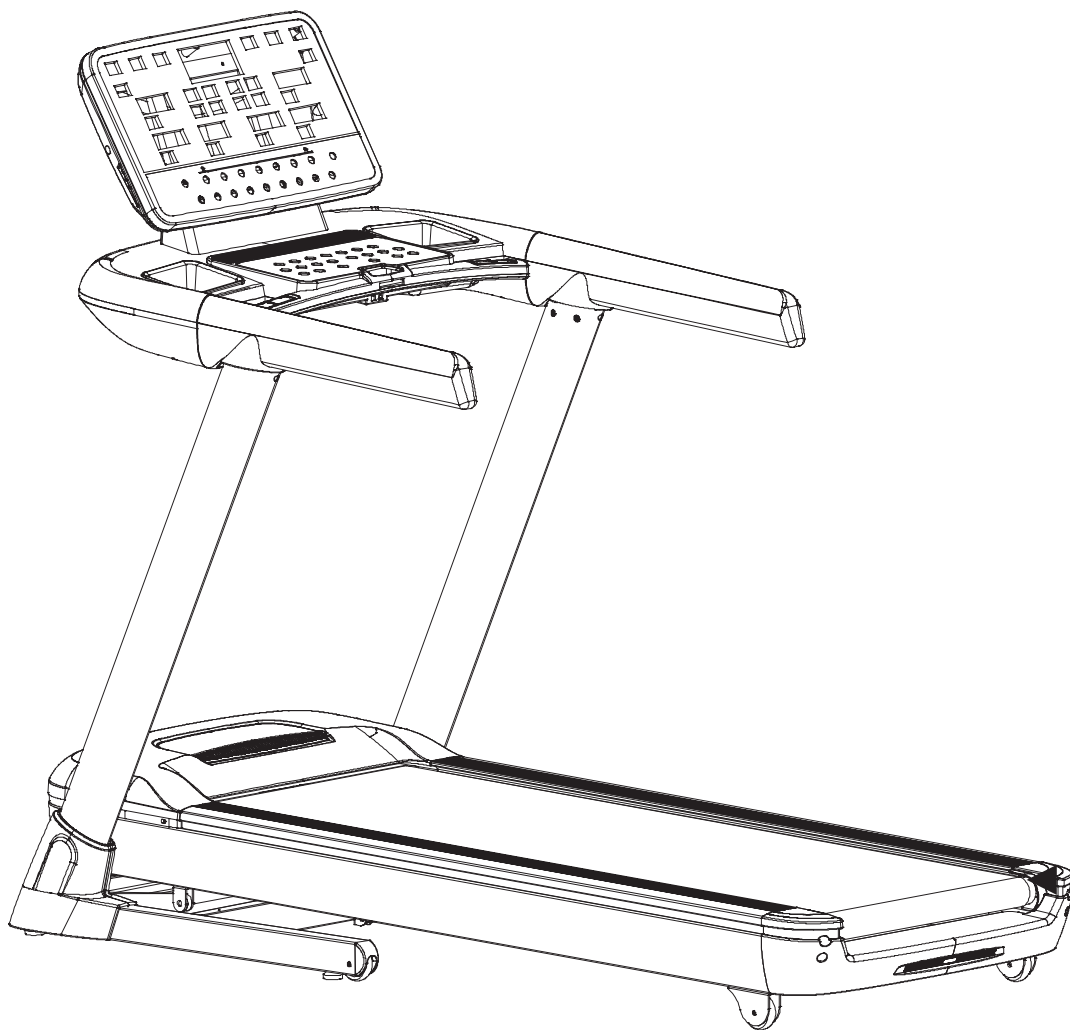


GYMSTICK™

GT7.0 TREADMILL ANVÄNDARMANUAL



VIKTIGT: Läs samtliga instruktioner noggrant innan du använder denna produkt. Behåll manualen för framtida bruk. Specifikationerna för den här produkten kan skilja sig från bilden, ändringar sker utan förvarning.



Tack för att du köpt Gymstick GT4.0. Vi är mycket stolta över att producerat denna kvalitativa Gymstick produkt och önskar dig många effektiva och njutbara träningspass samt konkreta resultat i ditt utseende, kondition och livsnöjdhet.

INNEHÅLLSFÖRTEKNING

1.	SÄKERHETSINSTRUKTIONER	3
2.	MONTERINGSINSTRUKTIONER.....	4
3.	INSTALLERA DITT LÖPBAND.....	10
4.	VIKTIGT EL-INFORMATION	11
5.	INNAN DU BÖRJAR	12
6.	DATORANVÄNDNING	14
7.	UNDERHÅLLNING	20
8.	FELSÖKNING	23
9.	SPRÄNGSKISS	24
10.	LISTA PÅ DELAR	25
11.	GARANTI	28



OBS!

LÄS OCH FÖLJ SÄKERHETSANVISNINGARNA. UNDERLÅTENHET ATT FÖLJA DESSA INSTRUKTIONER KAN LEDA TILL ALLVARLIG SKADA.

Instruktionerna innehåller viktig information som hjälper dig att få ut det mesta av maskinen genom att säkerställa korrekt montering, användning och underhåll.

- Produkten får aldrig lämnas utan uppsikt när den är kopplad till ström. Koppla bort produkten från eluttaget när den inte används.
- Noggrann övervakning är nödvändig när denna produkt används i närheten av barn, funktionshindrade personer eller husdjur.
- Använd lämpliga kläder under träning på löpbandet. Använd inte lösa kläder som kan fastna i löpbandets rörliga delar. Använd alltid tränings skor.
- Avbryt träning omedelbart om du upplever bröstsmärta, oregelbundna hjärtslag, andningsproblem, yrsel eller annat obehag. Kontakta läkare innan du fortsätter.
- Håll barn och husdjur borta från löpbandet när du startar det.
- Denna maskin kan användas av endast en person åt gången.
- Kontrollera alltid att alla delar av löpbandet är i gott skick före användning.
- Använd maskinen endast när den är i sitt korrekta skick.
- Placera löpbandet på en plan yta med minst 0,5 meters fritt avstånd runtom. Placera inte löpbandet på någon yta som blockerar luftöppningar. För att skydda golvet från skador, placera en matta under löpbandet.
- Sätt aldrig något föremål eller kroppsdelar i någon öppning på maskinen.
- Använd löpbandet endast enligt beskrivningen i denna handbok.
- Om strömledaren är skadad, kontakta tillverkaren för en ny sladd för att undvika olyckor.
- Detta löpband är endast för hemmabruk. Använd inte maskinen utomhus.
- Detta löpband är konstruerat för användning med ~220 - ~240 volts markspänning.
- Maximal viktkapacitet för denna maskin är 130 kg.



VARNING!

RÅDFRÅGA LÄKARE INNAN DU UTFÖR NÅGRA TRÄNINGSPROGRAM. DETTA ÄR SÄRSKILT VIKTIGT FÖR PERSONER SOM ÄR ÖVER 35 ÅR GAMLA OCH HAR HÄLSOPROBLEM.

