

T-19x

BLUETOOTH
TREADMILL



UK: RFE EUROPA LTD. 8 CLARENDON DRIVE, WYMBUSH,
MILTON KEYNES, MK8 8ED
+44 (0)800 440 2459 / techsupport@rfeinternational.com

EUROPE: RFE EUROPA. LINPRUNSTRASSE 49, 80335 MUNICH,
DEUTSCHLAND
techsupporteu@rfeinternational.com
ES: serviciotecnico@rfeinternational.com / +34 800 600 816
DE: techsupporteu@rfeinternational.com / +49 (0)89 189 39 700

APAC (EXCLUDING AUSTRALIA): RFE ASIA PACIFIC, 26F,
2608-2609, 1 HUNG TO ROAD, KWUN TONG, KOWLOON,
HONG KONG.
techsupportapac@rfeinternational.com / +852 34685027

AUSTRALIA: techsupportaustralia@rfeinternational.com

CHINA 上海锐达健身科技发展有限公司 上海市宝山区爱辉路
201号 智航创新园 1座 1601A室
techsupportchina@rfeinternational.com / 4007037798

USA: RFE SPORTING GOODS INC., 445 PLASAMOUR DRIVE,
SUITE 1, ATLANTA, GA 30324, USA
techsupportusa@rfeinternational.com / +1(800) 215 6216



T-19x

BLUETOOTH
TREADMILL



(EN) CAUTION

- The equipment is intended for home use only (HA). Do not use the equipment in any commercial, rental, or institutional setting.
- Use the equipment only as described in this manual. Consult your doctor before performing any exercise program.
- Keep children and pets away from the device at all times.
- Ensure the equipment is on a flat, stable and level surface with at least 0.6m of clear area surrounding the equipment.
- Always wear appropriate exercise clothing and training shoes.
- The safety level of the equipment can only be maintained if it is examined regularly for damage and wear. Replace defective components immediately and/or keep the equipment out of use until repaired. Pay special attention to components most susceptible to wear. All warnings and instructions must be read and followed prior to use.
- Keep hair, body, and clothing free and clear of all moving parts.
- If at any time during exercise you feel faint, dizzy, or experience pain, stop exercising immediately and consult your physician.
- Over exercising may result in serious injury or death.
- Keep the equipment indoors, away from moisture and dust. Do not put the equipment in a garage or covered patio, or near water.
- If any of the adjustment devices are left projecting, they could interfere with the user's movement.
- The equipment should be used only by persons weighing 150 kg / 330.7 lb or less.
- Heart rate monitoring system may be inaccurate. Excessive exercise can lead to serious injury or death. Stop exercising immediately.
- This equipment is for consumer use only.
- Ensure a safety area of at least 2 000 mm x 1 000 mm behind the equipment.
- A folded treadmill should not be operated.
- Allow the running surface to come to a complete stop before folding.
- Noise emission under load is higher than without load.

CAUTION The user is cautioned that changes or modifications not expressly approved by the party responsible for compliance could void the user's authority to operate the equipment.

This device complies with Part 15 of the FCC Rules and Industry Canada licence-exempt RSS standard(s). Operation is subject to the following two conditions:

- (1) this device may not cause harmful interference, and
- (2) this device must accept any interference received, including interference that may cause undesired operation.

NOTE This equipment has been tested and found to comply with the limits for a Class B digital device, pursuant to Part 15 of the FCC Rules. These limits are designed to provide reasonable protection against harmful interference in a residential installation. This equipment generates, uses and can radiate radio frequency energy and, if not installed and used in accordance with the instructions, may cause harmful interference to radio communications. However, there is no guarantee that interference will not occur in a particular installation.

If this equipment does cause harmful interference to radio or television reception, which can be determined by turning the equipment off and on, the user is encouraged to try to correct the interference by one or more of the following measures:

- Reorient or relocate the receiving antenna.
- Increase the separation between the equipment and receiver.
- Connect the equipment into an outlet on a circuit different from that to which the receiver is connected.
- Consult the dealer or an experienced radio/TV technician for help.

CANICES-3(B) / NMB-3(B)

FCC& IC Radiation Exposure Statement:

This equipment complies with FCC and Canada radiation exposure limits set forth for an uncontrolled environment.

This equipment should be installed and operated with a minimum distance of 20cm between the radiator and your body.

This transmitter must not be co-located or operating in conjunction with any other antenna or transmitter.

IMPORTANT SAFETY INSTRUCTIONS

When using an electrical appliance, basic precautions should always be followed, including the following:

Read all instructions before using (this appliance).

WARNING

- To reduce the risk of burns, fire, electric shock, or injury to persons:

1. This appliance is not intended for use by persons with reduced physical, sensory or mental capabilities, or lack of experience and knowledge, unless they have been given supervision or instruction concerning use of the appliance by a person responsible for their safety. Keep children under the age of 13 away from this machine.
2. Use this appliance only for its intended use as described in this manual. Do not use attachments not recommended by the manufacturer.
3. Never operate the appliance with the air openings blocked. Keep the air openings free of lint, hair, and the like.
4. Never drop or insert any object into any opening.
5. Do not use outdoors. Household use only.
6. Do not operate where aerosol (spray) products are being used or where oxygen is being administered.

SAVE THESE INSTRUCTIONS.

(FR) MISE EN GARDE

- Cet équipement est conçu pour un usage domestique uniquement (classe HA). N'utilisez pas cet équipement dans un environnement commercial, locatif ou institutionnel.
- Conformez-vous aux instructions d'utilisation de ce manuel. Consultez votre médecin avant de commencer un programme d'entraînement.
- Tenez les enfants et les animaux domestiques éloignés de l'appareil à tout moment.
- Veillez à installer l'équipement sur une surface plane et stable en laissant au moins 0,6 m d'espace dégagé autour de l'appareil.
- Portez toujours des vêtements et chaussures de sport appropriés.
- Le niveau de sécurité de l'équipement ne peut être maintenu que si une inspection régulière est effectuée pour détecter les dommages et l'usure. Remplacez immédiatement les pièces défectueuses et/ou arrêtez d'utiliser l'équipement tant qu'il n'a pas été réparé. Accordez une attention particulière aux pièces les plus sujettes à l'usure. Tous les avertissements et instructions doivent être lus et suivis avant l'utilisation.
- Gardez les cheveux, le corps et les vêtements à l'écart de toute pièce mobile.
- Si pendant la séance vous ressentez une faiblesse, un étourdissement ou une douleur, cessez immédiatement tout effort et consultez votre médecin.
- Un entraînement excessif peut provoquer des blessures graves, voire mortelles.
- Installez la machine à l'intérieur, à l'abri de l'humidité et de la poussière. Ne l'installez pas dans un garage, sur une terrasse couverte ou à proximité de l'eau.
- Si l'un des dispositifs d'ajustement est laissé saillant, il pourrait entraver les mouvements de l'utilisateur.
- La machine ne doit être utilisée que par des personnes pesant 150 kg / 330,7 lb ou moins.
- Le système de cardiofréquencemètre peut être erroné. Un entraînement excessif peut entraîner des blessures graves, voire la mort. Cessez immédiatement tout effort.
- Cet équipement est destiné à une utilisation par le consommateur seulement.
- Prévoyez une zone de sécurité d'au moins 2 m x 1 m derrière l'appareil.
- Une fois plié, le tapis ne doit pas être mis en fonctionnement.
- Avant de le plier, attendez que la bande de course soit complètement arrêtée.
- Le bruit est plus important avec que sans charge.

MISE EN GARDE : L'utilisateur est avisé que tout changement ou modification non expressément autorisés par la partie responsable de la conformité pourraient faire perdre à l'utilisateur son droit d'utiliser cet appareil.

Le présent appareil est conforme aux CNR d'Industrie Canada applicables aux appareils radio exempts de licence. L'exploitation est autorisée aux deux conditions suivantes :

- (1) l'appareil ne doit pas produire de brouillage préjudiciable, et
- (2) l'appareil doit accepter tout brouillage radioélectrique subi, même si le brouillage est susceptible d'en compromettre le fonctionnement.

REMARQUE : Cet appareil a été testé et respecte les limites imposées aux appareils numériques de classe B, conformément à la partie 15 de la réglementation de la FCC. Ces limites sont conçues pour assurer une protection suffisante contre le brouillage préjudiciable dans les installations résidentielles. Cet appareil génère, utilise et peut émettre de l'énergie radiofréquence et, s'il n'est pas installé et utilisé conformément aux instructions, peut causer un brouillage préjudiciable aux communications radio. Cependant, rien ne garantit qu'une installation donnée ne produira aucun brouillage.

Si cet appareil entraîne un brouillage préjudiciable à la réception des signaux radio ou de télévision, ce qui peut être vérifié en éteignant et en rallumant l'appareil, l'utilisateur est invité à tenter de résoudre ce problème en appliquant l'une ou plusieurs des mesures suivantes :

- Réorienter ou déplacer l'antenne réceptrice.
- Augmenter la distance séparant l'appareil du récepteur.
- Brancher l'appareil dans un circuit électrique différent de celui du récepteur.
- Communiquer avec le détaillant ou un technicien radio/télévision d'expérience pour obtenir de l'aide.

CANICES-3(B) / NMB-3(B)

Déclaration d'ic sur l'exposition aux radiations :

Cet équipement est conforme aux limites d'exposition aux radiations définies par le Canada pour des environnements non contrôlés.

Cet équipement doit être installé et utilisé à une distance minimum de 20 cm entre l'antenne et votre corps.

Cet émetteur ne doit pas être installé au même endroit qu'une autre antenne ou qu'un autre émetteur ni être utilisé conjointement avec une autre antenne ou un autre émetteur.

CONSIGNES DE SÉCURITÉ IMPORTANTES

Lors de l'utilisation d'un appareil électronique, il faut toujours prendre des précautions de base, comme celles-ci :

Lire toutes les consignes avant l'utilisation (de cet appareil).

AVERTISSEMENT

– Pour diminuer le risque de brûlures, d'incendie, de décharge électrique ou de blessure au corps :

1. Cet appareil n'est pas destiné à être utilisé par des personnes dont les capacités physiques, sensorielles ou mentales sont réduites, ou qui manquent d'expérience et de connaissances, à moins qu'elles ne soient surveillées et qu'elles reçoivent des instructions concernant l'utilisation de l'appareil par une personne responsable de leur sécurité. Garder les enfants de moins de 13 ans loin de cette machine.
2. Utiliser cet appareil uniquement selon l'usage prévu décrit dans ce manuel. Ne pas utiliser d'accessoires non recommandés par le fabricant.
3. Ne jamais utiliser cet appareil si les ouvertures d'air sont obstruées. Garder les ouvertures d'air libre de poussières, de cheveux et d'autres débris.
4. Ne pas laisser tomber ni insérer d'objets dans toute ouverture.
5. Ne pas utiliser à l'extérieur. Usage domestique seulement.
6. Ne pas faire fonctionner où des produits en aérosol sont utilisés ou là où de l'oxygène est administré.

CONSERVER SES CONSIGNES.

(ES) PRECAUCIÓN

- Este equipo está diseñado únicamente para ser utilizado en el hogar (uso doméstico - clase A). No utilice el equipo en ningún entorno comercial, institucional ni de alquiler.
- Utilice el equipo solo como se describe en este manual. Consulte con su médico antes de realizar cualquier programa de ejercicios.
- Mantenga a los niños y mascotas alejados del dispositivo en todo momento.
- Asegúrese de que el equipo quede ubicado sobre una superficie plana, estable y nivelada, manteniendo despejada la zona alrededor del mismo en un radio de al menos 0,6 m.
- Utilice siempre zapatillas de deporte y ropa de entrenamiento adecuadas.
- Puede mantenerse el nivel de seguridad del equipo únicamente si se revisa de forma periódica en cuanto a daños y desgaste. Sustituya de inmediato los componentes defectuosos o mantenga el equipo fuera de servicio hasta que sea reparado. Preste especial atención a los componentes más propensos al desgaste. Se deben leer y seguir todas las advertencias e instrucciones antes de su uso.
- Mantenga el pelo, el cuerpo y la ropa libres y despejados de todas las partes móviles.
- Si en cualquier momento al hacer ejercicio se siente débil, mareado o siente dolor, deje de hacer ejercicio de inmediato y consulte con su médico.
- Hacer ejercicio en exceso puede provocar lesiones graves o la muerte.
- Mantenga el equipo en interiores, lejos de la humedad y del polvo. No coloque el equipo en un garaje o patio techado ni cerca del agua.
- Si se deja sobresaliendo cualquiera de los dispositivos de ajuste, estos podrían interferir con el movimiento del usuario.
- El equipo solo debería ser utilizado por personas con un peso igual o inferior a 150 kg / 330,7 lb.
- El sistema de monitorización de la frecuencia cardíaca puede ser inexacto. El ejercicio excesivo puede provocar lesiones graves o la muerte. Interrumpa el ejercicio inmediatamente.
- Este equipo es de uso exclusivo para el consumidor.
- Asegúrese de que haya una zona de seguridad de al menos 2 m x 1 m detrás del equipo.
- No se debe utilizar la caminadora si está plegada.
- Deje que la superficie para caminar o correr se detenga por completo antes de plegarla.
- El nivel de ruido es mayor con carga que sin ella.

PRECAUCIÓN: Se advierte al usuario de que los cambios o modificaciones no aprobados expresamente por la parte responsable del cumplimiento normativo podrían invalidar la autoridad del usuario para utilizar el equipo.

Este equipo cumple con la Parte 15 de las normas de la FCC y con el(los) estándar(es) RSS [Radio Standards Specification] exento(s) de licencia del Ministerio de Industria de Canadá. La utilización está sujeta a las dos condiciones siguientes:

- (1) este dispositivo no podrá ocasionar interferencias perjudiciales, y
- (2) este dispositivo deberá admitir cualquier interferencia recibida, incluidas aquellas que puedan provocar un funcionamiento no deseado.

NOTA: Este equipo se ha sometido a pruebas y se ha determinado que cumple los límites establecidos para los dispositivos digitales de clase B, de conformidad con el apartado 15 de las normas de la FCC [Comisión Federal de Comunicaciones de EE. UU.]. Estos límites están diseñados para proporcionar una protección razonable contra interferencias perjudiciales en una instalación residencial. Este equipo genera, utiliza y puede irradiar energía de radiofrecuencia y, si no se instala y se usa como se indica en las instrucciones, podría ocasionar interferencias perjudiciales en las comunicaciones por radio. Sin embargo, no se puede garantizar que no se produzcan interferencias en una instalación en particular.

Si este equipo causa interferencias perjudiciales en la recepción de señales de radio o televisión (lo cual puede determinarse apagando y encendiendo el dispositivo), recomendamos al usuario que intente corregir dichas interferencias adoptando una o varias de las siguientes medidas:

- Cambie la orientación o la ubicación de la antena receptora.
- Aumente la distancia entre el equipo y el receptor.
- Conecte el equipo a una toma ubicada en un circuito diferente al del receptor.
- Consulte al distribuidor o a un técnico de radio/televisión experimentado para obtener ayuda.

CANICES-3(B) / NMB-3(B)

Declaración de exposición a la radiación de la FCC e IC [Ministerio de Industria de Canadá]:

Este equipo cumple con los límites de exposición a la radiación de Canadá y FCC establecidos para un entorno no controlado.

Este equipo debe instalarse y manejarse con una distancia mínima de 20 cm entre el radiador y el cuerpo de la persona.

Este transmisor no deberá ser colocado ni funcionar en combinación con ninguna otra antena o transmisor.

INSTRUCCIONES IMPORTANTES DE SEGURIDAD

Cuando se utiliza un aparato eléctrico, siempre deben seguirse las precauciones básicas, entre las que se incluyen las siguientes:

Lee todas las instrucciones antes de utilizar (este aparato).

ADVERTENCIA

- A fin de disminuir el riesgo de que las personas sufran quemaduras, incendios, descargas eléctricas o lesiones se debe hacer lo siguiente:

1. Este aparato no está diseñado para que lo utilicen personas con capacidades físicas, sensoriales o mentales reducidas, o con falta de experiencia y conocimientos, a menos que las supervise o instruya una persona responsable de su seguridad. Se debe mantener a los niños menores de 13 años alejados de esta máquina.
2. Este aparato solo se debe utilizar para el uso previsto, tal y como se describe en este manual. No se deben usar accesorios no recomendados por el fabricante.
3. No se debe poner en marcha el aparato si las salidas de aire están bloqueadas. Estas se deben mantener sin pelusas, pelos u elementos obstructores similares.
4. No se debe dejar caer ni introducir ningún objeto en ninguna abertura.
5. No se debe utilizar en ambientes al aire libre. Está destinado únicamente al uso doméstico.
6. No se debe operar donde se utilicen productos en aerosol (espray) o donde se administre oxígeno.

SE DEBEN GUARDAR ESTAS INSTRUCCIONES.

(DE) ACHTUNG

- Das Gerät ist nur für den Heimgebrauch geeignet (Verwendungsklasse H, Genauigkeitsklasse A). Verwenden Sie das Gerät nicht zu gewerblichen, Vermietungs- oder institutionellen Zwecken.
- Verwenden Sie das Gerät nur wie in dieser Anleitung beschrieben. Wenden Sie sich an Ihren Arzt, bevor Sie ein Trainingsprogramm durchführen.
- Bewahren Sie das Gerät stets außerhalb der Reichweite von Kindern und Haustieren auf.
- Stellen Sie sicher, dass sich das Gerät auf einer flachen, stabilen und geraden Oberfläche befindet und ein Mindestabstand von 0,6 m um das Gerät eingehalten wird.
- Tragen Sie stets angemessene Sportbekleidung und Trainingsschuhe.
- Das Sicherheitsniveau des Geräts kann nur gewährleistet werden, wenn es regelmäßig auf Beschädigungen und Verschleiß geprüft wird. Tauschen Sie defekte Teile umgehend aus bzw. benutzen Sie das Gerät erst wieder, wenn es repariert wurde. Achten Sie insbesondere auf verschleißanfällige Teile. Alle Warnungen und Anweisungen müssen vor dem Gebrauch gelesen und berücksichtigt werden.
- Halten Sie Haare, Körper und Bekleidung von sämtlichen beweglichen Geräteteilen fern.
- Sollten Sie sich zu einem beliebigen Zeitpunkt während Ihres Workout schwach fühlen, Ihnen schwindelig sein oder Sie Schmerzen verspüren, brechen Sie das Training umgehend ab und konsultieren Sie einen Arzt.
- Übermäßiges Training kann zu ernsthaften Verletzungen oder zum Tod führen.
- Stellen Sie das Gerät im Innenbereich an einem trockenen und staubfreien Ort auf. Stellen Sie es nicht in einer Garage, auf einer überdachten Veranda oder in der Nähe von Wasser auf.
- Ragen Einstellgeräte aus dem Gerät heraus, können sie sich dadurch im Bewegungsbereich des Nutzers befinden.
- Das Gerät sollte nur von Personen verwendet werden, die max. 150 kg wiegen.
- Der Herzfrequenzmesser kann ungenaue Werte liefern. Übermäßiges Training kann zu ernsthaften Verletzungen oder zum Tod führen. Beenden Sie das Training umgehend.
- Dieses Gerät ist nur für den privaten Gebrauch bestimmt.
- Sorgen Sie hinter dem Gerät für einen Sicherheitsbereich von mind. 2 m x 1 m.
- Ein zusammengeklapptes Laufband sollte nicht bedient werden.
- Lassen Sie die Lauffläche vor dem Zusammenklappen vollständig zum Stillstand kommen.
- Die Geräuscentwicklung ist unter Belastung höher als ohne.

(PT) ATENÇÃO

- O equipamento destina-se exclusivamente a utilização doméstica (Utilização doméstica, Classe A). Não utilize o equipamento em qualquer ambiente comercial, de aluguer ou institucional.
- Utilize o equipamento apenas conforme descrito neste manual. Consulte o seu médico antes de realizar qualquer programa de exercícios.
- Mantenha sempre as crianças e os animais de estimação afastados do equipamento.
- Certifique-se de que o equipamento é colocado numa superfície plana, estável e nivelada, com pelo menos 0,6 m de área livre à volta do mesmo.
- Use sempre roupa e calçado de desporto adequados.
- O nível de segurança do equipamento apenas pode ser garantido se este for regularmente inspecionado quanto a danos e desgaste. Substitua imediatamente componentes com defeito e/ou não use o equipamento enquanto não for reparado. Preste especial atenção aos componentes mais suscetíveis a desgaste. Todos os avisos e instruções têm que ser lidos e respeitados antes de qualquer utilização.
- Mantenha o cabelo, o corpo e a roupa afastados de todas as peças móveis.
- Se a qualquer momento durante a prática de exercício sentir sensação de desmaio, tonturas ou dores, interrompa imediatamente e consulte o seu médico.
- O excesso de exercício pode resultar em lesões graves ou morte.
- Mantenha o equipamento no interior, num local sem humidade nem poeira. Não coloque o equipamento numa garagem ou pátio coberto, nem perto de água.
- Se algum dos mecanismos de ajuste ficar saliente, poderá interferir com os movimentos do utilizador.
- O equipamento deve ser utilizado apenas por pessoas com um peso igual ou inferior a 150 kg (330,7 lb).
- O sistema de monitorização do ritmo cardíaco pode não ser exato. O excesso de exercício pode resultar em lesões graves ou morte. Interrompa imediatamente a prática de exercício.
- Este equipamento destina-se apenas à utilização pelo consumidor.
- Garanta uma área de segurança de pelo menos 2000 mm x 1000 mm atrás do equipamento.
- Não utilize a passadeira quando estiver dobrada.
- Aguarde que a superfície de corrida pare completamente para dobrar a passadeira.
- O ruído emitido com carga é mais elevado do que sem carga.

(ZH) 警告

- 该设备仅供家庭使用(HA)。请勿在任何商业、租赁或机构场所使用本设备。
- 请按照本使用说明书的描述使用设备,在进行任何运动之前,请咨询您的医生。
- 务必让儿童和宠物远离设备。
- 确保设备在一个平坦、稳定和水平的表面上,设备周围应至少留有0.6米的空间。
- 使用设备时务必穿着合适的运动服和训练鞋。
- 只有定期检查设备的损坏和磨损情况,才能保持设备的安全水平。立即更换有缺陷的部件和/或使设备停止使用直至修理。特别注意易磨损的部件。在使用前必须阅读并遵循所有警告和说明。
- 务必使头发、身体和衣服远离活动部件。
- 如果在运动过程中你感到疲劳、头晕或疼痛,立即停止运动并咨询医生。
- 过度运动可能导致严重的伤害或死亡。
- 请将设备放置在室内,远离湿气、灰尘。不要把设备放在车库或有盖的天井,或靠近水。
- 如果任何设备调整装置是突出的,它们可能会干扰用户的移动。
- 设备只能由体重在150公斤/330.7磅以下的人员使用。
- 心率监测系统只能作为运动辅助工具。用于确定心率的大体趋势,读数可能不是很精确,过度运动可导致严重的伤害或死亡,请立即停止运动。
- 此设备仅供消费者使用。
- 确保跑步机后方应留有至少2000 mm x 1000 mm的空间。
- 跑步机处于折叠状态时,不允许被使用。
- 务必在跑带完全停止后,折叠跑步机。
- 当有人在跑步机上行走时,跑步机噪声将会增大。

(JP) 注意

- 機器は家庭用として (HA) のみ意図されています。機器を営利的な、レンタル、あるいは施設の設定で使用しないでください。
- 機器を本マニュアルの中で記述されているようにのみ使用してください。何らかの運動プログラムを行う前に、医者に相談してください。
- いつでも、子供とペットを装置に近づけないでください。
- 機器を必ず、平らな、安定した水準面の上に、機器の周りのエリアから最低、0.6m 離して置いてください。
- いつも適切な運動用衣服を着、トレーニング用靴を履いてください。
- 機器の安全レベルは、損傷や摩耗がないかどうかを定期的に検査する場合のみ、維持することができます。欠陥があるコンポーネントは即座に交換し、および/あるいは、機器が修理されるまで使用しないでください。接続点など、最も摩耗しやすいコンポーネントに特に注意を払ってください。ご使用前に、すべての警告と使用説明を読み、従ってください。
- 髪、身体、衣服がすべての可動部分に巻き込まれないように、注意してください。
- 運動中にめまいがしたり、フラフラしたり、あるいは痛みを感じる場合はいつでも即座に運動をやめ、医師にみてもらってください。
- 過剰な運動をすると、大怪我や死をもたらす可能性があります。
- 機器を常に屋内に置き、湿気や埃から守ってください。機器をガレージや、屋根のある中庭、あるいは水のそばで使用しないでください。
- 調節デバイスのどれかが突き出たままになっていると、ユーザーの動きと干渉する可能性があります。
- 機器は体重が150 kg / 330.7 lb 以下の人しか使用すべきではありません。
- 心拍数監視システムは不正確かもしれません。過剰な運動をすると、大怪我や死をもたらす可能性があります。即座に運動をやめてください。
- この機器は民生用にも利用してください。
- 機器の後ろに少なくとも 2000 mm x 1000 mm の安全エリアを確保してください。
- たたまれたトレッドミルは作動させるべきではありません。
- たたむ前に、ランニングベルトが完全に止まるのを待ってください。
- 負荷があるときの騒音は、負荷がない時よりも大きいです。

(KO) 주의

- 본 장비는 가정용으로 제작되었습니다 (가정용 A 클래스). 업체나 대어 서비스, 공공장소 등에서 사용해서는 안 됩니다.
- 매뉴얼에 명시된 방식으로만 장비를 활용해야 합니다. 운동 프로그램을 시작하기 전, 의사에게 문의하시기 바랍니다.
- 어린이와 애완동물이 절대 기기 가까이 오지 않도록 합니다.
- 기울어지지 않은 편평하고 안정적인 표면에 기기를 두되, 주변에 최소 0.6m의 여유 공간을 둡니다.
- 항상 적합한 운동복과 운동용 신발을 착용하시기 바랍니다.
- 손상이나 마모된 부분이 있는지 정기적으로 검사를 받은 경우에만 기계의 안전이 보장됩니다. 하자가 발견된 부품은 즉각 교체하거나 수리가 완료될 때까지 기계 사용을 중단합니다. 소모가 많이 되는 부품에 특히 주의를 기울이십시오. 경고사항과 안내문을 모두 읽고 숙지한 후 제품을 사용하시기 바랍니다.
- 머리카락과 신체, 옷이 작동 중인 제품에 가까이 닿지 않도록 합니다.
- 운동 도중 현기증을 느끼거나 통증 발생 시 운동을 즉각 중단하고 의사의 진찰을 받으시기 바랍니다.
- 과도한 운동으로 증상을 입거나 사망에 이를 수 있습니다.
- 습기와 먼지가 없는 실내에서 장비를 보관합니다. 차고나 정원 파티오, 물 근처에서 장비를 보관하지 마십시오.
- 조절 장치 중 어느 한가지라도 돌출된 상태로 내버려두면, 운동에 방해가 될 수 있습니다.
- 본 장비는 체중이 150 kg 이하인 사람만 사용 가능합니다.
- 심장박동수 모니터링 기기의 수치가 정확하지 않을 수 있습니다. 과도한 운동으로 증상을 입거나 사망에 이를 수 있습니다. 운동을 즉각 중단하십시오.
- 본 장비는 소비자 용도로 한정합니다.
- 장비 뒤쪽으로 최대 2000mm x 1000mm의 안전 공간을 확보합니다.
- 트레드밀을 접어둔 상태에서 가동해서는 안 됩니다.
- 작동이 완전히 멈춘 상태에서 기기를 접어야 합니다.
- 하중이 가해진 상태에서는 하중이 없을 때보다 소음이 커집니다.

(AR) تنبيه

يُحظر استخدام الجهاز في أي بيئة (HA) الجهاز مخصص للاستخدام المنزلي فقط تجارية أو إيجارية أو مؤسسية.

لا تستخدم الجهاز إلا على النحو الموضح في هذا الدليل. استشر طبيبك قبل أداء أي برنامج تدريبي.

احرص على إبعاد الأطفال والحيوانات الأليفة عن الجهاز طوال الوقت.

احرص على وضع الجهاز على سطح مسطح ومستقر مع توفير مساحة خالية محيطية بالجهاز مقدارها ٠,٦ متر على الأقل.

ارتد ملابس وأحذية التدريب المناسبة دوماً.

يمكن الحفاظ على مستوى سلامة الجهاز إذا تم فحصه بانتظام للتحقق من عدم وجود تلف أو اهتراء. استبدل المكونات التالفة على الفور و/أو لا تستخدم الجهاز حتى يتم تصليحه. يُرجى الانتباه الشديد للمكونات سريعة التآكل. لا بد من قراءة كل التحذيرات والتعليمات واتباعها قبل الشروع في الاستخدام.

أبق الشعر والجسم والملابس بعيدة عن كل الأجزاء المتحركة.

إذا شعرت خلال التدريب بالإغماء أو الدوخة أو الألم، فتوقف عن ممارسة التدريب فوراً واستشر طبيبك.

قد يؤدي الإفراط في التدريب إلى إصابات خطيرة أو الموت.

أبق الجهاز داخل المنزل، بعيداً عن الرطوبة والتراب. لا تضع الجهاز في مرآب أو فناء مغطى، أو بالقرب من الماء.

إذا تركت أي من معدات الضبط بارزة، فقد تتداخل مع حركة المستخدم.

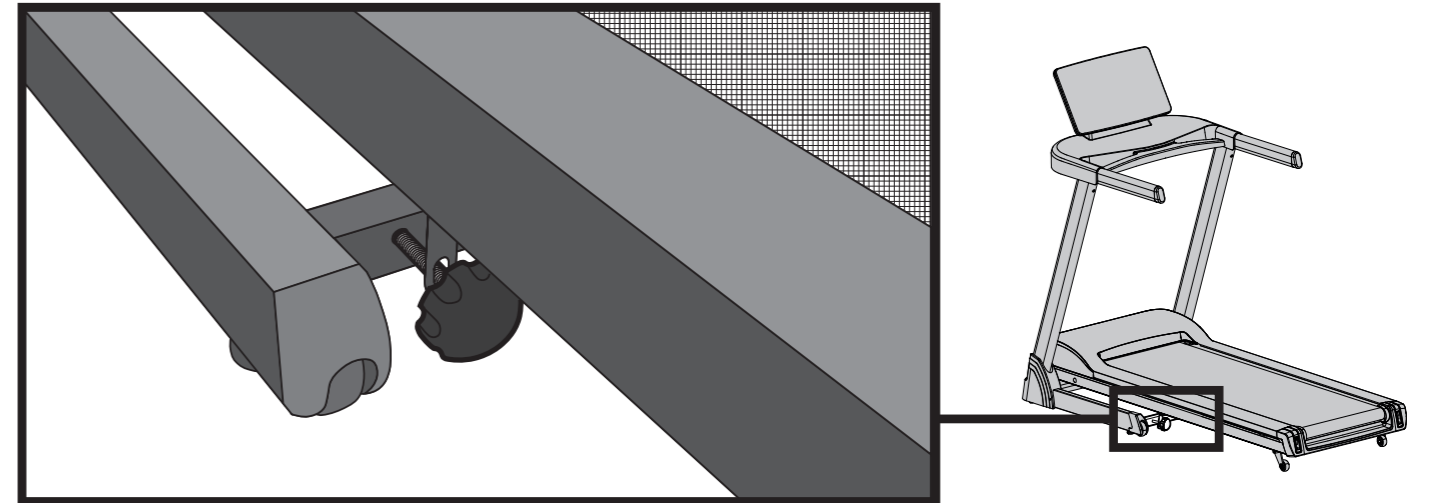
ينبغي ألا يستخدم الجهاز سوى الأشخاص الذين لا يتجاوز وزنهم 330.7 / 150 رطلاً.

قد يكون نظام مراقبة سرعة القلب غير دقيق.

يمكن للإفراط في التدريب أن يسبب إصابة بالغة أو الوفاة. أوقف التدريب على الفور.

احرص على ترك مسافة أمان لا تقل عن 2000 x 1000 ملم خلف الجهاز.

WARNING!



(EN) If you have to move the Treadmill whilst the running deck is down, ensure the locking pin is tightly in place, dismantle the Treadmill so the running deck and uprights are separate, then move the parts into place using two people and re-assemble. **Remove** the locking pin before use, failure to do so will prevent the incline from working and will damage the incline motor.

(FR) ATTENTION ! Si vous devez déplacer le tapis alors qu'il est en position basse, vérifiez que la tige de blocage est bien mise en place : démontez l'appareil de façon à séparer le tapis et les montants, puis déplacez les pièces à deux et remontez le tout. **Enlevez** la tige de blocage avant toute utilisation. Dans le cas contraire, l'inclinaison ne va pas fonctionner, ce qui va endommager le moteur d'inclinaison.

(ES) ¡ADVERTENCIA! Si la cinta de correr ha de ser desplazada mientras la banda de carrera quede plegada abajo, asegúrese de que el pasador de bloqueo esté bien colocado, desmonte la cinta de correr de manera que queden por separado banda de carrera y soportes verticales, desplace las distintas partes hasta su sitio entre dos personas y proceda nuevamente a su montaje. **Retire** el pasador de bloqueo antes del uso, de lo contrario no funcionará la inclinación y resultará dañado el motor de inclinación.

