

Brixy

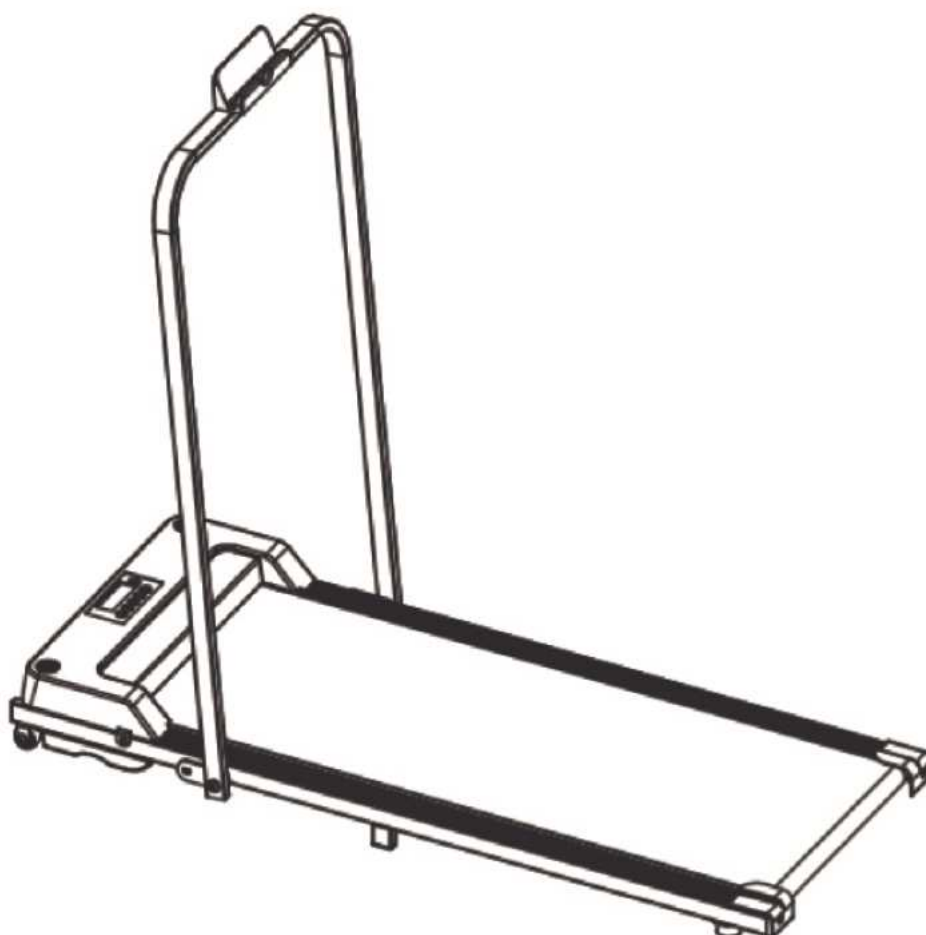
Gebruiksaanwijzing
User Manual
Manual d' utilisation
Benutzerhandbuch

- LOOPBAND
- TREADMILL
- TAPIS ROULAN
- TRET MÜHLE

Model/Modèle/Modell: JC-390F

NL
EN
FR
DE

p.2-9
p.10-17
p.18-25
p.26-33



RoHS



Bewaar deze instructie op een veilige plek
en lees het zorgvuldig door voordat u het gebruikt.

Introductie

Hartelijk dank dat u voor Brixly heeft gekozen. Wij verzoeken u vriendelijk om te allen tijde de veiligheidsvoorschriften op te volgen voor een veilig gebruik. Heeft u vragen, dan kunt u ons altijd bereiken via: service@infinitygoods.eu.



WAARSCHUWING

Voordat u het product monteert, gelieve zorgvuldig de gebruiksaanwijzing te raadplegen of contact op te nemen met de klantenservice als u problemen ondervindt tijdens de montage.

Voor uw veiligheid is het ten strengste verboden om de machine te verplaatsen terwijl deze in werking is, om ongelukken te voorkomen, zoals het beknellen van vingers of andere lichaamsdelen. Infinity Goods B.V. is niet verantwoordelijk voor verwondingen veroorzaakt door onjuist gebruik.

Paklijst

Nr.	Omschrijving	QTY	Nr.	Omschrijving	QTY
1	Hoofdframe	1	5	M8*16	2
2	Accessoirespakket	1	6	M8*32	2
3	Inbussleutel 5mm	1	7	Siliconenolie	1
4	Column	1	8	Afstandsbediening	1

Technische parameters

Bedrijfsspanning	AC220V~50Hz
Maximale belasting	110 KGS
Productafmeting	121 X 48.5 X 12.5 CM
Loopoppervlakte	100 X 38.5 CM
Snelheid	1 - 10 km/h



Basisverzorgingsmaatregelen

- **Opmerking:** Lees de instructies zorgvuldig door voor gebruik en houd u aan de volgende veiligheidsvoorschriften:
 - Deze machine is uitsluitend ontworpen voor gebruik binnenshuis om schade door vocht te voorkomen. Spat geen water op de machine en zorg ervoor dat er geen vreemde voorwerpen op worden geplaatst.
 - Draag altijd geschikte sportkleding en schoeisel tijdens het sporten. Het is onveilig om de machine te bedienen op blote voeten of zonder passende kleding.
 - De stekker moet goed geaard zijn en het stopcontact moet een eigen circuit hebben om interferentie met andere elektrische apparaten te voorkomen.
 - Houd kinderen uit de buurt van de machine om ongelukken te voorkomen.
 - Vermijd het gebruik van de machine voor een langere periode onder overbelaste omstandigheden, aangezien dit de motor en controller kan beschadigen en slijtage en veroudering van de lagers, de loopband en het dek kan versnellen. Regelmatig onderhoud is vereist.
 - Houd de omgeving schoon en beheers de luchtvochtigheid om stof te verminderen en statische elektriciteit te voorkomen, die de elektronische componenten en de werking van de controller kan verstoren.
 - Schakel na gebruik de stroom uit om veiligheid te garanderen.
 - Zorg voor goede luchtcirculatie in de kamer tijdens het gebruik van de machine.
- Bevestig de veiligheidssleutelclip aan uw kleding tijdens het sporten om in geval van nood snel te kunnen uitschakelen.
- Stop onmiddellijk met sporten en raadpleeg een arts als u ongemak ervaart, zoals duizeligheid, pijn op de borst, misselijkheid of kortademigheid.
 - Bewaar siliconenolie voor onderhoud buiten het bereik van kinderen om onbedoelde inname te voorkomen.

INSTALLATIE

Begin met het bevestigen van de linker- en rechterarmleuningen met M8*32 schroeven. Draai ze stevig aan met een 5mm inbussleutel.

Bevestig daarna de armleuning met M8*16 schroeven en draai deze ook stevig aan met de 5mm inbussleutel.





WAARSCHUWING

Om het risico op ongelukken of verwondingen te verminderen, dient u het volgende in acht te nemen:

- Zorg ervoor dat uw kleding goed vastzit (knopen dicht of ritssluiting gesloten) voordat u de machine gebruikt, om verstriking te voorkomen.
- Houd het stroomsnoer uit de buurt van hete oppervlakken.
- Kinderen mogen niet in de buurt van de machine komen.
- Gebruik de machine niet buiten.
- Verbreek de stroomvoorziening voordat u de machine verplaatst.
- Probeer de machine niet te demonteren, tenzij u een gekwalificeerde technicus bent; onbevoegde demontage kan ernstige gevolgen hebben.
- Deze machine mag alleen worden gebruikt op een circuit van 20 ampère.
- Zorg ervoor dat er slechts één persoon tegelijk de machine gebruikt wanneer deze in werking is.

RAADPLEGING VEREIST

Voordat u dit product gebruikt, moeten personen met de volgende aandoeningen een specialist raadplegen:

- Huidige of eerdere verwondingen aan benen, taille of nek.
- Aanhoudende aandoeningen zoals een hernia van de tussenwervelschijf, spondylolisthesis of cervicale hernia.
- Vervormbare artritis, reuma, jicht of osteoporose.
- Ademhalingsstoornissen, geïmplanteerde medische apparaten zoals kunstmatige hartslagregelaars, of de aanwezigheid van kwaadaardige tumoren.
- Circulatiestoornissen zoals trombose of ernstige lipidenstoornissen, en elke vorm van huidinfectie.
- Sensorische beperkingen door diabetes, huidtrauma, of personen met een abnormale wervelkolomcurvatuur.
- Degenen die zwanger zijn of mogelijk zwanger kunnen zijn.
- Iedereen die zich lichamelijk onwel voelt of rust nodig heeft.

ALGEMENE WAARSCHUWING

- Laat kinderen niet met dit product spelen of in de buurt ervan zijn om risico op verwondingen te voorkomen.
- Zorg dat er tijdens het gebruik geen mensen of huisdieren dichtbij zijn om ongelukken te vermijden.
- Gebruik het product niet als de behuizing gebarsten is of als een onderdeel beschadigd is.
- Vermijd gebruik in natte omstandigheden, in de buurt van water, of in direct zonlicht en hete omgevingen om schade en gevaren zoals brand of elektrische schokken te voorkomen.
- Gebruik het product niet als het snoer of de stekker beschadigd is. Het product mag niet door meer dan één persoon tegelijk gebruikt worden. Vermijd intensieve oefeningen zonder juiste opbouw, vooral na het eten, als u moe bent of onder fysieke stress staat.



WAARSCHUWING

WEES VOORZICHTIG

- Stop onmiddellijk met het gebruik van de machine als u tijdens de oefening pijn, gevoelloosheid, duizeligheid of een onregelmatige hartslag ervaart en raadpleeg een arts.
- Zorg ervoor dat het product correct geaard is om het risico op elektrische schokken te verminderen. Als u niet zeker bent van de aarding, raadpleeg dan een professionele elektricien.
- Wijzig de stekker of het stopcontact niet; laat indien nodig een geschikt stopcontact installeren door een professional.
- Trek de stekker uit het stopcontact wanneer het apparaat niet in gebruik is om te beschermen tegen elektrische schokken en brandgevaar door verslechterde isolatie.