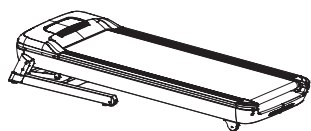
- Lyft och ta bort kartongen runt löpbandet.
- Kontrollera att följande föremål är med. Om någon del saknas, kontakta återförsäljaren.

OBS: Varje steg i instruktionerna berättar vad du ska göra. Läs och förstå alla instruktioner noggrant innan du börjar montera ihop löpbandet.

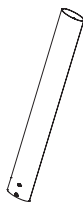


VAR FÖRSIKTIG VID MONTERING AV LÖPBANDET, ANNARS KAN SKADA UPPSTÅ.

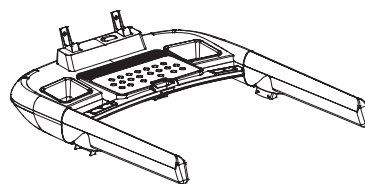
PACKLISTA



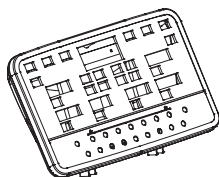
Huvudram



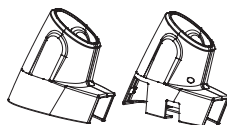
Stående stolpe, ram (V&H)



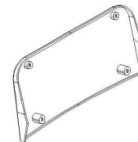
Konsolens bakre kåpa



Konsol



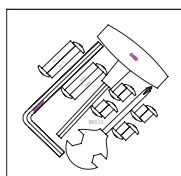
Stolpskåpar (V&H)



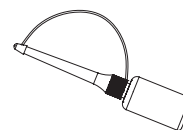
Ramkåpa



Manual



Hårdvaruväska

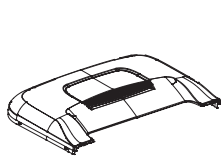


Silikonolja

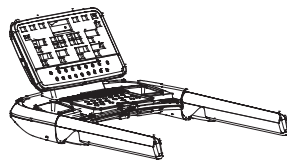


Säkerhetsnyckel

HUVUDELAR



Motorkåpa



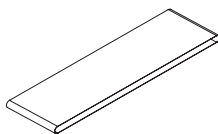
Konsol



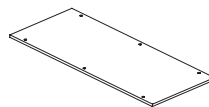
Motor



Motorband



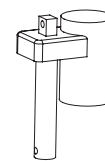
Löpband



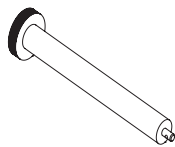
Löpbräda



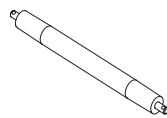
Sidoskena



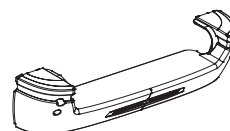
Lutningsmotor



Framre vals



Bakre vals



Bakre kåpa

HÅRDVARUVÄSKA



Sexkantig halvgängad skruv (M8*60*20) 4st



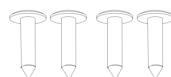
Sexkantig helgängad skruv (M8*15) 8st



Sexkantig helgängad skruv (M8*20) 2st



Självgängande skruv (ST4*12) 2st



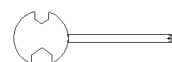
Självgängande skruv (ST4*16) 4st



Halvgängande skruv (M8*30*20) 2st

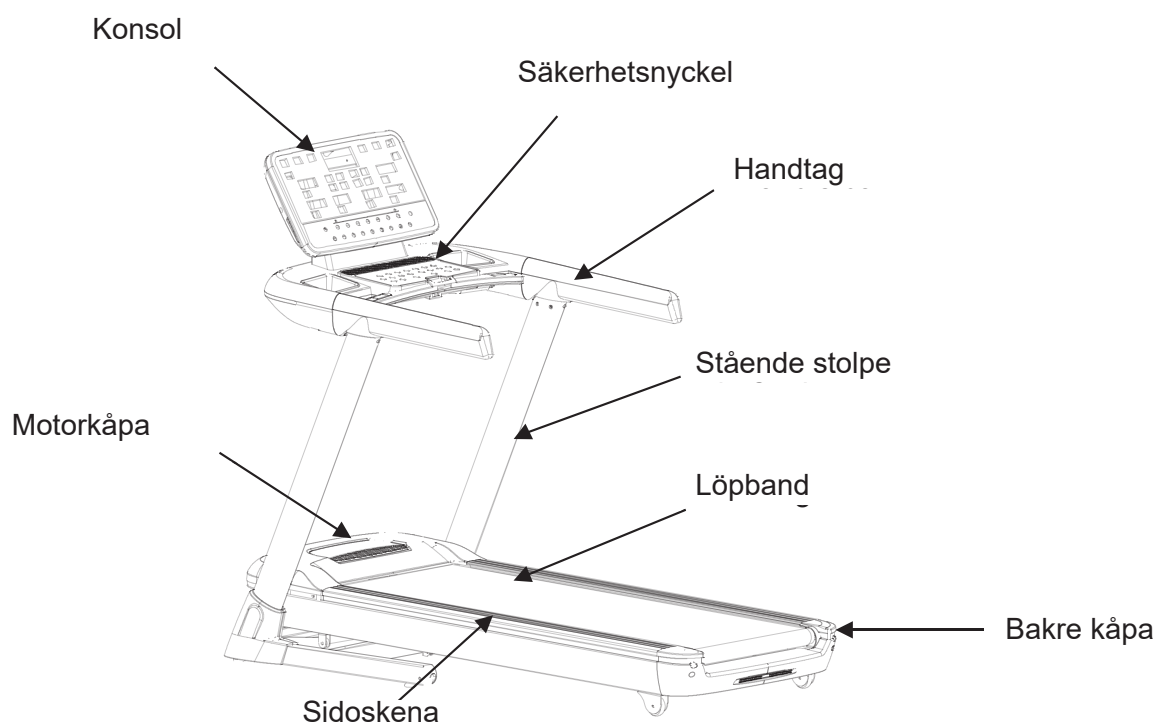


T-formad skiftnyckel (S6) 1st



Stjärnmejsel 1st

INSTRUKTION LÖPBAND



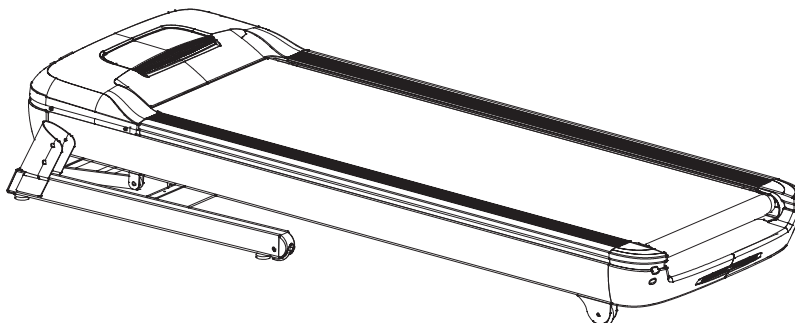
TEKNISK INFORMATION

Maksimal last	130kg
Dimension (ihåpvt)	1402 x 925 x 1541mm
Dimension (uppvikt)	1925 x 925 x 1470mm
Löpyta	1530 x 550mm
Hastighet	0.5 - 20.0km/h

OBS: Vi reserverar rätten att ändra produkten utan förvarning.

