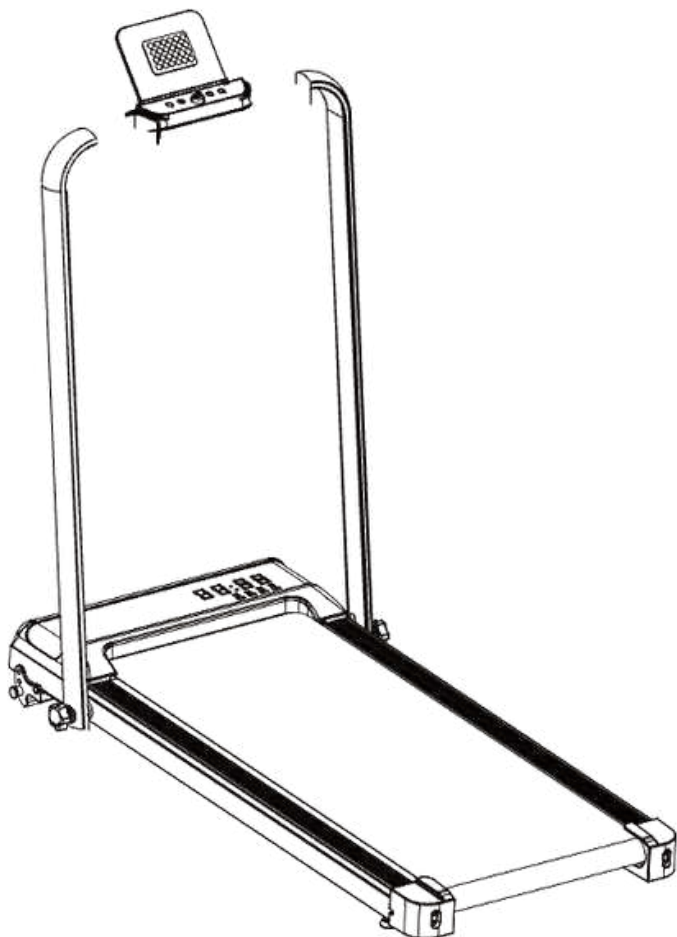


Loopband

Montage Handleiding

Lees de producthandleiding zorgvuldig door voordat u het product gebruikt en bewaar deze zorgvuldig.



Montagevideo



Claim 2 jaar extra garantie

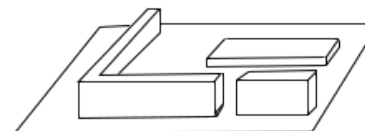
Specificaties

Kleur:	Zwart
Loopoppervlak:	930 x 380 mm
Vermogen:	0,75 HP
Snelheid:	0,8 - 6,0 / 8,0 km/h
Maximaal gewicht:	110 kg
Voltage:	230 volt
N.W. / G.W.:	22.5 kg / 28 kg

Vorbereiding

1

Installeer op tapijt om krassen te voorkomen



2

Er zijn 1 of 2 mensen nodig om samen te werken



Veiligheidsvoorschriften

- Gebruik de machine niet als u ziek, moe of dronken bent. De loopband is niet bedoeld voor kinderen of personen met fysieke, sensorische of cognitieve beperkingen.
- Draag comfortabele kleding en vermijd slippers of rokken tijdens het gebruik van deze machine.
- Begin met een passende trainingsintensiteit, want overmatige lichaamsbeweging kan schadelijk zijn voor de gezondheid.
- Controleer voor gebruik of alle onderdelen onbeschadigd en goed bevestigd zijn. Plaats het apparaat altijd op een vlakke ondergrond.
- Dit product werkt alleen met stopcontacten met een spanning van 230V. Als de stekker niet in uw stopcontact past, probeer deze dan niet te gebruiken.
- Overschrijd nooit het maximale gewicht van 110kg.
- Voer geen onderhoud of aanpassingen uit, behalve die welke in deze handleiding worden beschreven.
- Dit apparaat is uitsluitend bedoeld voor thuisgebruik. Gebruik het niet in een commerciële, verhuur- of institutionele omgeving.

Warming up

1. Rekken naar beneden:

Buig je knieën lichtjes en laat je lichaam langzaam naar beneden zakken. Ontspan je rug en schouders en probeer met je handen je tenen aan te raken. Houd deze positie 10-15 seconden vast en neem daarna een korte pauze. Herhaal dit 3 keer.