VERMIJD

- Het gebruik van de machine in niet-huishoudelijke omgevingen zoals scholen of sportscholen, wat kan leiden tot verwondingen.
- Het gelijktijdig ondernemen van andere activiteiten zoals diëten tijdens het gebruik van dit product.
- Het dragen van harde voorwerpen in zakken tijdens gebruik, wat kan leiden tot ongelukken.
- Het hanteren van de stekker met natte handen of het blootstellen van de machine aan water, om elektrische schokken en brandgevaar te voorkomen.

AARDINGSINSTRUCTIES

Het product moet geaard zijn om het risico op elektrische schokken te verminderen, vooral als de machine defect raakt. Het is uitgerust met een voeding die een aardingsgeleider en een aardingsstekker bevat. Deze stekker moet worden ingeplugd in een stopcontact dat correct is geïnstalleerd en geaard in overeenstemming met lokale voorschriften en decreten.

Waarschuwing:

Een onjuiste verbinding van de aardingsgeleider van de apparatuur vormt een ernstig risico op elektrische schokken. Als er twijfels zijn over of de aarding van het product correct is uitgevoerd, is het cruciaal om een professionele elektricien te raadplegen. De meegeleverde stekker van het product moet passen in het stopcontact; als dit niet het geval is, mag u deze onder geen enkele omstandigheid wijzigen. Schakel in plaats daarvan een professionele elektricien in om een geschikt stopcontact te installeren. Zorg ervoor dat het product is aangesloten op een stopcontact van dezelfde vorm en vermijd het gebruik van een adapter of verloopstekker.

OPWARMEN

Opwarming:

Begin elke sessie met 5 tot 10 minuten opwarmingsoefeningen. Dit bereidt het lichaam voor op intensievere activiteiten en helpt blessures te voorkomen.

Ademhaling:

Houd gedurende de hele training een regelmatige ademhaling aan. Adem in door de neus en uit door de mond om een goede zuurstoftoevoer te garanderen. Coördineer je ademhaling met je bewegingen. Als je merkt dat je ademhaling te snel wordt, stop dan onmiddellijk met de activiteit.

Frequentie:

Laat hetzelfde spiergebied 48 uur rusten om te herstellen. Dit betekent dat je dezelfde spiergroepen om de dag traint.

Belasting:

Pas het trainingsgewicht aan op basis van je fysieke conditie en fitnessniveau. Begin met lichtere gewichten en verhoog deze geleidelijk naarmate je kracht verbetert. Spierpijn is normaal in het begin; voortgezet oefenen zal dit ongemak helpen verlichten.

Rekoefeningen:

1. Stretch Down:

- Sta met licht gebogen knieën.
- Buig langzaam vanuit je taille naar voren, laat je rug en schouders ontspannen.
- Probeer je tenen aan te raken met je handen.
- Houd dit 10-15 seconden vast.
- Ontspan en herhaal 3 keer.

2. Beenstretch:

- Zit op een schone kussen met één been gestrekt en het andere naar binnen gebogen.
- Reik naar de tenen van je gestrekte been.
- Houd dit 10-15 seconden vast.
- Ontspan en wissel van been, herhaal de rek 3 keer per been.

3. Rek van Been- en Hielpees:

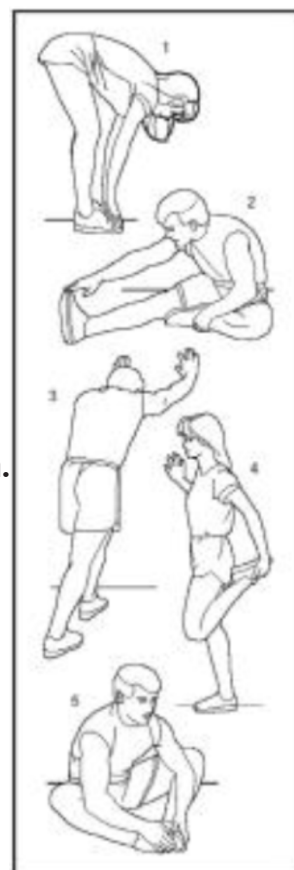
- Plaats je handen op een muur of tafel voor steun.
- Zet één voet terug met het been recht en de hiel op de grond.
- Leun naar de muur of tafel.
- Houd dit 10-15 seconden vast.
- Ontspan en herhaal 3 keer voor elk been.

4. Rek van de Quadriceps:

- Gebruik je rechterhand voor evenwicht aan een muur of tafel.
- Pak met je linkerhand je linker enkel en trek deze zachtjes naar je billen.
- Houd dit 10-15 seconden vast.
- Ontspan en herhaal 3 keer voor elk been.

5. Rek van de Sartorius Spier (Binnendijspier):

- Zit met één been ingevouwen en het andere uitgestrekt.
- Houd de voet van je gebogen been vast en trek deze zachtjes naar je lies.
- Houd dit 10-15 seconden vast.
- Ontspan en herhaal 3 keer voor elk been.



OPERATIONELE RICHTLIJNEN

Vensterweergave:

De controller beschikt over een digitaal buisdisplayvenster. Tijdens de opstart aftelling worden de cijfers "3", "2", "1" weergegeven. Terwijl de loopband in gebruik is, wisselt het displayvenster automatisch elke 5 seconden tussen de volgende vensters:

1. SPEED-venster (Snelheid):

- Toont de huidige snelheid in km/u.
- Snelheidsbereik: 1,0 tot 6,0 km/u.

2. TIME-venster (Tijd):

- Toont de verstreken tijd van 0:00 tot 99:59.
- Wanneer de loopband 99:59 bereikt, vertraagt deze geleidelijk en stopt.
- Als er een aftelling is ingesteld, telt deze af naar 0:00, waarna de loopband vertraagt, stopt en na 10 minuten in de stand-bymodus gaat.

3. DIS-venster (Afstand):

- Geeft de afgelegde afstand weer van 0,00 tot 99,90 km.
- Na het bereiken van het maximum, wordt deze gereset naar 0,00.
- Als er een omgekeerde telling is ingesteld, telt deze af naar nul, waarna de loopband vertraagt, stopt en na 10 minuten in de stand-bymodus gaat.

4. CAL-venster (Calorieën):

- Toont de verbrande calorieën van 0,0 tot 999,0.
- Na het bereiken van het maximum, wordt deze gereset.
- Als er een omgekeerde calorieëntelling is ingesteld, telt deze af naar nul. Bij het bereiken van nul vertraagt de loopband, stopt en gaat na 10 minuten in de stand-bymodus.

Functies van de Afstandsbediening:

1. Power-knop:

- Gebruikt om de loopband uit te schakelen en het display over te schakelen naar een energiebesparende staat terwijl deze in stand-by staat.

2. Start/Stop-knop:

- Start of stopt de loopband. Kan worden gebruikt om het lopen te starten of de loopband te stoppen tijdens een training, waarbij de tellers naar nul worden gereset.

3. Speed+ knop:

- Verhoogt de snelheid van de loopband, waarbij elke druk de snelheid met 0,1 km/u aanpast. Het vasthouden van de toets langer dan 0,5 seconden zet de snelheidsverhoging voort.

4. Speed- knop:

- Verlaagt de snelheid van de loopband met 0,1 km/u per druk. Het vasthouden van de toets langer dan 0,5 seconden zet de snelheidsverlaging voort.

Deze operationele richtlijnen zorgen voor een veilig en effectief gebruik van de loopband, en helpen gebruikers de functies soepel te beheren tijdens workouts.

ONDERHOUD

Smering

Om te zorgen dat uw loopband soepel blijft lopen, is het belangrijk om de loopband regelmatig te smeren met speciaal siliconenolie. Hier is hoe u de smering kunt beheren op basis van gebruik:

- Gebruik onder 3 uur per week: Zelden smeren nodig.
- Gebruik tussen 4 tot 7 uur per week: Matige smering nodig.
- Gebruik meer dan 7 uur per week: Regelmatige smering vereist.

Onthoud dat te veel smering schadelijk kan zijn. Er moet alleen een redelijke hoeveelheid smeermiddel worden aangebracht om de levensduur van uw loopband te verbeteren.

Methode voor smering

Om te controleren of smering nodig is:

1. Til de loopband op en voel aan de onderkant.
2. Als het droog aanvoelt en een siliconencoating mist, breng dan meer smeermiddel aan.
3. Laat de loopband draaien op 1 KM/U en loop op de band om de siliconen gelijkmatig te verdelen.

Aanpassing van de riemspanning

Pas de spanning van de loopband periodiek aan om slippen of te hoge spanning te voorkomen, wat de motor en de riem kan beschadigen.

Aanpassing: Draai de afstelbouten aan beide zijden gelijkmatig aan in halve slag stappen om de juiste spanning te vinden.

Aanpassing van afwijking van de loopband

Als de loopband begint af te wijken:

1. Controleer of de loopband op een vlakke ondergrond staat.
2. Zorg voor een gelijkmatige verdeling van de voetdruk tijdens gebruik.
3. Stel bij met een 5mm/6mm inbussleutel in stappen van een kwartslag totdat de band goed uitgelijnd is.

Aanpassing van de aandrijfriem

Slip van de aandrijfriem kan voorkomen bij regelmatig gebruik en kan aanpassing door de gebruiker vereisen:

1. Draai de afstelbout aan met een sleutel tot de riem niet meer slipt onder belasting.
2. Reinig regelmatig vuil uit de riem- en poeliegroeven om optimale prestaties te handhaven.