(DE) ACHTUNG! Wenn Sie das Laufband bewegen müssen, während das Laufdeck unten ist, stellen Sie vorab sicher, dass der Arretierstift fest sitzt und bauen Sie das Laufband dann auseinander, sodass das Laufdeck und der Handlauf voneinander getrennt sind. Bringen Sie die Einzelteile anschließend zu zweit in Position und bauen Sie das Laufband wieder zusammen. Entfernen Sie vor dem Gebrauch den Arretierstift. Wenn Sie dies nicht tun, funktioniert die Steigung nicht und der Steigungsmotor wird beschädigt.

(PT) AVISO! Se tiver que mover a passadeira com a plataforma de corrida para baixo, certifique-se de que o pino de bloqueio está bem fixo, desmonte a passadeira de forma a separar a plataforma e as barras de suporte e depois mova as peças para o local pretendido com a ajuda de outra pessoa e volte a montá-las. Remova o pino de bloqueio antes da utilização, caso contrário o mecanismo de inclinação não funcionará e poderá danificar o respetivo motor.

(ZH) 警告! 如果你必须在跑台放下时移动跑步机, 确保锁定插销紧固到位, 拆卸跑步机, 使跑台和立柱分开, 然后需要两个人将零件移动到位置并重新组装. 使用前取下锁定插销, 否则将阻止倾斜功能正常工作并损坏倾斜电机。

(JP) 警告! ランニングデッキが下りている間にトレッドミルを移動させる必要がある場合、ロックピンがしっかりとハマっていることを確認し、ランニングデッキと直立部が分かれるようにトレッドミルを分解し、その後、二人がかりで部品をはめ、再度組み立ててください。使用前にロックピンを取り除いてください。そうしないと、傾斜の作動を妨げ、傾斜モータに損傷を与えます。

(KO) 경고! 러닝 데크가 내려진 상태에서 트레드밀을 이동시켜야 하는 경우, 잠금 핀이 제자리에 단단히 꽂혀있는지 확인하고 트레드밀을 해체합니다. 그런 다음 러닝 데크와 수직부가 분리되면 두 사람이 부품을 옮겨놓고 다시 조립합니다. 사용 전 잠금 핀을 제거합니다. 이렇게 하지 않으면 기구가 작동하지 않으며 기구기 모터에 손상을 줄 수 있습니다.

(AR) إذا اضطرت إلى نقل المشاية الكهربائية أثناء إنزال سطح الجري، تأكد من إحكام ربط مسمار القفل، وفك هذه المشاية بحيث يكون كل من سطح الجري والقوائم منفصلين، ثم انقل الأجزاء إلى مكانها بالاستعانة بشخصين وأعد التجميع. فك مسمار القفل قبل الاستخدام، حيث سيؤدي عدم القيام بذلك إلى منع عمل الإمالة وإتلاف محركها.

(PL) UWAGA

- Sprzęt przeznaczony jest wyłącznie do użytku domowego. Sprzęt nie jest przeznaczony do użytku komercyjnego, w wypożyczalniach ani instytucjach.
- Używaj urządzenia tylko w sposób opisany w niniejszej instrukcji. Skonsultuj się z lekarzem przed wykonaniem jakiegokolwiek programu ćwiczeń.
- Sprzęt zawsze należy trzymać z dala od dzieci i zwierząt domowych.
- Upewnij się, że sprzęt znajduje się na płaskiej, stabilnej i równej powierzchni, z co najmniej 0,6 m wolnej przestrzeni wokół sprzętu.
- Ćwiczenia należy zawsze wykonywać w odpowiednim stroju gimnastycznym i obuwia treningowym.
- Poziom bezpieczeństwa sprzętu można zachować tylko wtedy, gdy jest on regularnie sprawdzany pod kątem uszkodzeń i zużycia. Natychmiast wytnij wadliwe elementy i/lub nie używaj sprzętu do czasu naprawy. Zwróć szczególną uwagę na elementy najbardziej narażone na zużycie. Przed użyciem przeczytaj wszystkie ostrzeżenia i instrukcje, a następnie ich przestrzegaj.
- Upewnij się, że włosy, ciało i ubranie znajdują się z dala od wszystkich ruchomych części.
- Jeśli w jakimkolwiek momencie podczas ćwiczeń poczujesz słabość, zawroty głowy lub odczuwasz ból, natychmiast przerwij ćwiczenia i skonsultuj się z lekarzem.
- Nadmierne ćwiczenia mogą skutkować poważnymi kontuzjami lub śmiercią.
- Przechowuj sprzęt w pomieszczeniu, z dala od wilgoci i kurzu. Nie należy przechowywać sprzętu w miejscach wilgotnych, garażach lub na zadaszonych dziedzińcach.
- Upewnij się, że nie wystają żadne elementy regulacyjne, które mogłyby zakłócać ruchy użytkownika.
- Sprzęt powinien być używany wyłącznie przez osoby ważące 150 kg / 330.7 lb lub mniej.
- System monitorowania tętna może być niedokładny. Nadmierne ćwiczenia mogą skutkować poważnymi kontuzjami lub śmiercią. Natychmiast przestań ćwiczyć.
- Sprzęt przeznaczony jest wyłącznie do użytku konsumenckiego.
- Zapewnij strefę bezpieczeństwa o wymiarach co najmniej 2000 mm x 1000 mm za urządzeniem.
- Nie należy używać złożonej biegni.
- Przed złożeniem poczekaj, aż powierzchnia biegni całkowicie się zatrzyma.
- Emisja hałasu pod obciążeniem jest wyższa niż bez obciążenia.

(CZ) VAROVÁNÍ

- Zařízení je určeno pouze k domácímu užívání (třída HA). Zařízení nepoužívejte v komerčních, klubových a nájemních zařízeních či institucích.
- Zařízení používejte pouze v souladu s tímto manuálem. Před zahájením cvičebního programu konzultujte lékaře.
- Do blízkosti stroje nikdy nepouštějte děti ani domácí zvířata.
- Zajistěte, aby zařízení stálo na rovné a stabilní horizontální ploše a kolem něj bylo minimálně 0,6 m volného prostoru.
- Při cvičení noste zásadně vhodné sportovní oblečení a obuv.
- Bezpečnostní úroveň zařízení lze zajistit pouze pravidelnými kontrolami případných poškození či opotřebení. Poškozené části ihned vyměňte a zařízení nepoužívejte, dokud nebude opraveno. Mimořádnou pozornost věnujte dílům, které jsou nejnáchylnější vůči opotřebení. Veškerá upozornění a pokyny je bezpodmínečně nutné přečíst ještě před zahájením používání zařízení a poté se jimi neustále řídit.
- Zajistěte, aby vlasy, tělo i oblečení byly z dosahu pohyblivých částí přístroje.
- Pokud se kdykoliv během tréninku začnete cítit malátně, dostanete závratě nebo pociťte bolest, trénink okamžitě ukončete a poraďte se se svým lékařem.
- Přehnaný trénink může vést k vážným zraněním či dokonce smrti.
- Zařízení umístěte ve vnitřních prostorech, z dosahu vlhkosti a prachu. Vybavení neskladujte v garážích ani na zastřešených terasách; vyvarujte se rovněž blízkosti vody.
- Pokud ze zařízení vyčnívá jakýkoliv nastavovací mechanismus nebo součástka, může to narušovat pohyb uživatele.
- Zařízení mohou využívat pouze osoby vážící 150 kg / 330.7 lb nebo méně.
- Údaje systému pro sledování tepové frekvence nemusí být zcela přesné. Přehnaný trénink může způsobit vážná zranění či dokonce smrt. Trénink neprodleně ukončete.
- Zařízení je určeno pouze pro koncové spotřebitele.
- Za zařízením zajistěte minimální bezpečnostní odstup 2 000 mm x 1 000 mm.
- Sklapnutý běžecký pás nelze používat ani obsluhovat.
- Před sklapnutím umožněte pohyblivým částem kompletní zastavení.
- Hlukové emise jsou se zátěží vyšší než bez zátěže.

(DK) FORSIGTIG

- Udstyret er udelukkende beregnet til hjemmebrug. Udstyret må ikke bruges professionelt, til udlejning eller til brug i institutioner.
- Brug kun udstyret som beskrevet i denne brugsanvisning. Rådfør dig med din læge, inden du påbegynder et træningsprogram.
- Hold altid børn og kæledyr væk fra udstyret.
- Anbring udstyret på en plan, stabil og vandret flade med mindst 0,6 m fri rum hele vejen rundt om udstyret.
- Bær altid egnet træningstøj og -sko.
- Udstyrets sikkerhedsniveau kan kun opretholdes, hvis det regelmæssigt undersøges for skader og slitage. Udskift defekte dele omgående og/eller brug ikke udstyret, før det er repareret. Vær især opmærksom på de dele, som er mest udsatte for slitage. Læs og overhold alle advarsler og anvisninger, inden du tager udstyret i brug.
- Hold hår, legemsdele og tøj på sikker afstand af alle bevægelige dele.
- Hvis du under træningen føler dig svimmel, tæt på at besvime eller føler smerte, skal du omgående stoppe træningen og rådføre dig med din læge.
- Hvis du træner for hårdt, kan det medføre alvorlig personskade eller død.
- Udstyret skal holdes indendørs, væk fra fugt og støv. Anbring aldrig udstyret i en garage, på en overdækket terrasse eller nær bassiner.
- Hvis justeringsanordningerne ikke pakkes væk, kan de komme i vejen for brugerens bevægelser.
- Udstyret er kun beregnet til personer, som vejer maks. 150 kg.
- Pulsmålingssystemer kan være unøjagtige. Overdreven træning kan medføre alvorlig personskade eller død. Stop omgående træningen.
- Dette udstyr er kun beregnet til privat brug.
- Sørg for, at der er et sikkerhedsområde på mindst 2.000 x 1.000 mm bag ved udstyret.
- Forsøg ikke at bruge et løbebånd, som er foldet sammen.
- Løbebåndet skal standse helt, inden du folder det sammen.
- Støjemissionen er højere ved belastning end uden belastning.

(FI) HUOMAA

- Laite on tarkoitettu vain kotikäyttöön (HA). Älä käytä laitetta kaupallisessa, vuokra- tai laitostyökaluissa.
- Käytä laitetta ainoastaan tässä käyttöohjeessa kuvatulla tavalla. Keskustele lääkärisi kanssa ennen minkään harjoitusohjelman suorittamista.
- Pidä lapset ja lemmikit aina poissa laitteen luota.
- Varmista, että laite on tasaisella, vakaalla ja suoralla pinnalla ja sen ympärillä on vähintään 0,6 m vapaata tilaa.
- Käytä aina asianmukaisia treenivaatteita ja harjoituskenkiä.
- Laitteen turvallisuus säilyy vain, jos se tarkistetaan säännöllisin väliajoin vaurioiden ja kulumisen varalta. Vaihda vialliset osat välittömästi ja/ tai keskeytä laitteen käyttö, kunnes se on korjattu. Kiinnitä erityistä huomiota osiin, jotka ovat eniten alttiina kulumiselle. Kaikki varoitukset ja ohjeet on luettava ennen käyttöä ja niitä on noudatettava.
- Pidä hiukset, keho ja vaatteet erillään kaikista liikkuvista osista.
- Jos sinua alkaa harjoituksen aikana heikottaa tai pyöryttää tai tunnet kipua, keskeytä harjoittelu välittömästi ja käänny lääkärin puoleen.
- Liikaharjoittelu voi johtaa vakavaan loukkaantumiseen tai jopa kuolemaan.
- Säilytä laite sisätiloissa pölyltä ja kosteudelta suojattuna. Älä sijoita laitetta autotalliin, katetulle patiolle tai veden läheisyyteen.
- Jos säätölaitteita jää ulkoneviksi, ne saattavat häiritä käyttäjän liikkeitä.
- Laite sopii ainoastaan enintään 150 kg painavien käyttöön.
- Sykkeenmittausjärjestelmä saattaa olla epätarkka. Liiallinen harjoittelu voi johtaa vakavaan loukkaantumiseen tai jopa kuolemaan. Lopeta harjoittelu välittömästi.
- Tämä laite on tarkoitettu yksinomaan kuluttajakäyttöön.
- Varmista, että laitteen takana on turva-alue, jonka koko on vähintään 2 000 mm x 1 000 mm.
- Kokoontaitettua juoksumattoa ei tulisi käyttää.
- Odota, että juoksualusta pysähtyy kokonaan, ennen kuin taitat sitä kokoon.
- Laitteesta aiheutuu enemmän melua kuormitettuna kuin kuormittamattomana.

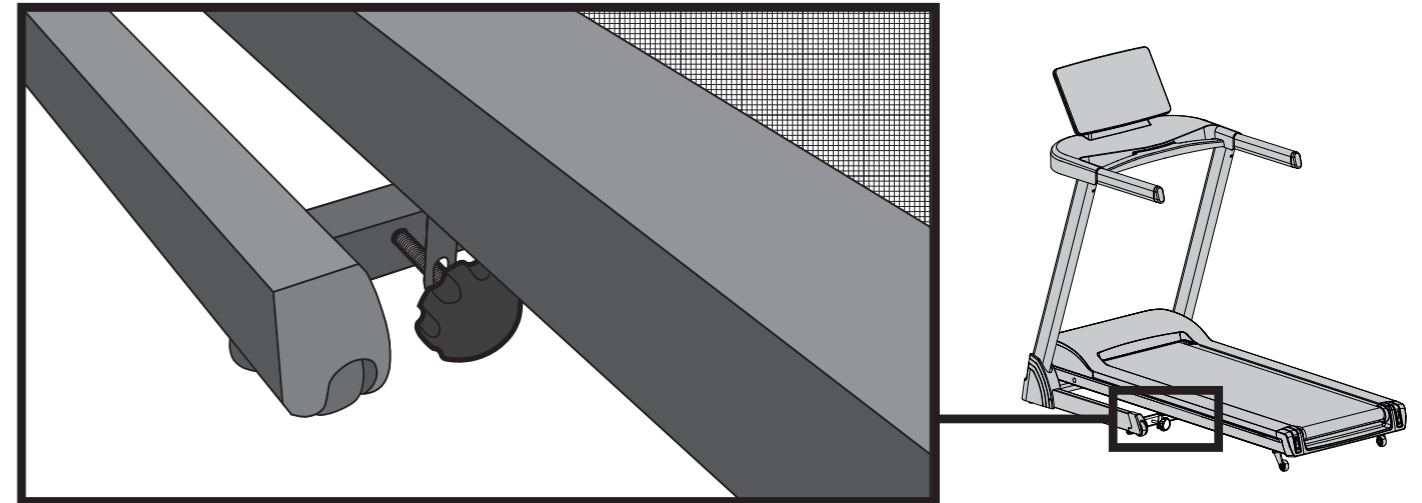
(NO) FORSIKTIG

- Utstyret er laget utelukkende for hjemmebruk (HA). Utstyret skal ikke brukes kommersielt, leies ut eller benyttes i institusjoner.
- Bruk utstyret kun som beskrevet i denne håndboken. Snakk med legen før du gjennomfører treningsprogrammer.
- Hold alltid barn og kjæledyr unna enheten.
- Forsikre deg om at utstyret står på en stabil og jevn overflate med minst 0,6 m frirom rundt utstyret.
- Bruk alltid egnede klær og sko når du trener.
- Sikkerhetsnivået for utstyret kan opprettholdes bare hvis det kontrolleres regelmessig med tanke på skader og slitasje. Skift ut defekte komponenter omgående og/eller ta utstyret ut av drift til det er reparert. Vær spesielt oppmerksom på komponenter som er mer utsatt for slitasje. Alle advarsler og instruksjoner skal leses og følges før bruk.
- Hold hår, kropp og klær fri og på avstand fra alle bevegelige deler.
- Hvis du føler deg matt, svimmel eller kjenner smerte, må du stoppe treningen omgående og rådføre deg med lege.
- Overtrening kan forårsake alvorlige eller dødelige skader.
- Hold utstyret innendørs, borte fra fuktighet og støv. Ikke plasser utstyret i en garasje eller på en overbygd veranda e.l., eller i nærheten av vann.
- Hvis en av innstillingsenhetene fremdeles stikker ut, kan det forstyrre brukerens bevegelse.
- Utstyret skal kun brukes av personer som veier 150 kg / 330.7 lb eller mindre.
- Overvåkingssystemer for hjerterytme kan være unøyaktige. Overdreven trening kan føre til alvorlige personskader eller død. Stopp treningen umiddelbart.
- Dette utstyret er kun for forbrukerbruk.
- Lag et sikkerhetsområde på minst 2000 mm x 1000 mm bak utstyret.
- En sammenfoldet tredemølle skal ikke betjening.
- La løpeflaten stoppe helt før du folder sammen apparatet.
- Støytutslippet er høyere under belastning enn uten belastning.

(SE) VAR FÖRSIKTIG

- Denna utrustning är endast avsedd för användning i hemmet (HA). Använd inte utrustningen kommersiellt, för uthyrning eller i institutionella miljöer.
- Använd endast utrustningen enligt beskrivningen i den här bruksanvisningen. Samråd med din läkare innan du genomför ett träningsprogram.
- Håll alltid barn och husdjur borta från utrustningen.
- Se till att utrustningen ligger på en plan, stabil och jämn yta med minst 0,6 m fritt utrymme kring utrustningen.
- Bär alltid lämpliga träningskläder och -skor.
- Utrustningens säkerhet kan bibehållas endast om den regelbundet kontrolleras med avseende på skador och slitage. Defekta komponenter måste genast bytas ut, annars måste utrustningen tas ur användning tills den repareras. Var särskilt uppmärksam på de komponenter som är mest utsatta för slitage. Alla varningar och instruktioner måste läsas och följas före användning.
- Håll hår, kropp och klädsel borta från alla rörliga delar.
- Om du någon gång under träningen känner dig matt, yr eller upplever smärta ska du omedelbart avbryta träningspasset och kontakta din läkare.
- Överdriven träning kan leda till allvarliga skador eller till och med död.
- Förvara utrustningen inomhus och håll den borta från fukt och damm. Placera inte utrustningen i ett garage eller uteplats under tak, eller i närheten av vatten.
- Om någon justeringsanordning lämnas i utskjutande läge kan den hindra användarens rörelser.
- Utrustningen ska bara användas av personer som väger 150 kg eller mindre.
- Pulsmätningssystem kan vara inexacta. För hård träning kan leda till allvarliga skador eller till och med död. Avbryt träningen omedelbart.
- Denna utrustning är endast avsedd att användas av konsumenter.
- Se till att det finns ett säkerhetsområde på minst 2 000 mm x 1 000 mm bakom utrustningen.
- Använd inte löpbandet när det är hopfällt.
- Låt löpytan stanna helt innan du faller ihop den.
- Löpbandet låter mer under belastning än utan belastning.

WARNING!



(EN) If you have to move the Treadmill whilst the running deck is down, ensure the locking pin is tightly in place, dismantle the Treadmill so the running deck and uprights are separate, then move the parts into place using two people and re-assemble. **Remove** the locking pin before use, failure to do so will prevent the incline from working and will damage the incline motor.

(PL) Jeśli musisz przesuwać bieżnię, gdy pas bieżni jest opuszczony, upewnij się, że kolek blokujący jest umocowany na swoim miejscu, rozmontuj bieżnię tak, aby pas bieżni i pionowe wsporniki były oddzielone, a następnie wraz z inną osobą przenieś części na docelowe miejsce i ponownie zmontuj. Przed użyciem wyjmij kolek blokujący: w przeciwnym razie pochylnia nie będzie działać, a jej silnik ulegnie uszkodzeniu.

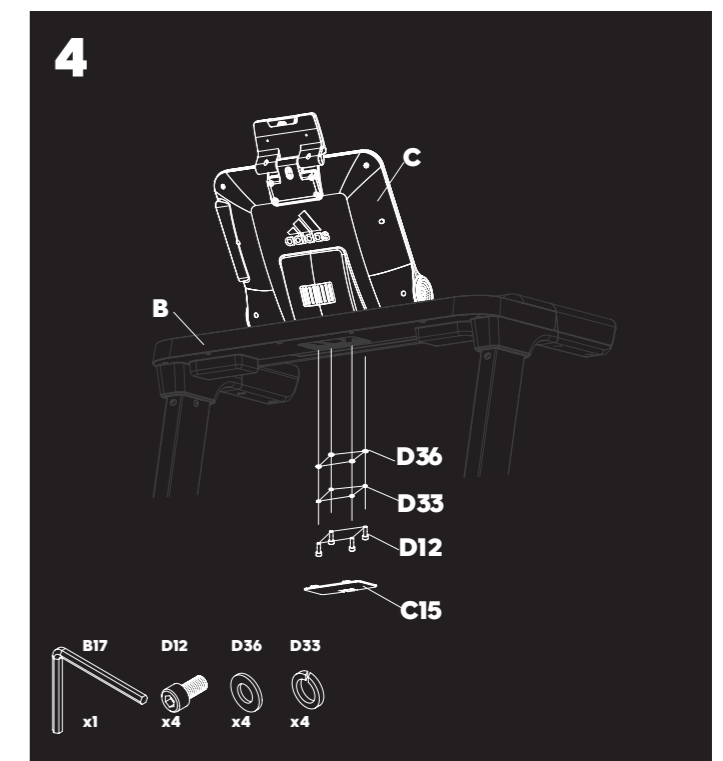
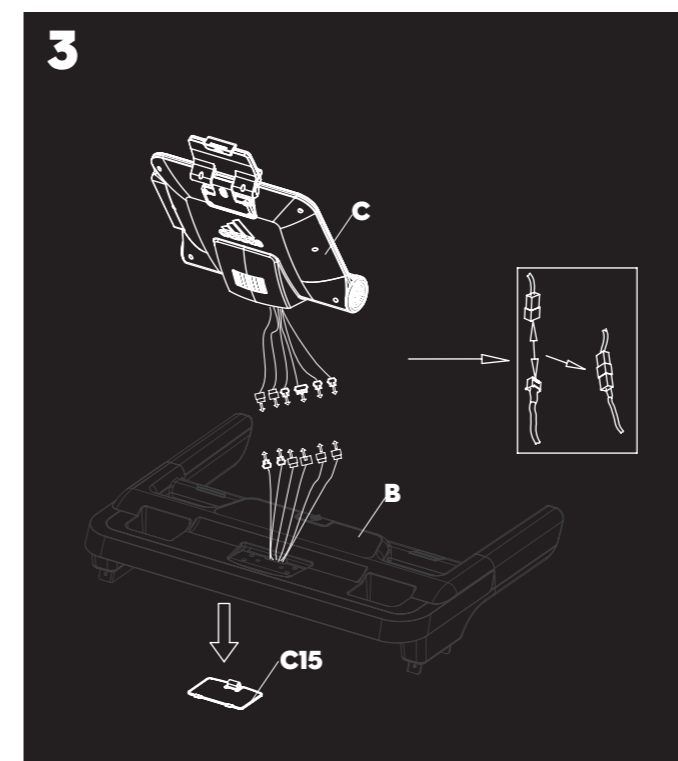
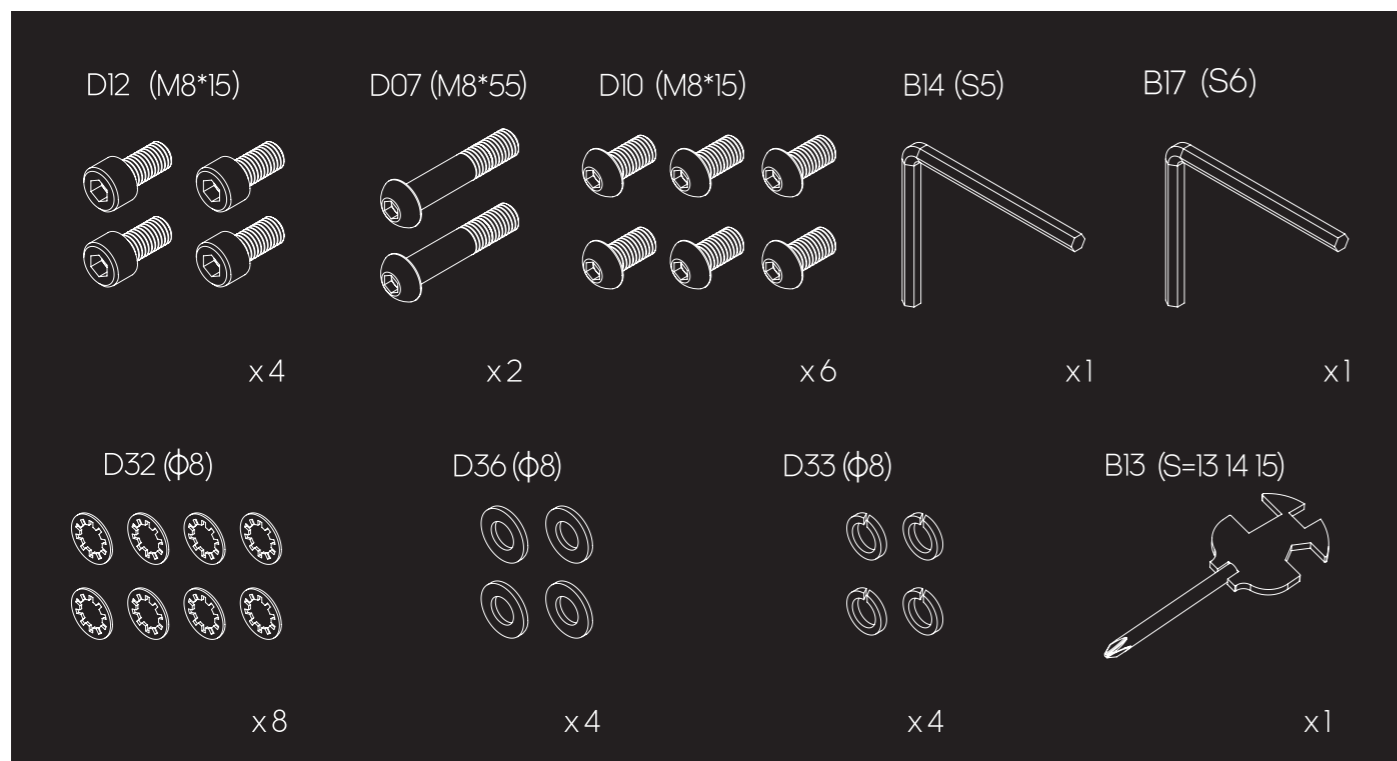
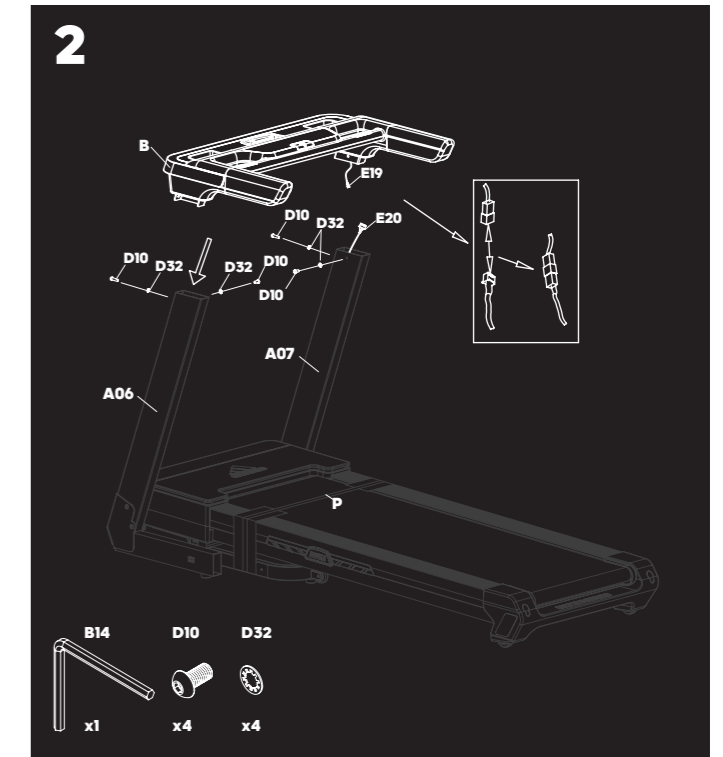
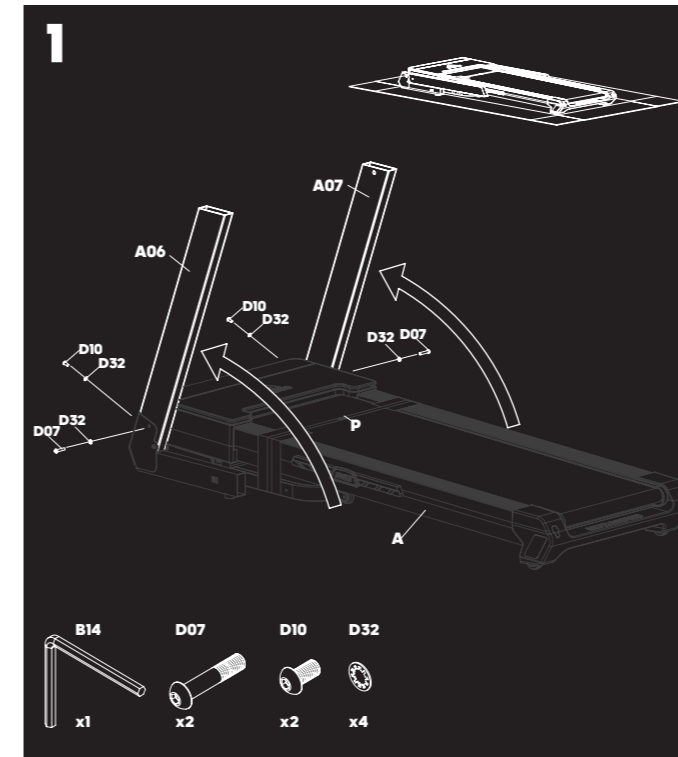
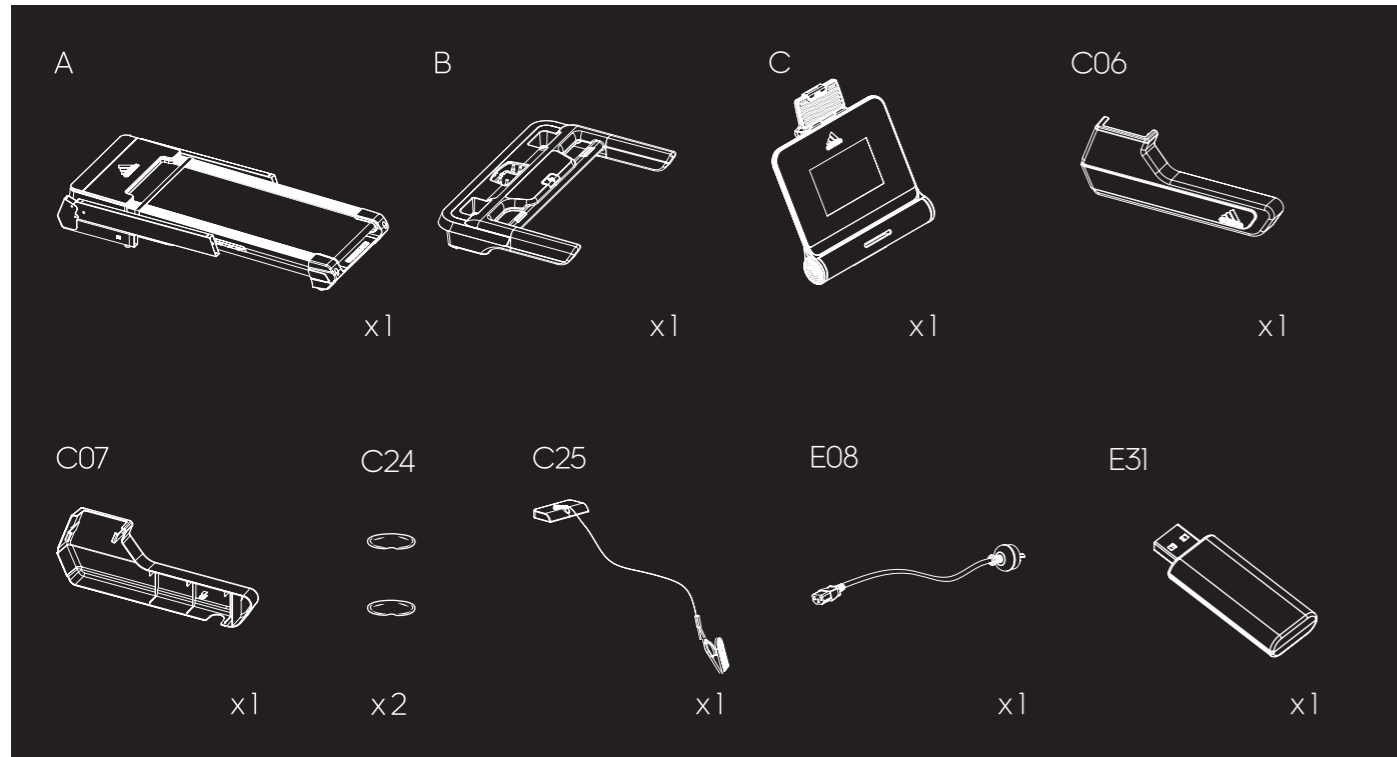
(CZ) Pokud musíte hýbat běžeckým pásem, který má sklopenou běžeckou plochu, tak prosím zajistěte, aby zamykací pojistka byla pevně na svém místě. Pás poté rozmontujte, oddělte běžeckou plochu od svislé části přístroje, a s pomocí druhé osoby přeneste obě části na nové místo. Zde terpve přístroj znovu sestavte. Zamykací pojistku před zahájením používání stroje zase vyjměte. Její ponechání na místě by bránilo pásu v úpravě sklonu a zničilo by sklápěcí motor.