2. Hamstring stretch:

Ga zitten op een schone mat. Strek één been uit en plaats het andere been naar binnen, tegen de binnenkant van het gestrekte been. Probeer met je hand aan dezelfde kant de tenen van je gestrekte been aan te raken. Houd deze positie 10-15 seconden vast en neem daarna een korte pauze.

3. Kuit- en Achillespeesstretch:

Plaats beide handen tegen de muur terwijl je staat met één voet achter de andere. Houd je achterste been gestrekt en beide hielen op de grond terwijl je tegen de muur leunt. Houd deze positie 10-15 seconden vast en neem daarna een korte pauze. Herhaal 3 keer per been.

4. Quadriiceps stretch:

Houd je lichaam stabiel door met je linkerhand tegen de muur te steunen. Pak met je rechterhand je rechterhiel en trek deze langzaam richting je heup totdat je spanning voelt aan de voorkant van je dij. Houd deze positie 10-15 seconden vast en neem daarna een korte pauze. Herhaal meerdere keren.

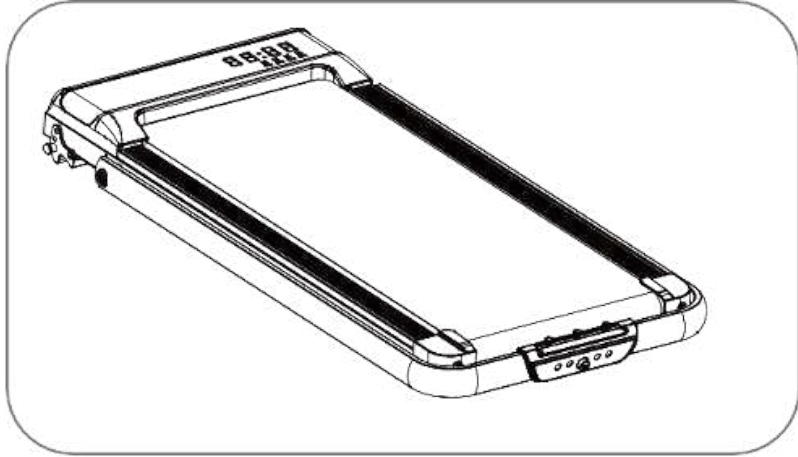
5. Binnenkant dij stretch:

Ga op de grond zitten en plaats de voetzolen tegen elkaar, met je knieën naar buiten gericht. Pak je voeten met beide handen vast en trek ze voorzichtig richting je lies. Houd deze positie 10-15 seconden vast en neem daarna een korte pauze. Herhaal 3 keer.



Inhoud verpakking

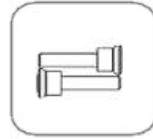
Loopband



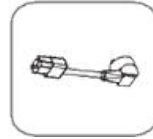
Schermhouder



Incline schroeven



Stekker



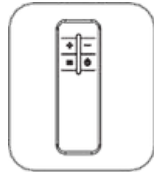
Opzetstuk



Hendelschroeven



Afstandsbediening



Veiligheidskoord



Gebruikershandleiding

Instructies voor de afstandsbediening

In de handmatige modus druk je op de knop "⏻" om te beginnen. De loopband start op een snelheid van 0,8 km/h, en de tijd-, afstand- en caloriecounters beginnen vanaf 0. Druk op de knoppen "+" of "-" om de snelheid aan te passen. Na 100 minuten stopt de loopband automatisch.

Functie van aftelmodus

Druk op "≡" en gebruik de snelheidstoetsen "+" of "-" om de parameterwaarde in te stellen. De beginsnelheid is 0,8 km/h. Na het instellen druk je op de knop "⏻" om te starten. De loopband stopt automatisch zodra de ingestelde waarde is bereikt.

1. Tijdaftelmodus: Het scherm toont 10:00 minuten. Stel de tijd in (5:00 tot 60:00 minuten) met de snelheidstoetsen.
2. Afstandaftelmodus: Het scherm toont 1,0 kilometer. Stel de afstand in (1,0 tot 99,0 km) met de snelheidstoetsen.
3. Calorieaftelmodus: Het scherm toont 50 kcal. Stel het doel in (20 tot 990 kcal) met de snelheidstoetsen.