Behandeling van slippen of pauzeren van de loopband

Als de loopband pauzeert of slipt:

1. Open de voorste motorkap.
2. Controleer terwijl de machine draait of het probleem bij de loopband of de transmissieriem van de motor ligt en stel dienovereenkomstig bij.

Opmerking: Deze gids is alleen ter referentie. Raadpleeg altijd het daadwerkelijke product, aangezien specificaties zonder kennisgeving kunnen veranderen. Regelmatig onderhoud zorgt voor de levensduur en veilige werking van uw loopband.

PROBLEEMOPLOSSING

Foutcode	Probleem	Mogelijke oorzaak	Oplossing
E02	Motor Overpass Bescherming	1. Het spanningsnet is instabiel met hoge piekspanningen. 2. Er is een fout in de instelling van de wioldiameter. 3. De controller is beschadigd.	1. Verhoog de externe filtervoltage. 2. Reset de wioldiameter naar de juiste instelling, zorg ervoor dat deze het nominale voltage van de motor niet overschrijdt. 3. Vervang de controller.
E03	Overstroom beveiliging	4. Overbelasting. 5. Een vreemd voorwerp zit vast in de motor of roller. 6. De roller is niet voldoende gesmeerd, wat de weerstand verhoogt. 7. De controller is beschadigd. 8. De weerstand van de motor is verhoogd door schade.	1. Verminder de belasting en zorg ervoor dat deze de nominale belasting niet overschrijdt. 2. Verwijder eventuele vreemde voorwerpen. 3. Voeg smering toe. 4. Vervang de controller. 5. Vervang de motor.
E04	Hoofdmotor open circuit	9. De hoofdstroomlijn is niet aangesloten of is los. 10. De hoofdmotor heeft een open circuit of is beschadigd. 11. De controller is open of beschadigd.	1. Versterk de verbinding van de hoofdmotorlijn. 2. Vervang de motor. 3. Vervang de controller.
E06	Communicatie fout	12. De interfaces van de bovenste en onderste hoofdaansluitlijnen zijn los. 13. De hoofdaansluitlijn is gebroken. 14. Het elektronische horloge is kapot. 15. De controller is beschadigd.	1. Versterk de interface van de aansluitlijn. 2. Vervang de hoofdregellijn. 3. Vervang de elektronische tafels. 4. Vervang de controller.
EOC	Stroomtubedefect, Beveiliging Geactiveerd	1. De vermogenstransistor is defect geraakt, wat de controller heeft beschadigd.	1. Vervang de controller.

Keep this instruction in a safe place and read it carefully before using it.

Introduction

Thank you very much for choosing Brixy. We kindly request that you follow the safety instructions at all times to ensure safe use. If you have any questions, you can always contact us at: service@infinitygoods.eu.



WARNING

Before assembling the product, please carefully refer to the operation instructions or contact customer service if you encounter difficulties during assembly.

For safety, it is strictly prohibited to move the machine while it is operating to prevent accidental injury, such as pinching fingers or other parts of the body. Infinity Goods is not responsible for injuries caused by improper use.

Packing List

No.	Description	QTY	No.	Description	QTY
1	Mainframe	1	5	M8*16	2
2	Accessories Package	1	6	M8*32	2
3	Allen Wrench 5mm	1	7	Remote control	1
4	Column	1	8	Silicone oil	1

Technical parameters

Operating voltage	AC220V~50Hz
Maximum load	110 KGS
Product size	121 X 48.5 X 12.5 CM
Running size	100 X 38.5 CM
Speed	1 - 10 km/h



Basic precautions

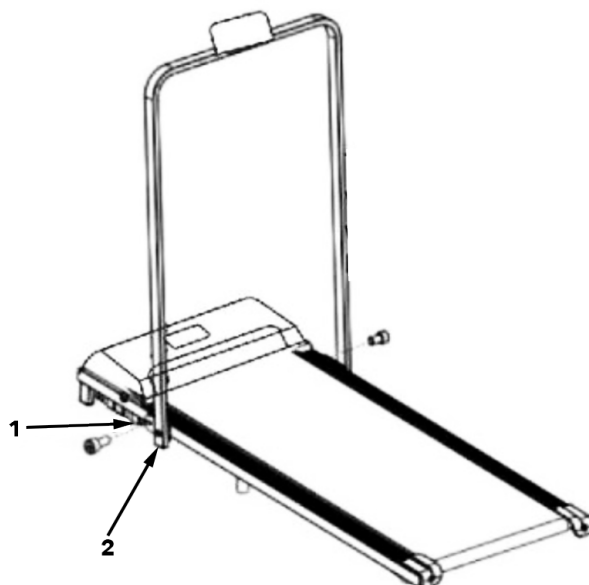
Note: Please read the instructions carefully before use and adhere to the following safety precautions

- This machine is designed for indoor use only to prevent moisture damage. Do not splash water on the machine and ensure that no foreign objects are placed on it.
- Always wear appropriate sportswear and footwear during exercise. It is unsafe to operate the machine barefoot or without proper attire.
- The power plug must be properly grounded, and the outlet should have a dedicated circuit to prevent interference from other electrical devices.
- Keep children away from the machine to avoid accidents.
- Avoid operating the machine for an extended period at overload conditions as this may damage the motor and controller, and accelerate wear and aging of the bearings, running belt, and deck. Regular maintenance is required.
- Maintain a clean environment with controlled humidity to reduce dust and prevent static electricity, which may interfere with the electronic components and controller operation.
- Turn off the power after use to ensure safety.
- Ensure good air circulation in the room while using the machine.
- Attach the safety key clip to your clothing during exercise to enable a quick shutdown in case of emergency.
- Stop exercising immediately and consult a doctor if you experience any discomfort, such as dizziness, chest pain, nausea, or shortness of breath.
- After using silicone oil for maintenance, store it out of reach of children to prevent accidental ingestion.

INSTALLATION

Start by attaching the left and right armrests using M8*32 screws. Tighten them securely with a 5mm hex wrench.

Next, secure the armrest using M8*16 screws and tighten these as well with the 5mm hex wrench.





WARNING

To reduce the risk of accidents or injuries, observe the following:

- Ensure your clothing is secure (buttons zipped or fastened) before use to avoid entanglement.
- Keep the power cord away from hot surfaces.
- Children should not be allowed near the machine.
- Do not use the machine outdoors.
- Disconnect power before moving the machine.
- Do not attempt to disassemble the machine unless you are a qualified technician; unauthorized disassembly could lead to severe consequences.
- This machine should only be used on a 20-amp circuit.
- Ensure only one person uses the machine at a time when it is running.

CONSULTATION REQUIRED

Before using this product, individuals with the following conditions must consult a specialist:

- Current or past injuries to legs, waist, or neck.
- Persistent conditions such as disc herniation, spondylolisthesis, or cervical herniation.
- Deformable arthritis, rheumatism, gout, or osteoporosis.
- Respiratory disorders, implanted medical devices like artificial heart rate regulators, or a presence of malignant tumors.
- Circulatory disorders such as thrombosis or severe lipid disorders, and any form of skin infection.
- Sensory impairments due to diabetes, skin trauma, or individuals with abnormal spinal curvature.
- Those who are or might be pregnant.
- Any individual feeling physically unwell or in need of rest.

GENERAL WARNING

- Do not let children use or play around this product to avoid risk of injury.
- Ensure no people or pets are in close proximity during use to prevent accidents.
- Do not use if the product's housing is cracked or if any part is broken.
- Avoid using in wet conditions, near water, or in direct sunlight and hot environments to prevent damage and hazards like fire or electric shock.
- Do not use if the power cord or plug is damaged.
- The product must not be used by more than one person at a time.
- Avoid intense exercise without proper progression, especially after eating, when tired, or under physical distress.



WARNING

EXERCISE CAUTION

- Immediately stop using the machine if you experience pain, numbness, dizziness, or irregular heartbeat during exercise and consult a doctor.
- Ensure that the product is properly grounded to reduce the risk of electric shock. If unsure about the grounding, consult a professional electrician.
- Do not modify the plug or socket; instead, have a suitable outlet installed by a professional if necessary.
- Unplug the device when not in use to protect against electric shock and fire risks from degraded insulation.

AVOID

- Using the machine in non-domestic environments like schools or gyms, which could lead to injury.
- Engaging in other activities like dieting simultaneously with the use of this product.
- Carrying hard objects in pockets during use which may lead to accidents.
- Handling the power plug with wet hands or exposing the machine to water, to prevent electric shock and fire hazards.

GROUNDING INSTRUCTIONS

The product must be grounded to reduce the risk of electric shock, especially if the machine becomes dysfunctional. It is equipped with a power supply that includes a device grounding conductor and a grounding plug. This plug must be inserted into a socket that is properly installed and grounded in accordance with local regulations and decrees.

Warning:

Improper connection of the equipment's grounding conductor poses a serious risk of electric shock. If there are any doubts about whether the product's grounding is correctly established, it is crucial to consult a professional electrician. The plug provided with the product should fit the socket; if it does not, do not modify it under any circumstances. Instead, employ a professional electrician to install a suitable socket. Please ensure the product is connected to a socket of the same shape and avoid using an adapter or transfer socket.

WARMING UP

Warm-Up:

Begin each session with 5 to 10 minutes of warm-up exercises. This prepares the body for more intense activity and helps prevent injuries.

Breathing:

Maintain regular breathing throughout the workout. Inhale through the nose and exhale through the mouth to ensure proper oxygen flow. Coordinate your breathing with your movements. If you find your breathing becomes too rapid, stop the activity immediately.

Frequency:

Allow 48 hours of rest for the same muscle area to recover. This means training the same muscle groups every other day.

Load:

Adjust the training weight based on your physical condition and fitness level. Start with lighter weights and gradually increase as your strength improves. It's normal to experience muscle soreness initially; continued practice will help alleviate this discomfort.