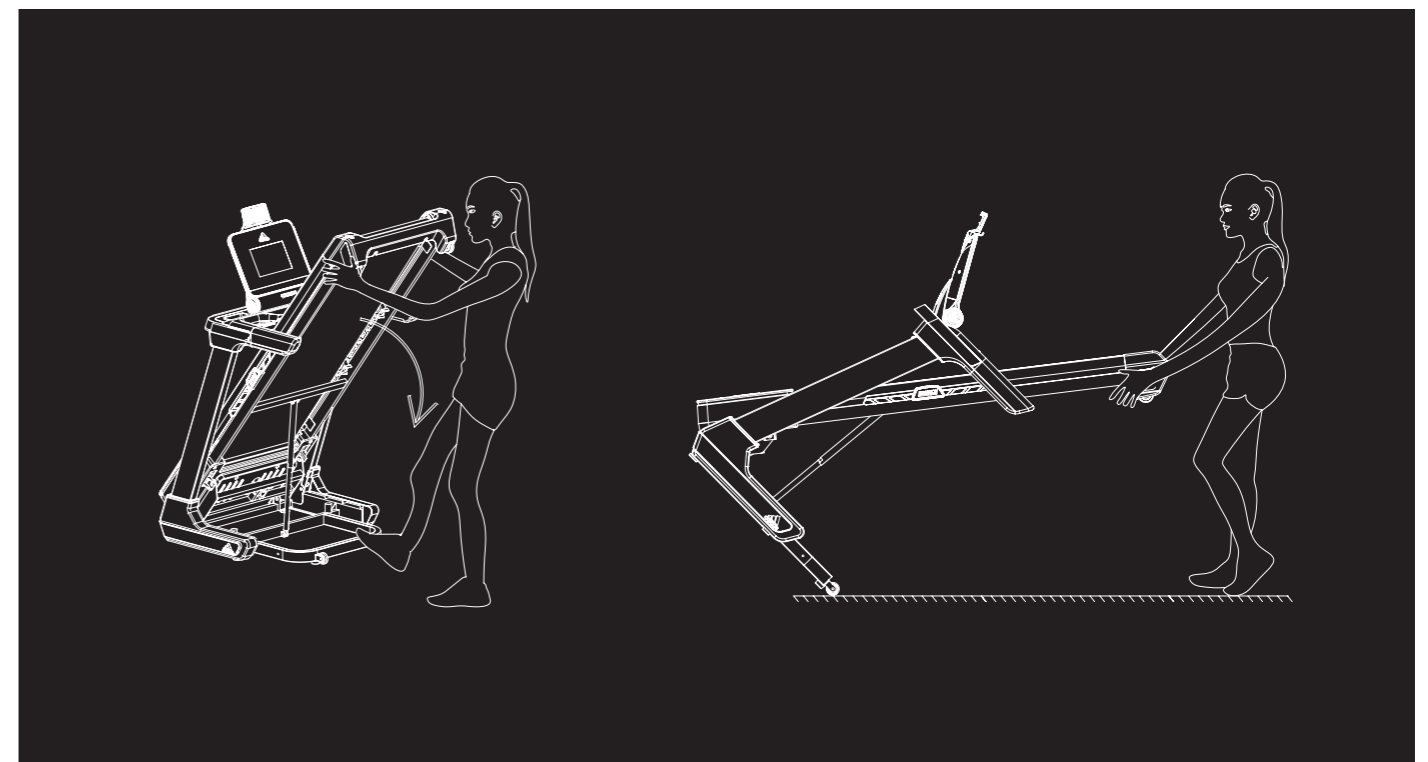
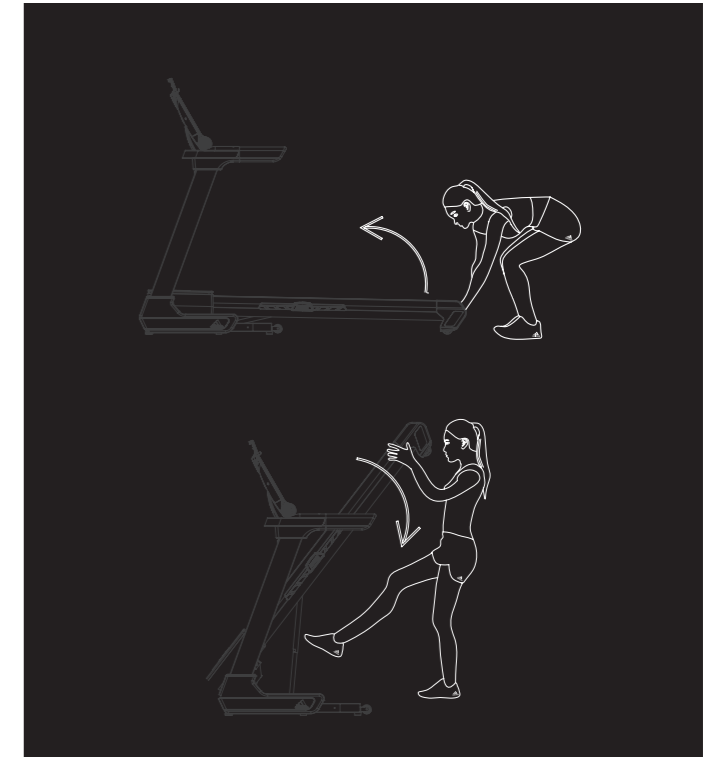
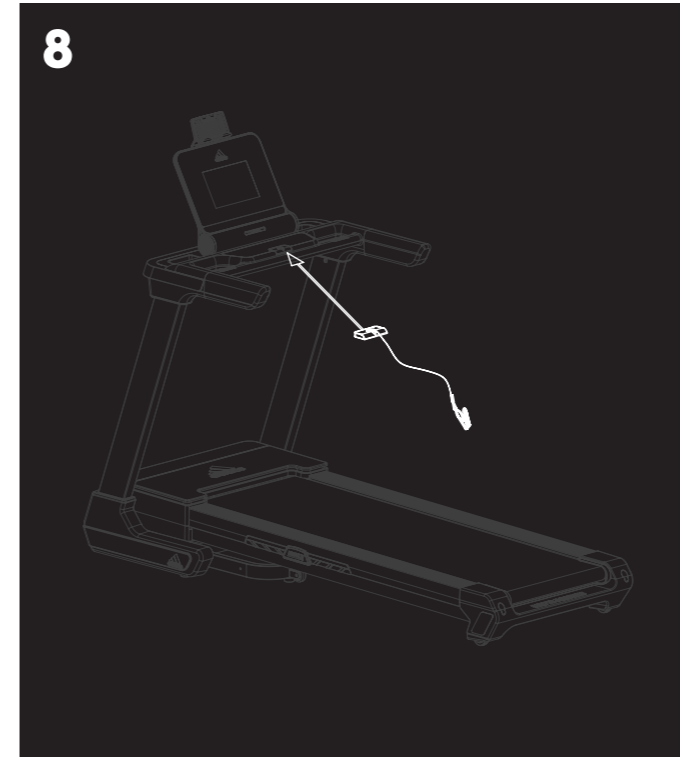
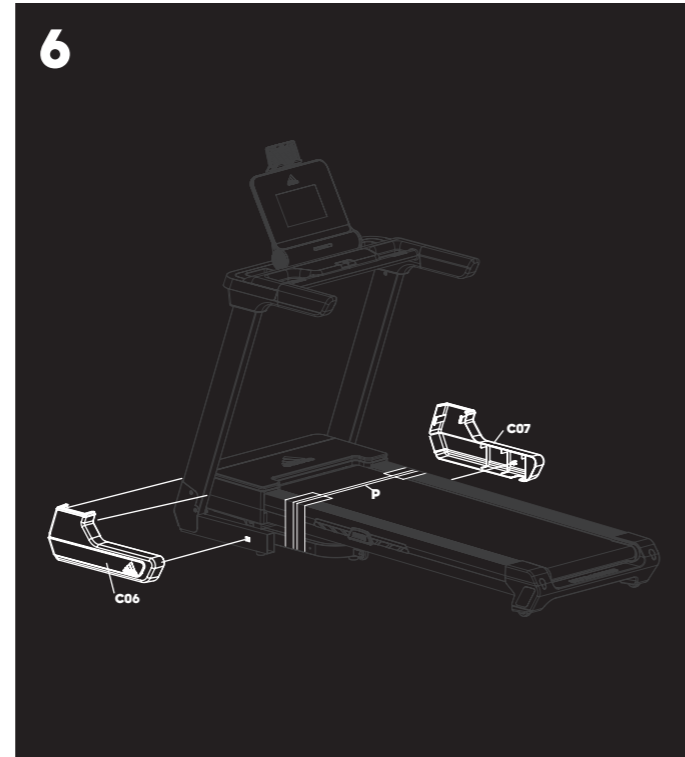
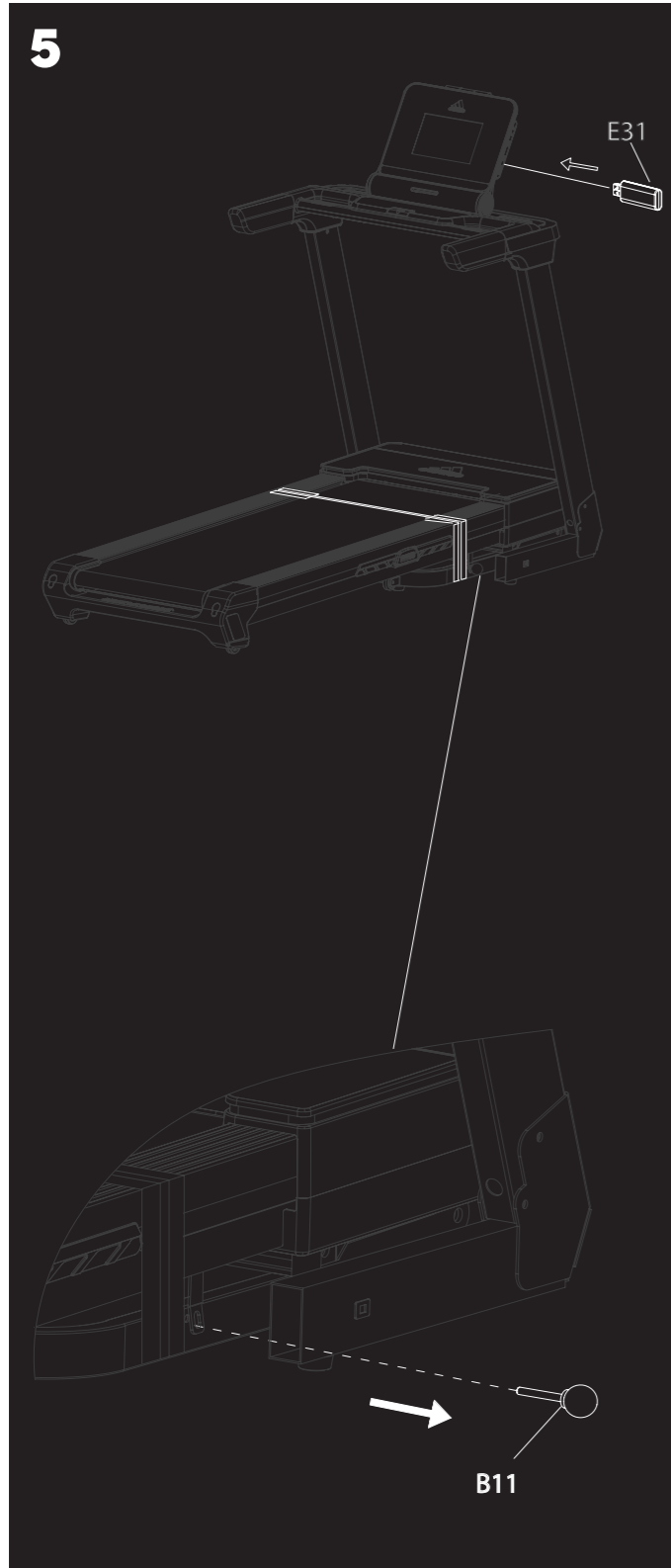
(DK) Hvis du er nødt til at flytte maskinen, mens løbebåndet er foldet ned, skal du sikre dig, at låsestiften er isat korrekt, adskille løbebåndet og stellet fra hinanden, være to om at flytte delene og derefter samle dem igen. Tag låsestiften ud igen før brug. Hvis du ikke gør det, kan løbebåndets stigning ikke ændres, og motoren, der tilpasser stigningen, kan tage skade.

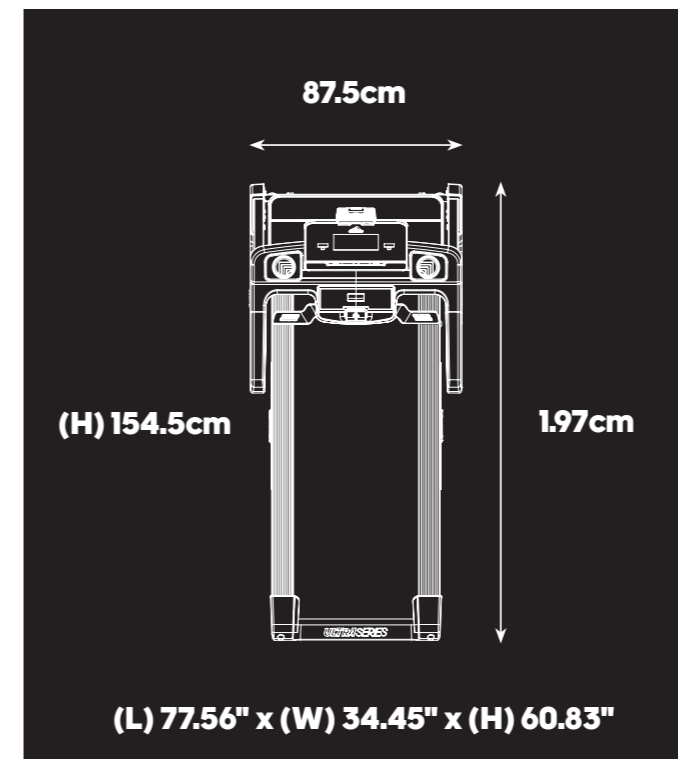
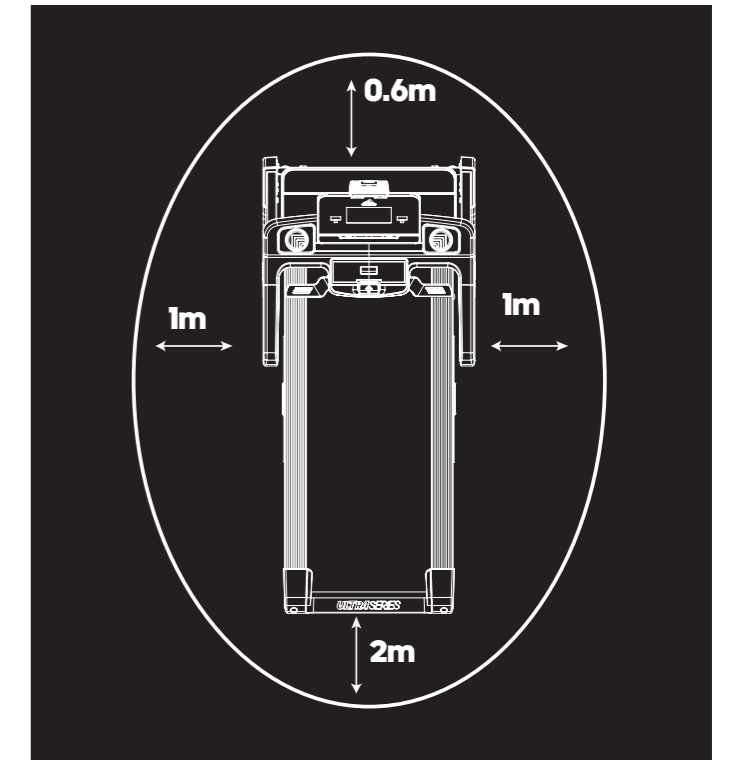
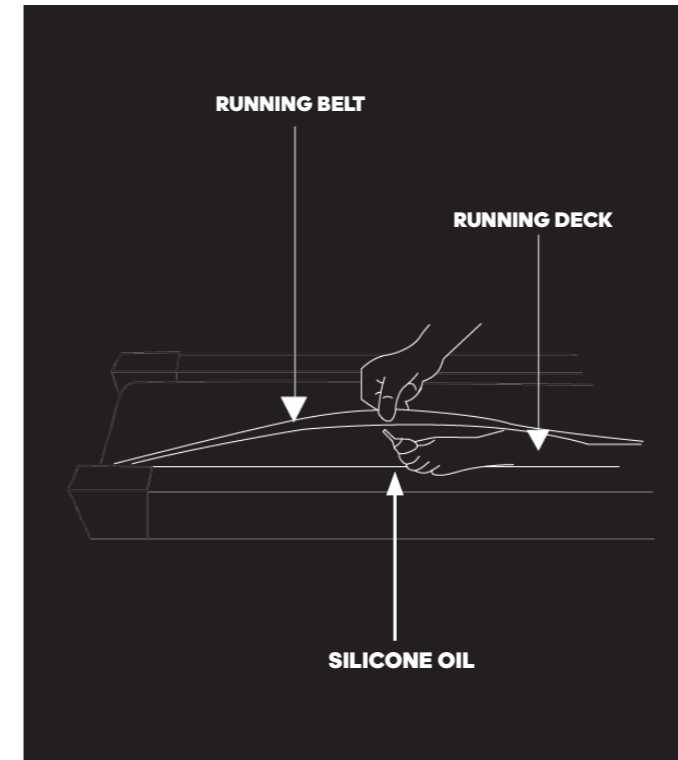
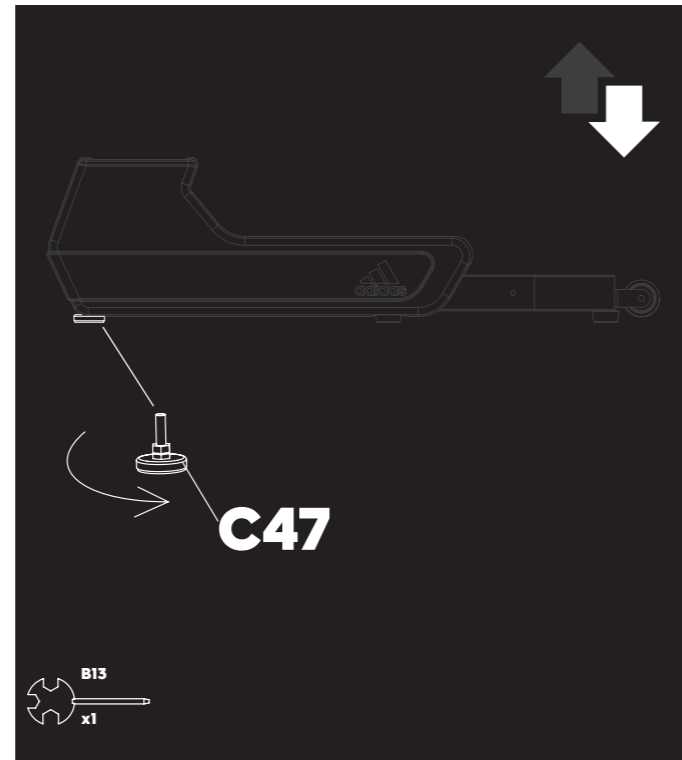
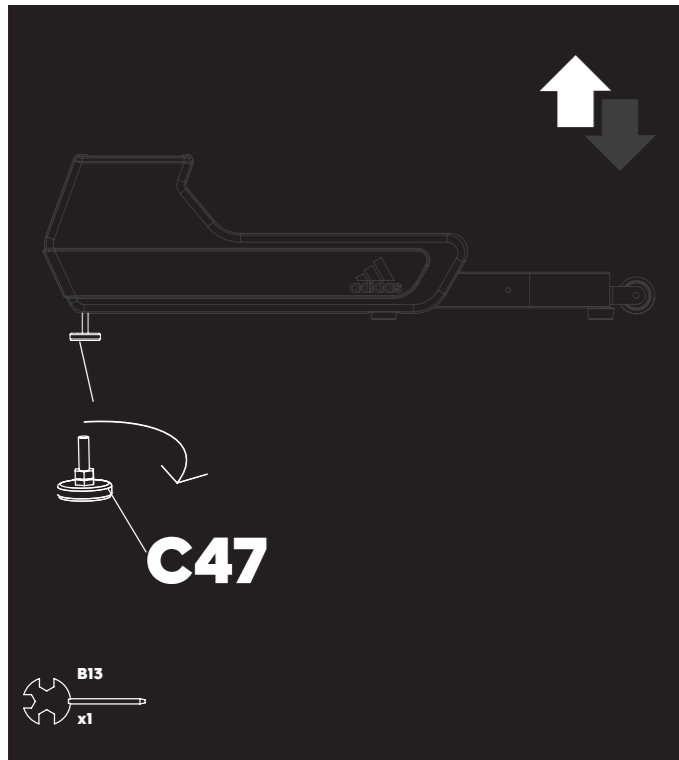
(FI) Jos juoksumattoa on siirrettävä, kun juoksualusta on alhaalla, varmista, että lukitustappi on tiiviisti paikallaan, pura juoksumatto niin, että juoksualusta ja pystytuet ovat erillään, ja siirrä siten osat paikoilleen yhdessä toisen henkilön kanssa ja kokoa laite uudelleen. Irrota lukitustappi ennen käyttöä. Muuten kallistus ei toimi ja kallistusmoottori rikkoutuu.

(NO) Hvis du må flytte tredemøllen mens løpeenheten er nede, sørg for at låsepinnen er godt på plass, demonter tredemøllen slik at løpeenheten og stenderne er adskilte, flytt deretter delene på plass med to personer og sett sammen igjen. Fjern låsepinnen før bruk. Gjør du ikke det, forhindres stigningen i å fungere og det skader stigningsmotoren.

(SE) Om du behöver flytta löpbandet när bandet är nere måste du säkerställa att låsstiftet sitter fast ordentligt. Demontera löpbandet så att bandet och stolparna är separata. Ta sedan hjälp av en annan person för att ställa delarna på plats och montera ihop det igen. Ta bort låsstiftet före användning. Om du inte gör det kommer inte lutningen att fungera och lutningsmotorn kommer att skadas.









kinomap

TRAIN ALL OVER THE WORLD
thousands of videos available

STRUCTURED WORKOUTS
coaching & interval training

SHARE YOUR ACHIEVEMENTS
with the Kinomap community

MULTIPLAYER MODE
challenge your friends

+1m active users



www.kinomap.com



(FR) ENTRAÎNEZ-VOUS PARTOUT
DANS LE MONDE DES MILLIERS DE
VIDÉOS DISPONIBLES

(DE) TRAINIERE ÜBERALL AUF DER
WELT TAUSENDE VON VIDEOS
VERFÜGBAR

(ZH) 遍及全世界的训练
数以千计的视频可用

(KO) 세계 어디에서든 운동할 수
있습니다. 수천여 개의 동영상
참조하세요.

(ES) ENTRENA EN CUALQUIER PARTE
DEL MUNDO MILES DE VIDEOS
DISPONIBLES

(PT) TREINE EM TODO O MUNDO
MILHARES DE VÍDEOS DISPONÍVEIS

(JP) 世界中でトレーニングしよう
数千のビデオが利用可能

(AR) تمزّن في كل أنحاء العالم
آلاف المقاطع المتاحة

(FR) ENTRAÎNEMENTS STRUCTURÉS
ACCOMPAGNEMENT ET
ENTRAÎNEMENT FRACTIONNÉ

(DE) STRUKTURIERTE WORKOUTS
COACHING UND
INTERVALLTRAINING

(ZH) 结构化的训练
教练和间隙训练

(KO) 체계적인 운동
코칭과 인터벌 트레이닝

(ES) ENTRENAMIENTOS
ESTRUCTURADOS
ASESORAMIENTO Y
ENTRENAMIENTO EN INTERVALOS

(PT) TREINOS ESTRUTURADOS
TREINADOR E TREINOS
INTERVALADOS

(JP) 構造化した運動
コーチングとインターバルトレ
ーニング

(AR) تمارين منظمة
تدريب وتمارين متواتر

(FR) PARTAGEZ VOS RÉALISATIONS
AVEC LA COMMUNAUTÉ KINOMAP

(DE) TEILE DEINE ERFOLGE
MIT DER KINOMAP-COMMUNITY

(ZH) 和KINOMAP社区分享您的成就

(KO) 자신이 성취한 결과를 KINOMAP
커뮤니티와 공유해보세요

(ES) COMPARTE TUS LOGROS
CON LA COMUNIDAD KINOMAP

(PT) PARTILHE AS SUAS CONQUISTAS
COM A COMUNIDADE KINOMAP

(JP) KINOMAP コミュニティであなたの
達成を共有しよう

(AR) شارك إنجازاتك
مع مجتمع KINOMAP

(FR) MODE MULTIJOUEURS
LANCEZ UN DÉFI À VOS AMIS

(DE) MEHRSPIELER-MODUS
FORDERE DEINE FREUNDE HERAUS

(ZH) 多人运动模式
挑战您的朋友

(KO) 멀티플레이어 모드
친구에게 도전하기

(ES) MODO MULTIJOGADOR
DESAFÍA A TUS AMIGOS

(PT) MODO MULTIJOGADOR
DESAFIE OS SEUS AMIGOS

(JP) マルチプレイヤーモード
あなたの友達に挑戦しよう

(AR) نمط متعدد اللاعبين
تحّد أصدقائك

(FR) +1 MILLION D'UTILISATEURS ACTIFS

(DE) ÜBER 1 MIO. AKTIVE NUTZER

(ZH) +1m活跃用户

(KO) +1백만 활성 유저

(ES) MÁS DE 1 MILLÓN DE USUARIOS
ACTIVOS

(PT) MAIS DE 1 MILHÃO DE
UTILIZADORES ATIVOS

(JP) +1m アクティブユーザー

(AR) أكثر من مليون مستخدم نشط



VIDEO GAME STYLE TRAINING

RUN THROUGH IMMERSIVE WORLDS

1000+ WORKOUTS CURATED BY COACHES

GLOBAL CONNECTIVITY & COMMUNITY

GROUP RUNS, COMPETITIONS & RACES



ENTRAÎNEMENT DE STYLE JEU VIDÉO / ENTRENAMIENTO AL ESTILO DE UN VIDEOJUEGO / TRAINING IM STIL EINES VIDEOSPIELS / TREINO TIPO JOGO DE VIDEO / 视频游戏风格训练 / ビデオゲームスタイルのトレーニング / 비디오 게임 방식의 트레이닝 / تدريب في هيئة ألعاب الفيديو

(FR) COUREZ DANS DES
MONDES IMMERSIFS

(DE) DURCHLAUFE IMMERSIVE WELTEN

(ZH) 在身临其境的世界中奔跑

(KO) 몰입형 세계에서 달리기

(FR) +1000 ENTRAÎNEMENTS CRÉÉS PAR
DES ENTRAÎNEURS

(DE) ÜBER 1000 VON TRAINERN
AUSGEWÄHLTE WORKOUTS

(ZH) 由教练策划的1000+训练

(KO) 코치가 설계한 1천 개 이상의
운동 프로그램

(FR) CONNECTIVITÉ ET
COMMUNAUTÉ MONDIALE

(DE) GLOBALE VERNETZUNG
UND COMMUNITY

(ZH) 全球连接和社区

(KO) 글로벌 연결 & 커뮤니티

(FR) JOGGING EN GROUPE,
COMPÉTITIONS ET COURSES

(DE) GRUPPENLAUFE, WETTBEWERBE
UND RENNEN

(ZH) 团体跑步, 竞赛和赛跑

(KO) 단체 달리기, 경쟁, 시합

kinomap

TRAIN ALL OVER THE WORLD
thousands of videos available

STRUCTURED WORKOUTS
coaching & interval training

SHARE YOUR ACHIEVEMENTS
with the Kinomap community

MULTIPLAYER MODE
challenge your friends

+1m active users



www.kinomap.com



(PL) ĆWICZ W DOWOLNYM MIEJSCU NA ZIEMI
TYSIĄCE DOSTĘPNYCH NAGRAŃ
(CZ) TRÉNUJTE PO CELÉM SVĚTĚ
K DISPOZICI TISICE VIDĚÍ

(DK) STRUKTURERET TRÆNING
COACHING OG INTERVALTRÆNING
(FI) JÄSENNELTYJÄ TREENIJÄ
SAATAVANA TUHANSIA VIDEOITA

(NO) TREN OVER HELE VERDEN
TUSENVIS AV TILGJENGELIGE VIDEOER
(SE) TRÄNA ÖVER HELA VÄRLDEN
TUSENTALS TILLGÅNGLIGA VIDEOR

(PL) STARANIE OPRACOWANE TRENINGI
COACHING I TRENING INTERWAŁOWY
(CZ) STRUKTUROVANÉ CVIČENÍ
KOUČOVÁNÍ A INTERVALOVÝ TRÉNINK

(DK) STRUKTURERET TRÆNING
COACHING OG INTERVALTRÆNING
(FI) JÄSENNELTYJÄ TREENIJÄ
VALMENNUSTA JA INTERVALIHARJOITTELUA

(NO) STRUKTURERTE TRENINGSSØKTER
VEILEDNING OG INTERVALTRÆNING
(SE) STRUKTURERADE TRÄNINGSPASS
COACHNING OCH INTERVALTRÄNING

(PL) DZIEL SIĘ SWOIMI OSIĄGNIĘCIAMI
ZE SPOŁECZNOŚCIĄ KINOMAP
(CZ) PODĚLTE SE O SVĚ ŮSPĚCHY
S KOMUNITOU UŽIVATELŮ KINOMAP

(DK) DEL DINE RESULTATER
MED KINOMAP-FÆLLESSKABET
(FI) AA SAAVUTUKSESI
KINOMAP-YHTEISON KANSSA

(NO) DEL DINE PRESTASJONER
MED KINOMAP-SAMFUNNET
(SE) DELA DINA PRESTATIONER
MED KINOMAP-COMMUNITYN

(PL) TRYB WIELOOSOBOWY
ZMIERZ SIĘ ZE ZNAJOMYMI
(CZ) MODUS VÍCE HRÁČŮ
VYZVĚTE SVĚ PRÁTELE

(DK) MULTIPLAYER-FUNKTION
DU KAN UDFORDRE DINE VENNER
(FI) MONINPELITILA
HAASTA YSTÄVIÄSI

(NO) FLERSPILLERMODUS
UTFORDRE VENNENE DINE
(SE) MULTIPLAYERLÄGE
UTMANA DINA VÄNNER

(PL) PONAD MILION AKTYWNYCH UŻYTKOWNIKÓW
(CZ) VÍCE NEŽ 1m AKTIVNÍCH UŽIVATELŮ

(DK) 1+ MILLION AKTIVE BRUGERE
(FI) YLI MILJOONA AKTIIVISTA KÄYTTÄJÄÄ

(NO) +1m AKTIVE BRUKERE
(SE) +1 MILJ. AKTIVA ANVÄNDARE



VIDEO GAME STYLE TRAINING

RUN THROUGH IMMERSIVE WORLDS

1000+ WORKOUTS CURATED BY COACHES

GLOBAL CONNECTIVITY & COMMUNITY

GROUP RUNS, COMPETITIONS & RACES



TRENING NICZYM W GRZE KOMPUTEROWEJ / TRÉNINK VE STYLU VIDEOHRY / TRÆN SOM I ET VIDEOSPIL / HARJOITTELUA VIDEOPELIEN TAPAAN / /TRENING I VIDEOSPILLSTIL / TRÄNING I VIDEOSPELSTIL

(PL) PRZEMIERZAJ REALISTYCZNE ŚWIATY
(CZ) PROBĚHNĚTE SE POUTAVÝMI SVĚTY

(DK) LØB I INSPIRERENDE OMGIVELSER
(FI) JUOKSE HALKI MONITASOISTEN MAILMOJEN

(NO) LØP GJENNOM OMFATTENDE VERDENER
(SE) SPRING GENOM UPPSLUKANDE VÄRLDAR

(PL) PONAD 1000 TRENINGÓW OPRACOWANYCH
PRZEZ WYKWALIFIKOWANYCH TRENERÓW
(CZ) VÍCE NEŽ 1000 RŮZNÝCH CVIČENÍ
PŘIPRAVENÝCH TRÉNÉRY