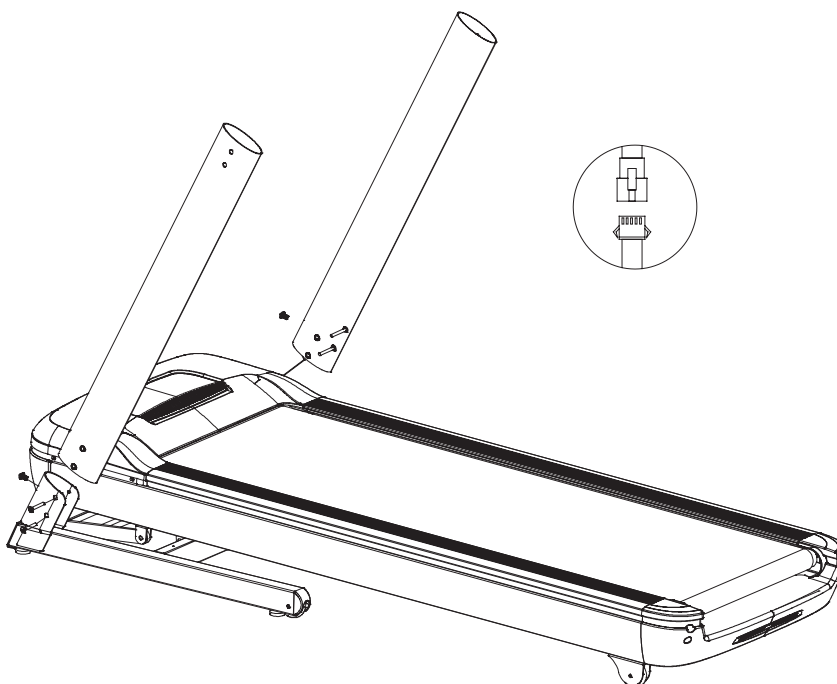
STEG 1

Poista laite laatikosta ja laita se tasaiselle lattialle. Poista suojamuovit laitteen ympäriltä.



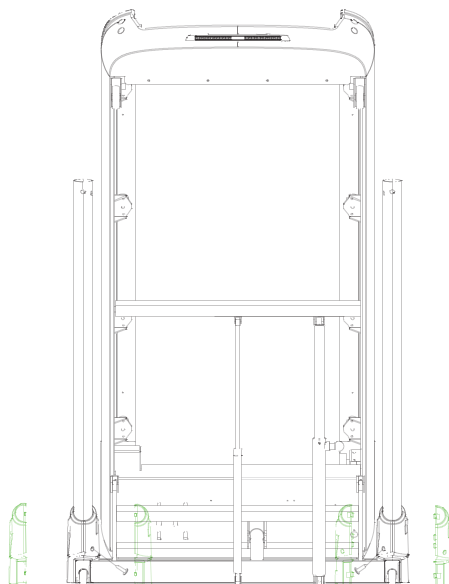
STEG 2

Koppla kommunikationssladden till konsolen med höger stående stolpe. Sätt fast vänster och höger stolpe på huvudramen med 2st M8*60*20 skruvar och 1st M8*20 skruv.



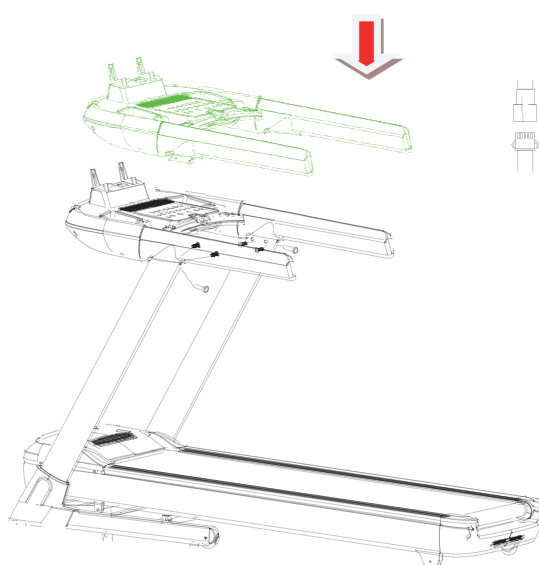
STEG 3

Vik upp löpbandet (obs: före montering av huvudramens kåpa, försäkra att skruvarna på ramen och stolparna är fästa ordentligt). Placera ramens kåpor på vänster och höger sida av stolparna, knäpp fast. Fäst kåporna med 1st ST4*12 skruv.



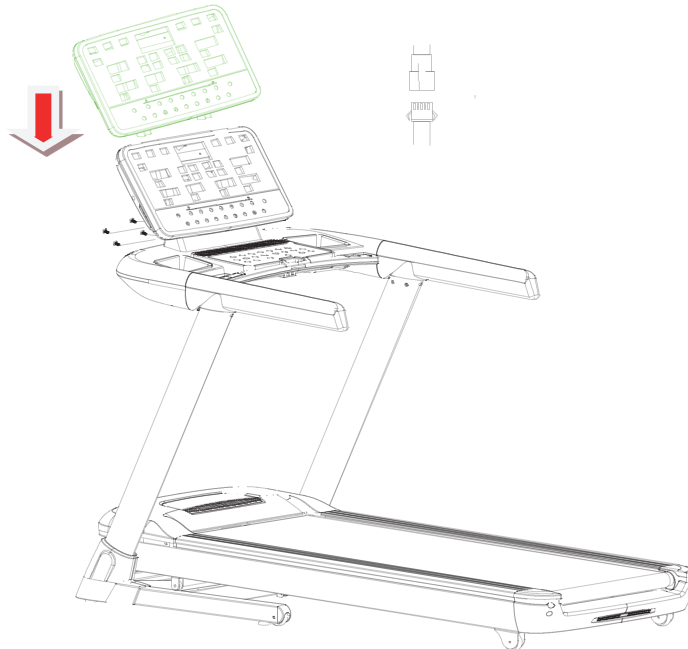
STEG 4

Sätt fast konsolen på stolparna. Se bild. (Obs: Fäst kommunikationssladdarna på höger handtag och stolpe, undvik att skada stolpen.) Använd 2st M8*15 skruvar för att fästa stolparna. Använd sedan 1st M8*30*20 skruv för att fästa i hålet på undersidan av handtaget. (Obs: Skruven M8*30*20 är till för att justera handtaget och kan inte fästas hårt, annars skadas röret.)