Stretching Exercises:

1. Stretch Down:

- Stand with knees slightly bent.
- Slowly bend forward from your waist, allowing your back and shoulders to relax.
- Attempt to touch your toes with your hands.
- Hold for 10–15 seconds.
- Relax and repeat 3 times.

2. Leg Stretch:

- Sit on a clean cushion with one leg straightened and the other bent inward.
- Reach towards the toes of your straightened leg.
- Hold for 10–15 seconds.
- Relax and switch legs, repeating the stretch 3 times per leg.

3. Leg and Heel Tendon Extension:

- Place hands on a wall or table for support.
- Step one foot back, keeping the leg straight and the heel on the ground.
- Lean towards the wall or table.
- Hold for 10–15 seconds.
- Relax and repeat 3 times for each leg.

4. Head Muscle Extension:

- Use your right hand for balance on a wall or table.
- With your left hand, grab your left ankle and gently pull it towards your buttocks.
- Hold for 10–15 seconds.
- Relax and repeat for each leg 3 times.

5. Sartorius Muscle (Inner Thigh Muscle) Stretch:

- Sit with one leg folded in and the other outstretched.
- Hold the foot of your bent leg and gently pull it towards your groin.
- Hold for 10–15 seconds.
- Relax and repeat 3 times for each leg.



OPERATIONAL GUIDELINES

Window Display:

The controller features a digital tube display window. During the startup countdown, it displays "3", "2", "1". While the treadmill is in operation, the display window automatically cycles every 5 seconds through the following windows:

1. SPEED Window:

- Displays the current speed in km/h.
- Speed range: 1.0 to 6.0 KM/h.

2. TIME Window:

- Shows elapsed time from 0:00 to 99:59.
- When the treadmill reaches 99:59, it gradually slows down and stops.
- If a countdown is set, it counts down to 0:00, at which point the treadmill will slow down, stop, and enter standby mode after 10 minutes.

3. DIS (Distance) Window:

- Displays the distance covered from 0.00 to 99.90 km.
- After reaching the maximum, it resets to 0.00.
- If a reverse count is set, it counts down to zero, then the treadmill slows down, stops, and enters standby mode after 10 minutes.

4. CAL (Calories) Window:

- Shows calories burned from 0.0 to 999.0.
- After maximum, it resets.
- If a reverse count is set for calories, it counts down to zero. Upon reaching zero, the treadmill slows down, stops, and goes into standby mode after 10 minutes.

Remote Key Functions:

1. Power Key:

- Used to turn off the treadmill and switch the display into an energy-saving state while in standby.

2. Start/Stop Key:

- Starts or stops the treadmill. Can be used to initiate running or to bring the treadmill to a stop during a workout, resetting the counters to zero.

3. Speed+ Key:

- Increases the treadmill's speed, with each press adjusting the speed by 0.1 km/h. Holding the key for more than 0.5 seconds continues the speed increase.

4. Speed- Key:

- Decreases the treadmill's speed by 0.1 km/h per press. Holding the key for more than 0.5 seconds continues the speed decrease.

These operational guidelines ensure safe and effective use of the treadmill, helping users manage the functions smoothly during workouts.

MAINTENANCE

Lubrication

To ensure the smooth running of your treadmill, it's important to lubricate the running belt regularly using specially formulated methyl silicone oil. Here's how to manage lubrication based on usage:

- **Usage under 3 hours per week:** Infrequent lubrication needed.
- **Usage between 4 to 7 hours per week:** Moderate lubrication needed.
- **Usage over 7 hours per week:** Frequent lubrication required.

Remember, excessive lubrication can be detrimental. Only a reasonable amount of lubricant should be applied to enhance the lifespan of your treadmill.

Lubrication Method

To check if lubrication is needed:

1. Lift the running belt and feel the underside.
2. If it feels dry and lacks a silicone coating, apply more lubricant.
3. Run the treadmill at 1 KM/H and walk on the belt to evenly distribute the silicone.

Strap Elastic Adjustment

Adjust the tension of the running belt periodically to prevent slippage or excessive tightness, which can damage the motor and belt.

- **Adjustment:** Tighten the adjustment bolts equally on both sides in half-turn increments to find the correct tension.

Running Belt Deviation Adjustment

If the running belt starts to deviate:

1. Check if the treadmill is placed on an even surface.
2. Ensure even distribution of foot pressure during use.
3. Adjust using a 5mm/6mm allen wrench in quarter-turn increments until the belt aligns properly.

Drive Belt Adjustment

Drive belt slippage can occur with regular use and may require user adjustment:

1. Tighten the adjustment bolt with a wrench until the belt does not slip under load.
2. Regularly clean debris from the belt and pulley grooves to maintain optimal performance.

Running Belt Skid or Pause Treatment

If the running belt pauses or skids:

1. Open the front motor cover.
2. While the machine is running, check if the issue is with the running belt or the motor transmission belt and adjust accordingly.

Note: This guide is for reference only. Always refer to the actual product, as specifications may change without notice. Regular maintenance ensures the longevity and safe operation of your treadmill.

TROUBLESHOOTING

Display Fault Code	Problem	Possible cause	Solution
E02	Motor overpass protection	1. The power grid voltage is unstable with high spike voltages. 2. There is an error in setting the wheel diameter. 3. The controller is damaged.	1. Increase the external filter voltage. 2. Reset the wheel diameter to the appropriate setting, ensuring it does not exceed the motor's rated voltage. 3. Replace the controller.
E03	Over current protection	1. Overload. 2. A foreign body is stuck in the motor or roller. 3. The roller is not lubricated enough, increasing resistance. 4. The controller is damaged. 5. The motor's resistance has increased due to damage.	1. Reduce the load and ensure it does not exceed the rated load. 2. Remove any foreign bodies. 3. Add lubrication. 4. Replace the controller. 5. Replace the motor.
E04	Main motor open circuit	1. The main power line is not connected or is loose. 2. The main motor has an open circuit or is damaged. 3. The controller is open or damaged.	1. Reinforce the connection of the main motor line. 2. Replace the motor. 3. Replace the controller.
E06	Communication error	1. The interfaces of the upper and lower main connection lines are loose. 2. The main connection line is broken. 3. The electronic watch is broken. 4. The controller is damaged.	1. Reinforce the connection line interface. 2. Replace the main control line. 3. Replace the electronic tables. 4. Replace the controller.
EOC	Power tube breakdown, protection enabled	1. The power transistor has broken down, damaging the controller.	1. Replace the controller.

Infinity Goods B.V.
 Laan van Kronenburg 14
 1183 AS, Amstelveen
 The Netherlands

Conservez cette instruction dans un endroit sûr et lisez-la attentivement avant de l'utiliser.

Introduction

Nous vous remercions d'avoir choisi Brixy. Nous vous prions de bien vouloir suivre les consignes de sécurité en tout temps pour une utilisation sûre. Si vous avez des questions, vous pouvez toujours nous contacter à : service@infinitygoods.eu.



AVERTISSEMENT

Avant d'assembler le produit, veuillez vous référer attentivement aux instructions d'utilisation ou contacter le service client si vous rencontrez des difficultés lors de l'assemblage.

Pour des raisons de sécurité, il est strictement interdit de déplacer la machine lorsqu'elle est en fonctionnement afin d'éviter des blessures accidentelles, comme le pincement des doigts ou d'autres parties du corps. Infinity Goods n'est pas responsable des blessures causées par une mauvaise utilisation.

Liste de colisage

No.	Description	QTE	No.	Description	QTE
1	Cadre principal	1	5	M8*16	2
2	Paquet d'accessoires	1	6	M8*32	2
3	Clé Allen 5mm	1	7	Télécommande	1
4	Colonne	1	8	Huile de silicone	1

Paramètres techniques

Tension de fonctionnement	AC220V~50Hz
Charge maximale	110 KGS
Dimensions du produit	121 X 48.5 X 12.5 CM
Dimensions de la surface de course	100 X 38.5 CM
Vitesse	1 - 10 km/h



Précautions de base

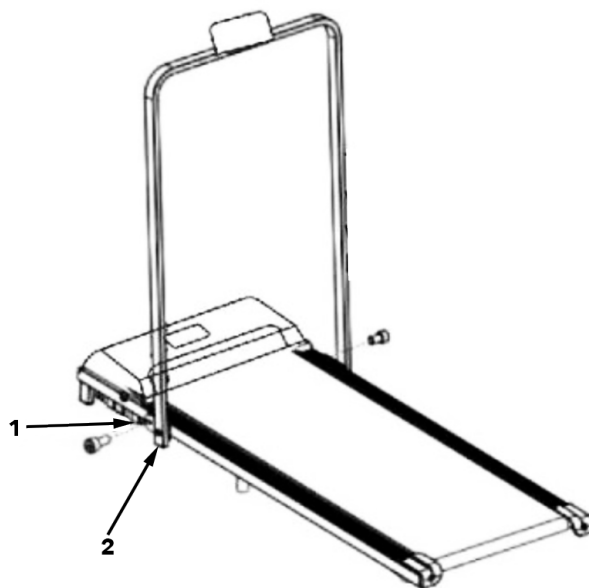
Remarque : veuillez lire attentivement les instructions avant l'utilisation et respecter les précautions de sécurité suivantes.

