningen innehåller de delar som anges i listan nedan. Kontakta oss om någon del saknas:

- Löpband
- Säkerhetsslag
- Insexnyckel
- Skruvar
- Vridknapp
- Ben med hjul
- Smörjolja
- Handbok



3 Montering

OBSERVERA:



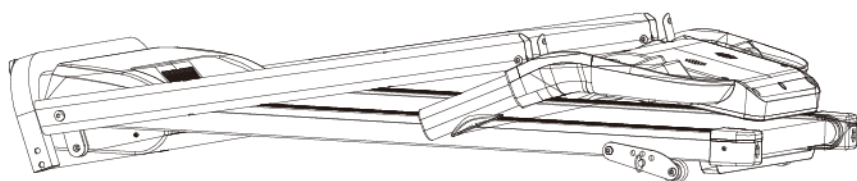
Det är viktigt att montera löpbandet i den ordning som visas. Se till att löpbandet är helt stoppat vid montering eller demontering. Bär och flytta löpbandet med minst två personer.



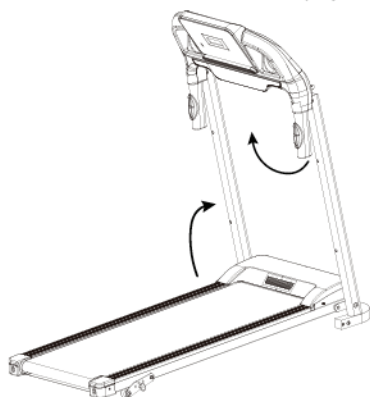
Första användningen: Löpbandet är redan smort från fabriken. Du kan använda det direkt utan extra underhåll. Se H5 för mer information om smörjning.

1. Öppna förpackningen och ta bort de delar som beskrivs i kapitel 2 från förpackningen och ta bort skyddsfilmerna. Placera löpbandet på en fast och plan yta.

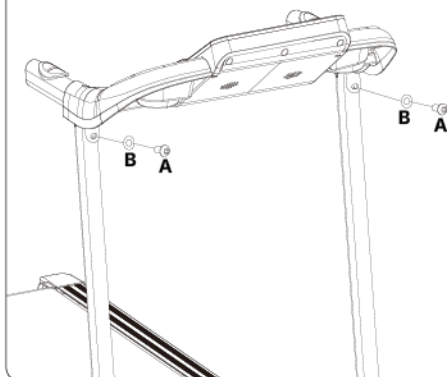
Viktigt: Se till att det finns ett fritt utrymme på 200 cm bakom och minst 55 cm på sidorna av löpbandet vid användning. Lägg ett skyddande underlag under löpbandet för att förhindra skador på golvytan.



3. Fäst 2 skruvar för att säkra displayen.

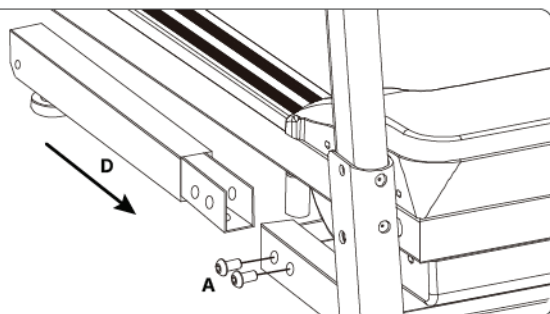


3. Lyft armstöden och vinkla displayen.



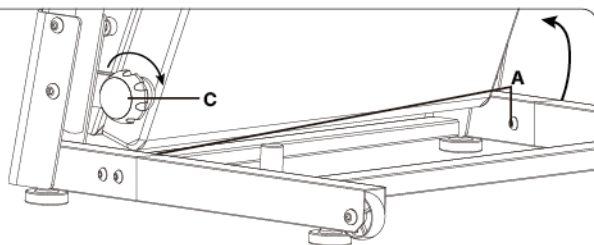
4. Skjut in fötterna på båda sidor i löpbandets bas.

Fäst 2 skruvar (per fot) på utsidan.



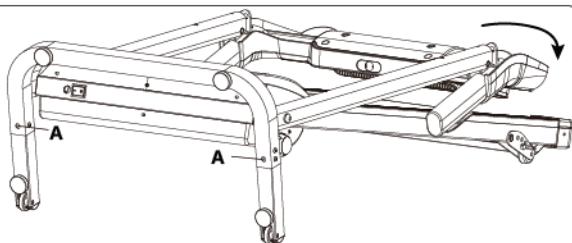
5. Fäll upp bandet och lås det med vredet.

Fäst 1 skruv (per fot) på insidan.



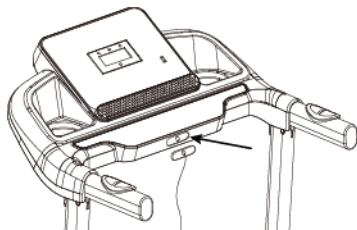
6. Luta löpbandet framåt mot golvet.

Fäst 1 skruv (per fot) på undersidan.



7. Placera säkerhetslinans magnet på den gula delen av kontrollpanelen.

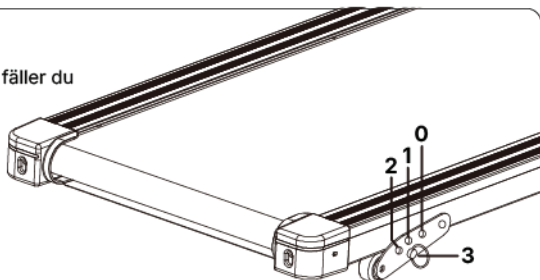
Ställ dig på löpbandet och fäst säkerhetslinans klämma i dina byxor eller din tröja.