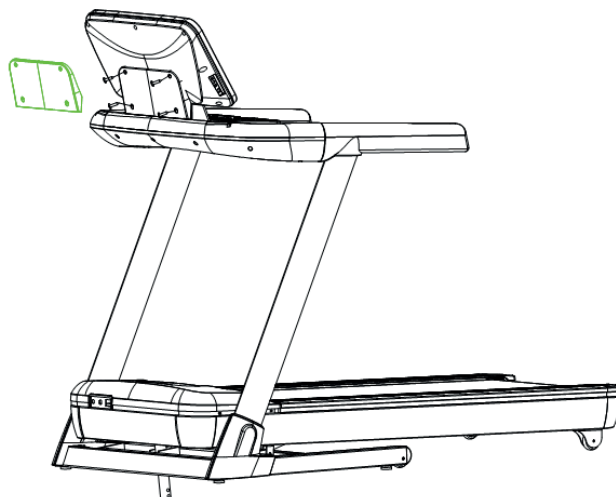
STEG 5

Sätt fast skärmen på konsolen och lås fast delarna med 4st M8*16 skruvar.



STEG 6

Placera den bakre kåpan på baksidan av konsolen och fäst den med 4st M8*16 skruvar.



STEG 7

Kontrollera att alla skruvar är ordentligt fästa. Försäkra att löpbandet är stabilt.

För att göra träningen till en mer eftersträvansvärd daglig aktivitet för dig bör löpbandet placeras på en bekväm plats. Det här löpbandet är designat för att använda minimal golvyta och för att passa in i ditt hem.

- Placera inte löpbandet utomhus.
- Placera inte löpbandet nära vatten eller i miljöer med hög luftfuktighet.
- Se till att strömsladden inte är i vägen för fottrafik.
- Om ditt rum har matta, kontrollera att det finns tillräckligt med utrymme mellan mattans lugg och löpbandets bräda. Om du är osäker är det bäst att placera en träningsmatta under löpbandet.
- Placera löpbandet minst 1 meter från väggar eller möbler.
- Ha ett säkerhetsområde på 2x1m bakom löpbandet så att du enkelt kan gå av och på det utan att fastna om en nödsituation skulle uppstå.

Ibland efter användning kan du hitta fint svart damm under löpbandet. Det är normalt slitage och betyder INTE att något är fel. Dammet kan enkelt dammsugas upp. Om du vill förhindra att dammet hamnar på golvet eller mattan, placera en träningsmatta under löpbandet.

ANVÄND EN DEDIKERAD KRETS

Uttaget som du använder bör vara en dedikerad krets. Det är särskilt viktigt att ingen känslig elektronisk utrustning, såsom dator eller TV delar samma krets.



Se till att löpdäcket är plant mot marken. Om däcket är placerat på ojämn yta, kan det orsaka för tidigt skador på det elektroniska systemet.

Läs bruksanvisningen innan du använder löpbandet.



Det här löpbandet kräver rätt strömkälla för att fungera ordentligt. För din och andras säkerhet, bör du bekräfta att strömkällan stämmer innan du kopplar in utrustningen. Felaktig strömkälla kan orsaka betydande skada på utrustningen och/eller användaren.

JORDNINGSMETODER:

Den här produkten måste jordas. Jordning ger lägst motstånd för ström och kommer minska risken för att få en elchock. Kontakten måste kopplas in i ett lämpligt uttag som är korrekt monterad och jordad i enlighet med lokala regler och rekommendationer. Försäkra att produkten är kopplad till ett uttag som har samma uppbyggnad som kontakten.

Använd inte en adapter till den här produkten. Den här produkten ska användas med en nominell krets och har en jordad kontakt som visas i skiss.



Felaktig koppling av utrustningen till jordledaren kan resultera i risk för elchock. Kontrollera med en certifierad elektriker om du tvivlar på om produkten är ordentligt jordad. Ändra inte kontakten som följer med produkten. Om den inte passar kontakten ska du installera rätt kontakt med hjälp av en elektriker.



1. Använd **ALDRIG** en jordfelsbrytare i vägguttag till det här löpbandet. Lägg undan elsladden från alla delar i rörelse inklusive transporthjul och höjdmekanismen.
2. Använd **ALDRIG** löpbandet med en generator eller UPS-strömkälla.
3. Ta **ALDRIG** bort några skyddskåpor utan att först koppla ur elsladden.
4. Utsätt **ALDRIG** löpbandet för regn eller fukt. Det här löpbandet är inte designat för att användas utomhus, i närheten av pooler eller på andra platser där det råder hög luftfuktighet.

STARTA STRÖMMEN

Koppla in elsladden i ett uttag med 10A. Vrid strömknappen till "ON". Skärmen lyser upp och låter.

SÄKERHETSNYCKEL OCH FÄSTE

Säkerhetsnyckeln är designad för att bryta strömmen till löpbandet om du skulle ramla. Därför är Säkerhetsnyckeln designad för att stanna löpbandet helt. Vid höga hastighet kan det bli obekvämt och farligt att stanna tvärt. Använd säkerhetsnyckeln som ett nödstopp endast. För att stanna löpbandet säkert, använd den röda stopp-knappen.

Ditt löpband kommer inte starta såvida inte säkerhetsnyckeln är ordentligt kopplad i nyckelhållaren på mitten av konsolen. Den andra änden av säkerhetsnyckeln bör vara fäst vid dina kläder om du skulle ramla. Då drar du ut säkerhetsnyckeln från konsolen, vilket stannar löpbandet direkt för att minska skada. För din säkerhet ska du aldrig använda löpbandet utan att säkra säkerhetsnyckelns fäste i dina kläder. Dra i fästet för att kontrollera att det inte kommer lossna.

KLIVA PÅ OCH AV LÖPBANDET

Var försiktig när du kliver av och på löpbandet. Försök att använda handtagen när du gör det. När du förbereder dig för att använda löpbandet, stå inte på det. Stå på sidoskenorna istället. Placera endast fötterna på bandet efter att det har börjat röra på sig i en konsekvent och långsam hastighet.

Vid träning ska du hålla kropp och ansikte framåt hela tiden. Försök aldrig att vända dig på löpbandet när det rör sig. När du är klar med din träning, stanna löpbandet genom att trycka på den röda stopp-knappen. Vänta tills löpbandet har stannat helt innan du kliver av.



VARNING!

Använd aldrig löpbandet utan att först säkra säkerhetsfästet på dina kläder.