(DK) 1000+ TRÆNINGSPROGRAMMER SAMMENSAT
AF COACHES
(FI) YLI 1000 VALMENTAJIEN LAATIMAA HARJOITUSTA

(NO) 1000+ TRENINGSSØKTER ORGANISERT
AV TRENERE
(SE) 1000+ TRÄNINGSPASS LEDDA AV TRÄNARE

(PL) GLOBALNA ŁĄCZNOŚĆ I SPOŁECZNOŚĆ
(CZ) GLOBÁLNÍ PROPOJENÍ & KOMUNITA

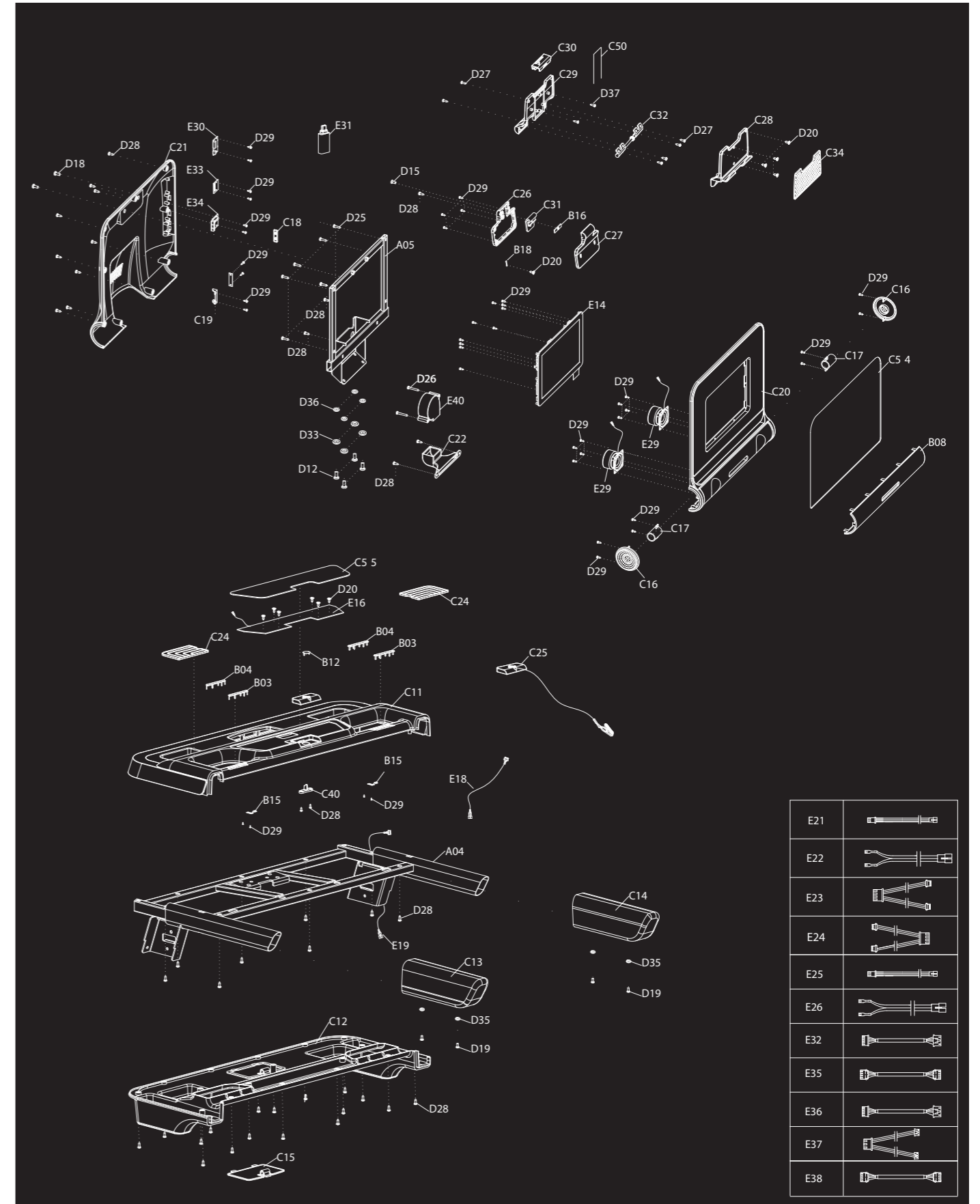
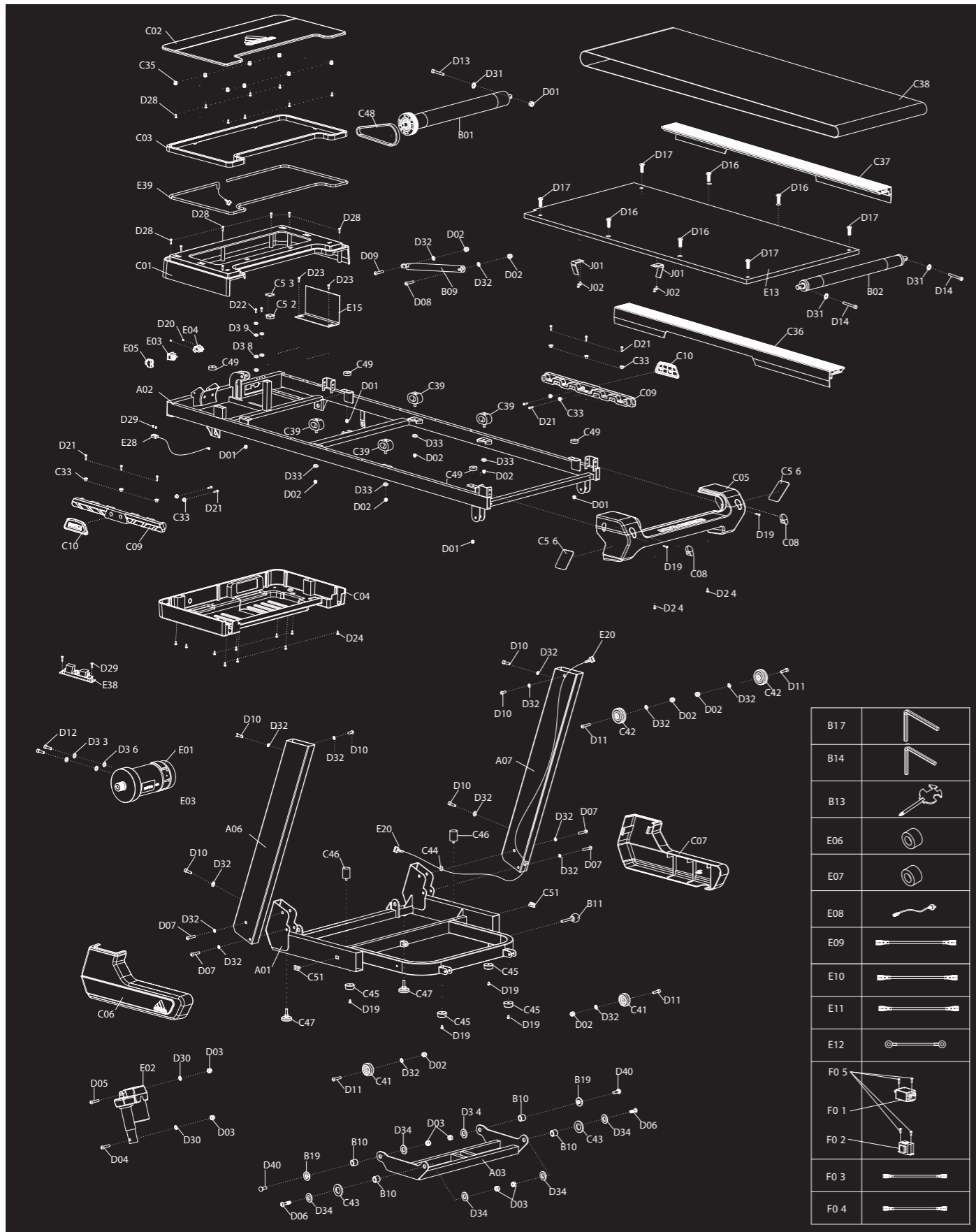
(DK) GLOBAL KONNEKTIVITET OG FÆLLESSKAB
(FI) MAAILMANLAAJUINEN LITETTÄVYYS JA YHTEISÖ

(NO) GLOBAL TILKOBLING OG GLOBALT SAMFUNN
(SE) GLOBAL UPPKÖPLING OCH COMMUNITY

(PL) WYDARZENIA GRUPOWE, ZAWODY I WYŚCIGI
(CZ) BĚHY VE SKUPINKÁCH, SOUTĚŽE A ZÁVODY

(DK) GRUPPELØB, KONKURRENCER OG LØB
(FI) RYHMÄJUOKSUJA JA KILPAILUJA

(NO) GRUPPELØPING, KONKURRANSER OG LØP
(SE) GRUPPLÖPNING, TÄVLINGAR OCH LÖPP



		QTY.
A01	Base Frame	1
A02	Main Frame	1
A03	Incline Bracket	1
A04	Console Bracket	1
A05	Panel Support Bracket	1
A06	Left Upright Tube	1
A07	Right Upright Tube	1
B01	Front Roller	1
B02	Back Roller	1
B03	Left Pulse Steel Plate	2
B04	Right Pulse Steel Plate	2
B08	Speaker Net	1
B09	Cylinder	1
B10	Bushing	4
B11	Locking Pin	1
B12	Safety Key Plate	1
B13	Cross Wrench With Screw Driver	1
B14	Allen Key	1
B15	Spring Plate	2
B16	Tension Plate	1
B17	Allen wrench	1
B18	Metal sheet	1
B19	Step bush	2
C01	Motor Top Cover	1
C02	Motor Cover Panel	1
C03	Light Cover	1
C04	Motor Bottom Cover	1
C05	Rear Cover	1
C06	Left Upright Tube Cover	1
C07	Right Upright Tube Cover	1
C08	Rear Cover Plug	2
C09	Cushion	2
C10	Cushion Side Cover	2
C11	Console Top Cover	1
C12	Console Bottom Cover	1
C13	Left Handle Bar	1
C14	Right Handle Bar	1
C15	Console Back Cover	1
C16	Speaker Side Cover	2
C17	Speaker Inner Tube	2
C18	Volume Control Button	1
C19	Volume Button Adapter	1
C20	Panel Top Cover	1
C21	Panel Bottom Cover	1
C22	Fan Guide	1
C24	Bottle Mat	2
C25	Safety Key	1
C26	Holder Fixed Support Top Cover	1
C27	Holder Fixed Support Bottom Cover	1

		QTY.
C28	Holder Top Cover	1
C29	Holder Bottom Cover	1
C30	Holder Splint	1
C31	Lock Botton	1
C32	Pressing Plate	1
C33	Fixed Step Bushing	10
C34	Ipad Holder Mat	1
C35	Fixed Buckle	8
C36	Left Side Rail	1
C37	Right Side Rail	1
C38	Running Belt	1
C39	Cushion	4
C40	Safety Key Base	1
C41	Moving Wheel	2
C42	Adjustable Wheel	2
C43	Plastic Pad	2
C44	Ring-Shape Wire Plug	2
C45	Flat Foot Pad	4
C46	Cone-Shape Cushion	2
C47	Adjustable Foot Pad	2
C48	Motor Belt	1
C49	Black Cushion	4
C50	Elastic Rope	1
C51	Tube Buckle	2
C52	Square Tube Plug	1
C53	EVA Pad	1
C54	Acrylic Console Panel	1
C55	Acrylic Button Board	1
C56	Acrylic Rear Side Cover	2
D01	Nut (M6)	5
D02	Nut (M8)	10
D03	Nut (M10)	6
D04	Bolt (M10*90)	1
D05	Bolt (M10*45)	1
D06	Bolt (M10*30)	4
D07	Bolt (M8*55)	4
D08	Bolt (M8*45)	1
D09	Bolt (M8*25)	1
D10	Bolt (M8*15)	6
D11	Bolt (M8*40)	4
D12	Bolt (M8*15)	6
D13	Bolt (M6*60)	1
D14	Bolt (M6*55)	2
D15	Bolt (M5*15)	1
D16	Bolt (M8*25)	4
D17	Bolt (M6*40)	4
D18	Bolt (M6*25)	2
D19	Bolt (M5*12)	8
D20	Screw (ST29*8)	13
D21	Screw (ST42*19)	10

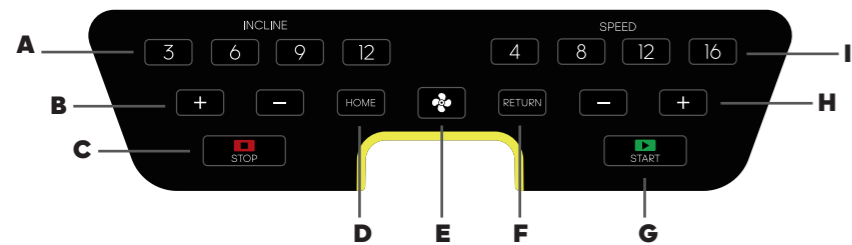
		QTY.
D22	Bolt (M5*12)	2
D23	Screw (ST42*20)	2
D24	Screw (ST42*12)	12
D25	Screw (ST42*20)	6
D26	Screw (ST42*40)	2
D27	Screw (ST35*12)	6
D28	Screw (ST42*12)	58
D29	Screw (ST29*8)	46
D30	Lock Washer (10)	2
D31	Lock Washer (6)	3
D32	Lock Washer (8)	16
D33	Spring Washer (8)	10
D34	Big Washer (Ø10*Ø26)	6
D35	Big Flat Washer (Ø6*Ø12)	4
D36	Flat Washer (8)	6
D37	Screw (ST35*5)	2
D38	Spring Washer (5)	3
D39	Flat Washer (5)	3
D40	Bolt (M10*30)	2
E01	DC Motor	1
E02	Incline Motor	1
E03	Square Switch Button	1
E04	Power Socket	1
E05	Overload Protector	1
E06	Magnet Ring	1
E07	Magnet Core	1
E08	Power Wire	1
E09	AC Single Wire	1
E10	AC Single Wire	2
E11	AC Single Wire	2
E12	Grounding Wire	1
E13	Running Board	1
E14	Console	1
E15	Control Board	1
E16	Touch Button Board	1
E18	Console Top Signal Wire	1
E19	Console Middle Signal Wire	1
E20	Console Bottom Signal Wire	1
E21	Hand Pulse Top Signal Wire	1
E22	Hand Pulse Bottom Signal Wire	2
E23	Touch Button Connecting Top Wire	1
E24	Touch Button Connecting Bottom Wire	1
E26	Safety Key Bottom Wire	1
E28	Speed Sensor	1
E29	Speaker	2
E30	Bluetooth transfer module	1
E31	DONGLE	1
E32	Bluetooth transfer module wire	1
E33	Bluetooth module	1
E34	USB Module	1

		QTY.
E35	USB Connecting Wire	1
E36	Bluetooth connecting wire	1
E37	Bluetooth power and transfer module connecting wire	1
E38	Energy Saving Board	1
E39	Neon Strip	1
E40	Fan	1
F01	Filter	1
F02	Inductance	1
F03	AC Single Wire	1
F04	Grounding Wire	1
F05	Screw	4
J01	Belt Hook	2
J02	Screw	4

CONSOLE



- A** - INSTANT INCLINE
- B** - INCLINE UP/DOWN
- C** - STOP
- D** - HOME
- E** - FAN
- F** - RETURN
- G** - START
- H** - SPEED UP/DOWN
- I** - INSTANT SPEED
- J** - VOLUME -/ PREVIOUS SONG
- K** - VOLUME +/ NEXT SONG
- L** - BLUETOOTH DONGLE
- M** - USB INPUT
- N** - BLUETOOTH MUSIC



HOME

Press to return to home screen.

RETURN

Press return to access previous screen

START

Press to start treadmill, the running belt will start moving.

STOP/PAUSE

Press this button to either pause or stop the machine.

SPEED +/-

Increase/decrease speed during workout.

INCLINE +/-

Increase/ Decrease incline during workout

INSTANT SPEED

Use this to select exact speed while running.

QUICK SPEED

Use this to select a different speed whilst running.

INSTANT INCLINE

Increase/decrease incline during workout.

QUICK INCLINE

Use this to select a different incline whilst running.

USB PORT

Insert USB to play music/video stored on USB. Other devices may cause error to the display. The USB port will only support the music and video stored inside the USB, it will not support any other device. The insert of any other device to this port may cause an error to the display.

VOLUME +/NEXT

Increase volume of music. Long press to increase volume. Short press to move to next song.

VOLUME - /PREVIOUS

Decrease volume of music. Long press to reduce volume. Short press to move to previous song.

BLUETOOTH MUSIC

The user can connect their device to the treadmill via Bluetooth and select adidas to play music. Adjust the volume of music from your device directly.

BLUETOOTH DONGLE

Insert DONGLE into port. Connect to DONGLE via Bluetooth using the APP and your unique adidas code "adidas****".

SAFETY KEY

Included with this machine is a red safety key, the machine will not operate unless this is inserted. Its purpose is to immediately stop the machine in the event of an emergency. The computer will display "safety key disconnected" if not correctly attached to the treadmill. The clip on the other end of the safety key must be attached to the user at all times during your workout to ensure the machine stops immediately in the event of an emergency.

FAN

Use this to start or stop the fan.

HANDLEBAR CONTROLS

SPEED +/-

Increase/decrease speed during workout

INCLINE +/-

Increase/decrease incline during workout

PULSE GRIPS

There are pulse sensors located on both handlebars, in order to monitor the users pulse rate these can be held in order for the reading to be given. The pulse monitor is a guide for reference only and not for medical use or monitoring.

COMPUTER PROGRAMS

NORMAL MODE

- From Standby press **START** to begin manual mode immediately.
- Treadmill speed and incline can be manually adjusted by using the **SPEED +/-** or **INCLINE +/-** buttons at any time during a workout.
- Press **STOP/PAUSE** button to pause or stop the workout.
- Take out the **SAFETY KEY** to stop the working of the motor, or press **STOP** two times.

APPS

Built-in applications. Note: Wi-Fi must be connected before using other apps.

MUSIC

Play music stored on USB.

MOVIE

Play videos stored on USB.

SETTINGS

Set Wi-Fi, language and backlight.

VIRTUAL ACTIVE

Select from 3 scenic settings to simulate reality.

HRC

Select grade, age, target time and target heart rate. (To use this function, you must hold onto pulse sensors for HR reading.)

WORKOUT

Click to choose time, distance or calories workout target. Besides, there are 24 build-in programs available. Press **INCLINE +/-** or **SPEED +/-** to change the incline or speed during operation of any program.

USER PROGRAM

Select from UI-U10 to create personalised workout. Press/drag on dot chart to adjust settings to desired speed/incline.

On any screen, you can click the dot icon then select return, home, volume or hide the icon.

PULSE

Hold onto pulse sensors for pulse value. This data is for guide only and should not be used as medical data.

POWER SAVER FUNCTION

To reduce energy consumption, this treadmill will enter into sleeping mode if without any operation for 10 minutes. The screen will give reminding before enter into sleeping mode. Once machine enter sleeping mode, please take off safety key and insert again to awaken the system.

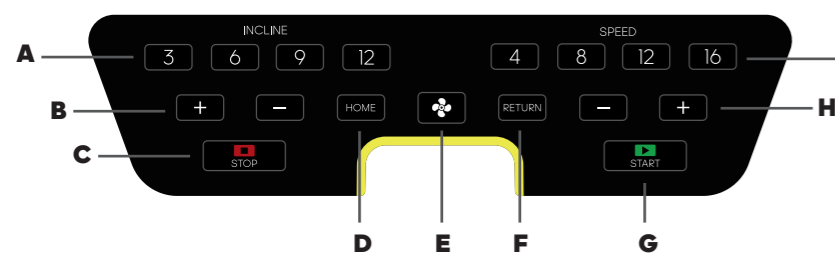
LUBRICATION REMINDER

When the machine has completed 300km (188miles), the console will beep for every 10 seconds, and **TIME** window will show **OIL**. This means that your treadmill needs to be lubricated with oil (this should be completed every 6 weeks). To reset the console, hold **STOP** button for 3 seconds, the console will now beep and reset.

WARNING!

For your safety do not look at websites/videos whilst running.

CONSOLE



- A** - INCLINAISON INSTANTANÉE
- B** - AUGMENTATION/RÉDUCTION DE L'INCLINAISON
- C** - STOP (ARRÊT)
- D** - HOME (ACCUEIL)
- E** - VENTILATEUR
- F** - RETURN (RETOUR)
- G** - START (DÉMARRER)
- H** - AUGMENTATION/RÉDUCTION DE LA VITESSE
- I** - VITESSE INSTANTANÉE
- J** - RÉDUCTION DU VOLUME/PASSAGE À LA CHANSON PRÉCÉDENTE
- K** - AUGMENTATION DU VOLUME/PASSAGE À LA CHANSON SUIVANTE
- L** - CLÉ ÉLECTRONIQUE BLUETOOTH
- M** - ENTRÉE USB
- N** - MUSIQUE BLUETOOTH

HOME (ACCUEIL)

Permet de retourner à l'écran d'accueil.

RETURN (RETOUR)

Permet de retourner à l'écran précédent.

START (DÉMARRER)

Permet de démarrer le tapis roulant. La courroie de course commence à bouger.

STOP/PAUSE (ARRÊT/PAUSE)

Permet de mettre la machine sur pause ou de l'arrêter.

AUGMENTATION/RÉDUCTION DE LA VITESSE

Augmente/réduit la vitesse pendant la séance d'entraînement.

AUGMENTATION/RÉDUCTION DE L'INCLINAISON

Augment/réduit l'inclinaison pendant la séance d'entraînement.

VITESSE INSTANTANÉE

Permet de sélectionner la vitesse exacte pendant la course.

SÉLECTION RAPIDE DE LA VITESSE

Permet de sélectionner une vitesse différente pendant la course.

INCLINAISON INSTANTANÉE

Permet d'augmenter/de réduire l'inclinaison pendant la séance d'entraînement.

SÉLECTION RAPIDE DE L'INCLINAISON

Permet de sélectionner une inclinaison différente pendant la course.

PORT USB

Permet d'insérer un appareil USB pour lire de la musique ou des vidéos. D'autres appareils peuvent entraîner une erreur d'affichage. Le port USB ne prend en charge que la musique et les vidéos stockés dans un appareil USB, il ne prend en charge aucun autre type d'appareil. L'insertion de tout autre appareil dans ce port peut entraîner une erreur d'affichage.

AUGMENTATION DU VOLUME/PASSAGE À LA CHANSON SUIVANTE

Permet d'augmenter le volume de la musique. Une pression longue pour augmenter le volume. Une pression courte pour passer au morceau suivant.

RÉDUCTION DU VOLUME/PASSAGE À LA CHANSON PRÉCÉDENTE

Permet de réduire le volume de la musique. Une pression longue pour réduire le volume. Une pression courte pour passer au morceau précédent.

MUSIQUE BLUETOOTH

L'utilisateur peut connecter son appareil au tapis roulant par Bluetooth et choisir la liste de lecture adidas. Le volume de la musique est réglable au moyen de l'appareil.

CLÉ ÉLECTRONIQUE BLUETOOTH

Insérer la CLÉ ÉLECTRONIQUE dans le port. Connectez la CLÉ ÉLECTRONIQUE par Bluetooth au moyen de l'APPLICATION et du code adidas unique « adidas**** ».

CLÉ DE SÉCURITÉ

Une clé de sécurité rouge est fournie avec cette machine. Si la clé n'est pas insérée, la machine ne peut pas être démarrée. Elle permet en outre d'interrompre immédiatement la machine en cas d'urgence. Si la clé n'est pas correctement insérée, le message « Safety key disconnected » (clé de sécurité déconnectée) s'affiche sur la console. La pince située à l'autre extrémité de la clé de sécurité doit être fixée sur l'utilisateur à tout moment pendant une séance d'entraînement. Ainsi, la machine s'arrête automatiquement en cas d'urgence.

VENTILATEUR

Permet d'activer/de désactiver le ventilateur.

COMMANDES SUR LES POIGNÉES

AUGMENTATION/RÉDUCTION DE LA VITESSE

Permet d'augmenter/de réduire la vitesse pendant une séance d'entraînement.

AUGMENTATION/RÉDUCTION DE L'INCLINAISON

Permet d'augmenter/de réduire l'inclinaison pendant une séance d'entraînement.

CAPTEURS DE POULS

Des capteurs se trouvant sur les deux poignées latérales permettent d'évaluer la vitesse de son pouls. Il suffit de placer ses mains sur celles-ci pour procéder à la mesure. Le capteur est utilisable pour référence uniquement et ne peut être employé à des fins médicales.

FONCTIONS INFORMATIQUES

MODE NORMAL

1. Appuyez sur **START** (démarrer) pour démarrer immédiatement en mode manuel.
2. La vitesse et l'inclinaison du tapis de course peuvent être manuellement ajustées en utilisant les boutons **AUGMENTATION/RÉDUCTION DE LA VITESSE** ou **AUGMENTATION/RÉDUCTION DE L'INCLINAISON** à tout moment au cours de l'entraînement.
3. Appuyez sur le bouton **STOP** (arrêt) pour interrompre l'entraînement.
4. Retirez la **CLÉ DE SÉCURITÉ** pour arrêter le moteur, ou appuyez deux fois sur **STOP** (arrêt).

APPLICATIONS

Applications intégrées. Remarque : il convient de se connecter au Wi-Fi avant d'utiliser d'autres applications.

MUSIQUE

Pour diffuser de la musique stockée sur USB.

VIDÉO

Pour diffuser des vidéos stockées sur USB.

PARAMÈTRES

Paramétrer le Wi-Fi, la langue et le rétroéclairage.

VIRTUAL ACTIVE

Choix de 3 paysages simulant la réalité.

CARACTÉRISTIQUES DU RYTHME CARDIAQUE

Sélectionnez le classement, l'âge, l'objectif de durée de l'entraînement et l'objectif de fréquence cardiaque. (Pour utiliser cette fonction, vous devez tenir les capteurs de pouls pour la mesure de la fréquence cardiaque.)

ENTRAÎNEMENT

Cliquez pour sélectionner les cibles de durée, de distance et de calories de la séance d'entraînement. De plus, 24 programmes intégrés sont offerts. Appuyez sur **AUGMENTATION/RÉDUCTION DE L'INCLINAISON** ou sur **AUGMENTATION/RÉDUCTION DE LA VITESSE** pour changer l'inclinaison ou la vitesse pendant le fonctionnement d'un programme, quel qu'il soit.

PROGRAMME UTILISATEUR

Sélectionnez de U1 à U10 pour créer un entraînement personnalisé. Glissez-déposez sur le tableau en pointillés pour paramétrer la vitesse/l'inclinaison voulues.

Sur n'importe quel écran, vous pouvez toucher l'icône de point, puis sélectionner retour, accueil, volume ou masquer l'icône.

POULS

Tenez les capteurs de pouls pour suivre votre rythme cardiaque. Ces informations ne sont fournies qu'à titre indicatif et ne doivent pas être utilisées comme données médicales.

FONCTION ÉCONOMIE D'ÉNERGIE

Quand l'appareil ne fonctionne pas, il passe en mode économie d'énergie au bout de 10 minutes. L'écran s'éteint; pour le rallumer, appuyez sur n'importe quel bouton.

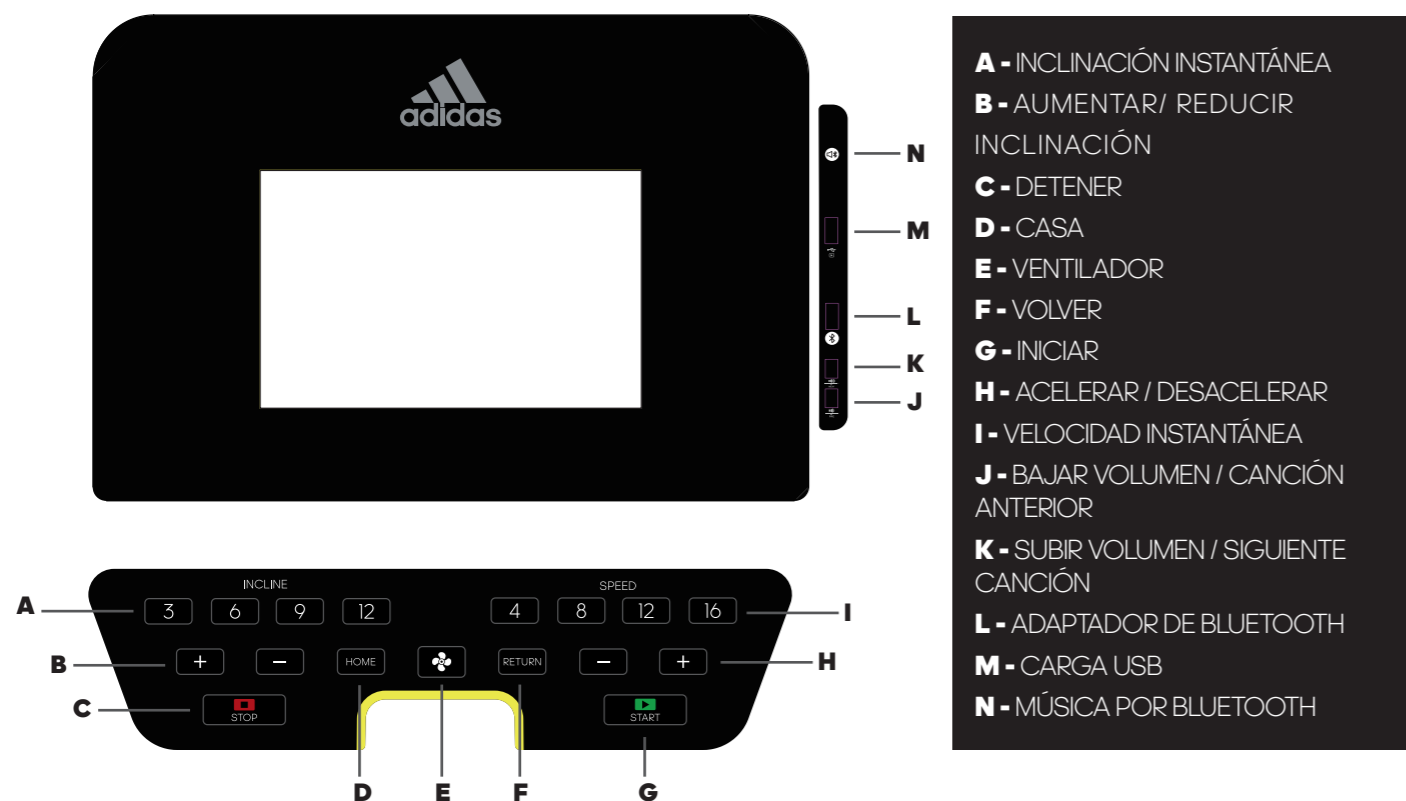
RAPPEL RELATIF À LA LUBRIFICATION

Lorsque la machine aura effectué 300 km (188 miles), la console émettra un bip pendant 10 secondes, et la fenêtre **TIME** (heure) indiquera **OIL** (huile). Cela signifie que votre tapis roulant doit être lubrifié avec de l'huile (cela doit être effectué toutes les 6 semaines). Pour réinitialiser la console, appuyez sur le bouton **STOP** (arrêt) pendant 3 secondes. La console émettra un bip et se réinitialisera.

ATTENTION!

Pour votre sécurité, ne consultez pas de sites Web et ne regardez pas de vidéos pendant que vous courez.

CONSOLA



INICIO

Pulse para volver a la ventana de inicio.

VOLVER

Pulse para volver a la pantalla anterior.

INICIAR

Pulse para iniciar la cinta de correr. Esta comenzará a moverse.

PAUSAR/DETENER

Pulse este botón para pausar o detener la máquina.

ACELERAR/DESACELERAR

Aumenta/reduce la velocidad durante el entrenamiento.

AUMENTAR/REDUCIR INCLINACIÓN

Aumenta/reduce la inclinación durante el entrenamiento.

VELOCIDAD INSTANTÁNEA

Selecciona una velocidad exacta sin dejar de correr.

VELOCIDAD RÁPIDA

Selecciona una velocidad diferente sin dejar de correr.

INCLINACIÓN INSTANTÁNEA

Aumenta/reduce la velocidad durante el entrenamiento.

INCLINACIÓN RÁPIDA

Selecciona una inclinación diferente sin dejar de correr.

ENTRADA DE USB

Inserte el USB para reproducir el contenido de música/vídeo almacenado en el USB. Podrá aparecer un error en pantalla al introducir otros dispositivos.

SUBIR VOLUMEN/CANCIÓN SIGUIENTE

Aumenta el volumen de la música. Realice pulsación larga para subir volumen. Realice pulsación corta para ir a la canción siguiente.

MÚSICA POR BLUETOOTH

El usuario puede conectar su dispositivo a la cinta de correr a través de Bluetooth y seleccionar adidas para reproducir música. Debes ajustar el volumen de la música desde tu dispositivo directamente.

ADAPTADOR DE BLUETOOTH

Inserta el ADAPTADOR en el puerto. Conéctate al ADAPTADOR vía Bluetooth usando la APLICACIÓN y tu código único de adidas ("adidas****").

BAJAR VOLUMEN/CANCIÓN ANTERIOR

Disminuye el volumen de la música. Realice pulsación larga para bajar volumen. Realice pulsación corta para ir a la canción anterior.

LLAVE DE SEGURIDAD

La máquina incluye una llave de seguridad roja que debe insertarse en el lugar habilitado a tal efecto para que funcione el equipo. Su misión es detener inmediatamente la máquina en caso de emergencia. En el ordenador aparecerá el mensaje «safety key disconnected» [llave de seguridad desconectada] si no se ha insertado correctamente en la cinta de correr. Para garantizar la detención inmediata de la máquina en caso de emergencia, el usuario debe llevar sujeto a su cuerpo en todo momento el clip que se encuentra al otro extremo de la llave de seguridad.

VENTILADOR

Utilice este botón para iniciar o detener el ventilador.