- Cette machine est conçue pour une utilisation intérieure uniquement afin de prévenir les dommages dus à l'humidité. Ne projetez pas d'eau sur la machine et assurez-vous qu'aucun objet étranger n'est placé dessus.
- Portez toujours des vêtements de sport appropriés et des chaussures lors de l'exercice. Il est dangereux d'utiliser la machine pieds nus ou sans une tenue adaptée.
- La prise d'alimentation doit être correctement mise à la terre, et la prise doit avoir un circuit dédié pour éviter les interférences avec d'autres appareils électriques.
- Gardez les enfants à l'écart de la machine pour éviter les accidents.
- Évitez de faire fonctionner la machine pendant de longues périodes dans des conditions de surcharge, car cela pourrait endommager le moteur et le contrôleur, et accélérer l'usure et le vieillissement des roulements, de la bande de course et du plateau. Un entretien régulier est nécessaire.
- Maintenez un environnement propre avec une humidité contrôlée pour réduire la poussière et éviter l'électricité statique, qui pourrait interférer avec les composants électroniques et le fonctionnement du contrôleur.
- Éteignez l'appareil après utilisation pour garantir la sécurité.
- Assurez une bonne circulation de l'air dans la pièce pendant l'utilisation de la machine.
- Attachez la clé de sécurité à vos vêtements pendant l'exercice afin de permettre un arrêt rapide en cas d'urgence.
- Arrêtez immédiatement l'exercice et consultez un médecin si vous ressentez un malaise, tel que des vertiges, des douleurs thoraciques, des nausées ou un essoufflement.
- Après avoir utilisé de l'huile de silicone pour l'entretien, rangez-la hors de la portée des enfants pour éviter toute ingestion accidentelle.

INSTALLATION

Commencez par fixer les accoudoirs gauche et droit avec des vis M8*32. Serrez-les fermement avec une clé hexagonale de 5 mm.

Ensuite, fixez l'accoudoir avec des vis M8*16 et serrez-les également avec la clé hexagonale de 5 mm.





AVERTISSEMENT

Pour réduire le risque d'accidents ou de blessures, observez les consignes suivantes :

- Assurez-vous que vos vêtements sont sécurisés (fermetures éclair ou boutons fermés) avant l'utilisation pour éviter qu'ils ne s'emmêlent.
- Gardez le cordon d'alimentation à l'écart des surfaces chaudes.
- Les enfants ne doivent pas être autorisés à s'approcher de la machine.
- N'utilisez pas la machine à l'extérieur.
- Débranchez l'alimentation avant de déplacer la machine.
- Ne tentez pas de démonter la machine à moins d'être un technicien qualifié ; tout démontage non autorisé pourrait entraîner de graves conséquences.
- Cette machine doit être utilisée uniquement sur un circuit de 20 ampères.
- Assurez-vous qu'une seule personne utilise la machine à la fois lorsqu'elle est en marche.

CONSULTATION REQUISE

Avant d'utiliser ce produit, les personnes présentant les conditions suivantes doivent consulter un spécialiste :

- Blessures actuelles ou passées aux jambes, à la taille ou au cou.
- Conditions persistantes telles que hernie discale, spondylolisthésis ou hernie cervicale.
- Arthrite déformante, rhumatisme, goutte ou ostéoporose.
- Troubles respiratoires, dispositifs médicaux implantés tels que des régulateurs de rythme cardiaque artificiels ou la présence de tumeurs malignes.
- Troubles circulatoires tels que la thrombose ou de graves troubles lipidiques, et toute forme d'infection cutanée.
- Déficits sensoriels dus au diabète, traumatismes cutanés ou individus présentant une courbure anormale de la colonne vertébrale.
- Femmes enceintes ou susceptibles de l'être.
- Toute personne se sentant physiquement mal ou ayant besoin de repos.

AVERTISSEMENT GÉNÉRAL

- Ne laissez pas les enfants utiliser ou jouer autour de ce produit pour éviter tout risque de blessure.
- Assurez-vous qu'aucune personne ou animal domestique ne se trouve à proximité lors de l'utilisation pour éviter les accidents.
- N'utilisez pas le produit si son boîtier est fissuré ou si une pièce est cassée.
- Évitez d'utiliser dans des conditions humides, près de l'eau ou en plein soleil, ainsi que dans des environnements chauds pour prévenir les dommages et les risques tels que l'incendie ou les chocs électriques.
- N'utilisez pas l'appareil si le cordon d'alimentation ou la prise est endommagé.
- Le produit ne doit pas être utilisé par plus d'une personne à la fois.
- Évitez les exercices intenses sans progression appropriée, surtout après avoir mangé, lorsque vous êtes fatigué ou en détresse physique.



AVERTISSEMENT

FAIRE PREUVE DE PRUDENCE

- Arrêtez immédiatement d'utiliser la machine si vous ressentez des douleurs, un engourdissement, des étourdissements ou un rythme cardiaque irrégulier pendant l'exercice et consultez un médecin.
- Assurez-vous que le produit est correctement mis à la terre pour réduire le risque de choc électrique. Si vous avez des doutes concernant la mise à la terre, consultez un électricien professionnel.
- Ne modifiez pas la prise ou la prise murale ; faites plutôt installer une prise appropriée par un professionnel si nécessaire.
- Débranchez l'appareil lorsqu'il n'est pas utilisé pour vous protéger contre les risques d'incendie ou de choc électrique dus à une isolation dégradée.

ÉVITER

- L'utilisation de la machine dans des environnements non domestiques comme les écoles ou les gymnases pourrait entraîner des blessures.
- S'engager dans d'autres activités comme des régimes tout en utilisant ce produit.
- Transporter des objets durs dans les poches pendant l'utilisation pourrait entraîner des accidents.
- Manipuler la prise d'alimentation avec des mains mouillées ou exposer la machine à l'eau pour éviter les risques de choc électrique et d'incendie.

INSTRUCTIONS DE MISE À LA TERRE

Le produit doit être mis à la terre pour réduire le risque de choc électrique, surtout si la machine devient défaillante. Il est équipé d'une alimentation comprenant un conducteur de mise à la terre et une fiche de mise à la terre. Cette fiche doit être insérée dans une prise correctement installée et mise à la terre conformément aux règlements et décrets locaux.

Avertissement : Une connexion incorrecte du conducteur de mise à la terre de l'équipement présente un risque sérieux de choc électrique. En cas de doute sur la mise à la terre du produit, il est crucial de consulter un électricien professionnel. La fiche fournie avec le produit doit correspondre à la prise ; si ce n'est pas le cas, ne la modifiez en aucun cas. Faites plutôt appel à un électricien professionnel pour installer une prise appropriée. Assurez-vous que le produit est connecté à une prise de même forme et évitez d'utiliser un adaptateur ou une prise de transfert.

ÉCHAUFFEMENT

Échauffement :

Commencez chaque séance par 5 à 10 minutes d'exercices d'échauffement. Cela prépare le corps à une activité plus intense et aide à prévenir les blessures.

Respiration :

Maintenez une respiration régulière pendant l'entraînement. Inspirez par le nez et expirez par la bouche pour assurer un bon apport en oxygène. Coordonnez votre respiration avec vos mouvements. Si votre respiration devient trop rapide, arrêtez immédiatement l'activité.

Fréquence :

Laissez 48 heures de repos pour le même groupe musculaire afin qu'il puisse récupérer. Cela signifie entraîner les mêmes groupes musculaires tous les deux jours.

Charge :

Ajustez le poids d'entraînement en fonction de votre condition physique et de votre niveau de forme. Commencez avec des poids plus légers et augmentez progressivement à mesure que votre force s'améliore. Il est normal de ressentir des courbatures au début ; la pratique régulière aidera à atténuer cet inconfort.

Exercices d'étirement :

1. Étirement vers le bas :

- Tenez-vous avec les genoux légèrement pliés.
- Penchez-vous lentement en avant à partir de la taille, en laissant votre dos et vos épaules se détendre.
- Essayez de toucher vos orteils avec vos mains.
- Maintenez la position pendant 10 à 15 secondes.
- Détendez-vous et répétez 3 fois.

2. Étirement de la jambe :

- Asseyez-vous sur un coussin propre avec une jambe tendue et l'autre repliée vers l'intérieur.
- Atteignez les orteils de la jambe tendue.
- Maintenez la position pendant 10 à 15 secondes.
- Détendez-vous et changez de jambe, en répétant l'étirement 3 fois pour chaque jambe.

3. Extension des tendons de la jambe et du talon :

- Placez vos mains sur un mur ou une table pour vous soutenir.
- Reculez une jambe en gardant la jambe tendue et le talon au sol.
- Penchez-vous vers le mur ou la table.
- Maintenez la position pendant 10 à 15 secondes.
- Détendez-vous et répétez 3 fois pour chaque jambe.

4. Extension des muscles de la tête :

- Utilisez votre main droite pour vous équilibrer sur un mur ou une table.
- Avec votre main gauche, attrapez votre cheville gauche et tirez-la doucement vers vos fesses.
- Maintenez la position pendant 10 à 15 secondes.
- Détendez-vous et répétez pour chaque jambe 3 fois.

5. Étirement du muscle sartorius (muscle de la cuisse interne) :

- Asseyez-vous avec une jambe pliée et l'autre tendue.
- Tenez le pied de votre jambe pliée et tirez-le doucement vers l'aîne.
- Maintenez la position pendant 10 à 15 secondes.
- Détendez-vous et répétez 3 fois pour chaque jambe.



DIRECTIVES OPÉRATIONNELLES

Affichage de la fenêtre :

Le contrôleur est équipé d'une fenêtre d'affichage à tube numérique. Lors du compte à rebours de démarrage, il affiche « 3 », « 2 », « 1 ». Lorsque le tapis de course est en marche, la fenêtre d'affichage alterne automatiquement toutes les 5 secondes entre les fenêtres suivantes :

1. Fenêtre VITESSE :
 - Affiche la vitesse actuelle en km/h.
 - Plage de vitesse : 1,0 à 6,0 KM/h.
2. Fenêtre TEMPS :
 - Montre le temps écoulé de 0:00 à 99:59.
 - Lorsque le tapis de course atteint 99:59, il ralentit progressivement et s'arrête.
 - Si un compte à rebours est programmé, il décompte jusqu'à 0:00, moment où le tapis ralentit, s'arrête et passe en mode veille après 10 minutes.
3. Fenêtre DIS (Distance) :
 - Affiche la distance parcourue de 0,00 à 99,90 km.
 - Après avoir atteint le maximum, elle se réinitialise à 0,00.
 - Si un décompte est réglé, il décompte jusqu'à zéro, puis le tapis ralentit, s'arrête et passe en mode veille après 10 minutes.
4. Fenêtre CAL (Calories) :
 - Affiche les calories brûlées de 0,0 à 999,0.
 - Après avoir atteint le maximum, elle se réinitialise.
 - Si un décompte est réglé pour les calories, il décompte jusqu'à zéro. Lorsque zéro est atteint, le tapis ralentit, s'arrête et passe en mode veille après 10 minutes.