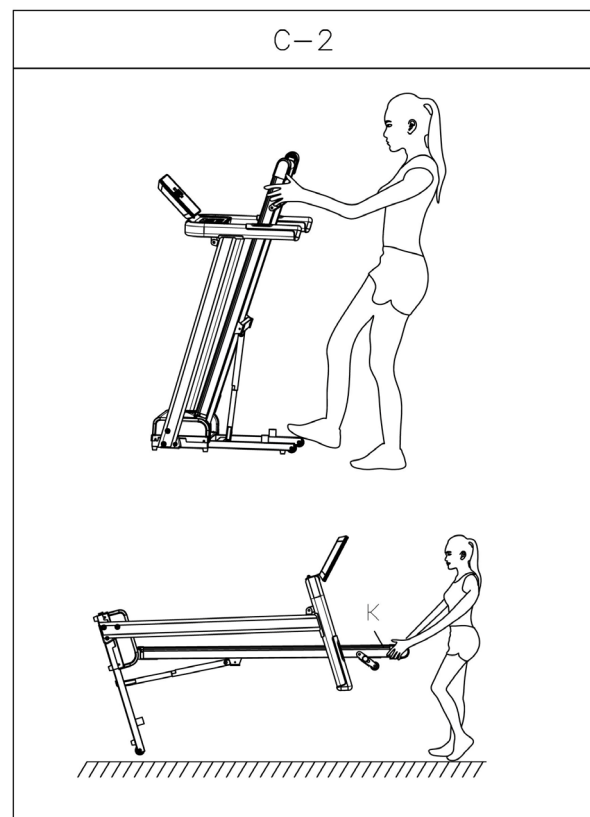
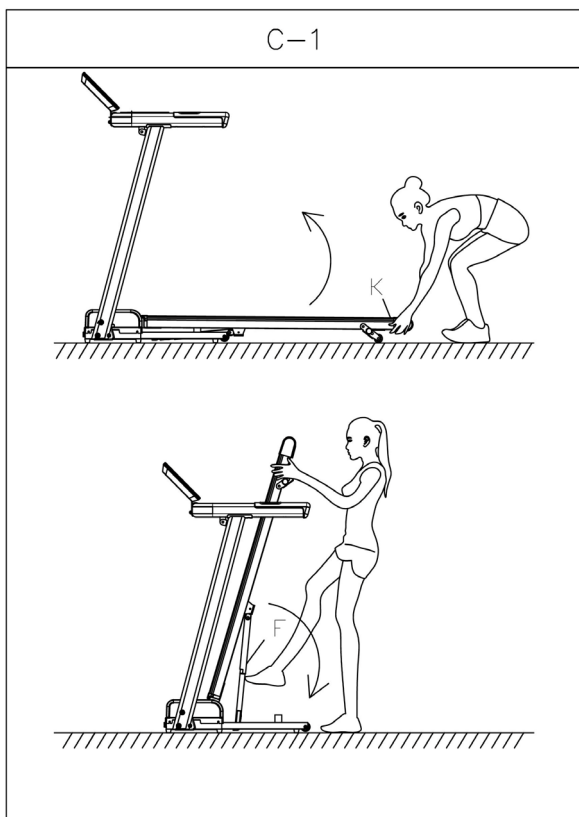
VARNING!

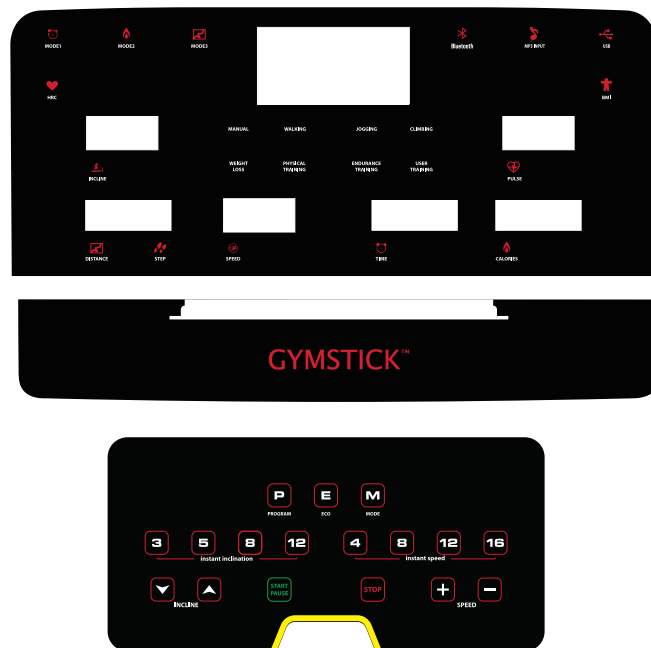
För din säkerhet ska du endast kliva på löpbandet när hastigheten är lägre än 3km/h.

ANVÄNDNINGSPROCEDUR FÖR LÖPBANDET

1. Starta strömmen, håll löpbandet på lägsta lutningsinställning och kontrollera att den fungerar som normalt.
2. Fäst säkerhetsnyckelns snöre i dina kläder.
3. Försäkra och kontrollera funktionen och stabiliteten före användning. Att stå på bandet för att starta den är inte tillåtet. För att starta på korrekt sätt, stå på sidoskenorna med händerna på handtaget. Efter normal funktion kan du träna. Håll i handtagen och tryck på "START". Löpbandet startar på 1.0km/h efter 5 sekunder. Tryck på "+" för att öka med 2,5-3,5 km/h, det är en bekväm hastighet för löpning. Båda händerna ska vara på handtagen samtidigt och sen kan du börja spring för att komma igång.
4. Efter några minuter kan du öka hastigheten genom att trycka på "+" eller sakta ned med "-" samtidigt som du håller i handtagen.
5. När du springer kan du ange den hastighet du vill ha.
6. Tryck på "stop" för att stanna när som helst.
7. Förinställd användning: Tryck på "Select" för att välja vilket ett av de automatiska lägena som aktuellt löparläge. Tryck på "start" för att starta ditt valda läge. Löpbandet börjar köra automatiskt enligt det valda läget. Du kan trycka på "+" eller "-" för att ändra hastighet eller "stop" för att stanna.
8. HRC-test (valfritt): Efter att löpbandet har startat, håll båda händerna på pulssensorerna så kan du sedan se pulsvärdet på skärmen. (Obs: detta värde är inte medicinska data, endast till för sportpreferens).

FLYTTNING





KNAPPDEFINITIONER & SKÄRM

1. START/PAUSE: När löpbandet är stilla, tryck på START för att starta. Tryck på START när du springer för att pausa.
2. STOP: När löpbandet är igång, tryck på STOP för att sakta ned till stopp.
3. SPEED + and - : Hastighetsjustering: minska eller öka hastigheten.
4. SPEED (4, 8, 12 ja 16): Snabbknappar för hastighetsjustering: När löpbandet är igång, ställ in hastigheten direkt till knappens värde; intervallet är 0.5~20.0KM/H.
5. INCLINE: ▼ & ▲ Lutningsjustering: minska eller öka lutning.
6. INCLINE ((3, 5, 8 ja 12): Snabbknappar för lutningsjustering: När löpbandet är igång, ställ in lutningen direkt till knappens värde; intervallen är 0~15%.
7. Volym: höj eller sänk volymen.
8. MODE (M): När manuellt läge är valt är även normalt läge valt. Tryck på MODE för att bläddra igenom nedräkningsläget i manuellt läge -> countdown to calorie-läget-> countdown distance-läget -> positive timing-läget; i P1-P36 är det återställningsknappen till nedräkningens standardtid (30 minuter).
9. Smart Speed (valfri funktion). Justera hastigheten smart.
10. Programval, välj program P0~P36, U01, U02, U03, HRC1~HRC3 eller FAT när löpbandet är stilla.

SKÄRMEN

SPEED	visar hastighetsdata;
TIME	visar tid-data;
DISTANCE	visar distansdata, stegdata;
CALORIES	visar kalorier;
PULSE	visar pulldata;
INCLINE	visar lutningsdata;

SÄKERHETSNYCKEL

Säkerhetsnyckeln är tillverkad av koppar och nylonsnöre och agerar som nödavstängning. Så

länge säkerhetsnyckeln inte sitter i kommer löpbandet att stängas av, oavsett läge. Konsolen stängs av och förhindrar användning. Sätt tillbaka säkerhetsnyckel för att återgå till systemets standardläge.