CONTROLES DE LA BARRA DE SUJECCIÓN

ACELERAR/DESACELERAR

Aumenta / reduce la velocidad durante el entrenamiento.

AUMENTAR/REDUCIR INCLINACIÓN

Aumenta/ reduce la inclinación durante el entrenamiento.

MANGOS CON SENSORES DE PULSACIONES

Las dos barras de sujeción incorporan sensores de pulsaciones que permiten controlar el ritmo de las pulsaciones de los usuarios. Para obtener la lectura basta con agarrar ambos mangos. El control de las pulsaciones es una guía que puede emplearse de referencia, no está pensado para una supervisión o uso médico.

FUNCIONES ORDENADOR

MODO NORMAL

1. En el modo En espera, pulse **INICIAR** para empezar el modo manual inmediatamente.
 2. La inclinación y la velocidad de la cinta de correr se pueden ajustar manualmente mediante los botones **ACELERAR/DESACELERAR** o **AUMENTAR/REDUCIR INCLINACIÓN** en cualquier momento durante el entrenamiento.
 3. Pulse el botón **DETENER** para detener el entrenamiento. 4. Extraiga la **LLAVE DE SEGURIDAD** para detener el funcionamiento del motor o pulse dos veces la tecla **DETENER**.

APPS

Aplicaciones integradas. Nota: La red Wi-Fi debe estar conectada antes de usar otras apps.

MÚSICA

Reproduzca música almacenada en USB.

VÍDEOS

Reproduzca vídeos almacenados en USB.

AJUSTES

Configure Wi-Fi, idioma y retroiluminación.

VIRTUAL ACTIVE

Elija entre 3 ajustes paisajísticos que simulan la realidad.

CONTROL FRECUENCIA CARDÍACA

Seleccione nivel, edad, tiempo previsto y frecuencia cardíaca ideal. (Para usar esta función deberá mantener agarrados los sensores de pulso para obtener la frecuencia cardíaca.)

ENTRENAMIENTO

Haga clic para seleccionar el tiempo, la distancia o las calorías de entrenamiento deseadas. Además, cuenta con 24 programas integrados disponibles. Pulse **ACELERAR/DESACELERAR** o **AUMENTAR/REDUCIR INCLINACIÓN** para cambiar la inclinación o velocidad durante el funcionamiento de cualquiera de los programas.

PROGRAMA DE USUARIO

Elija entre U1-U10 para crear un entrenamiento personalizado. Pulse/clic sobre el gráfico de puntos para ajustar la configuración a la velocidad y pendiente deseadas. En cualquier pantalla podrá hacer clic sobre el icono de puntos y a continuación seleccionar volver, inicio, volumen u ocultar el icono.

FRECUENCIA CARDÍACA

Mantener agarrados los sensores de pulso para obtener el valor de la frecuencia cardíaca. Estos datos son únicamente orientativos y no deberán ser usados como información médica.

FUNCIÓN DE AHORRO DE ENERGÍA

Cuando no esté funcionando, la cinta de correr entrará en modo ahorro de energía transcurridos 10 minutos. La pantalla se apagará, pulse cualquier botón para volver a encender.

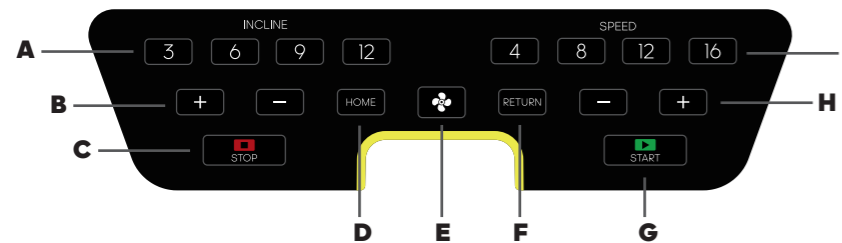
RECORDATORIO DE LUBRICACIÓN

Cuando la máquina haya completado 300 km (188 millas), la consola emitirá un sonido cada 10 segundos y la pantalla de **TIEMPO** indicará **OIL** [ACEITE]. Esto significa que es necesario lubricar la cinta de correr con aceite (esto se completará cada 6 semanas). Para reiniciar la consola, mantenga pulsado el botón **DETENER** durante 3 segundos, y la consola emitirá un sonido y se reiniciará.

¡ADVERTENCIA!

Por su seguridad no vea vídeos/sitios web mientras corre.

KONSOLE



- A** - SOFORTEINSTELLUNG DER STEIGUNG
- B** - STEIGUNG +/-
- C** - STOPP
- D** - HEIMWÄRTS
- E** - ENTILATOR
- F** - ZURÜCKKEHREN
- G** - START
- H** - GESCHWINDIGKEIT +/-
- I** - SOFORTEINSTELLUNG DER GESCHWINDIGKEIT
- J** - LAUTSTÄRKE - / VORHERIGER SONG
- K** - LAUTSTÄRKE + / NÄCHSTER SONG
- L** - BLUETOOTH-USB-ADAPTER
- M** - USB-EINGANG
- N** - MUSIKÜBERTRAGUNG ÜBER BLUETOOTH

HOME

Drücken Sie die Home-Taste, um zum Startbildschirm zurückzukehren.

ZURÜCK

Drücken Sie die Zurück-Taste, um zur vorherigen Seite zurückzukehren.

START

Startet ein Programm.

STOPP (STOP)

Hält das Programm jederzeit während des Trainings an. Das Band wird langsamer bis zum vollständigen Halt.

SPEED (GESCHWINDIGKEIT) +/-

Erhöht/verringert die Geschwindigkeit während des Trainings.

INCLINE (STEIGUNG) +/-

Erhöht/verringert die Steigung während des Trainings.

SOFORTEINSTELLUNG DER GESCHWINDIGKEIT

Auswahl der genauen Geschwindigkeit während des Trainings.

SOFORTEINSTELLUNG DER STEIGUNG

Auswahl der genauen Steigung während des Trainings.

USB-EINGANG

Schließen Sie ein USB-Gerät an, um gespeicherte Musik oder Videos abzuspielen. Andere Geräte können zu einer fehlerhaften Anzeige führen.

LAUTSTÄRKE + / WEITER

Erhöhen der Musiklautstärke. Halten Sie die Taste gedrückt, um die Lautstärke zu erhöhen. Drücken Sie die Taste nur kurz, um zum nächsten Titel zu wechseln.

LAUTSTÄRKE - / ZURÜCK

Verringern der Musiklautstärke. Lautstärke - / Zurück Halten Sie die Taste gedrückt, um die Lautstärke zu verringern. Drücken Sie die Taste nur kurz, um zum vorherigen Titel zurückzugelangen.

MUSIKÜBERTRAGUNG ÜBER BLUETOOTH

Du kannst dein Gerät über Bluetooth mit dem Laufband verbinden und adidas auswählen, um Musik abzuspielen. Die Lautstärke der Musik kann direkt über dein Gerät angepasst werden.

BLUETOOTH-USB-ADAPTER

Steck den ADAPTER in den USB-Anschluss. Stell eine Bluetooth-Verbindung zum ADAPTER her, indem du deinen adidas Code „adidas*****“ in der APP eingibst.

SICHERHEITSSCHLÜSSEL

Diesem Gerät liegt ein roter Sicherheitsschlüssel bei, ohne den das Laufband nicht in Betrieb genommen werden kann. Mit diesem Schlüssel können Sie das Gerät im Notfall sofort anhalten. Wenn der Schlüssel nicht korrekt am Laufband angeschlossen ist, erscheint auf der Anzeige „safety key disconnected“ (Sicherheitsschlüssel nicht eingesetzt). Der Clip an der anderen Seite des Sicherheitsschlüssels muss jederzeit während des Trainings mit der Kleidung verbunden sein um sicherzustellen, dass das Gerät im Notfall unverzüglich ausschaltet.

VENTILATOR

Ein-/Ausschalten des Ventilators

BEDIENELEMENTE AN DEN HANDGRIFFEN

GESCHWINDIGKEIT +/-

Erhöht/verringert die Geschwindigkeit während des Trainings

STEIGUNG +/-

Erhöht/verringert die Steigung während des Trainings

PULSGRIFFE

An beiden Handgriffen befinden sich Pulssensoren, die den Puls des Benutzers messen, wenn sich dessen Hände an den Sensoren befinden. Der Pulsmesser dient lediglich der Information und darf nicht zu medizinischen Zwecken oder zur Überwachung verwendet werden.

COMPUTERFUNKTIONEN

NORMALER MODUS

1. Drücken Sie im Standby **START**, um den manuellen Modus direkt zu starten.
2. Geschwindigkeit und Steigung lassen sich mit den Tasten **SPEED (GESCHWINDIGKEIT) +/-** bzw. **INCLINE (STEIGUNG) +/-** während des Trainings jederzeit einstellen.
3. Drücken Sie die Taste **STOPP (STOPP)**, wenn Sie das Training beenden möchten.
4. Den Motor schalten Sie aus, indem Sie den **SAFETY KEY (SICHERHEITSSCHLÜSSEL)** ziehen oder zweimal **STOPP (STOPP)** drücken.

APPS

Integrierte Anwendungen. Anmerkung: Um andere Apps nutzen zu können, muss eine WLAN-Verbindung bestehen.

MUSIK

Spielen Sie Musik von einem USB-Gerät ab.

FILM

Spielen Sie Videos von einem USB-Gerät ab.

EINSTELLUNGEN

Richten Sie eine WLAN-Verbindung, die Sprache und die Hintergrundbeleuchtung ein.

VIRTUAL ACTIVE

Wählen Sie zwischen 3 Landschaften aus, um ein reales Erlebnis zu simulieren.

HRC

Wählen Sie den Grad, das Alter, die Zielzeit und die Zielherzfrequenz aus. (Um Gebrauch von dieser Funktion zu machen, müssen Sie die Pulssensoren für die HF-Auslesung gedrückt halten.)

ANWENDERPROGRAMM

Wählen Sie zwischen U1 - U10 aus, um ein personalisiertes Workout zu erstellen. Drücken Sie im Punktediagramm auf die gewünschte Geschwindigkeit/Steigung oder ziehen Sie den Zeiger direkt an diese Stelle.

Auf jedem Bildschirm können Sie über das Punkte-Symbol Zurück, Home, Lautstärke auswählen oder das Symbol verstecken.

PULS

Halten Sie die Pulssensoren fest, um Ihren Puls anzeigen zu lassen. Diese Werte sind nur grobe Richtwerte, die nicht als medizinische Werte verwendet werden sollten.

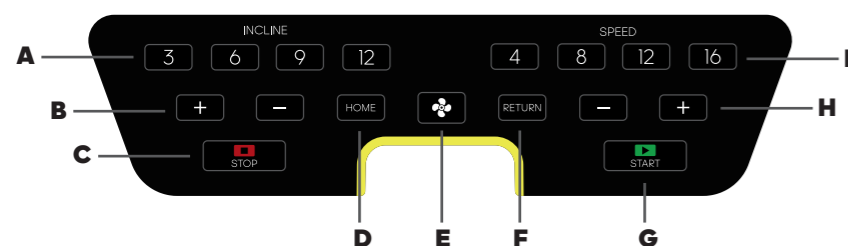
ENERGIESPARFUNKTION

Wird das Laufband nicht aktiv genutzt, schaltet es nach 10 Minuten in den Energiesparmodus. Das Display schaltet sich aus. Um es wieder anzuschalten, drücken Sie einen beliebigen Knopf.

ACHTUNG!

Schauen Sie zu Ihrer eigenen Sicherheit keine Websites oder Videos während des Laufens an.

CONSOLE



- A** - INCLINAÇÃO INSTANTÂNEA
- B** - INCLINAÇÃO AUMENTAR/ DIMINUIR
- C** - PARAR
- D** - ORIGEM
- E** - VENTONHA
- F** - VOLTAR
- G** - INICIAR
- H** - VELOCIDADE AUMENTAR/ DIMINUIR
- I** - VELOCIDADE INSTANTÂNEA
- J** - VOLUME -/MÚSICA ANTERIOR
- K** - VOLUME +/MÚSICA SEGUINTE
- L** - DONGLE BLUETOOTH
- M** - ENTRADA USB
- N** - MÚSICA ATRAVÉS DE BLUETOOTH

PÁGINA PRINCIPAL

Prima para voltar ao ecrã principal.

VOLTAR

Prima para voltar ao ecrã anterior.

INICIAR

Inicia o programa

PARAR

Para parar a máquina em qualquer altura durante o exercício, a passadeira de corrida abre e para de vez. Todos os dados são repostos para zero.

VELOCIDADE +/-

Aumentar/diminuir a velocidade durante o exercício

INCLINAÇÃO +/-

Aumentar/diminuir a inclinação durante o exercício

VELOCIDADE INSTANTÂNEA

A utilizar para seleccionar a velocidade exata enquanto corre.

INCLINAÇÃO INSTANTÂNEA

A utilizar para seleccionar a inclinação exata enquanto corre.

ENTRADA USB

Insira o dispositivo USB para reproduzir música/vídeos armazenados no dispositivo USB. Outros dispositivos podem causar erros na exibição.

VOLUME +/MÚSICA SEGUINTE

Aumenta o volume da música. Prima continuamente para aumentar o volume. Prima brevemente para mudar para a próxima canção.

VOLUME -/MÚSICA ANTERIOR

Aumenta o volume da música. Prima continuamente para reduzir o volume. Prima brevemente para mudar para a canção anterior.

MÚSICA ATRAVÉS DE BLUETOOTH

O utilizador pode conectar o seu dispositivo à passadeira através de Bluetooth e seleccionar adidas para reproduzir música. Ajuste o volume da música diretamente no seu dispositivo.

DONGLE BLUETOOTH

Introduza o DONGLE na porta. Estabeleça ligação ao DONGLE através de Bluetooth usando a APLICAÇÃO e o seu código adidas único - "adidas****".

CHAVE DE SEGURANÇA

Esta máquina é fornecida com uma chave de segurança vermelha. Para que a máquina funcione, a chave deve estar inserida. A sua finalidade é desligar de imediato a máquina numa situação de urgência. O computador apresenta a mensagem "safety key disconnected" (chave de segurança desligada) no caso de não estar corretamente ligado à passadeira. O clip na outra extremidade da chave de segurança deve estar fixado ao utilizador em todos os momentos durante o exercício para garantir que a máquina para de imediato numa situação de urgência.

VENTONHA

A utilizar para ligar/desligar a ventoinha.

CONTROLOS DO GUIADOR

VELOCIDADE +/-

Aumentar/diminuir a velocidade durante o exercício

INCLINAÇÃO +/-

Aumentar/diminuir a inclinação durante o exercício

PUNHOS DE PULSAÇÃO

Existem sensores de pulsação localizados nos dois guiadores. Para monitorizar a pulsação, o utilizador pode segurar neles para que a leitura seja fornecida. O monitor de pulsação é um guia apenas para referência e não para uso médico ou monitorização.

MODO NORMAL

- A partir do modo de Espera, prima **INICIAR** para iniciar de imediato o modo manual.
- A velocidade e a inclinação da passadeira podem ser ajustadas manualmente utilizando os botões **VELOCIDADE +/-** ou **INCLINAÇÃO +/-** em qualquer momento durante um exercício.
- Prima o botão **PARAR** para parar o exercício. A passadeira entra no modo de arrefecimento.
- Retire a **CHAVE DE SEGURANÇA** para suspender o funcionamento do motor ou prima duas vezes o botão **PARAR**.

FUNÇÕES COMPUTACIONAIS

APLICAÇÕES

Aplicações integradas. Nota: O Wi-Fi deve estar ligado antes de utilizar outras aplicações.

MÚSICA

Reproduza a música armazenada no dispositivo USB.

FILME

Reproduza os vídeos armazenados no dispositivo USB.

DEFINIÇÕES

Configure o Wi-Fi, o idioma e a luz de fundo.

VIRTUAL ACTIVE

Escolha entre 3 configurações de cenário para simular a realidade.

HRC

Selecione o grau, a idade, o tempo-alvo e o ritmo cardíaco alvo. (Para utilizar esta função, deve segurar os sensores de pulsação para medir o ritmo cardíaco.)

TREINO PROGRAMA DO UTILIZADOR

Escolha entre U1 e U10 para criar treinos personalizados. Prima/arraste os pontos do gráfico para ajustar as configurações desejadas de velocidade/inclinação.

Em qualquer ecrã, pode clicar no ícone em pontos e, em seguida, seleccionar voltar, página principal, volume ou ocultar o ícone.



PULSAÇÃO

Segure os sensores de pulsação para obter valores da pulsação. Estes dados têm um carácter apenas indicativo e não podem ser utilizados como dados médicos.

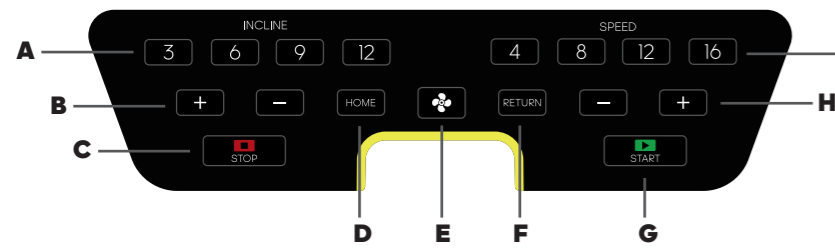
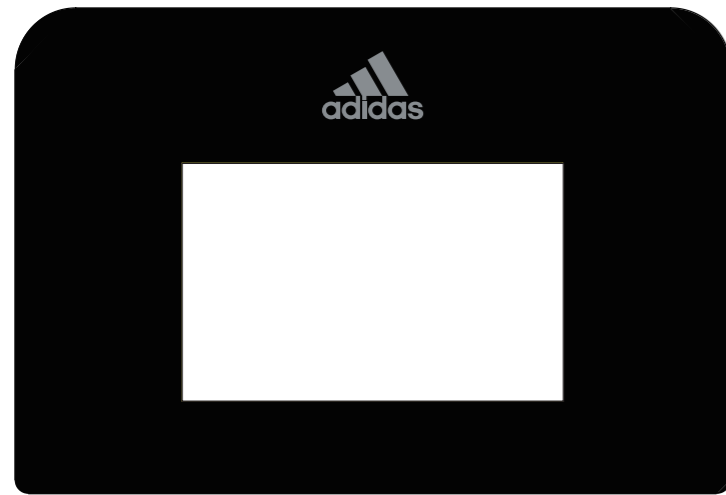
FUNÇÃO DE POUPANÇA DE ENERGIA

Caso não esteja em utilização, após 10 minutos, a passadeira entrará no modo de poupança de energia. O ecrã irá desligar-se. Para o voltar a ligar prima qualquer botão.

AVISO!

Para sua segurança, não visite páginas web/assista a vídeos enquanto corre.

电子表



- A** - 瞬间坡度
- B** - 坡度上 / 下
- C** - 停止
- D** - 主页
- E** - 风扇
- F** - 返回
- G** - 开始
- H** - 速度加 / 减
- I** - 瞬间速度
- J** - 音量 - / 上一首
- K** - 音量 + / 下一首
- L** - 蓝牙DONGLE
- M** - USB 输入
- N** - 蓝牙音乐

主页

按下此按钮返回主屏幕。

返回

按下此按钮返回上一屏幕。

开始

开始程序

停止

在健身时可随时停止设备，跑带将会减速并完全停止，所有数据归零。

速度 + / -

在健身时加 / 减速度

坡度 + / -

在健身时加 / 减坡度

瞬间速度

在跑步时选择具体速度。

瞬间坡度

在跑步时选择具体坡度。

风扇

打开 / 关闭风扇

USB 输入

插入 USB 以播放 USB 中储存的音乐/视频。其他设备可能导致显示错误。

音量 + / 下一首

增大音乐音量。长按此按钮增加音量。短按此按钮播放下首歌。

音量 - / 上一首

减小音乐音量。长按此按钮降低音量。短按此按钮播放上首歌。

蓝牙音乐

要播放音乐，请通过蓝牙搜索adidas将设备连接至跑步机。直接从设备调整音量。

蓝牙DONGLE

要将应用程序连接到机器，请将蓝牙dongle插入面板侧面的端口并搜索代码 "adidas*****"

安全开关

本设备附带红色的安全开关，将其插入以后设备才能运行。其目的是在出现紧急情况时立即停止设备。

如未将其正确连接至跑步机，计算机将会无显示。在健身时必须始终将安全开关的另一端上的夹子连接至用户身上，以确保出现紧急情况时立即停止设备

把手控制

速度 + / -

在健身时加 / 减速度
调节时间、距离和卡路里

坡度 + / -

在健身时加 / 减坡度
调节时间、距离和卡路里

脉搏夹

两个把手上都设有脉搏传感器，用于监控用户的脉搏率，以提供读数。脉搏监控器仅作参考，不可用于医疗或监控用途。

计算机程序

手动模式，包括正常模式，时间、距离和卡路里倒计时模式。

正常模式

1. 在待机屏幕上，按下"START (开始)"以立即开始手动模式
2. 在健身时可随时使用"SPEED +/- (速度 + / -)"或"INCLINE +/- (坡度 + / -)"按钮手动调节跑步机速度和坡度
3. 按下"STOP"按钮暂停或停止跑步机。
4. 拔掉"安全开关"以STOP(停止)电机运转或按两次"STOP(停止)"按钮。

电脑功能

应用程序

内置应用程序。注：必须连接 Wi-Fi 才能使用其他应用程序。

音乐

播放 USB 中储存的音乐。

电影

播放 USB 中储存的视频。

设置

设置 WI-FI、语言和背光。

虚拟情景

可选择 3 个风景设置以模拟现实。

心率

选择等级、年龄、目标时间和目标心率。(若要使用此功能，必须握住脉搏传感器以便读取心率。)

训练

用户程序

可选择 U1-U10 以创建个性化训练计划。按下/拖动点图，将设置调整到所需速度/斜度。

在任何屏幕均可单击圆点图标，然后选择返回、主页、音量或隐藏图标。

脉搏

握住脉搏传感器以测量脉搏。此数据仅供参考，不得作为医疗数据。

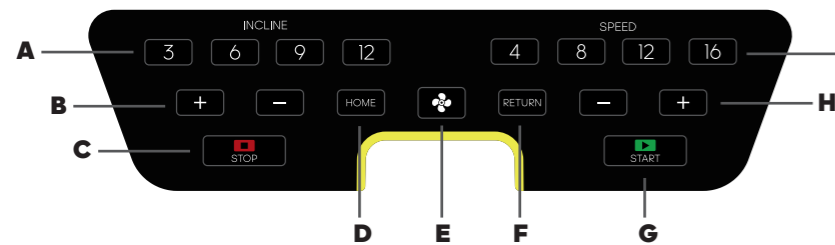
省电功能

持续不使用10分钟后跑步机将进入省电休眠模式。请重新拔插安全锁或重新启动以唤醒机器。

警告!

为保证安全，跑步期间不要浏览网站/观看视频。

コンソール



ホームページ
これを押すと、Home 画面に戻ります。

戻る
これを押すと、前の画面に戻ります。

モード
時間、距離、カロリーを選択します。

開始
プログラムを開始します。

停止
ワークアウト中にいつでもマシンを停止できます。ランニングベルトの速度が落ち、完全に停止します。すべてのデータがゼロにリセットされます。

速度 + / -
ワークアウト中に速度を上げたり下げたりします。

傾斜率 + / -
ワークアウト中に傾斜レベルを上げたり下げたりします。

簡易速度
ランニング中に特定の速度を選択するときに使用します。

簡易傾斜
ランニング中に特定の傾斜を選択するときに使用します。

- A** - 簡易速度
- B** - 速度の上下
- C** - 停止
- D** - ホームページ
- E** - ファン
- F** - 戻る
- G** - 開始
- H** - 速度の上下
- I** - 簡易速度
- J** - 音量 - / 前の曲
- K** - 音量 + / 次の曲
- L** - BLUETOOTH ドングル
- M** - USB 入力
- N** - BLUETOOTH 音楽

ファン
ファンを作動または停止するときに使用します。

USB 入力
USB を挿入して、USB に保存されている音楽/ビデオを再生します。このポートに他のデバイス挿入すると、ディスプレイにエラーが起きる可能性があります。

音量 + / 次の曲
音楽の音量を上げます。長く押すと、音量を上げることができます。短く押すと、次の歌に移ります。

音量 - / 前の曲
音楽の音量を上げます。長く押すと、音量を下げるすることができます。短く押すと、前の曲に戻ります。

BLUETOOTH 音楽
ユーザーは装置を Bluetooth を介してトレッドミルに接続し、アディダスを選択して、音楽を再生することができます。装置から直接、音楽の音量を調節してください。

BLUETOOTH ドングル
ドングルをポートに挿入してください。アプリとドングルの裏側に記載されているあなた唯一のアディダスコード "adidas****" を使って、Bluetooth を介してドングルに接続してください。

安全キー

このマシンには赤い安全キーが付属しており、これを挿入しなければマシンは動作しません。このキーの役割は、緊急事態にマシンを即時停止することです。トレッドミルにキーが正しく取り付けられていないと、コンピューターに「safety key disconnected (安全キーが取り外されています)」と表示されます。緊急事態にマシンを即時停止できるようにするため、安全キーのもう片側に付いているクリップはワークアウト中、常にユーザーに取り付けておく必要があります。

ハンドルバーコントロール

速度 + / -
ワークアウト中に速度を上げたり下げたりします。

傾斜率 + / -
ワークアウト中に傾斜レベルを上げたり下げたりします。

パルスグリップ
両ハンドルバーには、パルスセンサーが付いています。この両方のグリップを握ると、ユーザーの心拍をモニターできます。パルスモニターはあくまで参考用であり、医療上の使用やモニター用ではありません。

通常モード
1. 「Standby (スタンバイ)」状態で「START (開始)」を押すと、すぐにマニュアルモードが開始します。
2. トレッドミルの速度と傾斜は、「SPEED+ (速度+)」 / 「SPEED- (速度-)」ボタンまたは「INCLINE+ (傾斜+)」 / 「INCLINE- (傾斜-)」ボタンを使用して、ワークアウト中いつでも手動で調節できます。
3. 「STOP (停止)」ボタンを押すと、動きが止まります。
4. 安全キーを取り外しても、モーターの動きが止まります。または、「STOP (停止)」を2回押します。

コンピュータ機能

アプリ

内蔵アプリケーション注：他のアプリを使用する前に、Wi-Fi が接続されていないと再生できません。

音楽

USB に保存された音楽を再生します。

映画

USB に保存されたビデオを再生します。

設定

Wi-Fi、言語、バックライトを設定します。

バーチャル アクティブ

3つの景色設定から選んで、現実をシミュレーションします。

HRC

グレード、年齢、目標時間、目標心拍数を選択します。(この機能を使うには、心拍数読み取りのための脈拍センサを掴む必要があります。)

運動

ユーザープログラム

U1-U10 から選択して、個人的に調整された運動を創造してください。ドットチャートの上を押してドラッグし、設定を好みの速度/勾配に調節してください。どの画面でも、ドットアイコンをクリックし、戻る、Home、音量を選択するか、またはアイコンを非表示にすることができます。

脈拍

脈拍値を得るために、脈拍センサを掴んでください。このデータはガイドのためのものであり、医療データとして使用すべきではありません。

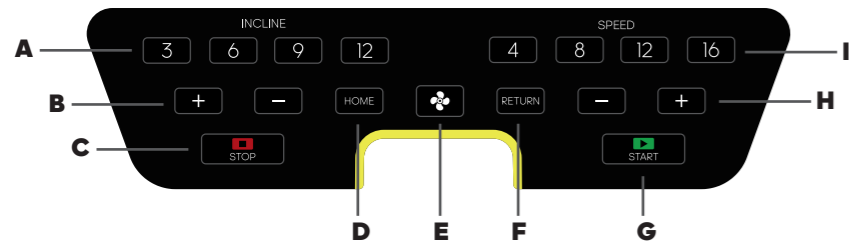
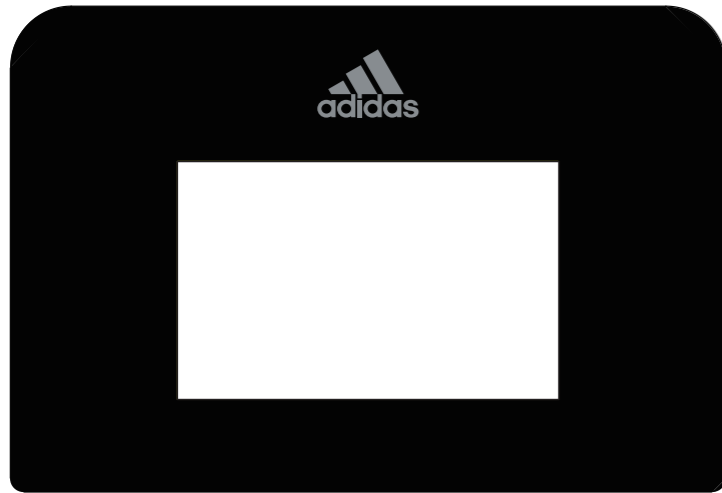
省電力機能

使用されていない時、10分後にトレッドミルは省電力モードに入ります。ディスプレイのスイッチが切れますが、どのボタンを押して元に戻ります。

警告!

安全のために、ランニング中はウェブサイト/ビデオを見ないでください。

콘솔



- A** - 즉시 경사도
- B** - 경사도위로/아래로
- C** - 정지
- D** - 홈
- E** - 팬
- F** - 돌아오다
- G** - 시작
- H** - 속도 위로 / 아래로
- I** - 즉시 속도
- J** - 음량 - / 이전 곡
- K** - 음량 + / 다음 곡
- L** - 블루투스 동글
- M** - USB 입력
- N** - 블루투스 음악

홈
홈으로 돌아가려면 여기를 누르세요.

돌아가기
이전 화면으로 돌아가려면 여기를 누르세요.

시작
프로그램 시작

정지
운동하는 도중에 언제든지 제품을 정지하려면 러닝 벨트가 느려지고 완전히 멈추며 모든 데이터는 0으로 재설정됩니다.

속도 +/-
운동하는 동안 속도 증가/감소

경사도 +/-
운동하는 동안 경사도 증가/감소

즉시 속도
달리는 동안 정확한 속도를 선택하는 데 사용합니다.

즉시 경사도
달리는 동안 정확한 경사도를 선택하는 데 사용합니다.

팬
팬을 열고/닫는 데 사용합니다.

USB 입력
USB를 꽂아서 USB에 저장된 음악이나 동영상을 감상할 수 있습니다. 다른 기기를 꽂으면 실행 시 오류가 발생할 수 있습니다.

음량 + / 다음 곡
음악의 음량증가. 길게 누르면 볼륨이 높아집니다. 짧게 누르면 다음 곡으로 넘어갑니다

음량 - 이전 곡
음악의 음량증가. 길게 누르면 볼륨이 낮아집니다. 짧게 누르면 이전 곡으로 돌아갑니다.

블루투스 음악

자신의 기기를 블루투스로 트레드밀에 연결하고 adidas를 선택하면 음악을 들을 수 있습니다. 자신의 기기에서 직접 음악의 볼륨을 조절하세요.

블루투스 동글

동글을 포트에 끼우세요. 블루투스를 통해 동글을 앱에 연결하면 자신만의 코드인 "adidas*****".

안전키

제품에 포함된 빨간색 안전 키로 이 키를 삽입하지 않으면 제품이 동작하지 않습니다. 긴급 상황 시 제품을 즉시 정지하는 용도입니다. 키가 러닝머신에 올바르게 연결되지 않으면 컴퓨터에 "안전 키 연결 없음"이 표시됩니다. 안전 키 다른 쪽 끝의 클립은 운동하는 동안 항상 사용자에게 연결되어야 하며 긴급 상황 시 제품이 즉시 멈춥니다.

핸들바컨트롤

속도 + I-
운동하는 동안 속도 증가/감소

경사도 + I-
운동하는 동안 경사도 증가/감소

맥박손잡이
양쪽 핸들에는 사용자 맥박수를 모니터링하는 맥박 센서가 있습니다. 이 손잡이를 잡으면 판독값이 제공됩니다. 맥박 모니터는 참조용 가이드로 의료용 또는 의료 모니터링용이 아닙니다.

컴퓨터 프로그램
수동 모드에는 정상 모드, 시간, 칼로리, 거리 카운트다운 모드가 포함됩니다.

정상모드

- 대기에서 **START** (시작)을 눌러 수동 모드를 즉시 시작합니다.
- 러닝머신 속도와 경사도는 운동하는 동안 언제든지 **SPEED** (속도) +/- 또는 **INCLINE** (경사도) +/- 버튼을 사용하여 수동으로 조정할 수 있습니다.
- 운동을 그만하려면 **STOP** (정지) 버튼을 누릅니다.
- 모터 작동을 멈추려면 안전 키를 빼거나 **STOP** (정지) 를 두 번 누릅니다.

컴퓨터 기능

앱

내장 앱. 주의: 와이파이가 연결된 상태에서 다른 앱 사용이 가능합니다.

음악

USB에 저장된 음악을 실행합니다.

영화

USB에 저장된 동영상을 실행합니다.

설정

와이파이와 언어, 배경 조명을 설정합니다.

가상 액티브

3가지 화면 중에서 원하는 것을 고르면 실제처럼 시뮬레이션합니다.