Valfritt

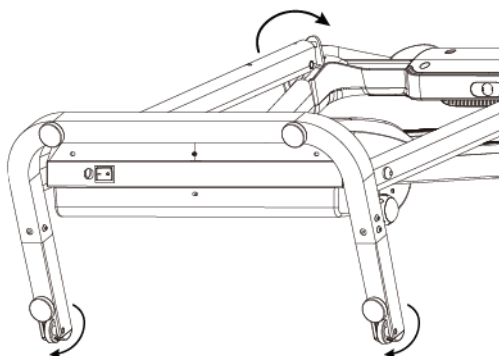
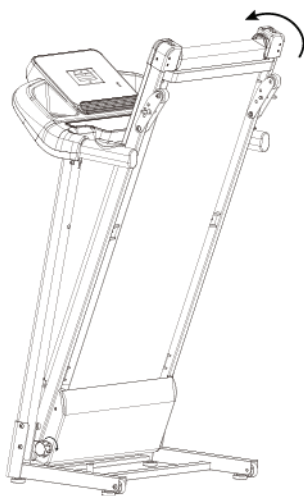
8. För att använda lutningsfunktionen fäller du ut de 2 fotstöden:

Position 0:	Ingen lutning
Position 1:	2%
Position 2:	4%
Position 3:	6%



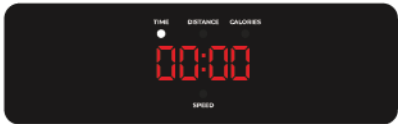
Förvaring

Fällning av löpbandet: För att spara utrymme kan du fälla upp bandet med hjälp av vridknappen. Lossa på ratten och lyft upp bandet. Dra sedan åt ratten igen.



Flytta löpbandet: Luta hela löpbandet framåt tills det vilar på hjulen. På så sätt kan du enkelt flytta löpbandet.

4 Funktioner

Del	Funktioner	
Display Displayen visar följande värden: 	Inställningsområde • Tid: 5:00 - 99:00 • Avstånd: 1.0 - 99.0 • Kalorier: 20 - 990 • Hastighet: -	Visningsområde • Tid: 0:00 - 99:00 • Avstånd: 0.0 - 99.9 • Kalorier: 0 - 999 • Hastighet: 1 - 12 km/h
Manöverpanel Manöverpanelen har följande manöverknappar: • Öka hastigheten • Direktval av hastighet ... • Minska hastigheten • Program • Start • Stopp • Läge 	+ När löpbandet körs, använd + för att öka löpbandets hastighet. 3 km/h Ställ in löpbandets hastighet på 3, 6, 9 eller 12 km/tim. - När löpbandet körs, använd - för att minska löpbandets hastighet. PROG Tryck på knappen för att välja önskat program. START Tryck på för att starta löpbandet. STOP Tryck för att stoppa löpbandet. MODE Tryck för att välja önskat läge.	

Manuellt läge

Om du inte vill ställa in ett mål trycker du direkt på "START"-knappen. Löpbandet kommer då att starta träningspasset utan ett inställt mål. Alla värden på displayen ökar och löpbandet stannar inte förrän du trycker på "STOP"-knappen. Under ett träningspass i manuellt läge styrs hastigheten alltid av användaren.

Förprogrammerade program

I förprogrammerade program är hastigheten fast och det går inte att ställa in distans och kaloriförbrukning som mål, eftersom dessa är direkt relaterade till träningspassets längd. Träningspassets längd kan ställas in som mål:

1. Tryck på "PROG"-knappen för att växla mellan olika program.
2. Klicka på "START" för att bekräfta det valda programmet.
3. Fönstret "Time" blinkar och visar standardtiden 10:00 i minuter.
4. Tryck på + eller - knapparna för att justera tiden efter dina önskemål.
5. Tryck på "START" för att börja träningen.

Programlägen P1 - P12

Varje förprogrammerat program är indelat i 10 avsnitt, där varje avsnitt motsvarar 1/10 av den förinställda träningsstiden:

Program	1/10	2/10	3/10	4/10	5/10	6/10	7/10	8/10	9/10	10/10
P1	1	3	5	5	5	7	7	5	3	2
P2	2	3	5	8	5	6	8	4	3	2
P3	2	4	7	8	5	5	5	8	4	2
P4	3	4	8	8	6	6	5	4	3	2
P5	3	5	6	8	9	6	5	5	3	2
P6	4	6	8	9	9	7	7	6	3	2
P7	4	7	11	10	9	8	7	6	4	3
P8	4	6	8	10	10	10	9	8	5	3
P9	5	8	9	10	11	12	8	6	4	3
P10	5	8	10	8	9	12	9	7	5	3
P11	5	7	8	10	11	12	10	7	5	3
P12	6	8	10	11	12	12	10	8	5	3

Ställa in ett läge som mål för träningspasset

Om du vill ställa in ett mål för tid, kalorier eller distans:

1. Tryck på "MODE"-knappen för att växla mellan lägena. Du behöver inte bekräfta det valda läget.
2. Tryck på + eller - för att justera tiden, kalorierna eller distansen efter dina önskemål.
3. Tryck på "START" för att starta träningspasset.

Observera: Löpbandet går in i viloläge efter 10 minuter utan aktivitet. Stäng av viloläget genom att trycka på valfri knapp.

Observera: Löpbandet stängs av automatiskt av säkerhetsskäl efter 99 minuters användning. Vi rekommenderar att du låter löpbandet vara avstängt i 30 minuter innan du startar om det.

Användning av säkerhetslinan

Löpbandet är utrustat med en säkerhetssladd som måste vara ordentligt monterad på handtaget för att starta löpbandet. När säkerhetssladden tas bort från räckten stannar löpbandet omedelbart.

1. Placera säkerhetssladdmagneten på den gula delen av kontrollpanelen.
2. Se till att säkerhetssladdsklämman är fäst på dina byxor eller T-shirt.
3. Se till att klämman inte tas bort från dina kläder förrän magneten på säkerhetslinan har tagits bort från den gula delen av kontrollpanelen.

Observera: Löpbandets display visar felkod E7 om säkerhetssladden inte är monterad.



WARNING: Använd inte löpbandet om säkerhetssladden inte fungerar och kontakta oss.

VARNINGAR:

För att undvika oavsiktlig aktivering, koppla ur kontakten innan du utför underhåll.



Underlåtenhet att följa någon av underhållsinstruktionerna kan förkorta löpbandets livslängd och göra din garanti ogiltig.

Smörjning av löpbandet

Efter att löpbandet har använts under en längre tid är det nödvändigt att smörja bandet. Det rekommenderade smörjintervallet är:

- Använd mindre än 3 timmar i veckan; smörj var femte månad.
- Användning 4–7 timmar per vecka; smörj varannan månad.
- Använd mer än 7 timmar i veckan; smörj en gång i månaden.