MP3 (valfritt)

Konsolen har inbyggt dubbelkanalsljud och byte av strömkälla. När ljudadapters sladd är kopplad till din MP3 och elektroniska klocka kan du spela upp ljud.

MANUAELLT LÄGE

1. Hur du väljer manuellt läge:

- a) Starta maskinen, gå in i normalt manuellt läge.
- b) När löpbandet är stilla, tryck på MODE för att gå in i manuellt läget.

2. Det finns tre inställningar för manuellt läge: Tid, distans, kalorier: gå in i manuellt läge, tryck på MODE för att välja läge, tryck sedan på START för att starta om löpbandet. Användaren kan ställa in hastighet och lutning. Standardhastighet: 1.0KM/H, lutning: 0%. Normalt läge, nedräkning av tid, distans, kalorier; ställ in valfritt läge. Nedräkning börjar.

- a) När du anger manuella inställningar kommer tidsfönstret visa 0:00, tidsräkning, distans och kalorier är i positivt räkningsläge. Stäng inställningarna: När motorn är igång, tryck på STOP så saktar motorn ned till att stanna. Alla inställningar kommer rensas.
- b) I standard manuellt läge, tryck på MODE för att gå till nedräkningsläget, fönstret visar tiden i standby. I inställningsläge visar TIME tiden, standardtid är 30:00 minuter. Tryck på + eller - för att ställa in hastighet. Tidsintervall: 5:00-99:00, promenera 1:00.
- c) I tidnedräkningsläge, tryck på MODE för att gå till distansnedräkningsläget, distansrutan tänds. Standarddistans är 1.0 km, tryck på SPEED + och 0 för att ställa in distans och intervall. Intervall är: 1.0-99.0KM, promenera 1.KM.
- d) I distansnedräkningsläge, tryck på MODE för att ställa in kalorier, kalorirutan tänds. Standardkalorier visar: 50 (standard 50Cal), tryck på SPEED + eller - för att ställa in kaloriintervall: 20-9990CAL.

PROGRAM

P1-P36 är systemets programinställningsknapp, används endast under tidnedräkningsläget. Inställningsrutan tänds, tryck på + eller - för att justera inställningsstatus, tryck på MODE för att återgå till standardstatus. Tidrutan tänds i inställningsstatus. Standardtid: 30 minuter, intervall: 5:00-99:00. Tryck på SPEED + eller - för att justera inställningsstatus.

1. I P1-P36 är hastighet och lutning för varje program uppdelat i 16 segment.
2. Ett pip kommer låta vid byte av segment.
3. När motorn är igång, tryck på START. Motorn stannar, parametrarna är oförändrade.
4. Tryck på the START igen, tempot kommer gå till det automatiska programmets hastighet.
5. Ställ in tiden på noll, hastigheten kommer sakta ned till stopp. Rutan i mitten visar END och det piper.
6. Dra ut säkerhetsnyckeln för att stanna motorn. Tidsrutan visar "E07" och det piper.

KROPPSFETTFUNKTION

När löpbandet stannar, tryck på PROG tills du kan välja FAT och välj funktionen. Tryck på MODE -knappen för att ställa in parametrar.

- F1 Betyder kön, 1 (man), 2 (kvinna). Gör ett val. Standard är "Male".
- F2 Betyder ålder. Inställningsintervall är 1-99, standard är 25.
- F3 Betyder längd. Intervallet är 100-220CM (39-87 inch). Standard är 170CM (67 inch).
- F4 Betyder vikt. Intervallet är 20-150KG (44-330 pounds). Standard är 70KG (154 pounds)
- F5 Betyder BMI och visas i kroppsfettfunktionen. Sätt båda händerna på handtaget och vänta i 8 sekunder, sedan visar skärmen ditt BMI.

Under 18 är undervikt

Mellan 18-24 är normalvik

Mellan 25-28 är övervikt

Över 29 är fetma

INTRODUCTION TILL ÄNDRING FRÅN KM TILL MILES

1. Lås upp säkerhetsnyckeln och tryck på PROGRAM och MODE samtidigt så visar skärmen M, vilket betyder att den konverterar km till miles.
2. Lås upp säkerhetsnyckeln och tryck på PROGRAM och MODE samtidigt så visar skärmen KM, vilket betyder att den konverterar miles till km.

HRC PROGRAM

1. HRC-standard för tre grupper. HRC1 begränsar hastigheten till 9 km per timme. HRC2 begränsar hastigheten till 11 km/h. HRC3 begränsar hastigheten till 13 km/h.
2. Inställning av HRC, sekvenser samt intervall av parametrar. Tryck på program-knappen för att visa HRC. Tryck på MODE för att bekräfta och ange inställningarna. Tryck på SPEED för att justera och ställa in de sista parametrarna för att börja.
3. Åldersintervall: 13-80 år
4. Mål-HRC. Intervall: 80-180
5. Max HRC-data: ej över 220-ålder
6. Dåligt HRC = (mål-HRC – användarens HRC)
7. Förhållanden för hastighetsförändring
 - a) Ändra frekvens. HRC börjar upptäcka puls var 30:e sekund (pulsdata fortsätter visas).
 - b) Användarens puls är lägre än målpuls 30 gånger/min, hastigheten ökar med 2,0 km/h.
 - c) Användarens puls är lägre än målpuls 6-29 slag/min, hastigheten ökar med 1,0 km/h.
 - d) Användarens puls är högre än målpuls 30 gånger/min, hastigheten ökar minskar 2,0 km/h.
 - e) Användarens puls är högre än målpuls 6-29 slag/min, hastigheten minskar med 1,0 km/h.
 - f) Användarens puls är högre eller lägre än målpuls 0-5 gånger/min, hastigheten är oförändrad.

8. Minska till lägsta hastigheten inom 20 sekunder när följande situation uppstår och stanna på den lägsta hastigheten i 15 sekunder, det kommer ljuda en gång per sekund.

- a) Var 30:e sekund som puls inte upptäcks, två gånger i rad.
- b) 1 km/h (0.6 mph), pulsen saktar ned.
- c) När pulsen är för hög (220 - inställd ålder).

Hastigheten kan ej vara lägre än 1 km/h (0.6 mph) under hastighetsminskning, te.x:1 km/h (0.6 mph) för löpbandet. Spring i 1.6 km/h (1.0 mph), pulsen blev påverkad av minskning på 1.0 (2.0) km/h, sedan minskade det till 1 km/h (0.6 mph).

9. Lutning kontrolleras inte av pulsen och kan justeras manuellt. Den kommer börja beräknas inom 1 minut.

ECO FUNTION

Tryck på ECO för att gå till ECO-läget. Löpbandet kommer att öka 3 nivåer baserat på den aktuella lutningsnivån. Lägsta lutning är nivå 3. Tryck igen på ECO för att avsluta ECO -läget. Löpbandet kommer att minska 3 nivåer baserat på aktuell lutning. Lägsta lutning är 0. Vid varje användning startas löpbandet inte i ECO -läge.