HRC

난이도와 연령, 목표 시간, 목표 심박수를 선택합니다. (본 기능을 사용하려면 심박수 측정을 위해 맥박 센서에 손을 갖다 대어야 합니다.)

운동

프로그램 사용

U1에서 U10까지 버튼을 이용하여 자신에게 맞는 운동 프로그램을 정합니다. 점선으로 된 도표를 누르거나 끌어당겨 속도나 기울기를 조정합니다.

화면 어디에서나 점선으로 된 아이콘을 클릭하여 돌아가기, 홈, 볼륨, 아이콘 숨기기 등을 선택하면 됩니다.

맥박

맥박 센서를 붙들고 있으면 심박수가 측정됩니다. 이 수치는 참고사항일 뿐 의학자료로 활용할 수 없습니다.

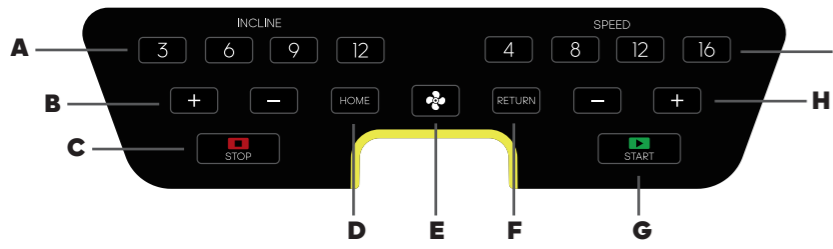
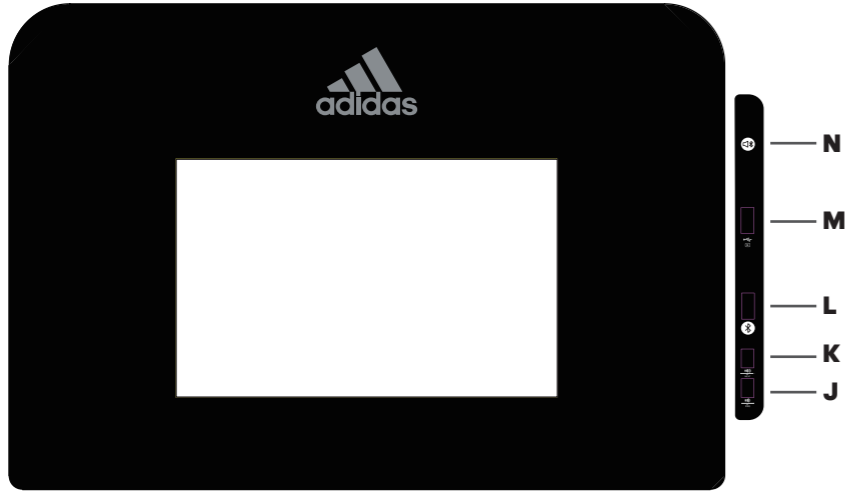
절전 기능

러닝머신을 사용하지 않는 경우 10분 뒤 절전 모드로 들어갑니다. 화면이 꺼진 후 다시 기기를 작동시키려면 아무 버튼이라 누르면 됩니다.

경고!

안전을 위해 달리기를 하는 동안 웹사이트나 동영상 감상은 자제해주세요.

وحدة التحكم



- A** - إمالة للأعلى/إمالة للأسفل
- B** - إمالة للأعلى/إمالة للأسفل
- C** - إيقاف
- D** - الصفحة الرئيسية
- E** - مروحة
- F** - عودة
- G** - بدء
- H** - زيادة السرعة/خفض السرعة
- I** - سرعة فورية
- J** - مستوى الصوت - / السابق
- K** - مستوى الصوت + / التالي
- L** - دونجل البلوتوث
- M** - USB مدخل
- N** - تشغيل الموسيقى عبر البلوتوث

(الصفحة الرئيسية) HOME

اضغط للعودة إلى الصفحة الرئيسية

(عودة) RETURN

اضغط على "عودة" للرجوع إلى الشاشة السابقة

(بدء) START

اضغط لبدء تشغيل المشاية، سيبدأ سير الجري في الحركة

(إيقاف/ وقفة) STOP

اضغط على هذا الزر لاختيار الإيقاف المؤقت أو إيقاف الماكينة

(زيادة السرعة/خفض السرعة) SPEED +/-

اضغط على هذا الزر لضبط السرعة

(إمالة للأعلى/إمالة للأسفل) INCLINE +/-

(إمالة للأعلى/ للأسفل) لضبط إمالة الماكينة (INCLINE +/-) اضغط على زر

سرعة فورية

استخدم هذا لتحديد السرعة الدقيقة عند الجري

تشغيل الموسيقى عبر البلوتوث

يستطيع المستخدم توصيل جهازه بالمشاية الكهربائية عبر البلوتوث ثم اختيار لتشغيل الموسيقى. اضبط صوت الموسيقى من جهازك مباشرة adidas

دونجل البلوتوث

أدخل الدونجل في المنفذ. صلّ الدونجل عبر البلوتوث باستخدام التطبيق وستجد adidas**** الفريد الخاص بك adidas رمز

مفتاح السلامة

مرفق مع هذا الجهاز مفتاح أمان أحمر، ولن يعمل الجهاز ما لم يتم إدخاله. الغرض منه هو إيقاف الجهاز فورًا في حالة الطوارئ، سيعرض الحاسوب رسالة

مفتاح الأمان غير موصل في حالة عدم توصيله بالمشاية بشكل صحيح. يجب أن يمسك المستخدم المشبك الموجود على الطرف الآخر من مفتاح الأمان طوال التمرين لضمان توقف الجهاز فورًا في حالة الطوارئ

مروحة

استخدم ذلك لبدء تشغيل المروحة أو إيقافها

ضوابط المقود

زيادة السرعة/خفض السرعة - SPEED +/-

اضغط على هذا الزر لضبط السرعة

إمالة للأعلى/إمالة للأسفل - INCLINE +/-

(إمالة للأعلى/ للأسفل) لضبط إمالة الماكينة (INCLINE +/-) اضغط على زر

نبض اليد

توجد مستشعرات نبض على كلا المقودين لمراقبة معدلات نبض المستخدم ويمكن مسكها لتقديم القراءة. أداة مراقبة النبض هي دليل مرجعي فقط وليست للاستخدام الطبي أو المراقبة

الوضع العادي

١. من وضع الاستعداد، اضغط على "بدء" لبدء الوضع اليدوي فورًا
٢. يمكن ضبط سرعة المشاية ودرجة ميلها يدويًا باستخدام أزرار "+/- السرعة" أو "-/+ درجة الميل" في أي وقت في أثناء التمرين
٣. اضغط على زر "الإيقاف/الإيقاف المؤقت" لإيقاف التمرين مؤقتًا أو إيقافه
٤. أخرج "مفتاح الأمان" لإيقاف عمل المحرك، أو اضغط على إيقاف مرتين

وظيفة التذكير بالتشحيم

تتميز هذه الماكينة بوظيفة التذكير بالتشحيم. بعد قطع إجمالي مسافة ٣٠٠ كيلو متر (١٨٨ ميل)، ستحتاج ماكينتك إلى التشحيم بالزيت، سيُذكرك النظام بإصدار زيت). وهذا يعني أن ماكينتك "OIL" صوت كل ١٠ ثوانٍ، وستنظر نافذة عليها كلمة بحاجة إلى التشحيم بالزيت. يُرجى قراءة دليل المستخدم كلمة

أولاً، وإضافة الزيت إلى الجزء الأوسط من لوح الركض. بعد الانتهاء من التشحيم، يُرجى إيقاف والاستمرار لثلاث ثوانٍ، وسيختفي صوت الإنذار الصادر "STOP" الضغط على زر من النظام

وظائف الحاسوب

تطبيقات

قبل استخدام التطبيقات Wi-Fi التطبيقات المدمجة. ملاحظة: يجب توصيل شبكة الأخرى.موسيقى

شغل الموسيقى المخزنة على USB

فيلم

شغل ملفات الفيديو المخزنة على USB

إعدادات

واللغة والإضاءة الخلفية Wi-Fi اضبط

الوضع الافتراضي نشط

اختر من بين ٣ إعدادات تصويرية لمحاكاة الواقع

ضبط معدل نبض القلب

حدد الدرجة والعمر والمدة المطلوبة ومعدل نبض القلب المطلوب. (لاستخدام هذه الوظيفة، يجب الإمساك بمستشعرات النبض بقوة لقراءة معدل نبض القلب)

التمرين

انقر لاختيار المدة أو المسافة أو السرعات الحرارية المستهدفة في أثناء التمرين. بالإضافة إلى ذلك، يوجد ٢٤ برنامجًا مدمجًا متوفرًا. اضغط على أزرار "+/- درجة الميل" أو "-/+ السرعة" لتغيير درجة الميل أو السرعة في أثناء تشغيل أي برنامج

برنامج المستخدم

١٠ لإنشاء تمرين مخصص اضغط/اسحب على الرسم البياني U-U اختر من بين بالنقط لضبط الإعداد (H) إلى السرعة/درجة الميل المطلوبة (H)

نبض اليد

أمسك مستشعرات النبض بشدة لمعرفة قيمة معدل النبض. هذه البيانات استرشادية فقط ولا يمكن اعتبارها بيانات طبية

وظيفة توفير الطاقة

لتقليل استهلاك الطاقة، ستدخل هذه المشاية وضع السكون إذا ظلت دون تشغيل لمدة ١٠ دقائق. ستعرض الشاشة تذكيرًا قبل الدخول إلى وضع السكون. عند دخول الجهاز في وضع السكون، يُرجى إخراج مفتاح الأمان وإدخاله مرة أخرى لتنبيه النظام

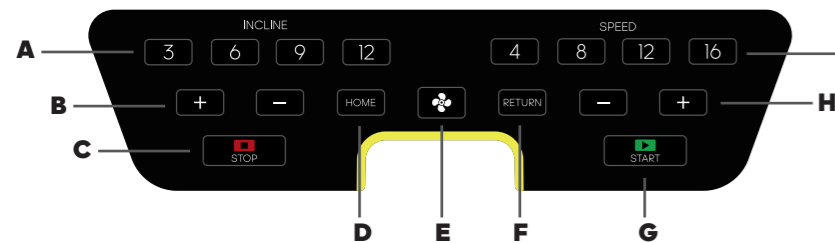
تحذير

لسلامتك لا تتصفح مواقع الويب أو تشاهد مقاطع الفيديو في أثناء الجري

PANEL STEROWANIA



- A** - SZYBKA ZMIANA NACHYLENIA
- B** - NACHYLENIE +/-
- C** - ZATRZYMANIE
- D** - EKRAN GŁÓWNY
- E** - WENTYLATOR
- F** - POWRÓT
- G** - START
- H** - PRĘDKOŚĆ +/-
- I** - SZYBKA ZMIANA PRĘDKOŚCI
- J** - GŁOŚNOŚĆ - / POPRZEDNI UTWÓR
- K** - GŁOŚNOŚĆ + / NASTĘPNY UTWÓR
- L** - KLUCZ SPRZĘTOWY FUNKCJI BLUETOOTH
- M** - PORT USB
- N** - MUZYKA PRZEZ BLUETOOTH



HOME (EKAN GŁÓWNY)

Naciśnij, aby wrócić na ekran główny.

RETURN (POWRÓT)

Naciśnij, aby wrócić na poprzedni ekran.

START

Służy do uruchomienia bieżni, pas bieżni zacznie się przesuwać.

ZATRZYMANIE/PRZERWA

Naciśnij ten przycisk, aby wstrzymać lub zatrzymać urządzenie.

SPEED +/- (PRĘDKOŚĆ +/-)

Zwiększanie/zmniejszanie prędkości podczas treningu.

INCLINE +/- (NACHYLENIE +/-)

Zwiększanie/zmniejszanie nachylenia podczas treningu.

SZYBKA ZMIANA PRĘDKOŚCI

Użyj tej opcji, aby wybrać dokładną prędkość podczas biegu.

QUICK SPEED SZYBKA PRĘDKOŚĆ

Służy do wyboru innej prędkości podczas biegu.

SZYBKA ZMIANA NACHYLENIA

Zwiększanie/zmniejszanie nachylenia podczas treningu.

QUICK INCLINE SZYBKE NACHYLENIE

Służy do wyboru innego nachylenia podczas biegu.

PORT USB

Włóż USB, aby odtwarzać muzykę/film zapisane na USB. Inne urządzenia mogą spowodować błąd wyświetlania. Port USB obsługuje tylko muzykę i wideo zapisane w pamięci urządzenia USB; nie obsługuje żadnego innego urządzenia. Podłączenie innego urządzenia do tego portu może spowodować błąd na wyświetlaczu.

GŁOŚNOŚĆ + / NASTĘPNY

Zwiększ głośność muzyki. Naciśnij i przytrzymaj, aby zwiększyć głośność. Naciśnij i puść, aby przejść do następnego utworu.

GŁOŚNOŚĆ - / POPRZEDNI

Zmniejsz głośność muzyki. Naciśnij i przytrzymaj, aby zmniejszyć głośność. Naciśnij i puść, aby przejść do poprzedniego utworu.

MUZYKA PRZEZ BLUETOOTH

Użytkownik może połączyć swoje urządzenie z bieżnią za pośrednictwem funkcji Bluetooth i wybrać „adidas” do odtwarzania muzyki. Głośność muzyki można dostosowywać bezpośrednio na urządzeniu.

KLUCZ SPRZĘTOWY FUNKCJI BLUETOOTH

Włóż KLUCZ SPRZĘTOWY do portu. Połącz się z KLUCZEM SPRZĘTOWYM za pośrednictwem funkcji Bluetooth, korzystając z APLIKACJI i unikatowego kodu adidas „adidas*****”.

KLUCZ BEZPIECZEŃSTWA

W zestawie z urządzeniem dostarczony jest czerwony klucz bezpieczeństwa. Urządzenie nie będzie działać, jeśli klucz nie zostanie włożony. Jego funkcją jest natychmiastowe zatrzymanie urządzenia w razie niebezpieczeństwa. Komputer wyświetli „safety key disconnected”, jeśli klucz nie zostanie prawidłowo podłączony do bieżni. Klips na drugim końcu klucza bezpieczeństwa musi być przymocowany do użytkownika przez cały czas treningu, aby zapewnić natychmiastowe zatrzymanie urządzenia w przypadku sytuacji awaryjnej.

WENTYLATOR

Służy do uruchamiania lub zatrzymania wentylatora.

ELEMENTY STERUJĄCE NA UCHWYCE

SPEED +/- (PRĘDKOŚĆ +/-)

Zwiększanie/zmniejszanie prędkości podczas treningu.

INCLINE +/- (NACHYLENIE +/-)

Zwiększanie/zmniejszanie nachylenia podczas treningu.

UCHWYTY DO MIERZENIA PULSU

Po obu stronach uchwytu znajdują się czujniki tętna, aby monitorować tętno użytkownika. Należy je przytrzymać w celu podania odczytu. Wyświetlony puls jest tylko wartością referencyjną i nie służy do celów medycznych lub kontrolnych.

PROGRAMY KOMPUTERA

TRYB NORMALNY

1. W trybie czuwania naciśnij przycisk **START** (START), aby natychmiast uruchomić tryb ręczny.
2. Prędkość i nachylenie bieżni można regulować ręcznie za pomocą przycisków **SPEED +/-** (PRĘDKOŚĆ +/-) lub **INCLINE +/-** (NACHYLENIE +/-) w dowolnym momencie podczas treningu.
3. Naciśnij przycisk **STOP/PAUSE** (ZATRZYMANIE/PRZERWA), aby wstrzymać lub zatrzymać trening.
4. Wyjmij **SAFETY KEY** (KLUCZ BEZPIECZEŃSTWA), aby zatrzymać pracę siłnika, lub naciśnij dwa razy przycisk **STOP** (ZATRZYMANIE).

APLIKACJE

Wbudowane aplikacje. Uwaga: przed przystąpieniem do korzystania z innych aplikacji należy włączyć Wi-Fi.

MUZYKA

Odtwórz utwory muzyczne zapisane na USB.

FILM

Odtwórz filmy zapisane na USB.

USTAWIENIA

Ustaw Wi-Fi, język i podświetlenie.

AKTYWNOŚĆ WIRTUALNA

Wybierz jedną z 3 scenarii do symulacji.

HRC

Wybierz poziom, wiek, docelowy czas i docelowe tętno. (Aby korzystać z tej funkcji, musisz trzymać czujniki tętna dla odczytu tętna).

TRENING

Click to choose time, distance or calories workout target. Besides, there are 24 build-in programs available. Press **INCLINE +/-** or **SPEED +/-** to change the incline or speed during operation of any program.

PROGRAM UŻYTKOWNIKA

Wybierz od U1 do U10, aby utworzyć osobisty trening. Naciśnij/przeciśnij po wykresie kropkowym, aby dostosować ustawienia do żądanej prędkości/nachylenia.

Na każdym ekranie możesz kliknąć ikonę kropki, a następnie wybrać powrót, ekran główny, głośność lub ukryć ikonę.



TĘTNO

Aby uzyskać wartość tętna, przytrzymaj czujniki tętna. Te dane służą wyłącznie do celów informacyjnych i nie wolno wykorzystywać ich jako danych medycznych.

FUNKCJA OSZCZĘDZANIA ENERGII

Aby zmniejszyć zużycie energii, bieżnia przejdzie w tryb uśpienia po 10 minutach bezczynności. Przed wejściem w tryb uśpienia na ekranie wyświetli się przypomnienie. Gdy urządzenie przejdzie w tryb uśpienia, wyjmij klucz bezpieczeństwa i włóż go ponownie, aby uruchomić system.

FUNKCJE PŘIPOMÍNKY PROMAZÁNÍ

Tento stroj je vybaven funkcí připomínky promazání. Vždy po uběhnutí celkové vzdálenosti 300 km (188 mil) je potřeba provést údržbu běžeckého pásu a promazat ho olejem. Systém Vás na tuto skutečnost upozorní zvukovým signálem, který se bude opakovat každých 10 sekund, a na displeji se objeví hlášení „OIL” (OLEJ). To znamená, že je běžecký pás potřeba promazat olejem. Přečtěte si prosím nejprve návod pro uživatele a poté olej aplikujte do středové části běžecké plochy. Po ukončení mazání stiskněte prosím na 3 sekundytlačítko „STOP”; varovný signál systému se přestane ozývat.

OSTRZEŽENIE!

Dla własnego bezpieczeństwa nie przeglądaj stron internetowych ani nie oglądaj filmów podczas biegania.

ŘÍDICÍ PANEL



- A - OKAMŽITÉ STOUPÁNÍ**
- B - ZVÝŠENÍ/SNÍŽENÍ STOUPÁNÍ**
- C - ZASTAVIT**
- D - DOMOV**
- E - VENTILÁTOR**
- F - VRÁTIT SE**
- G - START**
- H - ZVÝŠIT/SNÍŽIT RYCHLOST**
- I - OKAMŽITÁ RYCHLOST**
- J - HLASITOST - I PŘEDCHOZÍ SKLADBA**
- K - HLASITOST + / DALŠÍ SKLADBA**
- L - ADAPTÉR BLUETOOTH**
- M - VSTUP PRO USB**
- N - HUDBA - BLUETOOTH**

ÚVOD

Stisknutím se vrátíte na úvodní stránku.

ZPĚT

Stisknutím se vrátíte na předchozí stránku.

START

Stisknutím přístroj zapnete, běžecký pás se začne pohybovat.

STOP (ZASTAVIT)

Stisknutím přístroj vypnete, běžecký pás před úplným vypnutím nejprve zpomalí.

RYCHLOST +/-

Zvýšte/snižte rychlost v průběhu workoutu.

STOUPÁNÍ +/-

Zvýšte/snižte sklon v průběhu workoutu.

OKAMŽITÁ RYCHLOST

Volba přesné rychlosti při běhu.

OKAMŽITÁ RYCHLOST

Využijte pro okamžitou změnu rychlosti pásu při běhu.

OKAMŽITÉ STOUPÁNÍ

Volba přesného stoupání při běhu.

OKAMŽITÝ SKLON

Využijte pro okamžitou změnu sklonu pásu při běhu.

VSTUP PRO USB

Pro přehrávání uložené hudby/video vložte příslušné USB zařízení. Po vložení jiného zařízení se může zobrazit chyba.

HLASITOST + / DALŠÍ SKLADBA

zvýšení hlasitosti přehrávání. Dlouhým stisknutím zvýšíte hlasitost. Krátkým stisknutím přejdete na další píseň.

HLASITOST - / PŘEDCHOZÍ SKLADBA

zvýšení hlasitosti přehrávání. Dlouhým stisknutím snížíte hlasitost. Krátkým stisknutím přejdete na předchozí píseň.

HUDBA - BLUETOOTH

Uživatel může své zařízení připojit k běžeckému pásu prostřednictvím bluetooth a pro přehrávání hudby zvolit adidas. Hlasitost hudby si pak nastaví přímo na svém zařízení.

ADAPTÉR BLUETOOTH

Zasuňte adaptér bluetooth do portu. Připojte se přes bluetooth k adaptéru prostřednictvím aplikace a svého osobního kódu adidas*****.

BEZPEČNOSTNÍ KLÍČ

Součástí stroje je červený bezpečnostní klíč. Stroj nebude fungovat, dokud tento klíč nebude vložen. Jeho účelem je okamžité zastavení stroje v případě nouze. Pokud není klíč správně vložen, počítač zobrazí hlášku „bezpečnostní klíč odpojen“. Spona na druhém konci klíče musí být během tréninku po celou dobu vždy upevněna k uživateli, aby bylo zajištěno, že se stroj v případě nouze zastaví.

VENTILÁTOR

Využijte pro zapnutí nebo vypnutí ventilátoru.

KONTROLELEMENTER PÅ HÅNDTAGET

HASTIGHED +/-

Øg/reducer hastigheden under træningen

HÆLDNING +/-

Øg/reducer hældningen under træningen

PULSMÅLEHÅNDTAG

På begge håndtag findes pulssensorer. Brugere kan holde på disse for at få overvåget og aflæst deres puls. Pulsovervågning er udelukkende vejledende og ikke til medicinsk brug eller tilsyn.

POČÍTAČOVÉ FUNKCE

NORMAL TILSTAND

- Tryk på **START** fra standbyskærmbilledet for at starte manuel tilstand med det samme.
- Løbebåndets hastighed og hældning kan til enhver tid under træningen justeres manuelt ved hjælp af knapperne **SPEED +/- (HASTIGHED +/-)** eller **INCLINE +/- (HÆLDNING +/-)**.
- Tryk på knappen **STOP** for at standse træningen.
- Tag **SIKKERHEDSNØGLEN** ud for at standse motoren, eller tryk to gange på **STOP**.

APLIKACE

Zabudované aplikace. Poznámka: Pokud chcete používat jiné aplikace, musíte být připojeni na Wi-Fi.

HUDBA

Přehrát hudbu uloženou na USB.

FILM

Přehrát film uložený na USB.

NASTAVENÍ

Nastavte Wi-Fi, jazyk a podsvícení displeje.

VIRTUÁLNÍ REALITA

Vyberte si ze 3 různých virtuálních scénérií.

HRC

Zvolte stupeň rychlosti, věk, cílový čas a požadovanou tepovou frekvenci. (Abyste mohli využít tuto funkci, musíte se dotýkat senzoru pro měření tepové frekvence.)

UŽIVATELSKÝ PROGRAM

Zvolte U1-U10 a vytvořte si svůj osobní workout. Stisknutím/zatáhnutím za bodový diagram nařídíte v nastavení požadovanou rychlost/sklon. Na jakékoliv obrazovce můžete kliknout na bodovou ikonu a zvolit zpět, úvod, hlasitost nebo ikonu skrýt.



PULS

Chcete-li měřit tepovou frekvenci, dotýkejte se příslušného senzoru. Naměřené údaje jsou pouze informativní a nejsou určeny pro lékařské účely.

FUNKCE ÚSPORY ENERGIE

Pokud není pás používán, po 10 minutách se přepne do modu úspory energie. Vypne se obrazovka, k opětovnému zapnutí dojde stisknutím jakéhokoliv tlačítka.

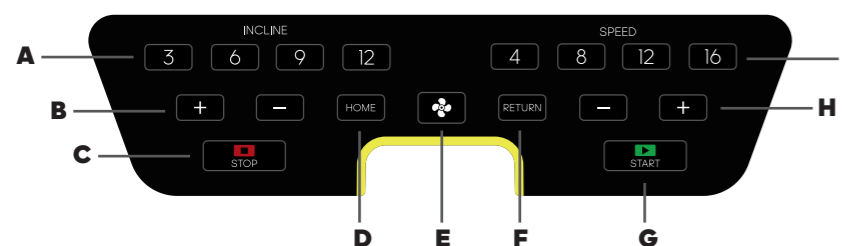
VAROVÁNÍ!

V zájmu vlastní bezpečnosti nesledujte při běhu videa ani žádné webové stránky.

KONSOL



- A** - AKTUEL HÆLDNING
- B** - HÆLDNING OP/NEJ
- C** - STOP
- D** - HJEM
- E** - VENTILATOR
- F** - RETURNERING
- G** - START
- H** - HASTIGHED +/-
- I** - AKTUEL HASTIGHED
- J** - LYDSTYRKE -/FORRIGE
- K** - LYDSTYRKE +/- NÆSTE
- L** - BLUETOOTH-DONGLE
- M** - USB-INDGANG
- N** - MUSIK VIA BLUETOOTH



HJEM

Tryk på denne knap for gå til startskærm-billedet.

TILBAGE

Tryk på denne knap for gå tilbage til det forrige skærm-billede.

START

Starter programmet

STOP

Bruges til at stoppe maskinen når som helst under træningen. Løbebåndet bremses og stopper fuldstændigt. Alle data nulstilles.

HASTIGHED +/-

Øg/reducer hastigheden under træningen

HÆLDNING +/-

Øg/reducer hældningen under træningen

AKTUEL HASTIGHED

Bruges til at vælge den nøjagtige hastighed under løb.

AKTUEL HÆLDNING

Bruges til at vælge den aktuelle hældning under løb.

USB-INDGANG

Brug dette stik til at afspille musik/film fra en USB-stick. Hvis du tilslutter andre enheder, kan der opstå fejl.

LYDSTYRKE +/- NÆSTE

Øg musikens lydstyrke. Langt tryk for at øge lydstyrken. Kort tryk for at gå til næste sang.

LYDSTYRKE -/FORRIGE

Reducer musikens lydstyrke. Langt tryk for at reducere lydstyrken. Kort tryk for at gå til forrige sang.

MUSIK VIA BLUETOOTH

Du kan slutte din smartphone/tablet til løbebåndet via Bluetooth og lade adidas vælge musikken. Indstil lydstyrken direkte på din enhed.

BLUETOOTH-DONGLE

Sæt din DONGLE i stikket. Tilslut din DONGLE via Bluetooth ved hjælp af appen og din unikke adidas-kode *adidas****.

SIKKERHEDSNOGLE

Maskinen har en rød sikkerhedsnøgle. Maskinen fungerer ikke, medmindre denne nøgle er isat. Formålet med nøglen er at stoppe maskinen i tilfælde af en nødsituation. Hvis nøglen ikke er korrekt isat i løbebåndet, viser computeren "safety key disconnected" ("sikkerhedsnøgle fjernet"). Klemmen i den anden ende af sikkerhedsnøglen skal til enhver tid være fastgjort til brugeren under træningen for at sikre, at maskinen stopper øjeblikkeligt i tilfælde af en nødsituation.

VENTILATOR

Bruges til at åbne/lukke ventilatoren.

OVLÁDACÍ PRVKY MADEL

SPEED +/- (RYCHLOST +/-)

Zvýšení/snížení rychlosti během cvičení

INCLINE +/- (STOUPÁNÍ +/-)

Zvýšení/Snížení stoupání během cvičení

MADLA PRO MĚŘENÍ TEPOVÉ FREKVENCE

Na obou madlech jsou umístěna čidla pro snímání tepové frekvence uživatele. Naměřené hodnoty mohou být uloženy pro pozdější zobrazení. Měřič tepové frekvence je pouze orientační a neslouží pro lékařské účely nebo sledování.

NORMÁLNÍ REŽIM

- V pohotovostním režimu stisknete tlačítko **START** pro okamžité spuštění ručního režimu.
- Rychlost a stoupání běžeckého pásu je možné kdykoliv během cvičení ručně upravit pomocí tlačítek **SPEED +/- (RYCHLOST +/-)** nebo **INCLINE +/- (STOUPÁNÍ +/-)**.
- Stisknutím tlačítka **STOP** cvičení ukončíte.
- Vypněte motor vyjmutím **BEZPEČNOSTNÍHO KLÍČE** nebo dvojnásobným stisknutím tlačítka **STOP**.

COMPUTERFUNKTIONER

APPS

Indbyggede apps. Bemærk: Wi-Fi skal være tilslettet, før du kan bruge andre apps.

MUSIK

Afspil musik fra en USB-stick.

FILM

Afspil film fra en USB-stick.

INDSTILLINGER

Indstil Wi-Fi, sprog og baggrundsbelysning.

VIRTUAL ACTIVE

Vælg mellem 3 simulerede omgivelser at løbe i.

HRC

Vælg niveau, alder, mål for tid og mål for puls. (Du skal holde ved pulssensorerne for at kunne se pulsvisning ved denne funktion.)

TRÆNING

BRUGERPROGRAM

Vælg U1-U10 for at lave dine egne personlige programmer. Tryk/træk på punktdiagrammet for at justere indstillingerne for ønsket hastighed/stigning. Du kan fra alle skærm-billeder klikke på punktikonet og vælge tilbage, hjem, lydstyrke eller gemme ikonet.



PULS

Hold ved pulssensorerne for at få vist din puls. Disse data er alene vejledende og må ikke bruges som medicinske data.

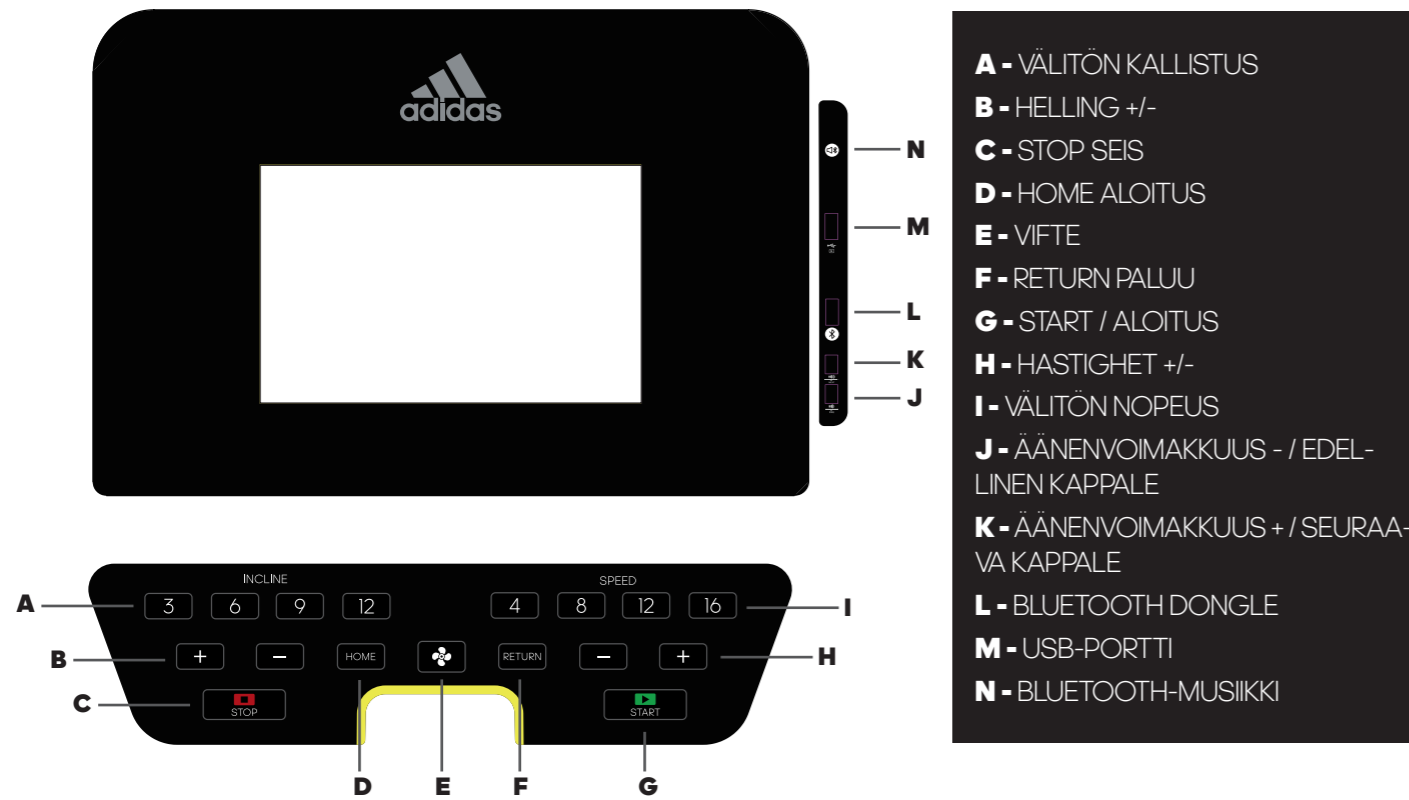
STRØMSPAREFUNKTION

Løbebåndet går på strømsparefunktion, hvis det ikke har været brugt i 10 minutter. Displayet slukkes. Tryk på en knap for at tænde det igen.