Afstandsbediening koppelen

Volg onderstaande stappen om de loopband correct te koppelen aan de afstandsbediening:

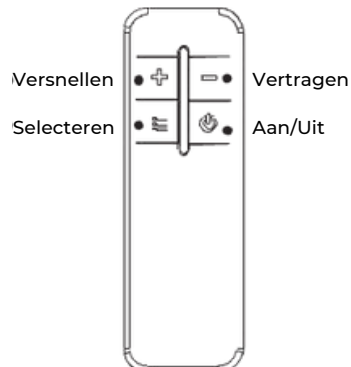
1. Druk op de rode knop aan de achterkant van de loopband om deze volledig uit te schakelen.
2. Houd de "+" knop op de afstandsbediening ingedrukt. Blijf deze knop ingedrukt houden tijdens de volgende stap.
3. Terwijl je de "+" knop nog steeds ingedrukt houdt, zet je de loopband weer aan met de rode knop aan de achterkant.
4. Houd de "+" knop ongeveer 5 seconden ingedrukt, totdat je een ringend toontje hoort en dit stopt.
5. Zodra het geluid stopt, laat je de "+" knop los.
6. Druk eenmaal op de aan/uit-knop "⏻" op de afstandsbediening.
7. Wacht 3 seconden, de loopband is nu succesvol gekoppeld aan de afstandsbediening.

Batterij

2 stuks AAA-batterijen – 1,5V



Montagevideo



Tijdens het gebruik van de loopband doorloopt het displayvenster automatisch de verschillende informatie elke 5 seconden. Het controlelampje aan de onderkant verandert overeenkomstig. De informatie die in elk venster wordt weergegeven is als volgt:

1. "Snelheid" venster

- Toont de huidige snelheid in de actieve modus.
- Het snelheidsbereik is 0,8 - 6,0 / 8,0 km/h.
- Beschrijving: De startsnelheid is 0,8 km/h. De tijd- en afstandsmeters beginnen vanaf nul. Wanneer de oefentijd 99:59 minuten overschrijdt, stopt het systeem niet automatisch.

1. "Tijd" venster

- Toont de oefentijd.
- Het tijdsbereik is 0:00-99:59 minuten.

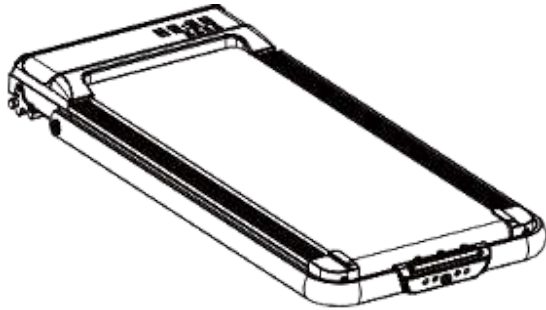
1. "Afstand" venster

- Toont de afgelegde afstand.
- Het weergavebereik is 0,00-99,9.
- Bij de omgekeerde telling wordt afgeteld van de ingestelde waarde tot 0. Zodra de teller op 0 komt, zal de machine geleidelijk stoppen.
- Afstand en calorieën schakelen elke 5 seconden.

1. "Calorieën" venster

- Toont de verbrande calorieën.
- Het weergavebereik is 0,00-999 kcal.
- Bij de omgekeerde telling wordt afgeteld van de ingestelde waarde tot 0. Zodra de teller op 0 komt, zal de machine geleidelijk stoppen.

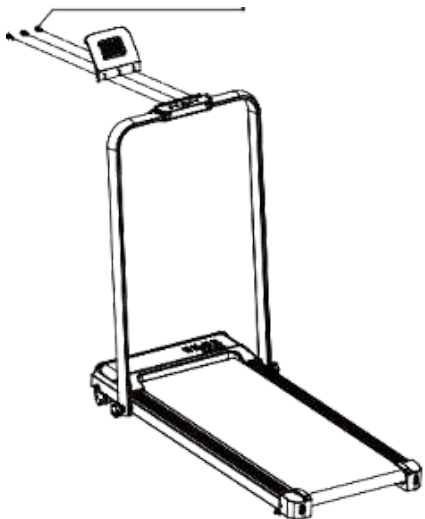
Installatie



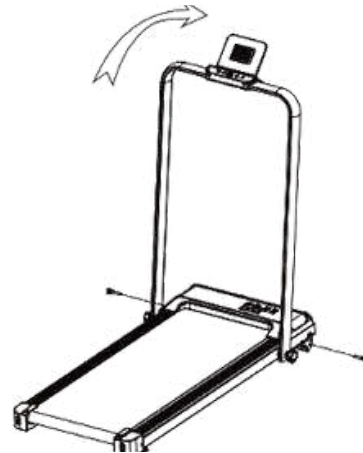
Open het pakket, haal het montagemateriaal uit de doos en leg het hoofdelement plat op de grond.