Kontrollera om smörjning krävs

Ta tag i bandet, rör vid de bakre mellersektionerna på bandet så mycket som möjligt. Om det finns olja på bandet (eller det känns lite vått) betyder det att ingen smörjning behövs. Om du känner att bandet är torrt och det inte finns någon olja på din hand, tillsätt olja.

Så här smörjer du

Lyft upp bandet från ena sidan och applicera smörjmedel på plattan som bandet vilar på. Använd en trasa för att fördela smörjmedlet noggrant över plattan. Upprepa denna process för den andra sidan.

Observera: Använd inte för mycket olja, cirka 10 ml åt gången. Lossa inte bandet medan du applicerar smörjmedel.

Bandet löper snett

Innan löpbandet lämnar fabriken justeras bandets elasticitet, men efter en viss användningsperiod kan avvikelser från bandet uppstå, vilket kan orsakas av följande situationer:

- Löpbandet placeras inte på en plan, stabil yta.
- Användaren går inte mitt i löpbandet.
- Användaren utövar mer kraft med en fot än med den andra.

Korrigerar avvikelser

Placera löpbandet på en plan, stabil yta och låt det gå på tomgång (1 km/h) (utan belastning). I de flesta fall kommer bandet att centreras automatiskt. Om detta inte är fallet kan du justera bandet med den medföljande insexnyckeln. Under justeringen, låt löpbandet gå på tomgång och utför följande instruktion:

- Avvikelse om bandet inte är centrerat åt vänster: vrid vänster bult med Insexnyckeln en fjärdedel medurs – eller – vrid höger bult en kvarts varv moturs.
- Avvikelse om bandet inte är centrerat åt höger: vrid vänster bult med Insexnyckeln en kvarts varv moturs – eller – vrid höger bult en kvarts varv medurs.

Observera: Åtgärda problemet så snart du upptäcker det eller så kommer löpbandet att gå sönder.

Rengöring av motorrummet

Känner du en varm eller bränd lukt under användning? Detta orsakas vanligtvis av dammsamling i motorrummet. Rengör motorrummet var 3–6 månad för att förhindra dammuppsamling.



VARNING: Låt motorn svalna helt för att undvika brännskador eller skador.

- Stäng av löpbandet helt och dra ur kontakten.
- Öppna försiktigt motorkåpan.
- Ta bort damm med en torr trasa eller dammsugare.

Använd löpbandet igen för att kontrollera om lukten har försvunnit. Om lukten kvarstår, kontakta kundservice.

Observera: Rengör motorrummet omedelbart om du märker en varm eller bränd lukt. Långvarig dammansamling kan skada motorn.

6 Felsökning



VARNING: För att undvika oavsiktlig aktivering, koppla ur kontakten innan du felsöker.

Problem	Orsak	Lösningsmetod
Löpbandet startar inte	- Nätkabeln är inte ordentligt ansluten - Huvudströmbrytaren är avstängd	Kontrollera nätsladden och se till att strömmen är påslagen
Bandet rör sig inte jämnt	- Bandet har inte tillräckligt med smörjning - Bandet avviker	- Smörj bandet enligt beskrivningen i kapitel 5 - Justera bandet enligt beskrivningen i kapitel 5
Felet "e1" visas på displayen	Anslutningen mellan manöverpanelen och motorn är dålig eller fungerar inte	Kontakta tillverkaren
Felet "e2" visas på displayen	Löpbandets motor är skadad	Kontakta tillverkaren
Felet "e3" visas på displayen	Ingen signal från hastighetssensor	Kontakta tillverkaren
Felet "e5" visas på displayen	Elnätet eller spänningen är instabil och toppspänningen är för hög	Kontakta tillverkaren
Felet "e6" visas på displayen	Elnätet eller spänningen är instabil och toppspänningen är för låg	Kontakta tillverkaren
Felet "e7" visas på displayen	Säkerhetssladden är inte monterad	Placera magneten för säkerhetssladden på den gula delen av kontrollpanelen

7 Miljö



Denna enhet får inte slängas tillsammans med vanligt hushållsavfall i slutet av sin livslängd, utan måste lämnas in på en särskild insamlingsplats för återanvändning av elektrisk och elektronisk utrustning. Symbolen på enheten, i bruksanvisningen och på förpackningen varnar dig för detta. Materialen som används i enheten kan återvinnas. Genom att återvinna begagnade hushållsapparater ger du ett viktigt bidrag till att skydda vår miljö. Kontakta din lokala myndighet om insamlingsplatsen.

8 Garanti

Tack för ditt köp av vår produkt, som är gjord för att uppfylla höga kvalitetsstandarder. Tillverkarens garanti täcker produkten under en period av två år från inköpsdatumet mot tillverkningsfel.

CS Uchovejte si tyto pokyny

Děkujeme, že jste si vybrali jeden z našich produktů Sportconic!

Máte-li jakékoli dotazy ohledně produktu, kontaktujte nás prosím na:
service@Sportconic.com



Naskenujte QR kód pro
instruktážní videa a prohlášení
o shodě.

www.qr.Sportconic.com/t140

1 Důležité bezpečnostní pokyny

**PREČTĚTE SI VŠECHNY POKYNY, BEZPEČNOSTNÍ INSTRUKCE A
UPOZORNĚNÍ PŘED POUŽITÍM A USCHOVEJTE JE PRO POZDĚJŠÍ POUŽITÍ.**

VAROVÁNÍ:

-  Toto zařízení obsahuje elektrická připojení a pohyblivé části, které mohou představovat riziko. Abyste snížili riziko vážného zranění, dodržujte níže uvedená bezpečnostní opatření.
-  Nedodržení těchto bezpečnostních pokynů může vést k vážnému zranění a/nebo ztrátě záruky.
-  Systémy pro měření srdeční frekvence nemusí být přesné. Nadměrné cvičení může vést k vážnému zranění nebo smrti. V případě závratě okamžitě přestaňte.

Obecná bezpečnost při používání

1. Při cvičení se soustřeďte na běžeckou plochu a vyvarujte se náhlých pohybů a rozptýlení.
2. Noste vhodnou obuv s dobrou přilnavostí; vyhněte se kluzkým nebo opotřebovaným podrážkám.
3. Tento běžecký pás je určen pouze pro domácí použití. Není vhodný pro komerční využití ani pro jiné účely než k chůzi nebo běhu.
4. Nepoužívejte zařízení při teplotách pod 5 °C nebo nad 35 °C.
5. Nedovolte dětem nebo neoprávněným osobám zařízení používat nebo si s ním hrát.
6. Běžecký pás je určen pouze pro jednu osobu najednou (max. hmotnost uživatele: 110 kg).
7. Při používání ponechte alespoň 200 cm volného prostoru za pásem a 55 cm po stranách pásu.
8. Zařízení používejte pouze v dobře větrané místnosti, aby nedošlo k přehřátí.