HASTIGHETSTABELL FÖR PROGRAM

SEG PROG CLS		SEG															
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
P1	SPEED	1.0	3.0	3.0	7.0	7.0	5.0	5.0	5.0	7.0	7.0	5.0	5.0	5.0	5.0	3.0	2.0
	INCLINE	2	2	6	6	8	8	6	6	4	4	4	6	6	2	2	2
P2	SPEED	2.0	3.0	3.0	6.0	5.0	5.0	8.0	5.0	5.0	6.0	8.0	8.0	8.0	5.0	4.0	3.0
	INCLINE	3	3	9	9	9	2	2	8	8	4	1	1	4	4	4	4
P3	SPEED	2.0	3.0	5.0	5.0	7.0	7.0	8.0	5.0	5.0	6.0	8.0	8.0	8.0	5.0	4.0	3.0
	INCLINE	1	2	3	4	5	5	7	7	4	4	4	4	6	3	2	2
P4	SPEED	2.0	2.0	3.0	5.0	5.0	5.0	8.0	8.0	8.0	8.0	5.0	5.0	5.0	3.0	3.0	2.0
	INCLINE	3	3	6	6	6	9	9	9	9	9	9	6	6	6	2	2
P5	SPEED	3.0	4.0	5.0	6.0	7.0	8.0	9.0	10.0	10.0	10.0	9.0	8.0	7.0	5.0	4.0	3.0
	INCLINE	2	2	4	4	8	8	6	6	6	6	8	7	6	5	1	1
P6	SPEED	3.0	4.0	5.0	5.0	6.0	6.0	7.0	7.0	7.0	9.0	9.0	10.0	10.0	11.0	5.0	3.0
	INCLINE	1	8	8	8	8	8	7	7	7	7	7	5	5	3	3	1
P7	SPEED	3.0	4.0	9.0	4.0	11.0	4.0	10.0	4.0	9.0	4.0	8.0	4.0	11.0	5.0	3.0	2.0
	INCLINE	1	1	4	4	4	6	6	6	8	8	8	10	10	10	6	2
P8	SPEED	3.0	5.0	8.0	3.0	5.0	7.0	9.0	3.0	5.0	7.0	10.0	3.0	5.0	7.0	11.0	5.0
	INCLINE	3	3	8	8	3	3	7	7	3	3	6	6	3	3	5	5
P9	SPEED	3.0	7.0	9.0	4.0	7.0	10.0	4.0	7.0	11.0	5.0	7.0	12.0	4.0	7.0	12.0	6.0
	INCLINE	3	6	6	3	7	7	3	8	8	3	9	9	3	3	7	7
P10	SPEED	3.0	5.0	6.0	6.0	6.0	9.0	10.0	6.0	6.0	9.0	10.0	6.0	6.0	6.0	11.0	3.0
	INCLINE	2	7	7	7	5	5	5	8	8	8	8	8	8	4	4	4
P11	SPEED	4.0	5.0	7.0	9.0	10.0	11.0	9.0	6.0	8.0	9.0	10.0	10.0	11.0	9.0	6.0	5.0
	INCLINE	1	6	6	6	3	3	3	7	7	4	4	4	4	6	6	6
P12	SPEED	4.0	6.0	10.0	10.0	7.0	10.0	10.0	10.0	7.0	7.0	10.0	10.0	10.0	10.0	6.0	5.0
	INCLINE	3	8	8	6	9	9	5	5	8	8	8	4	4	4	4	4
P13	SPEED	4.0	12.0	4.0	12.0	4.0	12.0	4.0	12.0	4.0	12.0	4.0	12.0	4.0	12.0	4.0	12.0
	INCLINE	4	8	10	12	4	8	10	12	4	8	10	12	4	8	10	12
P14	SPEED	2.0	3.0	3.0	6.0	9.0	11.0	3.0	6.0	9.0	11.0	3.0	6.0	9.0	11.0	3.0	6.0
	INCLINE	5	9	11	12	5	9	11	12	5	9	11	12	5	9	11	12
P15	SPEED	4.0	6.0	11.0	11.0	9.0	6.0	11.0	11.0	9.0	6.0	11.0	11.0	9.0	6.0	11.0	11.0
	INCLINE	2	3	4	5	6	8	7	8	8	7	7	6	5	4	3	2
P16	SPEED	2.0	4.0	4.0	12.0	4.0	12.0	4.0	12.0	4.0	12.0	4.0	12.0	4.0	12.0	4.0	12.0
	INCLINE	2	4	5	6	2	4	5	6	2	4	5	6	2	4	5	6
P17	SPEED	2.0	2.0	2.0	4.0	6.0	6.0	9.0	11.0	11.0	2.0	4.0	6.0	6.0	11.0	11.0	9.0
	INCLINE	2	4	6	8	10	12	12	12	12	12	12	10	8	6	4	2
P18	SPEED	3.0	6.0	3.0	6.0	6.0	3.0	6.0	6.0	3.0	6.0	6.0	3.0	6.0	6.0	3.0	6.0
	INCLINE	2	4	6	8	10	12	12	12	12	12	12	10	8	6	4	2