Fonctions des touches de la télécommande :

1. Touche Alimentation :
 - Utilisée pour éteindre le tapis de course et passer l'affichage en mode économie d'énergie en veille.
2. Touche Démarrer/Arrêter :
 - Démarre ou arrête le tapis de course. Peut être utilisée pour lancer la course ou arrêter le tapis pendant une séance d'entraînement, réinitialisant les compteurs à zéro.
3. Touche Vitesse+ :
 - Augmente la vitesse du tapis, chaque pression ajuste la vitesse de 0,1 km/h. Maintenir la touche enfoncée pendant plus de 0,5 seconde continue d'augmenter la vitesse.
4. Touche Vitesse- :
 - Diminue la vitesse du tapis de 0,1 km/h par pression. Maintenir la touche enfoncée pendant plus de 0,5 seconde continue de diminuer la vitesse.

Ces consignes d'utilisation permettent une utilisation sûre et efficace du tapis de course, aidant les utilisateurs à gérer les fonctions de manière fluide pendant leurs séances d'entraînement.

Lubrification

Pour assurer le bon fonctionnement de votre tapis de course, il est important de lubrifier régulièrement la bande de course en utilisant une huile de silicone méthylrique spécialement formulée. Voici comment gérer la lubrification en fonction de l'utilisation :

- Utilisation inférieure à 3 heures par semaine : Lubrification peu fréquente nécessaire.
- Utilisation de 4 à 7 heures par semaine : Lubrification modérée nécessaire.
- Utilisation supérieure à 7 heures par semaine : Lubrification fréquente requise.

N'oubliez pas qu'un excès de lubrification peut être préjudiciable. Seule une quantité raisonnable de lubrifiant doit être appliquée pour prolonger la durée de vie de votre tapis de course.

Méthode de lubrification

Pour vérifier si une lubrification est nécessaire :

1. Soulevez la bande de course et touchez la face inférieure.
2. Si elle semble sèche et ne présente pas de couche de silicone, appliquez plus de lubrifiant.
3. Faites fonctionner le tapis à 1 KM/H et marchez sur la bande pour répartir uniformément le silicone.

Réglage de l'élasticité de la sangle

Ajustez périodiquement la tension de la bande de course pour éviter tout glissement ou serrage excessif, ce qui pourrait endommager le moteur et la bande.

Réglage : Serrez les boulons de réglage de manière égale des deux côtés par incréments d'un demi-tour pour obtenir la bonne tension.

Réglage de la déviation de la bande de course

Si la bande de course commence à dévier :

1. Vérifiez que le tapis est placé sur une surface plane.
2. Assurez-vous de répartir uniformément la pression des pieds pendant l'utilisation.
3. Ajustez avec une clé Allen de 5 mm/6 mm par incréments d'un quart de tour jusqu'à ce que la bande soit correctement alignée.

Réglage de la courroie d'entraînement

Le glissement de la courroie d'entraînement peut se produire avec une utilisation régulière et peut nécessiter un ajustement par l'utilisateur :

1. Serrez le boulon de réglage avec une clé jusqu'à ce que la courroie ne glisse plus sous charge.
2. Nettoyez régulièrement les débris de la courroie et des rainures de la poulie pour maintenir des performances optimales.

Traitement du patinage ou des pauses de la bande de course

Si la bande de course patine ou s'arrête :

1. Ouvrez le couvercle du moteur avant.
2. Pendant que la machine fonctionne, vérifiez si le problème vient de la bande de course ou de la courroie de transmission du moteur et ajustez en conséquence.

Remarque : Ce guide est uniquement à titre de référence. Référez-vous toujours au produit réel, car les spécifications peuvent changer sans préavis. Un entretien régulier garantit la longévité et le bon fonctionnement de votre tapis de course.

DÉPANNAGE

Code de défaut d'affichage	Problème	Cause possible	Solution
E02	Protection de dépassement du moteur	1. La tension du réseau électrique est instable avec des pics de tension élevés. 2. Il y a une erreur dans le réglage du diamètre de la roue. 3. Le contrôleur est endommagé.	1. Augmenter la tension du filtre externe. 2. Réinitialiser le diamètre de la roue à la valeur appropriée, en s'assurant qu'il ne dépasse pas la tension nominale du moteur. 3. Remplacer le contrôleur.
E03	Protection contre les surintensités	1. Surcharge. 2. Un corps étranger est coincé dans le moteur ou le rouleau. 3. Le rouleau n'est pas suffisamment lubrifié, augmentant ainsi la résistance. 4. Le contrôleur est endommagé. 5. La résistance du moteur a augmenté en raison de dommages.	1. Réduire la charge et s'assurer qu'elle ne dépasse pas la charge nominale. 2. Retirer tout corps étranger. 3. Ajouter de la lubrification. 4. Remplacer le contrôleur. 5. Remplacer le moteur.
E04	Circuit ouvert du moteur principal	1. La ligne d'alimentation principale n'est pas connectée ou est desserrée. 2. Le moteur principal est en circuit ouvert ou endommagé. 3. Le contrôleur est en circuit ouvert ou endommagé.	1. Renforcer la connexion de la ligne du moteur principal. 2. Remplacer le moteur. 3. Remplacer le contrôleur.
E06	Erreur de communication	1. Les interfaces des lignes de connexion principales supérieure et inférieure sont desserrées. 2. La ligne de connexion principale est cassée. 3. La montre électronique est cassée. 4. Le contrôleur est endommagé.	1. Renforcer l'interface de la ligne de connexion. 2. Remplacer la ligne de contrôle principale. 3. Remplacer la montre électronique. 4. Remplacer le contrôleur.
EOC	Défaillance du tube d'alimentation, protection activée	1. Le transistor de puissance a échoué, endommageant le contrôleur.	1. Remplacer le contrôleur.

Bewahren Sie diese Anleitung an einem sicheren Ort auf und lesen Sie sie sorgfältig durch, bevor Sie sie verwenden.

Einführung

Vielen Dank, dass Sie sich für Brixy entschieden haben. Wir bitten Sie, stets die Sicherheitsvorschriften zu befolgen, um eine sichere Nutzung zu gewährleisten. Bei Fragen können Sie uns jederzeit per E-Mail unter service@infinitygoods.eu erreichen.



WARNUNG

Bevor Sie das Produkt zusammenbauen, lesen Sie bitte sorgfältig die Bedienungsanleitung oder wenden Sie sich an den Kundendienst, wenn Sie während des Zusammenbaus Schwierigkeiten haben.

Aus Sicherheitsgründen ist es strengstens untersagt, die Maschine während des Betriebs zu bewegen, um versehentliche Verletzungen wie das Einklemmen von Fingern oder anderen Körperteilen zu verhindern. Infinity Goods haftet nicht für Verletzungen, die durch unsachgemäße Nutzung verursacht werden.

Packliste

Nr.	Beschreibung	MENGE	Nr.	Beschreibung	MENGE
1	Hauptrahmen	1	5	M8*16	2
2	Zubehörpaket	1	6	M8*32	1
3	nbusschlüssel 5mm	1	7	Fernbedienung	1
4	Säule	1	8	Silikonöl	1

Technische Parameter

Betriebsspannung	AC220V~50Hz
Maximale Belastung	110 KGS
Produktgröße	121 X 48.5 X 12.5 CM
Lauffläche	100 X 38.5 CM
Geschwindigkeit	1 - 10 km/h



Grundlegende Vorsichtsmaßnahmen

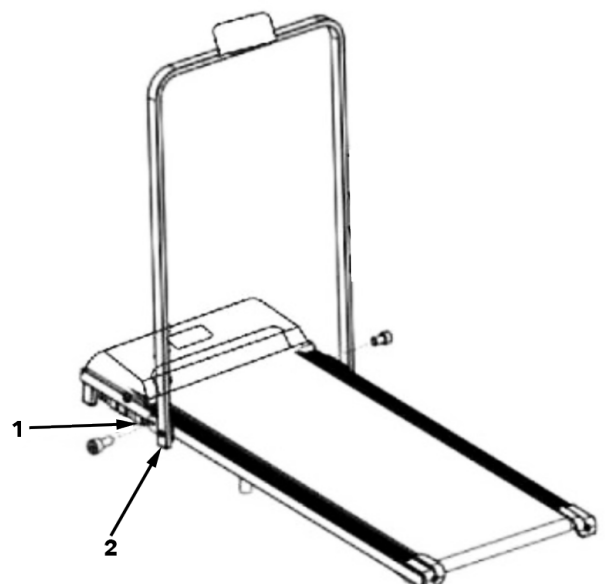
Hinweis: Bitte lesen Sie die Anweisungen vor der Verwendung sorgfältig durch und beachten Sie die folgenden Sicherheitsvorkehrungen.