Pohyblivé a rotující části

1. Držte prsty, vlasy, oblečení a předměty mimo dosah pohyblivých částí, jako je zadní válec.
2. Běžecký pás má pohyblivé části také ve spodní části. Umístěte jej na stabilní a rovný povrch.
3. Během používání držte děti a domácí zvířata mimo dosah zařízení.
4. Zařízení nikdy nepřemísťujte, když je v provozu.
5. Nenoste šperky ani volné oblečení, které by se mohlo zachytit v pohyblivých částech.
6. Běžecký pás vždy umístěte na vhodný podklad nebo ochrannou podložku. Výrobce nenese odpovědnost za škody na podlahách, nábytku nebo jiných površích způsobené používáním běžeckého pásu.

Drsné povrchy a ostré hrany

1. Kontakt s drsnými nebo abrazivními povrchy může způsobit podráždění nebo odřeniny kůže.
2. Noste ochranné sportovní oblečení, které dostatečně zakrývá pokožku.

Elektrická bezpečnost

1. Používejte pouze uzemněnou elektrickou zásuvku a před každým použitím zkontrolujte napájecí kabel.
2. Nepoužívejte zařízení, pokud je zástrčka, kabel nebo kryt poškozen.
3. Nevedte kabel pod zařízením ani jej nepřehýbejte přes ostré hrany.
4. Zajistěte, aby o kabel nikdo nezakopl nebo se o něj nezachytil.
5. Nikdy neponořujte zástrčku, kabel ani zařízení do vody nebo jiných kapalin.
6. Montáž a instalaci provádějte pouze podle přiloženého návodu.
7. Nevedte kabel pod koberec ani pod běžecký pás.

8. Dbejte na to, aby kabel nepřečníval přes okraj stolu a aby za něj nebylo možné snadno zatáhnout.
9. Nepoužívejte externí spínače, časovače nebo regulátory pro zapnutí/vypnutí zařízení.
10. Před každým použitím vizuálně zkontrolujte stav zástrčky, kabelu a krytu. Nepoužívejte zařízení, pokud je poškozené.

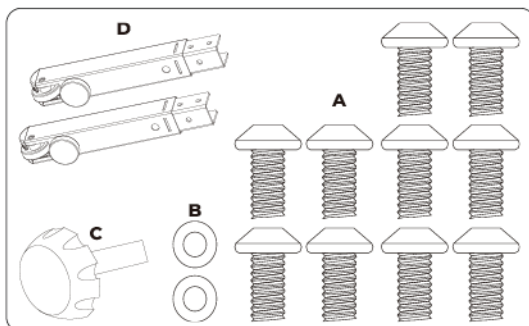
Poradte se s lékařem při zdravotních potížích

1. Poradte se s lékařem, pokud jste v minulosti prodělali zranění zad, krku nebo nohou.
2. Vyhledejte lékařskou radu při onemocněních jako je artróza, revmatismus, osteoporóza, kardiovaskulární onemocnění, vysoký krevní tlak nebo cukrovka.
3. Zařízení nepoužívejte při nemoci (horečka $\geq 38^{\circ}\text{C}$), během těhotenství nebo menstruace.
4. Nepoužívejte běžecký pás, pokud máte kardiostimulátor nebo jiný zdravotní implantát bez předchozí konzultace s lékařem.
5. V případě závratě, bolesti, dušnosti nebo jiných neobvyklých příznaků okamžitě přestaňte a poradte se s lékařem.

2 Součásti

Poznámka: Obsah balení odpovídá následujícím dílům. V případě, že některá součást chybí, kontaktujte prodejce.

- Běžecký pás
- Bezpečnostná šnůra
- Imbusový klíč
- Šrouby
- Ovládací knoflík
- Nožičky s kolečky
- Mazací olej
- Návod k obsluze



3 Montáž

VAROVÁNÍ:

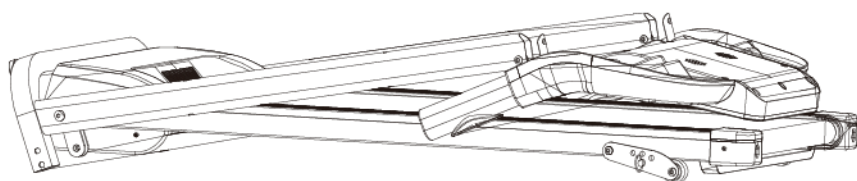


Při sestavování běžeckého pásu dodržujte přesně pořadí uvedené níže. Před montáží se ujistěte, že je pás zcela zastaven. Pás zvedněte a přenášejte vždy alespoň ve dvou osobách.

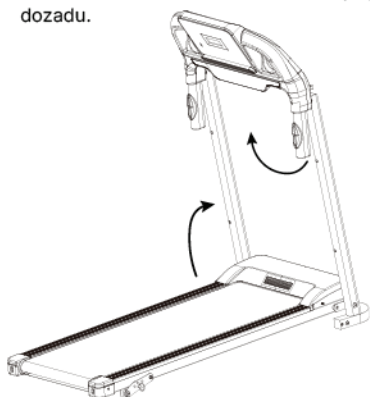


První použití: Běžecký pás je již z výroby namazán. Můžete jej okamžitě používat bez další údržby. Více informací o mazání najdete v části H5.

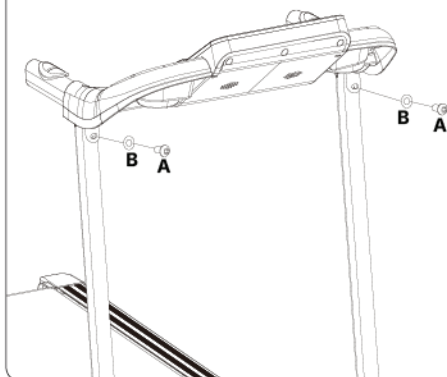
1. Rozbalte balení, vyjměte díly uvedené v kapitole 2 a odstraňte ochrannou fólii. Postavte pás na pevný, rovný povrch.
Důležité: Zachovejte min. 200 cm volného prostoru za pásem a 55 cm na stranách. Pod pás položte podložku, aby nedošlo k poškození podlahy.