Methode één: Trek de handgreep omhoog. Zoek de blauwe knoppen die afzonderlijk in de verpakking zijn geplaatst en draai ze stevig vast in de zijkant.

Methode twee: Je kunt de knop installeren terwijl de handgreep naar beneden is, maar deze kan niet worden vastgedraaid. Wanneer de handgreep rechtop staat, moet de knop worden vastgedraaid!

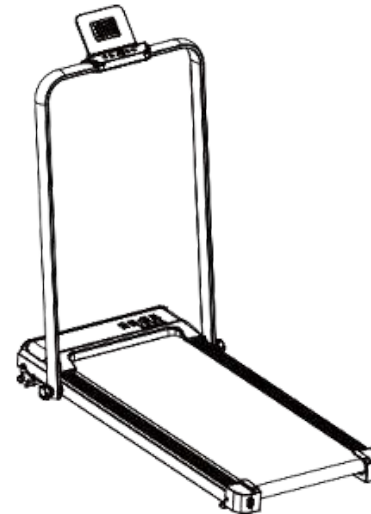


8



Plaats de schermhouder. Draai de bout met de hand stevig vast.

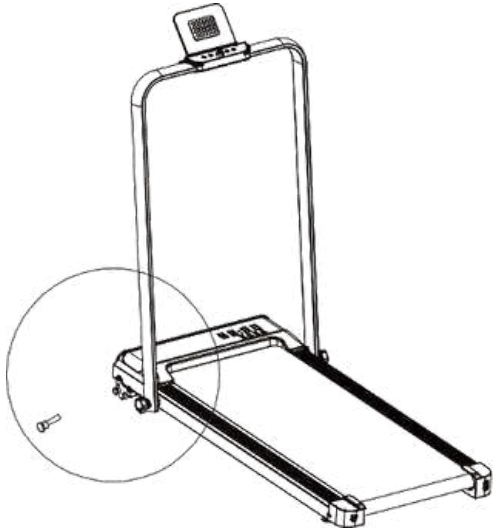
Op de console van de loopband bevindt zich een cirkelvormig teken waar de veiligheidsvergrendeling wordt geplaatst. Je moet de veiligheidsvergrendeling plaatsen, anders geeft het scherm "-----" weer.



Installatie van de loopband voltooid. De snelheidsinstelling varieert van 0,8 tot 6,0 / 8,0 km/h.