ADVARSEL!

Af hensyn til din sikkerhed bør du ikke se hjemmesider eller film, mens du løber.

KONSOLI



HOME (ALOITUS)

Paina tästä palataksesi aloitusnäyttöön.

RETURN (PALUU)

Paina tästä palataksesi edelliseen näyttöön.

START

Trykk for å starte tredemøllen, løpebåndet vil begynne å bevege seg.

STOP/PAUSE (SEIS/TAUKO)

Tästä painamalla voit pysäyttää laitteen joko hetkeksi tai kokonaan.

SPEED +/- (HASTIGHET +/-)

Øk/reduser hastigheten under treningsøkten.

INCLINE +/- (HELLING +/-)

Øk/reduser hellingen under treningsøkten.

INSTANT SPEED (VÄLITÖN NOPEUS)

Tästä voit valita tarkan nopeuden juostessasi.

RASK HASTIGHET

Bruk dette til å velge en annen hastighet mens du løper.

VÄLITÖN KALLISTUS

Øk/reduser hellingen under treningsøkten.

QUICK INCLINE RASK HELLING

Bruk dette til å velge en annen helling mens du løper.

USB-PORTTI

Aseta USB-muisti tähän toistaaksesi siihen tallennettua musiikkia/videota. Muut laitteet voivat tuoda näytölle virheilmoituksen. USB-portti tukee ainoastaan USB-muistiin tallennettua musiikkia ja videota, ei mitään muuta laitetta. Minkä tahansa muun laitteen liittämistä tähän porttiin saattaa seurata virheilmoituksen ilmestyminen näytölle.

ÄÄNENVOIMAKKUUS + / SEURAAVA

Musikin äänenvoimakkuuden lisääminen. Lisää äänenvoimakkuutta painamalla pitkään. Siirry seuraavaan kappaleeseen lyhyellä painalluksella.

ÄÄNENVOIMAKKUUS + / EDELLINEN)

Musikin äänenvoimakkuuden vähentäminen. Vähennä äänenvoimakkuutta painamalla pitkään. Siirry edelliseen kappaleeseen lyhyellä painalluksella.

BLUETOOTH-MUSIIKKI

Käyttäjä voi liittää laitteensa juoksumattoon Bluetoothin välityksellä ja valita adidasin soittaakseen musiikkia. Musikin äänenvoimakkuuden voit säätää suoraan laitteestasi.

BLUETOOTH-DONGLE

Liitä DONGLE porttiin. Yhdistä DONGLEEN Bluetoothin välityksellä käyttäen sovellusta ja DONGLEN taakse merkittyä henkilökohtaista adidas-koodiasi *adidas-*****.

TURVA-AVAIN

Tämän laitteen mukana tulee punainen turva-avain. Laite ei toimi, ellei se ole paikallaan. Sen tarkoituksena on pysäyttää laite välittömästi hätätilanteessa. Tietokoneen näytölle tulee teksti "safety key disconnected", jos avain ei ole oikein liitetty juoksumattoon. Turva-avaimen toisessa päässä olevan klipsin on oltava treenin aikana aina kiinnitettynä käyttäjään, jotta kone varmasti pysähtyy välittömästi hätätilanteessa.

VIFTE

Trykk på viften-knappen for å starte eller stoppe viften.

OHJAUSTANGON SÄÄTIMET

SPEED +/- (HASTIGHET +/-)

Øk/reduser hastigheten under treningsøkten.

INCLINE +/- (HELLING +/-)

Øk/reduser hellingen under treningsøkten.

PULSSIKAHVAT

Molemmissa kahvoissa on sykeanturit. Käyttäjä saa esiin sykelukemansa pitämällä niistä kinni. Pulssimittari on tarkoitettu vain vertailuun, ei lääketieteelliseen käyttöön tai seurantaan.

TIETOKONEOHJELMAT

NORMAALI TILA

1. Paina valmiustilassa **START** (ALOITA) -painiketta siirtyäksesi manuaaliseen tilaan välittömästi.
2. Juoksumaton nopeutta ja kallistusta voi säätää **SPEED +/-** (NOPEUS +/-)- tai **INCLINE +/-** (KALLISTUS +/-)-painikkeilla milloin tahansa harjoituksen aikana.
3. Keskeytä tai lopeta harjoitus painamalla **STOP/PAUSE** (SEIS/TAUKO) -painiketta.
4. Pysäytä moottorin toiminta irrottamalla **SAFETY KEY** (TURVA-AVAIN) tai painamalla kahdesti **STOP** (SEIS) -painiketta.

SOVELLUKSET

Sisäänrakennetut sovellukset. Huomautus: Wi-Fi-yhteys on muodostettava ennen muiden sovellusten käyttöä.

MUSIIKKI

Toista USB-muistiin tallennettua musiikkia.

ELOKUVA

Toista USB-muistiin tallennettuja videoita.

ASETUKSET

Aseta Wi-Fi, kieli ja taustavalo.

VIRTUAL ACTIVE

Valitse kolmesta maisema-asetuksesta jöjitteläksesi todellisuutta.

HRC

Valitse laatu, ikä, tavoiteaika ja tavoitesyke. (Tätä toimintoa käyttäksesi sinun on pidettävä kiinni sykeantureista sykkeen mittaamista varten.)

TREENI

Click to choose time, distance or calories workout target. Besides, there are 24 build-in programs available. Press **INCLINE +/-** or **SPEED +/-** to change the incline or speed during operation of any program.

KÄYTTÄJÄOHJELMA

Valitse UI-U10 räätälöityä treenejä varten. Paina/vedä pistekaaviota säätääksesi asetukset halutulle nopeudelle/kallistukselle.

Voit napsauttaa pistekuvaketta missä tahansa ikkunassa ja valita sitten jonkin vaihtoehdoista kuvakkeen.



SYKE

Pidä kiinni sykeantureista sykearvon mittaamista varten. Nämä tiedot on tarkoitettu vain ohjeelliseksi, eikä niitä voida käyttää lääketieteellisiin tietoihin.

VIRRANSÄÄSTÖTOIMINTO

Energiankulutuksen vähentämiseksi juoksumatto siirtyy lepotilaan, jos sillä ei tehdä mitään 10 minuuttia. Näytölle tulee muistutus ennen lepotilaan siirtymistä. Kun laite menee lepotilaan, herätä järjestelmä irrottamalla turva-avain ja asettamalla se takaisin paikalleen.

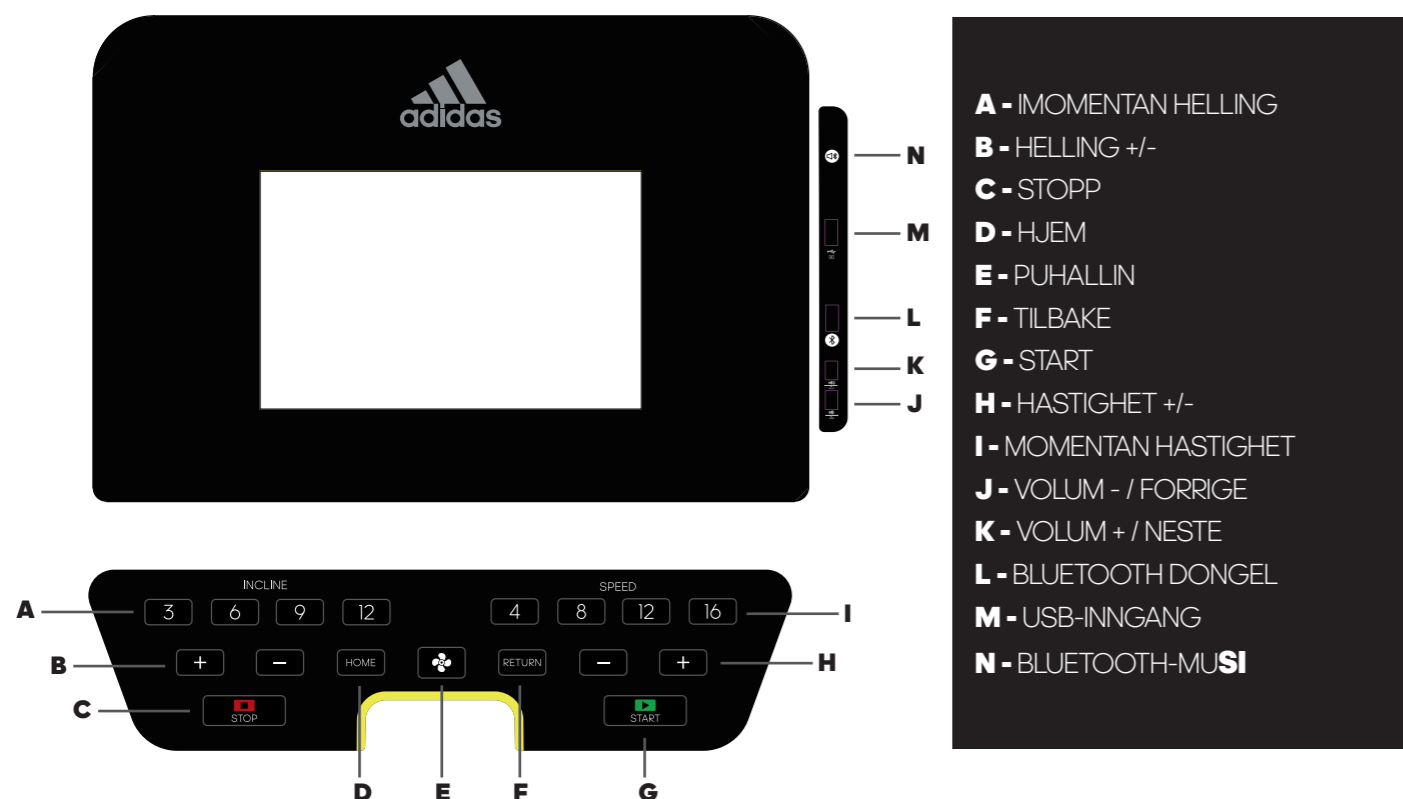
VOITELUMUISTUTUS

Kun laitteen mittariin on kertynyt matkaa 300 km (188 mailia), konsoli piippaa 10 sekunnin välein ja **TIME** (AIKA) -ikkunassa lukee **OIL** (ÖLJY). Tämä tarkoittaa, että juoksumatto on voideltava öljyllä (tämä tulisi tehdä 6 viikon välein). Pidä konsolin nollaamiseksi **STOP** (SEIS) -painiketta pohjassa kolmen sekunnin ajan, jolloin konsoli piippaa ja käynnistyy uudelleen.

VAROITUS!

Oman turvallisuutesi vuoksi: älä katso verkkosivuja/videoita juostessasi.

KONSOLLEN



HOME (HJEM)

Trykk for å komme til startside.

RETURN (TILBAKE)

Trykk for å komme til forrige skjerm.

START

Press to start treadmill, the running belt will start moving.

STOPP/PAUSE

Trykk på denne knappen for å sette maskinen på pause eller stoppe den.

HASTIGHET +/-

Lisää/vähennä nopeutta treenin aikana.

HELLING +/-

Lisää/vähennä kallistusta treenin aikana.

MOMENTAN HASTIGHET

Bruk denne funksjonen for å velge nøyaktig hastighet mens du løper.

QUICK SPEED (PIKANOPEUS)

Tämän avulla voit valita eri nopeuden juostessasi.

MOMENTAN HELLING

Lisää/vähennä kallistusta treenin aikana.

QUICK INCLINE (PIKAKALLISTUS)

Tämän avulla voit valita eri kallistuksen juostessasi.

USB PORT

Sett inn USB for å spille musikk/video som er lagret på USB. Andre enheter kan gi feil i displayet. USB-porten vil kun støtte musikk og video lagret i USB, den vil ikke støtte noen andre enheter. Sette det andre enheter inn i denne porten, kan det forårsake feil i displayet.

VOLUM + / NESTE

Øk volumet til musikken. Trykk lenge for å øke volumet. Trykk kort for å gå til neste sang.

VOLUM - / FORRIGE

Reduser volumet til musikken. Trykk lenge for å redusere volumet. Trykk kort for å gå til forrige sang.

BLUETOOTH-MUSIKK

Brukeren kan koble enheten til tredemøllen via Bluetooth og velge at adidas spiller musikk. Juster lydstyrken på musikken fra enheten direkte.

- A** - MOMENTAN HELLING
- B** - HELLING +/-
- C** - STOPP
- D** - HJEM
- E** - PUHALLIN
- F** - TILBAKE
- G** - START
- H** - HASTIGHET +/-
- I** - MOMENTAN HASTIGHET
- J** - VOLUM - / FORRIGE
- K** - VOLUM + / NESTE
- L** - BLUETOOTH DONGEL
- M** - USB-INNGANG
- N** - BLUETOOTH-MUSI

BLUETOOTH-DONGEL

Sett inn DONGELEN i porten. Koble til DONGELEN via Bluetooth ved bruk av APPEN og din unike adidas-kode «adidas****».

SIKKERHETSNOKKEL

Denne maskinen har en rød sikkerhetsnøkkel, og vil ikke gå uten at den røde sikkerhetsnøkkelen er satt inn. Hensikten er å stoppe maskinen umiddelbart i en nødsituasjon. Computeren vil vise «safety key disconnected» hvis den ikke er festet til tredemøllen. Klipsen i den andre enden av sikkerhetsnøkkelen må alltid være festet til brukeren under hele treningsøkten for å sikre at maskinen stopper umiddelbart i en nødsituasjon.

PUHALLIN

Käynnistä tai pysäytä puhallin painamalla-painiketta.

HÅNDTAKSSTYRING

HASTIGHET +/-

Lisää/vähennä nopeutta treenin aikana.

HELLING +/-

Lisää/vähennä kallistusta treenin aikana.

PULSHÅNDTAK

Det er pulssensorer i begge håndtakene. Disse sensorene måler pulsen hvis du holder i håndtakene. Pulsovervåkingen er veiledende og ikke for medisinsk bruk eller overvåking.

DATAPROGRAMMER

NORMAL MODUS

- Fra standby, trykk på **START** for å starte manuell modus umiddelbart.
- Tredemøllens hastighet og helling kan justeres manuelt med knappene **SPEED +/-** (HASTIGHET +/-) eller **INCLINE +/-** (HELLING +/-) når som helst under treningsøkten.
- Trykk på knappen **STOP/PAUSE** (STOPP/PAUSE) for å pause eller stoppe treningen.
- Ta ut **SAFETY KEY** (SIKKERHETSNOKKELEN) for å stoppe motoren, eller trykk på **STOP** (STOPP) to ganger.

APPER

Innebygde applikasjoner. Merk: Wi-Fi må være tilkoblet før du bruker andre apper.

MUSIKK

Spill musikk som er lagret på USB.

FILM

Spill videoer som er lagret på USB.

INNSTILLINGER

Innstill Wi-Fi, språk og bakgrunnslys.

VIRTUELL AKTIV

Velg blant tre scener for å simulere virkeligheten.

HRC

Velg nivå, alder, tidsmål og ønsket puls. (For å kunne bruke denne funksjonen må du trykke på pulssensorene for HR-lesing.)

WORKOUT

Klikk for å velge tid, avstand eller kalorier som mål for treningen. Dessuten er det 24 integrerte programmer tilgjengelig. Trykk på **INCLINE +/-** (Helling +/-) eller **SPEED +/-** (Hastighet +/-) for å endre hellingen eller hastigheten under driften av ethvert program.

BRUKERPROGRAM

Velg fra UI-U10 for å opprette personalisert workout. Trykk/dra på punktskjemaet for å justere innstillingene til ønsket hastighet.

På enhver skjerm kan du klikke på punkt-ikonet og velge tilbake, hjem, volum eller skjule ikonet.

PULSE

Hold på pulssensoren for pulsverdi. Disse dataene er kun veiledende og skal ikke brukes som medisinske data.

STRØMSPAREFUNKSJON

For å redusere strømforbruket, vil denne tredemøllen gå i hvilemodus hvis den ikke brukes i 10 minutter. Skjermen vil gi en påminnelse før den går i hvilemodus. Når maskinen går i hvilemodus, må du ta ut sikkerhetsnøkkelen og sette den inn igjen for å vekke systemet.

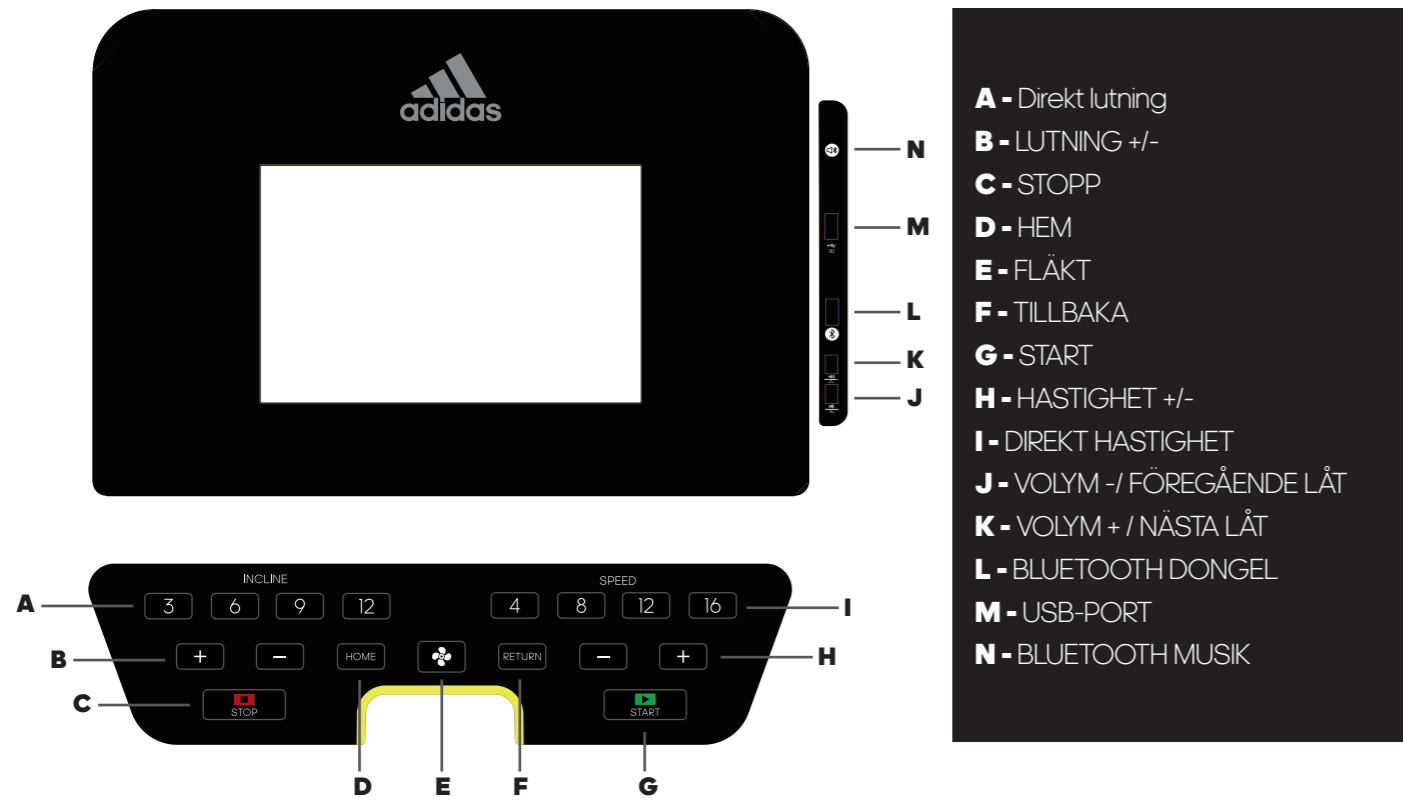
PÅMINNELSE OM SMØRING

Når maskinen har fullført 300 km (188 miles), vil konsollen pipe hvert 10. sekund, og **TIME**-vinduet (TID) vil vise **OIL** (OLJE). Dette betyr at tredemøllen din må smøres med olje (dette må gjøres hver 6. uke). Trykk på **STOP**-knappen (STOPP) i 3 sekunder for å nullstille konsollen, konsollen piper og blir nullstilt.

ADVARSEL!

For din egen sikkerhet må du ikke se på hjemmesider/videoer mens du løper.

KONSOLEN



HOME (HEM)

Tryck för att återgå till startskärmen.

RETURN (TILLBAKA)

Tryck för att återgå till föregående skärm.

START (START)

Tryck för att starta, löpbandet börjar röra sig.

STOP (STOPP)

Tryck på den här knappen för att pausa eller stoppa maskinen.

HASTIGHET +/-

Öka / minska hastigheten under träningen.

LUTNING +/-

Öka / minska lutningen under träningen.

DIREKT HASTIGHET

Använda för att välja en exakt hastighet under löpningen.

SNABB HASTIGHET

Används för att välja en annan hastighet under löpningen.*

DIREKT LUTNING

Öka / minska lutningen under träningen.

SNABB LUTNING

Används för att välja en annan lutning under träningen.

USB-PORT

Sätt i ett USB-minne för att spela upp musik/video lagrad på USB-minnet. Om du sätter in en annan enhet visas ett felmeddelande. USB-porten stöder bara musik och video som sparats på USB-minnet. Den stöder inga andra enheter. Om någon annan enhet ansluts till den här porten kan ett fel visas.

VOLYM + / NÄSTA

Höj volymen på musiken. Långt tryck för att höja volymen. Kort tryck för att gå till nästa låt.

VOLYM - / FÖREGÅENDE

Sänk volymen på musiken. Långt tryck för att sänka volymen. Kort tryck för att gå till föregående låt.

BLUETOOTH-MUSIK

Användaren kan koppla upp sin enhet till löpbandet via Bluetooth och välja adidas för att spela musik. Justera musikens volym direkt från din enhet.

BLUETOOTH-DONGEL

Sätt i din DONGEL i porten. Anslut till DONGELN via Bluetooth med APPEN och din unika adidas-kod "adidas****".

SÄKERHETSNYCKEL

Löpbandet fungerar bara när den röda säkerhetsnyckeln är isatt. Den är avsedd att stoppa maskinen omedelbart vid en nödsituation. Datorn visar "safety key disconnected" om säkerhetsnyckeln inte är korrekt ansluten till löpbandet. Klämman i ändan av snodden till säkerhetsnyckeln måste alltid vara fäst på användaren för att säkra att maskinen stoppar omedelbart vid ett nödläge.

FLÄKT

Tryck på knappen för att starta eller stoppa fläkten.

REGLAGE PÅ HANDTAGEN

HASTIGHET +/-

Öka / minska hastigheten under träningen.

LUTNING +/-

Öka / minska lutningen under träningen.

PULSGREPP

Det finns pulssensorer på båda handtagen, om du håller händerna på dem kan användarens puls frekvens registreras. Pulsregistreringen är endast avsedd som referensinfo och kan inte användas som medicinsk information.

DATORPROGRAM

NORMALT LÄGE

- Från standbyläget trycker du på **START** för att starta manuellt läge direkt.
- Löpbandets hastighet och lutning kan justeras manuellt när som helst under ett träningspass genom att använda knapparna **SPEED +/-** (HASTIGHET +/-) eller **INCLINE +/-** (LUTNING +/-).
- Tryck på **STOP/PAUSE** (STOPP/PAUS) -knappen för att pausa eller stoppa maskinen.
- Ta ut **SAFETY KEY** (SÄKERHETSNYCKELN) för att stänga av motorn, eller tryck på **STOP** (STOPP) två gånger.

APPAR

Inbyggda appar. Observera: Wi-Fi måste vara anslutet innan andra appar kan användas.

MUSIK

Spela upp musik från USB-minne.

FILM

Spela upp video från USB-minne.

INSTÄLLNINGAR

Ställ in Wi-Fi, språk och bakgrundsbelysning.

VIRTUELLT AKTIVT

Välj mellan 3 vackra scenerier för att simulera verkligheten.

HRC - HJÄRTFREKVENSKONTROLL

Välj nivå, ålder samt målvärden för tid och hjärtfrekvens. (För att använda denna funktion måste du hålla händerna på pulssensornerna så att hjärtfrekvensen kan avläsas.)

WORKOUT

Klicka för att välja tid, distans eller kalorier som träningsmål. Det finns dessutom 24 inbyggda program att välja mellan. Tryck på **INCLINE +/-** (LUTNING +/-) eller **SPEED +/-** (HASTIGHET +/-) för att ändra lutning eller hastighet när ett program körs.

ANVÄNDARPROGRAM

Välj ett program från UI till UI0 för att skapa en personlig workout. Tryck/dra på punktdiagrammet för att ställa in önskad hastighet/lutning.

På vilken skärm som helst kan du klicka på punktikonerna och sedan välja retur, hem, volym eller dölja ikonen.

PULS

Håll händerna på pulssensornerna för pulsmätning. Resultatet visas enbart på skärmen och kan inte betraktas som medicinsk information.

STRÖMSPARFUNKTION

För att minska energiförbrukningen går löpbandet över i viloläge om det inte används under 10 minuter. På skärmen visas en påminnelse före övergången till viloläge. När maskinen har gått över i viloläge kan du väcka systemet genom att ta ut säkerhetsnyckeln och sätta in den igen.

SMÖRJNINGSPÅMINNELSE

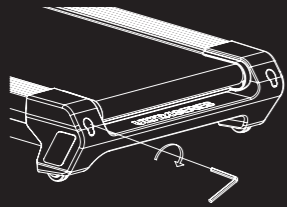
När maskinen har körts 300 km (188 miles) piper konsolen var 10 sekund och **TIME** (TID) -fönstret visar **OIL** (OLJA). Det betyder att ditt löpband behöver smörjas med olja (detta bör göras var 6:e vecka). För att återställa konsolen håller du inne **STOP** (STOPP) -knappen i 3 sekunder. Konsolen piper och återställs.

VARNING!

För din egen säkerhet bör du undvika att titta på webbsidor eller videor medan du springer på bandet.

(EN) MAINTENANCE AND CARE

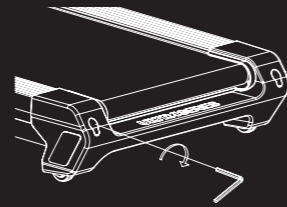
PLACE THE TREADMILL ON LEVEL GROUND AND SET IT AT 5-8KPH (3-5MPH) TO CHECK IF THE RUNNING BELT DRIFTS.



IF THE RUNNING BELT MOVES TO THE LEFT, TURN THE BOLTS ON THE LEFT SIDE ¼ OF A TURN CLOCKWISE, THEN TURN THE RIGHT BOLT ¼ TURN COUNTER-CLOCKWISE. IF THE BELT DOES NOT MOVE, REPEAT UNTIL IT CENTRES.

(FR) MAINTENANCE ET ENTRETIEN

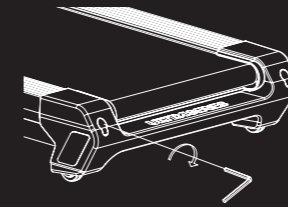
PLACEZ LE TAPIS SUR UNE SURFACE PLANE ET PARAMÉTRÉZ-LE SUR 5-8 KM/H (3-5 M/H) POUR VÉRIFIER SI LE TAPIS DÉVIE.



SI LE TAPIS ROULANT SE DÉPLACE VERS LA GAUCHE : TOURNER LES BOULONS DE GAUCHE D'UN QUART DE TOUR DANS LE SENS DES AIGUILLES D'UNE MONTRE. PUIS TOURNER LE BOULON DE DROITE D'UN QUART DE TOUR DANS LE SENS INVERSE DES AIGUILLES D'UNE MONTRE. SI LE TAPIS NE BOUGE PAS, RÉPÉTER L'OPÉRATION JUSQU'À CE QU'IL SOIT CENTRÉ.

(ES) MANTENIMIENTO Y CUIDADOS

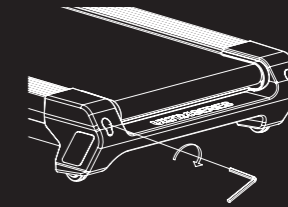
COLOQUE LA MÁQUINA SOBRE SUELO NIVELADO Y AJUSTE UNA VELOCIDAD DE 5-8 KM/H (3-5MPH) PARA COMPROBAR SI LA CINTA DE CORRER (TAPIZ) SE DESVÍA.



SI LA CINTA DE CORRER SE DESPLAZA A LA IZQUIERDA: GIRE LOS PERNOS DEL LADO IZQUIERDO ¼ DE VUELTA EN SENTIDO HORARIO. A CONTINUACIÓN GIRE EL PERNO DERECHO ¼ DE VUELTA EN SENTIDO ANTIHORARIO. SI LA CINTA NO SE DESPLAZA, REPETIR HASTA CENTRARLA.

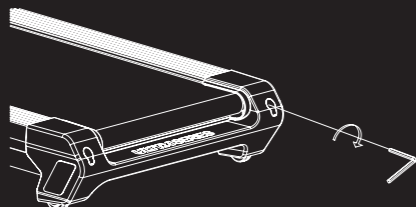
(DE) WARTUNG UND PFLEGE

STELLEN SIE DAS LAUFBAND AUF EINEM GERADEN UNTERGRUND AUF UND STELLEN SIE DIE GESCHWINDIGKEIT AUF 5 - 8 KM/H, UM ZU SEHEN, OB SICH DER LAUFBANDGURT BEWEGT.

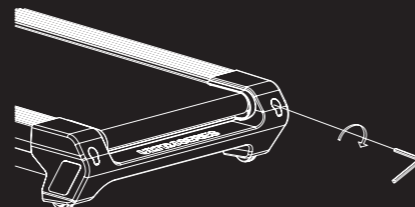


WENN SICH DAS LAUFBAND RECHTSHERUM BEWEGT: DREHEN SIE DIE SCHRAUBE AUF DER RECHTEN SEITE UM 90 GRAD IM UHRZEIGERSINN UND DANN DIE SCHRAUBE AUF DER LINKEN SEITE UM 90 GRAD GEGEN DEN UHRZEIGERSINN. BEWEGT SICH DAS LAUFBAND NICHT, WIEDERHOLEN SIE DEN VORHERIGEN SCHRITT, BIS ES SICH ZENTRIERT.

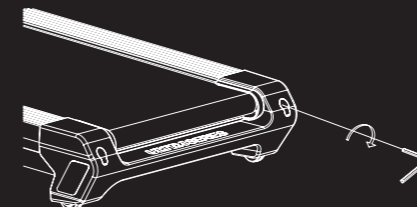
IF THE RUNNING BELT MOVES TO THE RIGHT, TURN THE BOLT ON THE RIGHT SIDE ¼ TURN CLOCKWISE. THEN TURN THE LEFT BOLT ¼ TURN COUNTER-CLOCKWISE. IF THE BELT DOES NOT MOVE, REPEAT UNTIL IT CENTRES.



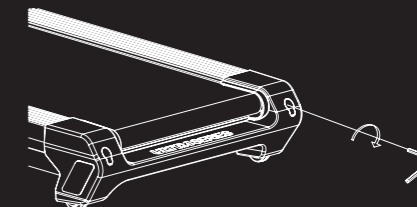
SI LE TAPIS ROULANT SE DÉPLACE VERS LA DROITE : TOURNER LE BOULON DE DROITE D'UN QUART DE TOUR DANS LE SENS DES AIGUILLES D'UNE MONTRE. PUIS TOURNER LE BOULON DE GAUCHE D'UN QUART DE TOUR DANS LE SENS INVERSE DES AIGUILLES D'UNE MONTRE. SI LE TAPIS NE BOUGE PAS, RÉPÉTER L'OPÉRATION JUSQU'À CE QU'IL SOIT CENTRÉ.



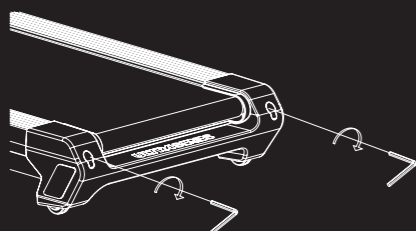
SI LA CINTA DE CORRER SE DESPLAZA A LA DERECHA: GIRE EL PERNO DEL LADO DERECHO ¼ DE VUELTA EN SENTIDO HORARIO. A CONTINUACIÓN GIRE EL PERNO IZQUIERDO ¼ DE VUELTA EN SENTIDO ANTIHORARIO. SI LA CINTA NO SE DESPLAZA, REPETIR HASTA CENTRARLA.



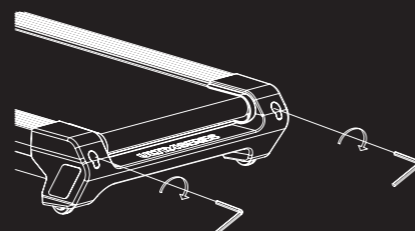
WENN SICH DAS LAUFBAND LINKSHERUM BEWEGT: DREHEN SIE DIE SCHRAUBEN AUF DER LINKEN SEITE UM 90 GRAD IM UHRZEIGERSINN UND DANN DIE SCHRAUBE AUF DER RECHTEN SEITE UM 90 GRAD GEGEN DEN UHRZEIGERSINN. BEWEGT SICH DAS LAUFBAND NICHT, WIEDERHOLEN SIE DEN VORHERIGEN SCHRITT, BIS ES SICH ZENTRIERT.