2. Zvedněte boční madla a nakloňte displej dozadu.

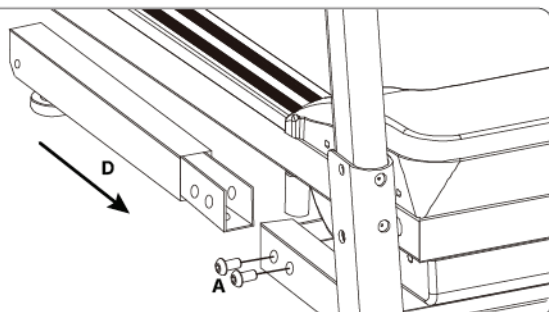


3. Připevněte displej dvěma šrouby (po jednom na každé straně).



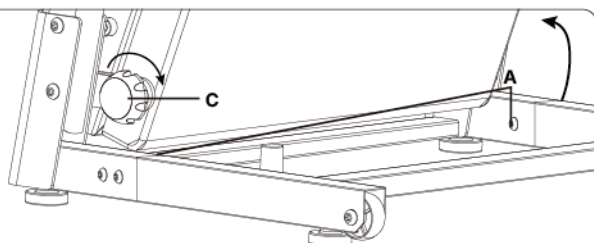
4. Vsuňte nožičky s kolečky (vlevo i vpravo) do rámu pásu.

Z vnější strany utáhněte dvěma šrouby na každé noze.



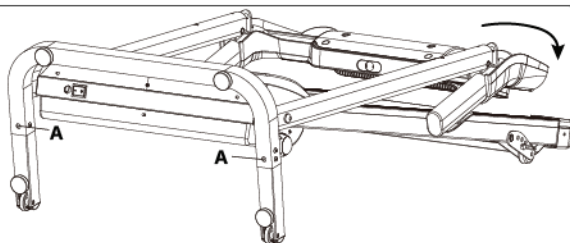
5. Pás přiklopte nahoru a zajistěte otočením knoflíku.

Zevnitř přišroubujte jeden šroub na každé noze.



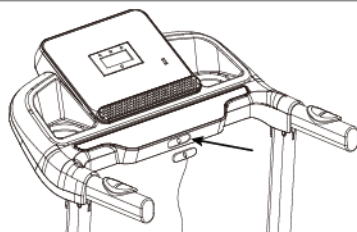
6. Překlopte běžecký pás dopředu na zem.

Ze spodní strany přišroubujte po jednom šroubu na každé noze.



7. Připevněte magnet bezpečnostní šňůry na žlutou část ovládacího panelu.

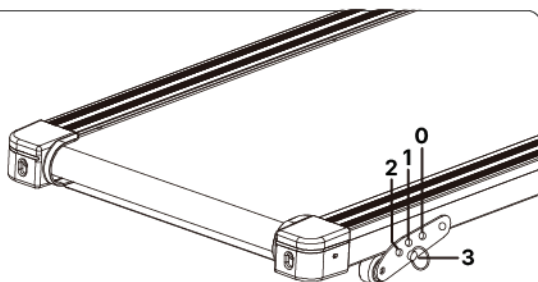
Vstupte na pás a klip připevněte ke kalhotám nebo tričku.



Volitelné

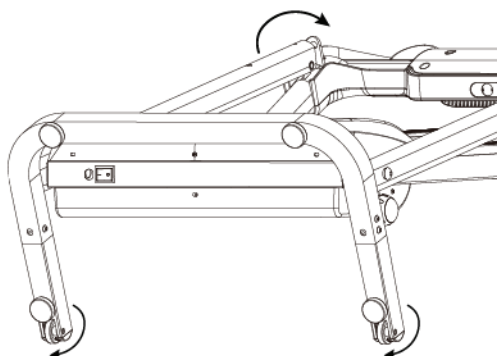
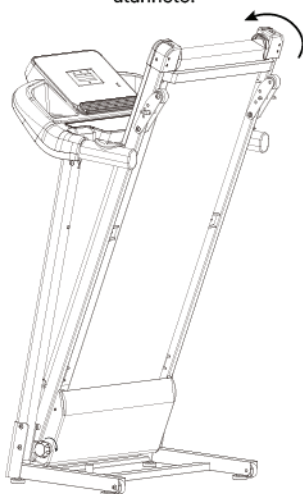
8. Pro nastavení náklonu rozložte podpěrné nožičky:

Poloha 0:	Bez náklonu
Poloha 1:	2%
Poloha 2:	4%
Poloha 3:	6%



Skládání

Skládání běžeckého pásu: Pro úsporu místa můžete pás sklopit pomocí otočného knoflíku. Uvolněte knoflík a zvedněte pás nahoru. Poté knoflík opět utáhněte.



Přesouvání běžeckého pásu: Nakloňte celý běžecký pás dopředu, dokud nespočine na kolečkách. Tímto způsobem můžete běžecký pás snadno přemístit.

Část	Funkce	
Displej Na displeji se zobrazují následující hodnoty: 	Rozsah nastavení - Čas: 5:00 - 99:00 - Vzdálenost: 1.0 - 99.0 - Kalorie: 20 - 990 - Rychlost: -	Rozsah zobrazení - Čas: 0:00 - 99:00 - Vzdálenost: 0.0 - 99.9 - Kalorie: 0 - 999 - Rychlost: 1 - 12 km/h
Ovládací panel Ovládací panel má následující ovládací tlačítka: - Zvýšit rychlost - Přímá volba rychlosti ... - Snížení rychlosti - Program - Spustit - Stop - Režim 	 Běží-li pás, použijte + pro zvýšení rychlosti.  Nastavte rychlost běžeckého pásu na 3, 6, 9 nebo 12 km/h.  Běží-li pás, použijte - pro snížení rychlosti.  Stisknutím tlačítka vyberte požadovaný program.  Stisknutím tlačítka spustíte běžecký pás.  Stisknutím zastavíte běžecký pás.  Stisknutím zvolíte požadovaný režim.	