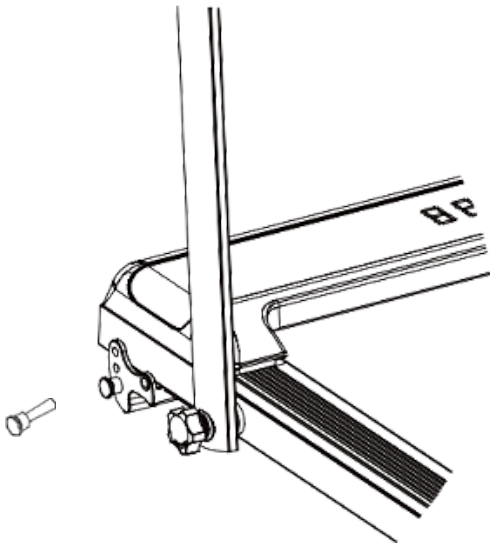
9

Hellingshoek aanpassen

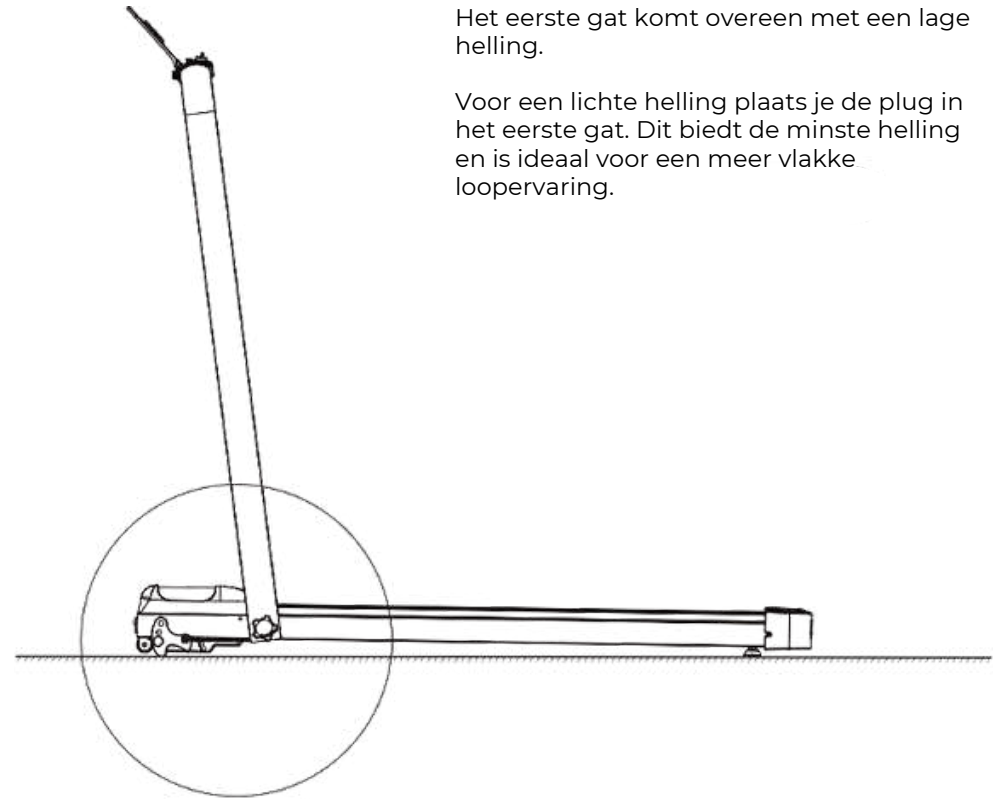


Til de loopband onder een bepaalde hoek omhoog, trek de plug eruit volgens de instructies in het diagram en plaats deze vervolgens in de positie van de gaten (1, 2, 3) volgens de gewenste helling.

Opmerking: Controleer of de gaten aan beide zijden gelijkmatig zijn en stevig vastzitten.



Drie niveaus van handmatige aanpassing.



Het eerste gat komt overeen met een lage helling.

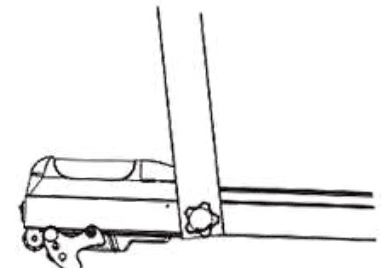
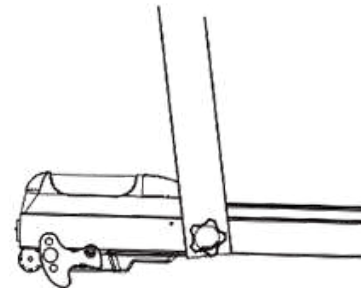
Voor een lichte helling plaats je de plug in het eerste gat. Dit biedt de minste helling en is ideaal voor een meer vlakke loopervaring.

Het tweede gat komt overeen met een middelmatige helling.

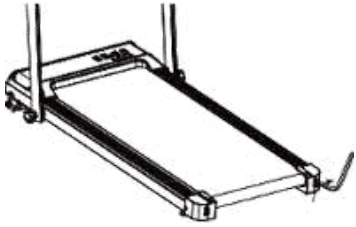
Voor een gemiddelde helling plaats je de plug in het tweede gat. Dit biedt een matige helling, ideaal voor een uitdagender trainingsniveau.

Het derde gat komt overeen met een hoge helling.

Voor een intensieve helling plaats je de plug in het derde gat. Dit biedt de steilste helling, geschikt voor een zwaardere en intensievere training.

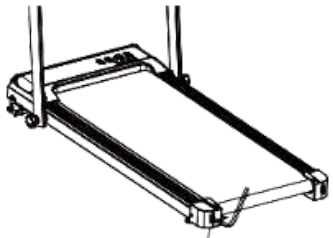


Onderhoud & reiniging



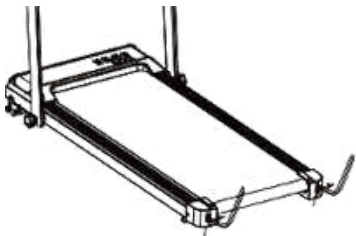
Proces voor het centreren van de loopband

1. Loopband zonder belasting en stel de snelheid in op 5,0 km/h.
2. Handmatig centreren van de loopband:
 - Als de loopband naar links is verschoven, gebruik dan de inbussleutel om de linkse spannerrolschroef 1/4 slag met de klok mee te draaien (zie figuur 1).
 - Als de loopband naar rechts is verschoven, gebruik dan de inbussleutel om de rechtse spannerrolschroef 1/4 slag met de klok mee te draaien (zie figuur 2).
3. Laat de loopband 1-2 minuten werken en herhaal indien nodig het centreren totdat de band correct is uitgelijnd.