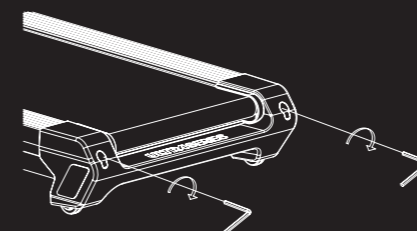
OVER TIME THE RUNNING BELT WILL LOOSEN. TO TIGHTEN THE BELT TURN THE LEFT & RIGHT SIDE BOLTS ONE FULL TURN CLOCKWISE. CHECK THE TENSION OF THE BELT. CONTINUE PROCESS UNTIL BELT IS THE CORRECT TENSION. ENSURE TO ADJUST BOTH SIDES EQUALLY TO CORRECT BELT ALIGNMENT.



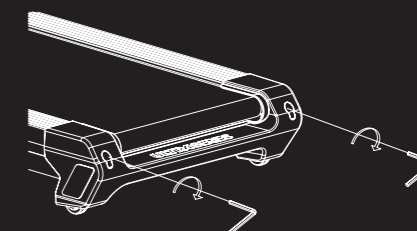
LE TAPIS ROULANT VA SE DÉTENDRE AU FIL DU TEMPS. POUR LE RETENDRE, TOURNER LES BOULONS DE GAUCHE ET DE DROITE D'UN TOUR COMPLET DANS LE SENS DES AIGUILLES D'UNE MONTRE. VÉRIFIER LA TENSION DU TAPIS. CONTINUER LE PROCESSUS JUSQU'À CE QUE LE TAPIS SOIT À LA BONNE TENSION. VEILLER À AJUSTER LES DEUX CÔTÉS DE LA MÊME FAÇON POUR CORRIGER L'ALIGNEMENT DU TAPIS.



LA CINTA DE CORRER SE AFLOJARÁ CON EL TIEMPO. PARA TENSAR LA CINTA GIRE LOS PERNOS DE LOS LADOS DERECHO E IZQUIERDO UNA VUELTA COMPLETA EN SENTIDO HORARIO. COMPRUEBE LA TENSIÓN DE LA CINTA. CONTINÚE CON EL PROCESO HASTA QUE LA CINTA ESTÉ CORRECTAMENTE TENSADA. ASEGÚRESE DE AJUSTAR AMBOS LADOS POR IGUAL PARA UNA ALINEACIÓN CORRECTA DE LA CINTA.

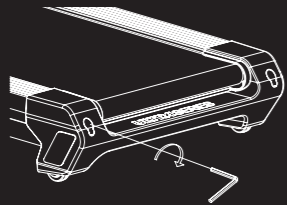


MIT DER ZEIT WIRD SICH DAS LAUFBAND LOCKERN. UM DAS LAUFBAND ZU SPANNEN, DREHEN SIE DIE SCHRAUBEN DER RECHTEN UND LINKEN SEITE EINMAL UM 360 GRAD IM UHRZEIGERSINN HERUM UND ÜBERPRÜFEN SIE DANN DIE SPANNKRAFT DES LAUFBANDS. FÜHREN SIE DIESEN PROZESS FORT, BIS DAS LAUFBAND DIE RICHTIGE SPANNKRAFT HAT. STELLEN SIE SICHER, DASS BEIDE SEITEN GLEICH EINGESTELLT SIND, UM DIE AUSRICHTUNG DES LAUFBANDS ZU KORRIGIEREN.



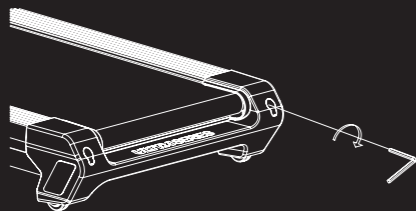
(PT) MANUTENÇÃO E CUIDADOS

COLOQUE A PASSADEIRA AO NÍVEL DO SOLO E DEFINA-A PARA 5-8 KPH (3-5 MPH) PARA VERIFICAR SE O TAPETE DE CORRIDA SE DESVIA.

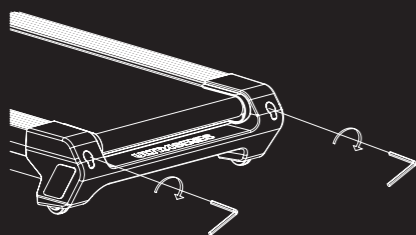


SE O TAPETE DE CORRIDA SE MOVER PARA A DIREITA: RODE O PARAFUSO À DIREITA ¼ DE VOLTA NO SENTIDO DOS PONTEIROS DO RELÓGIO, DEPOIS, RODE O PARAFUSO À ESQUERDA ¼ DE VOLTA NO SENTIDO CONTRÁRIO AO DOS PONTEIROS DO RELÓGIO. SE O TAPETE NÃO SE MOVER, REPITA ATÉ QUE FIQUE CENTRADO.

SE O TAPETE DE CORRIDA SE MOVER PARA A ESQUERDA: RODE OS PARAFUSOS À ESQUERDA ¼ DE VOLTA NO SENTIDO DOS PONTEIROS DO RELÓGIO, DEPOIS, RODE O PARAFUSO À DIREITA ¼ DE VOLTA NO SENTIDO CONTRÁRIO AO DOS PONTEIROS DO RELÓGIO. SE O TAPETE NÃO SE MOVER, REPITA ATÉ QUE FIQUE CENTRADO.

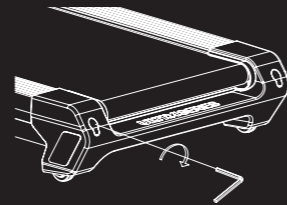


AO LONGO DO TEMPO, O TAPETE DE CORRIDA FICA SOLTO. PARA APERTAR O TAPETE, RODE OS PARAFUSOS À ESQUERDA E DIREITA UMA VOLTA COMPLETA NO SENTIDO DOS PONTEIROS DO RELÓGIO E VERIFIQUE A TENSÃO DO TAPETE. REPITA O PROCESSO ATÉ QUE O TAPETE TENHA A TENSÃO CORRETA. CERTIFIQUE-SE DE QUE AJUSTA AMBOS OS LADOS DA MESMA FORMA PARA OBTEN UM ALINHAMENTO CORRETO DO TAPETE.



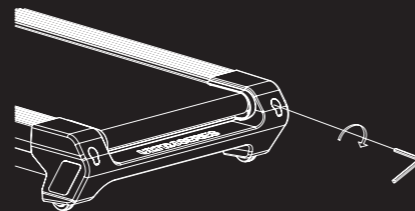
(ZH) 维护与保养

将跑步机放在平整的地面上，将其设置为约5-8KPH (3-5MPH)的速度运行，观察跑带是否偏移。

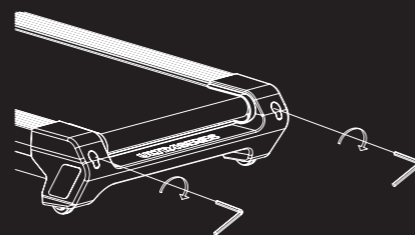


如果跑带右移，则顺时针旋转右侧螺栓 ¼ 圈，然后逆时针旋转左侧螺栓 ¼ 圈。如果跑带没有移动，重复操作直至其居中。

如果跑带左移，则顺时针旋转左侧螺栓 ¼ 圈，然后逆时针旋转右侧螺栓 ¼ 圈。如果跑带没有移动，重复操作直至其居中。

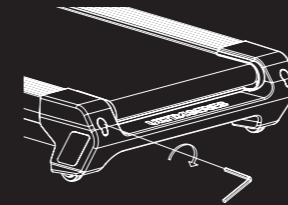


随着时间推移，跑带将变松。若要上紧跑带，则顺时针拧动左右螺栓一整圈，然后检查跑带张力。继续此操作，直至跑带正确张紧。确保两侧均等调节以便跑带正确对正。



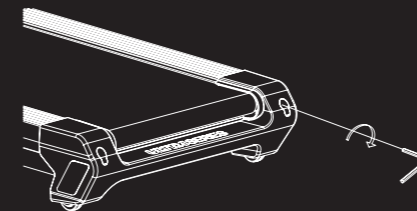
(JP) メンテナンスとお手入れ

トレッドミルを地面レベルに配置し、それを 5-8KPH (3-5MPH) に設定し、ランニングベルトがドリフトするかチェックします。

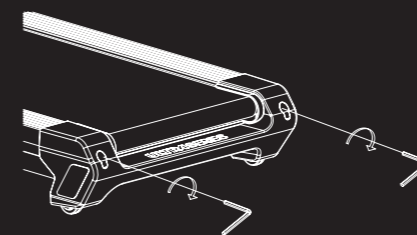


ランニングベルトが右に動く場合: 右側のボルトを時計回りに ¼ 回転、回し、その後、左のベルトが動かない場合、それが中心に来るまで繰り返してください。ボルトを逆時計回りに ¼ 回転、回してください。

ランニングベルトが左に動く場合: 左側のボルトを時計回りに ¼ 回転、回し、その後、右のボルトを逆時計回りに ¼ 回転、回してください。ベルトが動かない場合、それが中心に来るまで繰り返してください。

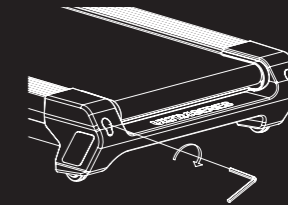


時間がたつと、ランニングベルトは緩んできます。ベルトを締め付けるには、左右のボルトを時計回りに1回転、回し、ベルトの張力をチェックしてください。ベルトが正しい張力になるまで、このプロセスを繰り返してください。ベルトが正しく位置合わせされるように、必ず両側を均一に調節してください。



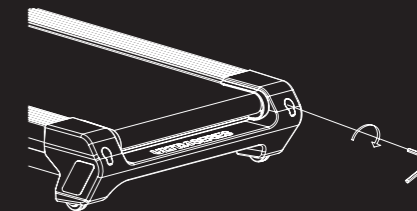
(KO) 유지보수 및 관리

트레드밀을 평평한 지면에 배치하고 5-8KM/H (3-5M/H)의 속도로 설정한 후 러닝 벨트가 돌아가는지 점검합니다.

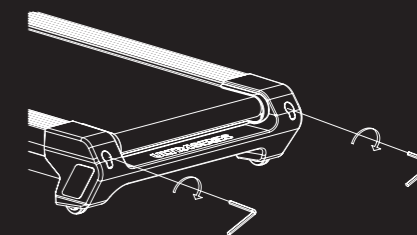


러닝 벨트가 오른쪽으로 움직이면, 오른쪽에 있는 볼트를 시계 방향으로 ¼ 바퀴 돌리고 왼쪽의 볼트를 반시계 방향으로 ¼ 바퀴 돌립니다. 벨트가 움직이지 않으면 중심에 올 때까지 반복합니다.

러닝 벨트가 왼쪽으로 움직이면, 왼쪽에 있는 볼트를 시계 방향으로 ¼ 바퀴 돌리고 오른쪽의 볼트를 반시계 방향으로 ¼ 바퀴 돌립니다. 벨트가 움직이지 않으면 중심에 올 때까지 반복합니다.

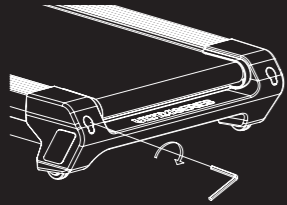


제품을 오래 사용하면 러닝 벨트가 느슨해질 수 있습니다. 벨트를 단단하게 조이려면 왼쪽과 오른쪽의 사이드 볼트를 시계 방향으로 한 바퀴 돌린 후 벨트의 조임 상태를 확인합니다. 벨트의 조임 상태가 적절해질 때까지 이 과정을 이어갑니다. 반드시 양쪽을 동일하게 조절해야 벨트의 문제를 해결할 수 있습니다.



(AR) الصيانة والعناية (AR)

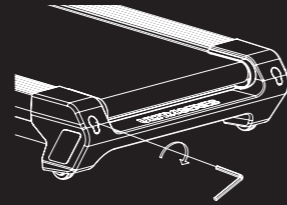
ضع المشابيه الكهربائيه على أرض مستوية، واضبطها على سرعة 5-8 كيلو متر في الساعة (3-5 ميل في الساعة) للتأكد من أن سير الركض لا ينحرف.



إذا تحرك سير الجري ناحية اليسار: فأدر البرغي على الجانب الأيسر باتجاه عقارب الساعة بمقدار ربع دورة، ثم أدر البرغي الأيمن عكس اتجاه عقارب الساعة بمقدار ربع دورة. إذا لم يتحرك السير، فكرر ذلك حتى يستقر السير في المنتصف.

(PL) KONSERWACJA I UTRZYMANIE

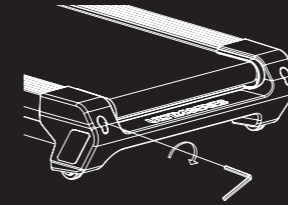
USTAW BIEŻNIĘ NA RÓWNYM PODŁOŻU I USTAW JĄ NA 5-8 KM/H (3-5 MPH), ABY SPRAWDZIĆ, CZY PAS BIEGOWY PRAWIDŁOWO SIĘ PRZESUWA.



JEŻELI PORUSZAJĄCY SIĘ PAS PRZEMIESZCZA SIĘ W LEWO: OBRÓĆ ŚRUBY PO LEWEJ STRONIE O ¼ OBROTU W PRAWO, A NASTĘPNIE ŚRUBĘ PO PRAWEJ STRONIE O ¼ OBROTU W LEWO. JEŻELI PAS SIĘ NIE PORUSZA, POWTARZAJ OPISANE CZYNNOŚCI, AŻ PAS ZOSTANIE WYŚRODKOWANY.

(CZ) ÚDRŽBA A PÉČE

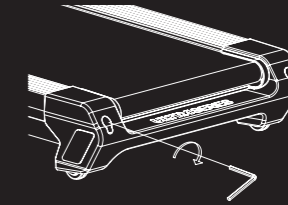
BĚŽECKÝ PÁS UMÍSTĚTE NA ROVNOU PODLAHU. NASTAVTE NA NĚM RYCHLOST 5-8 KM/H (3-5 MPH) A ZKONTROLUJTE, ZDA NEUHÝBÁ DO STRAN.



POKUD BĚŽECKÝ PÁS UHÝBÁ DOPRAVA: OTOČTE ŠROUBEM NA PRAVÉ STRANĚ O ¼ OTOČKY PO SMĚRU HODINOVÝCH RUČÍČEK A POTĚ ŠROUBEM NA LEVÉ STRANĚ O ¼ OTOČKY PROTI SMĚRU HODINOVÝCH RUČÍČEK. POKUD SE PÁS NEPOHYBUJE, OPAKUJTE, DOKUD SE NEVYCENTRUJE.

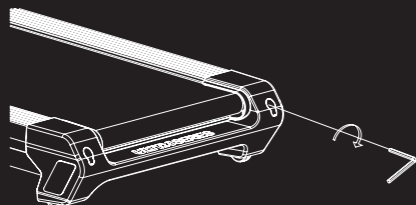
(DK) VEDLIGEHold OG PLEJE

ANBRING LØBEBÅNDET PÅ EN PLAN FLADE. OG START DET VED 5-8 KM/T FOR AT SE, OM BÅNDET TRÆKKER TIL EN AF SIDERNE.

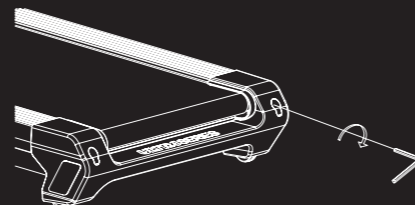


HVIS BÅNDET TRÆKKER TIL HØJRE: DREJ SKRUEN PÅ HØJRE SIDE ¼ OM GANG MED URET, OG SKRU DEREFTER SKRUEN PÅ VENSTRE SIDE ¼ OM GANG MOD URET. HVIS BÅNDET IKKE FLYTTER SIG, SKAL DU GENTAGE, INDTIL DET ER CENTRERET.

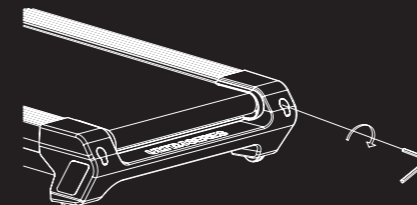
إذا تحرك سير الجري ناحية اليمين: فأدر البرغي على الجانب الأيمن باتجاه عقارب الساعة بمقدار ربع دورة، ثم أدر البرغي على الجانب الأيسر عكس اتجاه عقارب الساعة بمقدار ربع دورة.



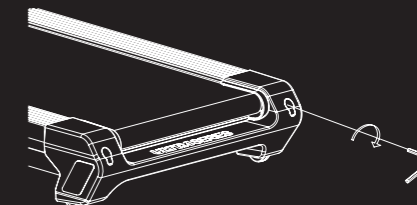
JEŻELI PORUSZAJĄCY SIĘ PAS PRZEMIESZCZA SIĘ W PRAWO: OBRÓĆ ŚRUBĘ PO PRAWEJ STRONIE O ¼ OBROTU W PRAWO, A NASTĘPNIE ŚRUBĘ PO LEWEJ STRONIE O ¼ OBROTU W LEWO.



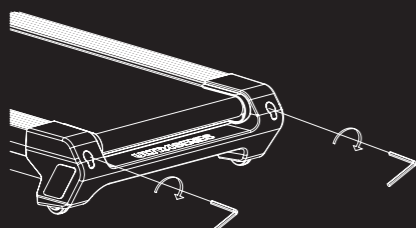
POKUD BĚŽECKÝ PÁS UHÝBÁ DOLEVA: OTOČTE ŠROUBEM NA LEVÉ STRANĚ O ¼ OTOČKY PO SMĚRU HODINOVÝCH RUČÍČEK A POTĚ ŠROUBEM NA PRAVÉ STRANĚ O ¼ OTOČKY PROTI SMĚRU HODINOVÝCH RUČÍČEK. POKUD SE PÁS NEPOHYBUJE, OPAKUJTE, DOKUD SE NEVYCENTRUJE.



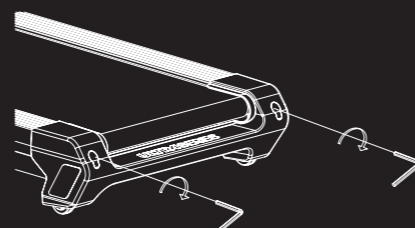
HVIS BÅNDET TRÆKKER TIL VENSTRE: DREJ SKRUEN PÅ VENSTRE SIDE ¼ OM GANG MED URET, OG SKRU DEREFTER SKRUEN PÅ HØJRE SIDE ¼ OM GANG MOD URET. HVIS BÅNDET IKKE FLYTTER SIG, SKAL DU GENTAGE, INDTIL DET ER CENTRERET.



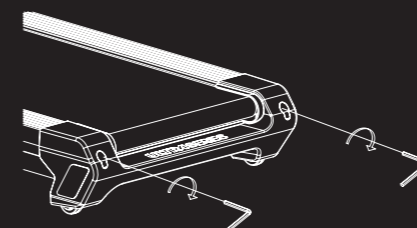
سيتم عرض سير الجري للاختاء مع الوقت. ولربط السير بإحكام، أدر البرغي الموجودة على الجانبين الأيسر والأيمن بمقدار دورة كاملة باتجاه عقارب الساعة، وافحص شدّة السير، ثم استمر في إحكام الربط حتى تصل إلى الشدّة الصحيح للسير. تأكد من ضبط كلا الجانبين بالتساوي لتصحيح محاذاة السير.



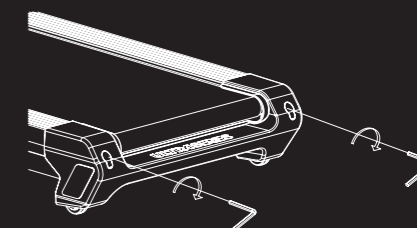
Z CZASEM PAS STANIE SIĘ LUŻNIEJSZY. ABY GO NAPRĘŻYĆ, OBRÓĆ ŚRUBY Z LEWEJ I PRAWEJ STRONY O JEDEN PEŁNY OBRÓT W PRAWO, A NASTĘPNIE SPRAWDŹ NAPRĘŻENIE PASA. POWTARZAJ TE CZYNNOŚCI, AŻ PAS BĘDZIE PRAWIDŁOWO NAPRĘŻONY. UPEWNIJ SIĘ, ŻE OBIE STRONY ZOSTAŁY JEDNAKOWO WYREGULOWANE, TAK ABY UZYSKAĆ PRAWIDŁOWE WYRÓWNANIE PASA.



BĚŽECKÝ PÁS ČASEM POVOLÍ. PRO DOTAŽENÍ PÁSU OTOČTE LEVÝ I PRAVÝ ŠROUB O CELOU OTOČKU PO SMĚRU HODINOVÝCH RUČÍČEK. POTĚ ZKONTROLUJTE NAPĚTÍ PÁSU. POKRAČUJTE STEJNÝM ZPŮSOBEM, DOKUD PÁS NEBUDE DOSTATEČNĚ NAPNUTÝ. PRO ZAJIŠTĚNÍ SPRÁVNÉ POLOHY PÁSU JE NUTNÉ, ABY BYLY OBĚ STRANY SEŘÍZENY STEJNOMĚRNĚ.

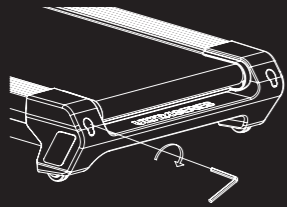


BÅNDET VIL BLIVE LØSERE MED TIDEN. STRAM BÅNDET OP VED AT DREJE SKRUEPÅ VENSTRE OG HØJRE SIDE EN HEL OM GANG MED URET, OG KONTROLLER DEREFTER, HVOR STRAMMET BÅNDET ER BLEVET. GENTAG, INDTIL BÅNDET ER STRAMMET KORREKT. SKRUEPÅ SKAL JUSTERES LIGE MEGET I BEGGE SIDER, SÅ BÅNDET IKKE TRÆKKER TIL NOGEN AF SIDERNE.



(FI) KUNNOSSAPITO JA HOITO

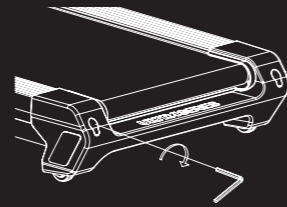
ASETA JUOKSUMATTO TASAISALLE ALUSTALLE JA SÄÄDÄ SEN NOPEUDEKSI 5-8 KM/H (3-5 MPH) TARKISTAAKSESI, POIKKEAAKO JUOKSUHIHNA SUUNNASTA.



JOS JUOKSUMATTO SIIRTYY VASEMMALLE: KIERRÄ VASEMMANPUOLEISIA PULTTEJA ¼ KIERROSTA MYÖTÄPÄIVÄÄN JA SITTEN OIKEANPUOLEISTA PULTTIA ¼ KIERROSTA VASTAPÄIVÄÄN. JOS MATTO EI LIIKU, TOISTA, KUNNES SE SIIRTYY KESKELLE.

(NO) VEDLIKEHOLD & PLEIE

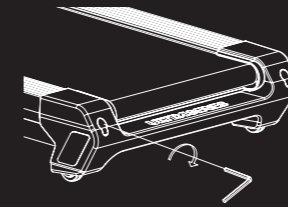
PLASSER TREDEMØLLEN PÅ ET JEVNT UNDERLAG OG STILL DEN INN PÅ 5-8 KM/T (3-5MPH) FOR Å KONTROLLERER OM LØPEBELTENE GLIR.



HVIS LØPEBELTET BEVEGER SEG MOT VENSTRE: VRI BOLTENE PÅ VENSTRE SIDE ¼ GANG MED KLOKKEN, VRI SÅ DEN HØYRE BOLTEN ¼ GANG MOT KLOKKEN. HVIS IKKE BELTET BEVEGER SEG, GJENTA TIL DET SENTRERES.

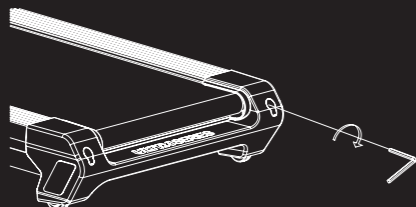
(SE) UNDERHÅLL OCH SKÖTSEL

STÄLL UPP LÖPBANDET PÅ ETT JÄMN UNDERLAG OCH STÄLL IN DET PÅ 5-8 KM/H (3-5 MPH) FÖR ATT KONTROLLERA OM BANDET DRAR SNETT.

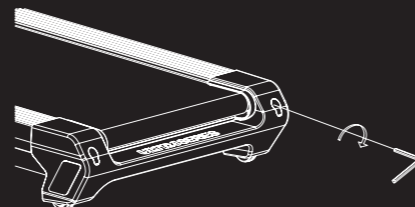


OM LÖPBANDET FLYTTAR SIG ÅT VÄNSTER: VRID BULTEN PÅ VÄNSTERSIDA ¼ VARV MEDURS, OCH SEDAN DEN HÖGRA BULTEN ¼ VARV MOTURS. OM BANDET INTE FLYTTAR SIG, FÖRSÖK IGEN TILLS DET ÄR CENTRERAT.

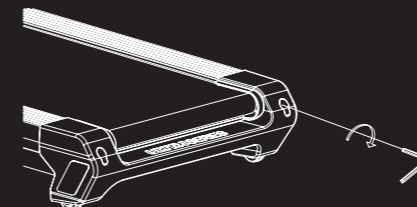
JOS JUOKSUMATTO SIIRTYY OIKEALLE: KIERRÄ OIKEANPUOLEISTA PULTTIA ¼ KIERROSTA MYÖTÄPÄIVÄÄN JA SITTEN VASEMMANPUOLEISTA PULTTIA ¼ KIERROSTA VASTAPÄIVÄÄN.



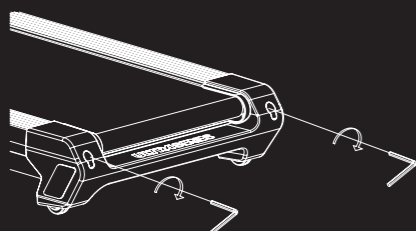
HVIS LØPEBELTET BEVEGER SEG MOT HØYRE: VRI BOLTEN PÅ HØYRE SIDE ¼ MED KLOKKEN, VRI SÅ DEN VENSTRE BOLTEN ¼ GANG MOT KLOKKEN.



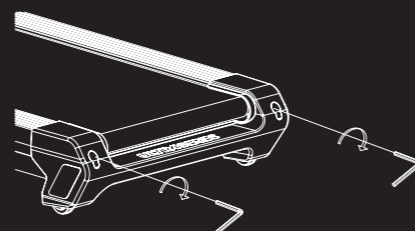
OM LÖPBANDET FLYTTAR SIG ÅT HÖGER: VRID BULTEN PÅ HÖGER SIDA ¼ VARV MEDURS, OCH SEDAN DEN VÄNSTRA BULTEN ¼ VARV MOTURS.



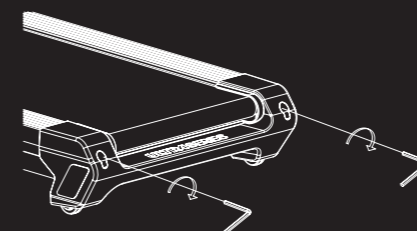
AJAN MYÖTÄ JUOKSUMATTO LÖYSTYY. KIRISTÄ MATTOA KIERTÄMÄLLÄ VASEMMAN- JA OIKEANPUOLEISIA PULTTEJA YKSI KOKONAINEN KIERROS MYÖTÄPÄIVÄÄN JA TARKISTA SITTEN MATON KIREYS. JATKA, KUNNES MATON KIREYS ON SOPIVA. SÄÄDÄ MOLEMMAT PUOLET SAMALLA TAVALLA, JOTTA MATTO KOHDISTUU OIKEIN.



OVER TID VIL LØPEBELTET BLI LØSERE. FOR Å STRAMME BELTET MÅ DU VRI BOLTENE PÅ HØYRE OG VENSTRE SIDE EN HEL GANG MED KLOKKEN, KONTROLLER SPENNINGEN PÅ BELTET. FORTSETT PROSESSEN TIL BELTET ER PASSENDE STRAMT. FORSIKRE DEG OM AT DU HAR STRAMMET BEGGE SIDENE LIKT.



EFTER HAND BLIR LÖPBANDET LÖSARE. FÖR ATT SPÄNNA BANDET VRIDER DU DE BÅDA BULTARNA PÅ VÄNSTER OCH HÖGER SIDA ETT HELT VARV MEDURS, KONTROLLERA SEDAN OM BANDET ÄR SPÄNT. FORTSÄTT PÅ SAMMA SÄTT TILLS BANDET ÄR KORREKT SPÄNT. TÄNK PÅ ATT JUSTERA BÅDA SIDORNA LIKA MYCKET, SÅ ATT BANDET BLIR KORREKT CENTRERAT.





(EN) WEEE logo this symbol on a product means that the product is covered by European Directive 2012/19/EU.

Hereby, RFE international declares that this product is in compliance with the essential requirements and other relevant provisions of Directive 2014/53/EU.

(FR) Logo DEEE. Ce symbole sur un produit signifie que le produit est couvert par la directive européenne 2012/19/UE. La marque verbale et les logos Bluetooth sont des marques.

Par les présentes, RFE international déclare que ce produit est conforme aux exigences essentielles et aux autres dispositions pertinentes de la directive 2014/53/UE.

(ES) Logotipo WEEE [o «RAEE»: residuos de aparatos eléctricos y electrónicos]. Cuando este símbolo aparece en un producto significa que el producto se rige por la Directiva Europea 2012/19/UE.

Por la presente, RFE International declara que este producto cumple con los requisitos fundamentales y demás disposiciones pertinentes de la Directiva 2014/53/UE.

(DE) WEEE-Etikett: Diese Kennzeichnung bedeutet, dass das Produkt unter die EU-Richtlinie 2012/19/EU fällt.

Hiermit erklärt RFE International, dass dieses Produkt den grundlegenden Anforderungen und anderen relevanten Bestimmungen der Richtlinie 2014/53/EU entspricht.

(PT) Logótipo WEEE (REEE –resíduos de equipamentos elétricos e eletrónicos). Este símbolo num produto significa que o produto é abrangido pela Diretiva Europeia 2012/19/UE.

A RFE International declara, pelo presente documento, que este produto está em conformidade com os requisitos essenciais e outras disposições relevantes da Diretiva 2014/53/UE.

(ZH) 产品上的WEEE标志表示该产品符合欧盟指令2012/19/EU。

在此, RFE international声明本产品符合指令2014/53/EU的基本要求和其他相关规定。

(JP) WEEE ロゴ。製品上のこのシンボルは製品が欧州指令 2012/19/EU によってカバーされていることを意味します。

この結果、RFE インターナショナルが、この製品が指令 2014/53/EU の本質的な必要条件と他の関連する規定に依拠していることを宣言しています。

(KO) WEEE 로고- 제품에 본 표시가 붙은 것은 해당 제품이 유럽 지침 2012/19/EU를 준수하고 있음을 뜻합니다.

이에 따라 RFE 인터내셔널은 본 제품이 지침 2014/53/EU의 핵심 조건은 물론 기타 관련 조항을 준수함을 선포합니다.

(AR) الموجود على المنتج أن المنتج خاضع للتوجيه WEEE يُقصد بالشعار 2012/19 الأوروبي/EU.

العالمية أن هذا المنتج مطابق للمتطلبات RFE وبناء عليه، تشرح شركة 2014/53 الأساسية وغيرها من الشروط ذات الصلة بالتوجيه

(PL) Logo WEEE na produkcie oznacza, że produkt jest objęty dyrektywą europejską 2012/19/UE.

Niniejszym firma RFE International oświadcza, że ten produkt jest zgodny z zasadniczymi wymaganiami i innymi właściwymi postanowieniami dyrektywy 2014/53/UE.

(CZ) WEEE (OEEZ) logo; tento symbol na výrobku znamená, že výrobek podléhá směrnici Evropského parlamentu a Rady 2012/19/EU.

RFE international tímto prohlašuje, že výrobek je v souladu s nezbytnými požadavky a dalšími relevantními právními ustanoveními směrnice 2014/53/EU.

(DK) WEEE (OEEZ) logo; tento symbol na výrobku znamená, že výrobek podléhá směrnici Evropského parlamentu a Rady 2012/19/EU.

RFE international tímto prohlašuje, že výrobek je v souladu s nezbytnými požadavky a dalšími relevantními právními ustanoveními směrnice 2014/53/EU.

(FI) WEEE-logo; tämä symboli tuotteessa tarkoittaa, että tuotteeseen sovelletaan EU-direktiiviä 2012/19/EU.

RFE International vakuuttaa täten, että tämä tuote vastaa direktiivin 2014/53/EU keskeisiä vaatimuksia ja muita olennaisia säännöksiä.

(NO) WEE-logo dette symbolet på et produkt betyr at produktet er underlagt det europeiske direktivet 2012/19/EU.

RFE International erklærer at dette produktet oppfyller de essensielle kravene og andre relevante klausuler i direktivet 2014/53/EU.

(SE) WEEE-logo den här symbolen på en produkt betyder att produkten uppfyller EU-direktivet 2012/19/EU.

RFE International försäkrar härmed att denna produkt uppfyller grundläggande krav och andra relevanta bestämmelser i direktivet 2014/53/EU.