Manuální režim

Pokud nechcete nastavit cíl, stiskněte přímo tlačítko „START“. Běžecký pás pak zahájí trénink bez nastaveného cíle. Všechny hodnoty na displeji se budou zvyšovat a běžecký pás se nezastaví, dokud nestisknete tlačítko „STOP“. Během tréninku v manuálním režimu je rychlost vždy řízena uživatelem.

Předprogramované programy

V předprogramovaných programech je rychlost pevně daná a vzdálenost a počet kalorií nelze nastavit jako cíle, protože ty přímo souvisejí s délkou tréninku. Délku tréninku lze nastavit jako cíl.

1. Stisknutím tlačítka „PROG“ přepínáte mezi programy.
2. Stisknutím tlačítka „START“ potvrďte zvolený program.
3. V okně „Time“ (Čas) bude blikat 10:00 jako výchozí cílová doba v minutách.
4. Stisknutím tlačítek + nebo - upravte čas podle svých představ.
5. Stisknutím tlačítka „START“ zahájíte trénink.

Režimy programů P1 - P12

Každý předprogramovaný program je rozdělen na 10 částí, přičemž každá část představuje 1/10 předprogramovaného cílového času:

Programy	1/10	2/10	3/10	4/10	5/10	6/10	7/10	8/10	9/10	10/10
P1	1	3	5	5	5	7	7	5	3	2
P2	2	3	5	8	5	6	8	4	3	2
P3	2	4	7	8	5	5	5	8	4	2
P4	3	4	8	8	6	6	5	4	3	2
P5	3	5	6	8	9	6	5	5	3	2
P6	4	6	8	9	9	7	7	6	3	2
P7	4	7	11	10	9	8	7	6	4	3
P8	4	6	8	10	10	10	9	8	5	3
P9	5	8	9	10	11	12	8	6	4	3
P10	5	8	10	8	9	12	9	7	5	3
P11	5	7	8	10	11	12	10	7	5	3
P12	6	8	10	11	12	12	10	8	5	3

Nastavení režimu jako cíle tréninku

Pokud chcete nastavit cíl pro čas, kalorie nebo vzdálenost:

1. Stisknutím tlačítka „MODE“ můžete přepínat mezi režimy. Zvolený režim nemusíte potvrzovat.
2. Stisknutím tlačítek + nebo - nastavte čas, kalorie nebo vzdálenost podle svých představ.
3. Stisknutím tlačítka „START“ zahájíte trénink.

Poznámka: Běžec pás přejde do režimu spánku po 10 minutách bez aktivity. Režim spánku vypnete stisknutím libovolného tlačítka.

Poznámka: Běžec pás se z bezpečnostních důvodů automaticky vypne po 99 minutách používání. Doporučujeme nechat běžec pás po vypnutí 30 minut vypnutý, než jej znovu spustíte.

Použití bezpečnostní šňůry

Běžec pás je vybaven bezpečnostní šňůrou, která musí být řádně připevněna k madlu, aby bylo možné běžec pás spustit. Pokud bezpečnostní šňůru z madla odpojíte, běžec pás se okamžitě zastaví.

1. Umístěte magnet bezpečnostní šňůry na žlutou část ovládacího panelu.
2. Ujistěte se, že je klip bezpečnostní šňůrky připevněn ke kalhotám nebo tričku.
3. Ujistěte se, že klip nesundáváte z oděvu, dokud není magnet bezpečnostní šňůrky odstraněn ze žluté části madla.

Poznámka: Pokud není bezpečnostní šňůrka připevněna, zobrazí se na displeji běžec pásu chybový kód e7.



VAROVÁNÍ: Pokud Bezpečnostná šnúra nefunguje správne, pás nepoužívejte a obraťte sa na náš servis.

VAROVÁNÍ:

Aby nedošlo k náhodnému spuštění pásu, před zahájením údržby vždy vypněte a odpojte zařízení ze sítě.



Nedodržení pokynů pro údržbu může zkrátit životnost běžeckého pásu a zneplatnit záruku.

Mazání běžeckého pásu

Po určité době používání běžeckého pásu je nutné pás promazat. Doporučený interval mazání je:

- Používání méně než 3 hodiny týdně; mazání provádějte jednou za 5 měsíců.
- Používání 4–7 hodin týdně; promazávejte jednou za 2 měsíce.
- Používání více než 7 hodin týdně; promazávejte jednou za měsíc.

Kontrola nutnosti mazání

Uchopte pás a dotýkejte se co nejvíce zadních středových částí pásu. Pokud je na něm olej (nebo je na pocit trochu mokrá), znamená to, že mazání není potřeba. Pokud máte pocit, že je pás suchý a na ruce není žádný olej, olej doplňte.

Jak mazat

Zvedněte pás z jedné strany a naneste mazivo na desku, na které pás leží. Pomocí hadříku důkladně otřete mazivo po desce. Tento postup opakujte i na druhé straně.

Poznámka: Nepoužívejte příliš mnoho oleje, asi 10 ml najednou. Při nanášení maziva neuvolňujte pás.

Běžecký pás se vychyluje

Než běžecký pás opustí továrnu, je pružnost pásu nastavena, ale po určité době používání může dojít k vychylení pásu, které může být způsobeno následujícími situacemi:

- Běžecký pás není umístěn na rovném, stabilním povrchu.
- Uživatel nechodí uprostřed běžeckého pásu.
- Uživatel vyvíjí větší sílu jednou nohou než druhou.

Odstranění odchylky

Umístěte běžecký pás na rovný, stabilní povrch a nechte jej běžet naprázdno (1 km/h) (bez zátěže). Ve většině případů se pás se automaticky vycentruje. Pokud se tak nestane, můžete pás seřídit pomocí dodaného imbusového klíče. Během seřizování nechte běžecký pás běžet naprázdno a proveďte níže uvedené pokyny:

- Odchylka, pokud není pás vlevo vystředěný: otočte levý šroub imbusovým klíčem o čtvrt otáčky doprava - nebo - otočte pravý šroub o čtvrt otáčky doleva.
- Odchylka, pokud není pás vpravo vystředěný: otočte levý šroub imbusovým klíčem o čtvrt otáčky proti směru hodinových ručiček - nebo - otočte pravý šroub o čtvrt otáčky ve směru hodinových ručiček.

Poznámka: Odchylku odstraňte hned po zjištění problému, jinak se běžecký pás může poškodit.