- Diese Maschine ist nur für den Innenbereich vorgesehen, um Feuchtigkeitsschäden zu vermeiden. Spritzen Sie kein Wasser auf die Maschine und stellen Sie sicher, dass keine Fremdkörper darauf platziert werden.
- Tragen Sie während des Trainings immer geeignete Sportkleidung und Schuhe. Es ist unsicher, die Maschine barfuß oder ohne angemessene Kleidung zu benutzen.
- Der Netzstecker muss ordnungsgemäß geerdet sein, und die Steckdose sollte einen eigenen Stromkreis haben, um Störungen durch andere elektrische Geräte zu vermeiden.
- Halten Sie Kinder von der Maschine fern, um Unfälle zu vermeiden.
- Vermeiden Sie den Betrieb der Maschine über einen längeren Zeitraum unter Überlastbedingungen, da dies den Motor und den Regler beschädigen und den Verschleiß und die Alterung der Lager, des Laufbands und des Decks beschleunigen kann. Regelmäßige Wartung ist erforderlich.
- Halten Sie eine saubere Umgebung mit kontrollierter Luftfeuchtigkeit aufrecht, um Staub zu reduzieren und statische Elektrizität zu verhindern, die die elektronischen Komponenten und den Betrieb des Reglers beeinträchtigen könnte.
- Schalten Sie das Gerät nach Gebrauch aus, um die Sicherheit zu gewährleisten.
- Sorgen Sie während der Nutzung der Maschine für eine gute Luftzirkulation im Raum.
- Befestigen Sie den Sicherheitsclip an Ihrer Kleidung während des Trainings, um im Notfall eine schnelle Abschaltung zu ermöglichen.
- Beenden Sie das Training sofort und konsultieren Sie einen Arzt, wenn Sie Unwohlsein wie Schwindel, Brustschmerzen, Übelkeit oder Atemnot verspüren.
- Bewahren Sie das Silikonöl nach der Wartung außerhalb der Reichweite von Kindern auf, um versehentliches Verschlucken zu vermeiden.

INSTALLATION

Befestigen Sie zuerst die linken und rechten Armlehnen mit M8*32-Schrauben. Ziehen Sie diese fest mit einem 5-mm-Inbusschlüssel an.

Anschließend befestigen Sie die Armlehne mit M8*16-Schrauben und ziehen auch diese mit dem 5-mm-Inbusschlüssel fest.





WARNUNG

Um das Risiko von Unfällen oder Verletzungen zu verringern, beachten Sie die folgenden Hinweise:

- Stellen Sie sicher, dass Ihre Kleidung (Knöpfe, Reißverschlüsse) vor der Benutzung sicher befestigt ist, um ein Verheddern zu vermeiden.
- Halten Sie das Netzkabel von heißen Oberflächen fern.
- Kinder sollten nicht in der Nähe der Maschine sein.
- Benutzen Sie die Maschine nicht im Freien.
- Trennen Sie den Strom, bevor Sie die Maschine bewegen.
- Versuchen Sie nicht, die Maschine zu zerlegen, es sei denn, Sie sind ein qualifizierter Techniker; eine unbefugte Demontage könnte schwerwiegende Folgen haben.
- Diese Maschine sollte nur an einem 20-Ampere-Stromkreis verwendet werden.
- Stellen Sie sicher, dass nur eine Person die Maschine gleichzeitig benutzt, wenn sie läuft.

BERATUNG ERFORDERLICH

Bevor Sie dieses Produkt verwenden, müssen Personen mit folgenden Beschwerden einen Spezialisten konsultieren:

- Aktuelle oder vergangene Verletzungen an Beinen, Taille oder Nacken.
- Anhaltende Beschwerden wie Bandscheibenvorfall, Spondylolisthesis oder zervikaler Bandscheibenvorfall.
- Deformierende Arthritis, Rheuma, Gicht oder Osteoporose.
- Atemwegserkrankungen, implantierte medizinische Geräte wie künstliche Herzschrittmacher oder das Vorhandensein von bösartigen Tumoren.
- Kreislauferkrankungen wie Thrombose oder schwere Lipidstörungen sowie jegliche Form von Hautinfektionen.
- Sinnesbeeinträchtigungen durch Diabetes, Hautverletzungen oder Personen mit abnormaler Wirbelsäulenkrümmung.
- Personen, die schwanger sind oder sein könnten.
- Jede Person, die sich körperlich unwohl fühlt oder Ruhe benötigt.

ALLGEMEINE WARNUNG

- Lassen Sie keine Kinder dieses Produkt verwenden oder in der Nähe spielen, um das Verletzungsrisiko zu vermeiden.
- Stellen Sie sicher, dass sich während der Benutzung keine Personen oder Haustiere in der Nähe befinden, um Unfälle zu vermeiden.
- Benutzen Sie die Maschine nicht, wenn das Gehäuse Risse aufweist oder ein Teil beschädigt ist.
- Vermeiden Sie die Nutzung bei nassen Bedingungen, in der Nähe von Wasser oder bei direkter Sonneneinstrahlung und heißen Umgebungen, um Schäden und Gefahren wie Brand oder Stromschläge zu vermeiden.
- Benutzen Sie das Gerät nicht, wenn das Netzkabel oder der Stecker beschädigt ist.
- Das Produkt darf nicht von mehr als einer Person gleichzeitig verwendet werden.
- Vermeiden Sie intensives Training ohne ordnungsgemäße Vorbereitung, insbesondere nach dem Essen, bei Müdigkeit oder bei körperlichem Unwohlsein.



WARNUNG

VORSICHT BEIM ÜBEN

- Hören Sie sofort mit der Benutzung der Maschine auf, wenn Sie Schmerzen, Taubheitsgefühle, Schwindel oder unregelmäßigen Herzschlag während des Trainings verspüren, und konsultieren Sie einen Arzt.
- Stellen Sie sicher, dass das Produkt ordnungsgemäß geerdet ist, um das Risiko eines Stromschlags zu verringern. Wenn Sie sich über die Erdung nicht sicher sind, konsultieren Sie einen professionellen Elektriker.
- Verändern Sie den Stecker oder die Steckdose nicht; lassen Sie stattdessen bei Bedarf von einem Fachmann eine geeignete Steckdose installieren.
- Ziehen Sie den Stecker des Geräts, wenn es nicht in Gebrauch ist, um das Risiko eines Stromschlags und eines Brandes durch abgenutzte Isolierung zu verringern.

VERMEIDEN

- Die Benutzung der Maschine in nicht häuslichen Umgebungen wie Schulen oder Fitnessstudios kann zu Verletzungen führen.
- Die gleichzeitige Durchführung anderer Aktivitäten wie Diäten während der Nutzung dieses Produkts.
- Das Tragen harter Gegenstände in den Taschen während der Benutzung kann zu Unfällen führen.
- Das Anfassen des Netzsteckers mit nassen Händen oder das Aussetzen der Maschine an Wasser kann zu Stromschlägen und Brandgefahren führen.

ERDUNGSANWEISUNGEN

Das Produkt muss geerdet sein, um das Risiko eines Stromschlags zu verringern, insbesondere wenn die Maschine nicht richtig funktioniert. Es ist mit einer Stromversorgung ausgestattet, die einen Erdungsleiter und einen Erdungsstecker enthält. Dieser Stecker muss in eine Steckdose eingeführt werden, die ordnungsgemäß installiert und gemäß den örtlichen Vorschriften und Verordnungen geerdet ist.

Warnung:

Eine unsachgemäße Verbindung des Erdungsleiters der Ausrüstung stellt ein ernstes Risiko für einen Stromschlag dar. Wenn Zweifel bestehen, ob die Erdung des Produkts korrekt ist, ist es wichtig, einen professionellen Elektriker zu Rate zu ziehen. Der mit dem Produkt gelieferte Stecker sollte in die Steckdose passen; wenn dies nicht der Fall ist, modifizieren Sie ihn unter keinen Umständen. Lassen Sie stattdessen einen Elektriker eine geeignete Steckdose installieren. Bitte stellen Sie sicher, dass das Produkt an eine Steckdose derselben Form angeschlossen wird, und vermeiden Sie die Verwendung eines Adapters oder einer Übergangssteckdose.

AUFWÄRMEN

Aufwärmen:

Beginnen Sie jede Sitzung mit 5 bis 10 Minuten Aufwärmübungen. Dies bereitet den Körper auf intensivere Aktivitäten vor und hilft, Verletzungen zu vermeiden.

Atmung:

Halten Sie während des Trainings eine regelmäßige Atmung aufrecht. Atmen Sie durch die Nase ein und durch den Mund aus, um eine optimale Sauerstoffzufuhr zu gewährleisten. Koordinieren Sie Ihre Atmung mit Ihren Bewegungen. Wenn Ihre Atmung zu schnell wird, stoppen Sie die Aktivität sofort.

Häufigkeit:

Lassen Sie 48 Stunden Pause, damit sich der gleiche Muskelbereich erholen kann. Das bedeutet, dass die gleichen Muskelgruppen jeden zweiten Tag trainiert werden.

Belastung:

Passen Sie das Trainingsgewicht an Ihren körperlichen Zustand und Ihr Fitnessniveau an. Beginnen Sie mit leichteren Gewichten und erhöhen Sie diese allmählich, sobald Ihre Kraft zunimmt. Es ist normal, anfänglich Muskelkater zu spüren; regelmäßiges Training wird diese Beschwerden lindern.

Dehnübungen:

1. Vorwärtsbeugen (Stretch Down):

- Stellen Sie sich mit leicht gebeugten Knien hin.
- Beugen Sie sich langsam nach vorne aus der Taille, wobei Ihr Rücken und Ihre Schultern entspannt bleiben.
- Versuchen Sie, Ihre Zehen mit den Händen zu berühren.
- Halten Sie diese Position 10 bis 15 Sekunden lang.
- Entspannen Sie sich und wiederholen Sie dies dreimal.

2. Bein-Dehnung:

- Setzen Sie sich auf ein sauberes Kissen, mit einem ausgestreckten Bein und dem anderen nach innen gebeugt.
- Greifen Sie nach den Zehen des ausgestreckten Beins.
- Halten Sie die Position 10 bis 15 Sekunden.
- Entspannen Sie sich und wechseln Sie das Bein, indem Sie die Dehnung dreimal pro Bein wiederholen.