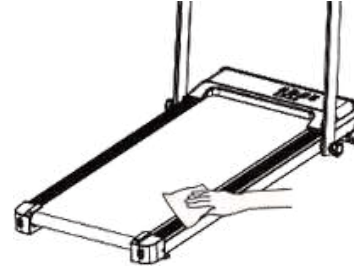
Proces voor het corrigeren van een slippende loopband

1. Schakel het apparaat uit voordat je begint.
2. Gebruik de inbussleutel om beide spannerrolschroeven 1/2 slag met de klok mee te draaien (zie figuur 3).
3. Test het apparaat door 1-2 minuten te lopen met een snelheid van 2,0 km/hr. Herhaal dit proces totdat de band correct is aangespannen.



Belangrijke aandachtspunten

1. Om letsel te voorkomen, zorg ervoor dat er geen voorwerpen rond het apparaat liggen tijdens onderhoudswerkzaamheden.
2. Gebruik altijd de meegeleverde inbussleutel.
3. Wees voorzichtig tijdens het onderhoud en zorg ervoor dat je geen vingers beknelt.



Reinigingsinstructies voor de loopband

1. Schakel het apparaat uit en haal de stekker uit het stopcontact voordat je begint met schoonmaken.
2. Reinig met een vochtige doek. Gebruik geen zure of bijtende schoonmaakmiddelen.
3. Reinig niet tegen de looprichting van de band in.
4. Het is normaal dat er wat zwarte poederresten onder de loopband zitten.

FAQ en foutcodes

Foutcode: E02

Type: Hoofdmotor open circuit

Oplossingen:

1. Hoofdmotorkabel niet aangesloten of los: Controleer de verbindingen van de motorkabels en versterk deze indien nodig.
2. Hoofdmotor open circuit of beschadigd: Vervang de hoofdmotor als deze defect is.
3. Controller open circuit of beschadigd: Vervang de controller indien deze beschadigd is of niet functioneert.

Foutcode: E03

Type: Motor overcurrent / Bescherming

Oplossingen:

1. Motor overschrijdt de toegestane werkstroom: Vervang de motor als deze niet correct functioneert.
2. Problemen met motorassemblage, zoals hoge weerstand of vastlopen: Controleer de loopbandstructuur grondig op problemen die de motor kunnen belasten, zoals geblokkeerde onderdelen of slijtage.
3. Storingen in het stroombegrenzingssysteem van de onderste controller: Vervang de onderste controller als het stroombegrenzingssysteem defect is.

Foutcode: E06

Type: Communicatiefout van elektronische meter

Oplossingen:

1. Hoofdverbinding tussen de bovenste en onderste besturing is los: Controleer de verbindingen en versterk deze indien nodig.
2. Hoofdverbinding tussen de bovenste en onderste besturing is beschadigd: Vervang de verbindingskabels als ze defect zijn.
3. Elektronische meter is beschadigd: Vervang de elektronische meter als deze niet correct functioneert.
4. Controller is beschadigd: Vervang de onderste besturingseenheid als deze defect is.

Foutcode: E0A

Type: APP-module storing

Oplossingen:

1. Probleem met de soldeerverbindingen of bedrading van de APP-module: Controleer de bedrading en verbindingen van de APP-module en corrigeer eventuele problemen.
2. APP-module is beschadigd: Vervang de APP-module als deze defect blijkt te zijn.

Foutcode: E0C

Type: Defect in de stroomtransistor met explosiebeveiliging

Oplossing:

1. Stroomtransistor defect of controller beschadigd: Vervang de onderste besturingseenheid om het probleem op te lossen.

Foutcode: E07 / --

Type: Veelvoorkomende problemen en oplossingen

Oplossingen:

1. Veiligheidsmagneet niet op zijn plaats: Zorg ervoor dat de veiligheidsvergrendeling correct op de loopband is geplaatst. Zonder de veiligheidsvergrendeling werkt de loopband niet.
2. Beveiligingssysteem van de elektronische meter defect: Controleer de veiligheidsvergrendeling en het systeem. Als het probleem aanhoudt, kan het nodig zijn om de elektronische meter of het beveiligingssysteem te vervangen.