Čištění motorového prostoru

Cítíte během používání teplý nebo spálený zápach? To je obvykle způsobeno nahromaděním prachu v motorovém prostoru. Motorový prostor čistěte každé 3–6 měsíců, abyste zabránili usazování prachu.



UPOZORNĚNÍ: Nechte motor zcela vychladnout, aby nedošlo k popálení nebo poškození.

- Úplně vypněte běžecký pás a odpojte jej ze zásuvky.
- Opatrně otevřete kryt motoru.
- Odstraňte prach suchým hadříkem nebo vysavačem.

Poté běžecký pás znovu použijte a zkontrolujte, zda zápach zmizel. Pokud zápach přetrvává, kontaktujte zákaznický servis.

Poznámka: Motorový prostor vyčistěte ihned, jakmile zaznamenáte teplý nebo spálený zápach. Dlouhodobé usazování prachu může poškodit motor.

6 Řešení problémů



VAROVÁNÍ: Aby nedošlo k neúmyslnému spuštění, před řešením problémů vždy odpojte běžecký pás ze sítě.

Problém	Příčina	Řešení
Běžecký pás se nezapíná	- Napájecí kabel není správně připojen - Hlavní vypínač je vypnutý	Zkontrolujte napájecí kabel a ujistěte se, že je zapnutý proud
Pás neběží hladce	- Pás není dostatečně namazaný - Pás je vychýlený	- Namažte pás podle kapitoly 5 - Seřídte pás podle kapitoly 5
Na displeji se zobrazuje chybový kód „E1“	Spojení mezi ovládacím panelem a motorem je špatné nebo chybí	Kontaktujte výrobce
Na displeji se zobrazuje chybový kód „E2“	Motor běžeckého pásu je poškozen	Kontaktujte výrobce
Na displeji se zobrazuje chybový kód „E3“	Není signál snímače rychlosti	Kontaktujte výrobce
Na displeji se zobrazuje chybový kód „E5“	Elektrická síť nebo napětí je nestabilní a špičkové napětí je příliš vysoké	Kontaktujte výrobce
Na displeji se zobrazuje chybový kód „E6“	Elektrická síť nebo napětí je nestabilní a špičkové napětí je příliš nízké	Kontaktujte výrobce
Na displeji se zobrazuje chybový kód „E7“	Bezpečnostná šňúra není připevněna	Připevněte magnet bezpečnostní šňůry na žlutou část ovládacího panelu

7 Životní prostředí



Toto zařízení nesmí být na konci své životnosti likvidováno společně s běžným domácím odpadem, ale musí být odevzdáno na speciálním sběrném místě určeném pro recyklaci elektrických a elektronických zařízení. Symbol na přístroji, v návodu a na obalu vás na tuto povinnost upozorňuje. Materiály použité v zařízení jsou recyklovatelné. Tím, že odevzdáte svůj starý spotřebič k recyklaci, přispíváte k ochraně životního prostředí. Informujte se u svého místně příslušného úřadu, kde se nachází nejbližší sběrné místo.

8 Záruka

Děkujeme, že jste si vybrali náš výrobek, navržený tak, aby splňoval vysoké standardy kvality. Záruka výrobce se vztahuje na tento produkt po dobu dvou let od data nákupu proti výrobním vadám.

SK Uchovajte si tieto pokyny

Ďakujeme, že ste si vybrali jeden z našich produktov Sportconic!

Ak máte akékoľvek otázky k produktu, kontaktujte nás na:
service@Sportconic.com



Naskenujte QR kód pre návodné video a vyhlásenie o zhode.

www.qr.Sportconic.com/t140

1 Dôležité bezpečnostné pokyny

PREČÍTAJTE SI VŠETKY POKYNY, BEZPEČNOSTNÉ POKYNY A UPOZORNENIA PRED ZAČATÍM A UCHOVAJTE SI ICH!

UPOZORNENIA:



Toto zariadenie obsahuje elektrické pripojenia a pohyblivé časti, ktoré môžu predstavovať riziko. Na zníženie rizika vážneho zranenia dodržiavajte nižšie uvedené bezpečnostné opatrenia.



Nedodržanie týchto pokynov môže viesť k vážnemu zraneniu a/alebo strate záruky.



Systémy na meranie srdcovej frekvencie môžu byť nepresné. Nadmerné cvičenie môže spôsobiť vážne zranenia alebo smrť. V prípade závratu ihneď prestaňte.

Všeobecná bezpečnosť pri používaní

1. Počas cvičenia sa sústreďte na bežeckú plochu a vyhýbajte sa náhlym pohybom a rozptýleniu.
2. Noste vhodnú obuv s dobrým protišmykovým povrchom; vyhýbajte sa hladkým alebo opotrebovaným podrážkam.
3. Tento bežecký pás je určený iba na domáce použitie. Nie je vhodný na komerčné účely ani na iné účely než chôdzu alebo beh.
4. Zariadenie nepoužívajte pri teplotách pod 5 °C alebo nad 35 °C.
5. Nedovoľte deťom ani neoprávneným osobám používať zariadenie alebo sa s ním hrať.
6. Pás je určený iba pre jednu osobu naraz (maximálna hmotnosť používateľa: 110 kg).
7. Počas používania ponechajte aspoň 200 cm za pásom a 55 cm po stranách voľného priestoru.
8. Zariadenie používajte len v dobre vetranej miestnosti, aby sa predišlo jeho prehriatiu.

Pohyblivé a rotujúce časti

1. Držte prsty, vlasy, oblečenie a predmety mimo pohyblivých častí, ako je zadný valec.
2. Pás má pohyblivé časti aj na spodnej strane. Umiestnite ho na stabilný a rovný povrch.
3. Počas prevádzky udržiavajte deti a domáce zvieratá mimo zariadenia.
4. Nikdy pás nepremiestňujte, keď je zapnutý.
5. Nenoste šperky ani voľné oblečenie, ktoré sa môže zachytiť v pohyblivých častiach.
6. Bežecký pás vždy umiestnite na vhodný podklad alebo ochrannú podložku. Výrobca nezodpovedá za poškodenie podláh, nábytku alebo iných povrchov spôsobené používaním bežeckého pásu.

Drsné povrchy a ostré hrany

1. Kontakt s drsnými alebo abrazívnymi povrchmi môže spôsobiť podráždenie alebo odreniny pokožky.
2. Noste športové oblečenie, ktoré primerane zakrýva pokožku.