3. Waden- und Fersenmuskel-Dehnung:

- Stützen Sie sich mit den Händen an einer Wand oder einem Tisch ab.
- Stellen Sie einen Fuß nach hinten, halten Sie das Bein gestreckt und die Ferse auf dem Boden.
- Lehnen Sie sich zur Wand oder zum Tisch.
- Halten Sie die Position 10 bis 15 Sekunden.
- Entspannen Sie sich und wiederholen Sie dies dreimal für jedes Bein.

4. Kopfmuskel-Dehnung:

- Stützen Sie sich mit der rechten Hand an einer Wand oder einem Tisch ab.
- Fassen Sie mit der linken Hand den linken Knöchel und ziehen Sie ihn sanft in Richtung Gesäß.
- Halten Sie die Position 10 bis 15 Sekunden.
- Entspannen Sie sich und wiederholen Sie dies dreimal für jedes Bein.

5. Dehnung des Schneidermuskels (Sartoriusmuskel, innerer Oberschenkelmuskel):

- Setzen Sie sich mit einem Bein angewinkelt und dem anderen ausgestreckt.
- Halten Sie den Fuß des angewinkelten Beins und ziehen Sie ihn sanft in Richtung Leiste.
- Halten Sie die Position 10 bis 15 Sekunden.
- Entspannen Sie sich und wiederholen Sie dies dreimal pro Bein.



Fensteranzeige:

Der Controller verfügt über ein digitales Röhrenanzeigefenster. Während des Start-Countdowns zeigt es „3“, „2“, „1“ an. Während des Betriebs des Laufbands wechselt das Anzeigefenster automatisch alle 5 Sekunden zwischen den folgenden Fenstern:

1. GESCHWINDIGKEITS-Fenster:

- Zeigt die aktuelle Geschwindigkeit in km/h an.
- Geschwindigkeitsbereich: 1,0 bis 6,0 KM/h.

2. ZEIT-Fenster:

- Zeigt die verstrichene Zeit von 0:00 bis 99:59 an.
- Wenn das Laufband 99:59 erreicht, verlangsamt es sich allmählich und stoppt.
- Wenn ein Countdown eingestellt ist, zählt er bis 0:00 herunter, woraufhin das Laufband langsamer wird, anhält und nach 10 Minuten in den Standby-Modus übergeht.

3. DIS (Distanz)-Fenster:

- Zeigt die zurückgelegte Distanz von 0,00 bis 99,90 km an.
- Nach Erreichen des Maximums wird es auf 0,00 zurückgesetzt.
- Wenn ein Countdown für die Distanz eingestellt ist, zählt er auf null herunter, dann verlangsamt sich das Laufband, stoppt und wechselt nach 10 Minuten in den Standby-Modus.

4. CAL (Kalorien)-Fenster:

- Zeigt die verbrannten Kalorien von 0,0 bis 999,0 an.
- Nach Erreichen des Maximums wird es zurückgesetzt.
- Wenn ein Countdown für Kalorien eingestellt ist, zählt er bis null herunter. Bei Erreichen von null verlangsamt sich das Laufband, stoppt und geht nach 10 Minuten in den Standby-Modus.

Funktionen der Fernbedienungstasten:

1. Ein/Aus-Taste:

- Wird verwendet, um das Laufband auszuschalten und das Display in den energiesparenden Standby-Modus zu versetzen.

2. Start/Stop-Taste:

- Startet oder stoppt das Laufband. Kann verwendet werden, um den Lauf zu starten oder das Laufband während des Trainings anzuhalten, wobei die Zähler auf null zurückgesetzt werden.

3. Geschwindigkeit+ Taste:

- Erhöht die Geschwindigkeit des Laufbands, wobei jede Betätigung die Geschwindigkeit um 0,1 km/h anpasst. Ein Halten der Taste für mehr als 0,5 Sekunden erhöht die Geschwindigkeit kontinuierlich.

4. Geschwindigkeit- Taste:

- Verringert die Geschwindigkeit des Laufbands um 0,1 km/h pro Druck. Ein Halten der Taste für mehr als 0,5 Sekunden verringert die Geschwindigkeit kontinuierlich.

Diese Betriebsanweisungen gewährleisten eine sichere und effektive Nutzung des Laufbands und helfen den Benutzern, die Funktionen während des Trainings reibungslos zu steuern.

Schmierung

Um den reibungslosen Betrieb Ihres Laufbands zu gewährleisten, ist es wichtig, das Laufband regelmäßig mit speziell formuliertem Methylsilikonöl zu schmieren. Hier ist eine Anleitung zur Schmierung basierend auf der Nutzung:

- Nutzung unter 3 Stunden pro Woche: Gelegentliche Schmierung erforderlich.
- Nutzung zwischen 4 und 7 Stunden pro Woche: Moderate Schmierung erforderlich.
- Nutzung über 7 Stunden pro Woche: Häufige Schmierung erforderlich.

Denken Sie daran, dass übermäßige Schmierung schädlich sein kann. Nur eine angemessene Menge Schmierungsmittel sollte aufgetragen werden, um die Lebensdauer Ihres Laufbands zu verlängern.

Schmiermethode

So überprüfen Sie, ob Schmierung erforderlich ist:

1. Heben Sie das Laufband an und fühlen Sie die Unterseite.
2. Wenn es sich trocken anfühlt und keine Silikonschicht vorhanden ist, tragen Sie mehr Schmierungsmittel auf.
3. Lassen Sie das Laufband mit 1 KM/H laufen und gehen Sie darauf, um das Silikon gleichmäßig zu verteilen.

Einstellung der Gurtespannung

Passen Sie die Spannung des Laufbands regelmäßig an, um ein Rutschen oder eine übermäßige Straffung zu vermeiden, die den Motor und den Gürtel beschädigen können. Einstellung: Ziehen Sie die Einstellschrauben gleichmäßig auf beiden Seiten in halben Umdrehungen an, um die richtige Spannung zu finden.

Einstellung des Laufbandabweichung

Wenn das Laufband anfängt zu weichen:

1. Überprüfen Sie, ob das Laufband auf einer ebenen Fläche steht.
2. Achten Sie auf eine gleichmäßige Verteilung des Fußdrucks während der Benutzung.
3. Justieren Sie mit einem 5 mm/6 mm Inbusschlüssel in viertel Umdrehungen, bis das Band richtig ausgerichtet ist.

Einstellung des Antriebsriemens

Der Antriebsriemen kann bei regelmäßiger Nutzung rutschen und erfordert möglicherweise eine Benutzeranpassung:

1. Ziehen Sie die Einstellschraube mit einem Schraubenschlüssel an, bis der Riemen unter Last nicht mehr rutscht.
2. Reinigen Sie regelmäßig Schmutz von Riemen und Rillen der Riemenscheibe, um eine optimale Leistung zu gewährleisten.

Behandlung von Rutschen oder Pausen des Laufbands

Wenn das Laufband rutscht oder stoppt:

1. Öffnen Sie die vordere Motorabdeckung.
2. Überprüfen Sie, während die Maschine läuft, ob das Problem beim Laufband oder beim Motorantriebsriemen liegt, und passen Sie es entsprechend an.

Hinweis: Diese Anleitung dient nur als Referenz. Konsultieren Sie immer das tatsächliche Produkt, da sich die Spezifikationen ohne Vorankündigung ändern können. Regelmäßige Wartung gewährleistet die Langlebigkeit und den sicheren Betrieb Ihres Laufbands.

FEHLERBEHEBUNG

Anzeige-Fehlercode	Problem	Mögliche Ursache	Lösung
E02	Motorschutz bei Überschreitung	1. Die Netzspannung ist instabil mit hohen Spannungsspitzen. 2. Es liegt ein Fehler bei der Einstellung des Raddurchmessers vor. 3. Der Controller ist beschädigt.	1. Erhöhen Sie die externe Filterspannung. 2. Setzen Sie den Raddurchmesser auf die richtige Einstellung zurück und stellen Sie sicher, dass er die Nennspannung des Motors nicht überschreitet. 3. Ersetzen Sie den Controller.
E03	Überstromschutz	1. Überlastung. 2. Ein Fremdkörper steckt im Motor oder in der Walze fest. 3. Die Walze ist nicht ausreichend geschmiert, was den Widerstand erhöht. 4. Der Controller ist beschädigt. 5. Der Widerstand des Motors hat sich aufgrund von Schäden erhöht.	1. Reduzieren Sie die Last und stellen Sie sicher, dass sie die Nennlast nicht überschreitet. 2. Entfernen Sie Fremdkörper. 3. Fügen Sie Schmiermittel hinzu. 4. Ersetzen Sie den Controller. 5. Ersetzen Sie den Motor.
E04	Hauptmotor-Schaltkreis unterbrochen	1. Die Hauptstromleitung ist nicht angeschlossen oder locker. 2. Der Hauptmotor hat einen offenen Stromkreis oder ist beschädigt. 3. Der Controller ist unterbrochen oder beschädigt.	1. Verstärken Sie die Verbindung der Hauptmotorleitung. 2. Ersetzen Sie den Motor. 3. Ersetzen Sie den Controller.
E06	Kommunikationsfehler	1. Die Schnittstellen der oberen und unteren Hauptverbindungsleitungen sind locker. 2. Die Hauptverbindungsleitung ist unterbrochen. 3. Die elektronische Uhr ist defekt. 4. Der Controller ist beschädigt.	1. Verstärken Sie die Verbindungsleitungen-Schnittstelle. 2. Ersetzen Sie die Hauptsteuerleitung. 3. Ersetzen Sie die elektronische Uhr. 4. Ersetzen Sie den Controller.
EOC	Schutz durch Ausfall des Leistungstransistors aktiviert	1. Der Leistungstransistor ist ausgefallen und hat den Controller beschädigt.	1. Ersetzen Sie den Controller.

Infinity Goods B.V.
 Laan van Kronenburg 14
 1183 AS, Amstelveen
 The Netherlands