Elektrická bezpečnosť

1. Používajte iba uzemnenú elektrickú zásuvku a pred každým použitím skontrolujte napájací kábel.
2. Zariadenie nepoužívajte, ak je zástrčka, kábel alebo kryt poškodený.
3. Nevedte kábel pod zariadením ani ho nevedzte cez ostré hrany.
4. Uistite sa, že sa o kábel nikto nemôže potknúť ani naň zachytiť.
5. Nikdy neponárajte zástrčku, kábel ani zariadenie do vody alebo iných kvapalín.
6. Zariadenie montujte a inštalujte len podľa priloženého návodu.
7. Nevedte kábel pod koberec ani pod bežecký pás.

8. Kábel nesmie visieť cez okraj stola a nesmie byť ľahko zatiahnuteľný.
9. Nepoužívajte externé vypínače, časovače alebo regulátory na zapínanie/vypínanie zariadenia.
10. Pred každým použitím vizuálne skontrolujte kábel, zástrčku a kryt. Nepoužívajte zariadenie, ak sú poškodené.

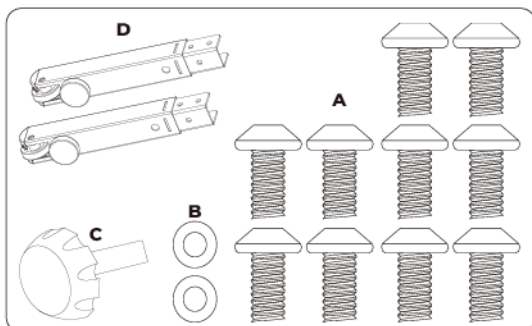
V prípade zdravotných problémov sa poraďte s lekárom

1. Ak ste mali v minulosti zranenia chrbta, krku alebo nôh, poraďte sa s lekárom.
2. Vyhľadajte lekársku radu pri ochoreniach ako artróza, reuma, osteoporóza, srdcovo-cievne ochorenia, vysoký krvný tlak alebo cukrovka.
3. Zariadenie nepoužívajte, ak ste chorý (horúčka $\geq 38^{\circ}\text{C}$), tehotný alebo počas menštruácie.
4. Ak máte kardiostimulátor alebo iný lekársky implantát, nepoužívajte pás bez predchádzajúceho súhlasu lekára.
5. V prípade závratu, bolesti, dýchavičnosti alebo iných príznakov okamžite prestaňte a vyhľadajte lekára.

2 Súčasti

Poznámka: Balenie obsahuje nižšie uvedené diely. Ak niektorý diel chýba, kontaktujte nás:

- Bežecký pás
- Bezpečnostná šnúra
- Imbusový kľúč
- Skrutky
- Otočný gombík
- Nohy s kolieskami
- Mazací olej
- Návod na obsluhu



3 Montáž

POZOR:

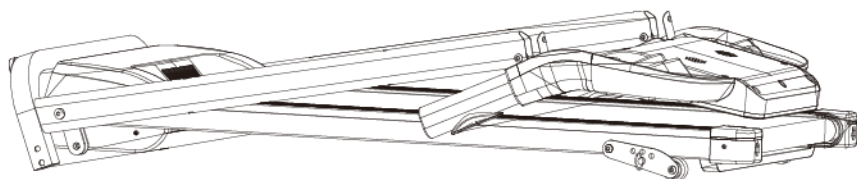


Pri montáži bežeckého pásu dodržujte uvedené poradie. Pred montážou alebo demontážou sa uistite, že je pás úplne zastavený. Prenášajte a presúvajte pás aspoň vo dvojici.

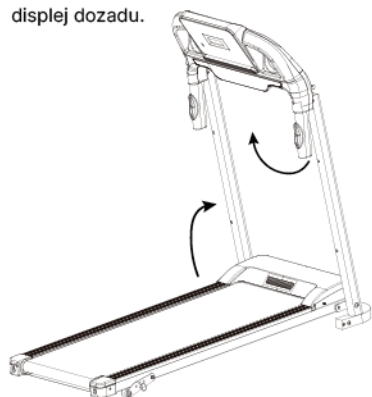


Prvé použitie: Bežecký pás je z výroby už namazaný. Môžete ho používať ihneď bez ďalšej údržby. Ďalšie informácie o mazaní nájdete v časti H5.

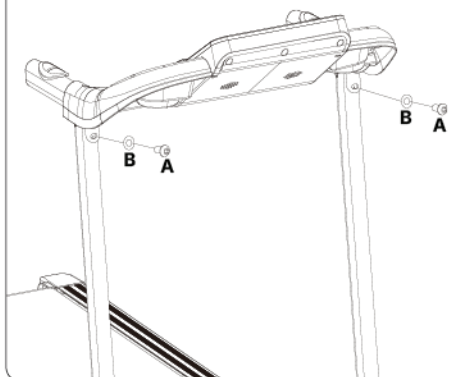
1. Rozbalte balenie a vyberte diely uvedené v kapitole 2. Odstráňte ochrannú fóliu. Položte pás na pevný, rovný povrch.
Dôležité: Zabezpečte aspoň 200 cm voľného priestoru za pásom a minimálne 55 cm po bokoch. Pod pás umiestnite ochrannú podložku, aby ste chránili podlahu.



2. Zdvihnite bočné madlá a nakloňte displej dozadu.

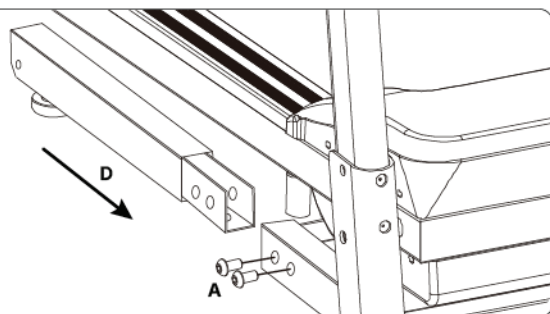


3. Priskrutkujte dve skrutky na upevnenie displeja (po jednej na každej strane).



4. Zasuňte nohy s kolieskami zľava aj sprava do spodnej časti rámu.

Z vonkajšej strany utiahnite po dvoch skrutkách na každej nohe.



5. Zložte pás nahor a zaistite otočným gombíkom.

Z vnútornej strany priskrutkujte po jednej skrutke na každej nohe.