	INCLINE	2	6	8	2	6	8	2	6	8	2	6	8	2	6	8	2
P19	SPEED	4.0	12.0	4.0	12.0	4.0	12.0	4.0	12.0	4.0	12.0	4.0	12.0	4.0	12.0	4.0	12.0
	INCLINE	10	8	6	4	10	8	6	4	10	8	6	4	10	8	6	4
P20	SPEED	5.0	13.0	5.0	13.0	5.0	13.0	5.0	13.0	5.0	13.0	5.0	13.0	5.0	13.0	5.0	13.0
	INCLINE	12	8	2	12	8	2	12	8	2	12	8	2	12	8	2	2
P21	SPEED	2.0	6.0	2.0	6.0	11.0	2.0	6.0	11.0	2.0	6.0	11.0	2.0	6.0	11.0	2.0	6.0
	INCLINE	12	9	3	12	9	3	12	9	3	12	9	3	12	9	3	3
P22	SPEED	4.0	6.0	11.0	6.0	2.0	11.0	6.0	2.0	11.0	6.0	2.0	11.0	6.0	2.0	11.0	6.0
	INCLINE	2	4	10	2	4	10	2	6	12	6	8	12	6	8	12	2
P23	SPEED	4.0	6.0	11.0	6.0	6.0	2.0	11.0	6.0	6.0	2.0	11.0	6.0	6.0	2.0	11.0	6.0
	INCLINE	2	3	4	5	6	6	7	8	10	11	12	12	12	12	10	2
P24	SPEED	4.0	6.0	11.0	6.0	4.0	11.0	6.0	4.0	11.0	6.0	4.0	11.0	6.0	4.0	11.0	6.0
	INCLINE	4	4	5	6	7	8	10	10	12	12	12	12	12	12	10	2
P25	SPEED	5.0	13.0	5.0	13.0	5.0	13.0	5.0	13.0	5.0	13.0	5.0	13.0	5.0	13.0	5.0	13.0
	INCLINE	5	9	11	12	5	9	11	12	5	9	11	12	5	9	11	12
P26	SPEED	3.0	4.0	4.0	7.0	10.0	12.0	4.0	7.0	10.0	12.0	4.0	7.0	10.0	12.0	4.0	7.0
	INCLINE	6	10	12	12	6	10	11	12	6	10	12	12	6	10	12	12
P27	SPEED	5.0	7.0	12.0	12.0	10.0	7.0	12.0	12.0	10.0	7.0	12.0	12.0	10.0	7.0	12.0	12.0
	INCLINE	3	4	5	6	7	9	8	9	9	8	8	7	6	5	4	3
P28	SPEED	3.0	5.0	5.0	13.0	5.0	13.0	5.0	13.0	5.0	13.0	5.0	13.0	5.0	13.0	5.0	13.0
	INCLINE	3	5	6	7	3	5	6	7	3	5	6	7	3	5	6	7
P29	SPEED	3.0	3.0	3.0	5.0	7.0	7.0	10.0	12.0	12.0	3.0	5.0	7.0	7.0	12.0	12.0	10.0
	INCLINE	3	5	7	9	11	12	12	12	12	12	12	11	9	7	5	3
P30	SPEED	4.0	7.0	4.0	7.0	7.0	4.0	7.0	7.0	4.0	7.0	7.0	4.0	7.0	7.0	4.0	7.0
	INCLINE	3	7	9	3	7	9	3	7	9	3	7	9	3	7	9	3
P31	SPEED	5.0	13.0	5.0	13.0	5.0	13.0	5.0	13.0	5.0	13.0	5.0	13.0	5.0	13.0	5.0	13.0
	INCLINE	11	9	7	5	11	9	7	5	11	9	7	5	11	9	7	5
P32	SPEED	6.0	14.0	6.0	14.0	6.0	14.0	6.0	14.0	6.0	14.0	6.0	14.0	6.0	14.0	6.0	14.0
	INCLINE	12	9	3	12	9	3	12	9	3	12	9	3	12	9	3	3
P33	SPEED	3.0	7.0	3.0	7.0	12.0	3.0	7.0	12.0	3.0	7.0	12.0	3.0	7.0	12.0	3.0	7.0
	INCLINE	12	10	4	12	10	4	12	10	4	12	10	4	12	10	4	4
P34	SPEED	5.0	7.0	12.0	7.0	3.0	12.0	7.0	3.0	12.0	7.0	3.0	12.0	7.0	3.0	12.0	7.0
	INCLINE	3	5	11	3	5	11	3	7	12	7	9	12	7	9	12	3
P35	SPEED	5.0	7.0	12.0	7.0	7.0	3.0	12.0	7.0	7.0	3.0	12.0	7.0	7.0	3.0	12.0	7.0
	INCLINE	3	4	5	6	7	7	8	9	11	12	12	12	12	12	11	3
P36	SPEED	5.0	7.0	12.0	7.0	5.0	12.0	7.0	5.0	12.0	7.0	5.0	12.0	7.0	5.0	12.0	7.0
	INCLINE	5	5	6	7	8	9	11	11	12	12	12	12	12	12	11	3

Generell rengöring kommer hjälpa till att förlänga livslängden och prestation hos ditt löpband. Håll maskinen ren och underhåll den genom att dammtorka komponenterna regelbundet. Rengör båda sidor av bandet för att förhindra att det samlas damm undertill. Håll din löparskor rena så att smuts från skorna inte hamnar under bandet. Rengör bandet med en fuktig duk.

- För att göra rengöringen lättare är det rekommenderat att använda en matta under löpbandet. Skor kan efterlämna smuts på bandet som sedan faller av under löpbandet.
- För att bättre underhålla, löpbandet och förlänga dess liv är det rekommenderat att maskinen är avstängd minst 10 varannan timme och helt avstängd när den inte används.
- Om bandet är löst kommer användaren att glida av under bruk, samtidigt som ett alldeles för spänt band kommer att minska motorns prestation och även skapa större friktion mellan rullen och bandet. Den mest lämpliga nivån på hur stramt bandet ska vara är att dra ut det ca 50-75mm från springbrädan.



OBS!

- Maskinen uppnår de aktuella säkerhetsstandarderna.
- Maskinen är endast lämplig för hemmabruk. All annan användning är otillåtet och kan vara farligt. Vi kan inte hållas ansvariga för skador som orsakas av otillåten användning.
- Pulssensor är inte avsedd för medicinskt bruk. Det är endast avsedd för ditt privata bruk och är designad för att ge ett genomsnittligt pulsvärde. Den är inte avsedd för att ge medicinska råd och kommer inte mäta puls korrekt varje gång på grund av olika faktorer för miljö- och individe

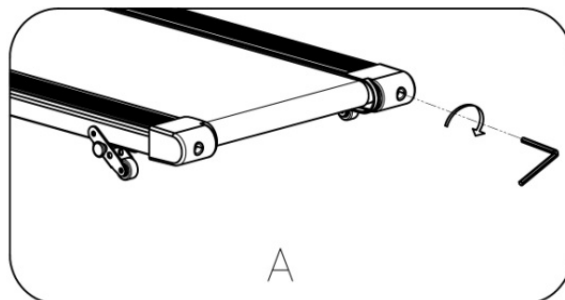
FÖRVARING

Förvara ditt löpband i en ren och torr miljö. Försäkra att huvudströmmens knapp är avstängd och urkopplad från vägguttaget.

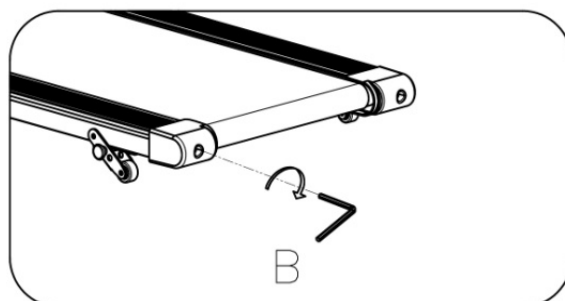
CENTRERING AV BANDET:

Placera löpbandet på plan mark och ställ in den på 6-8km/h för att kontrollera om bandet glider åt något håll.

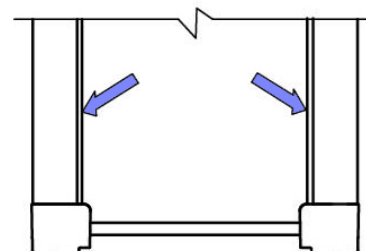
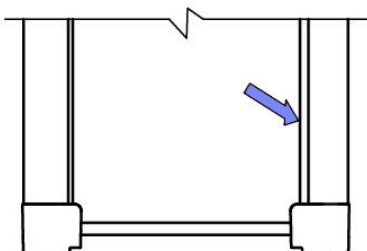
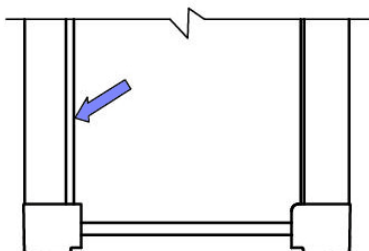
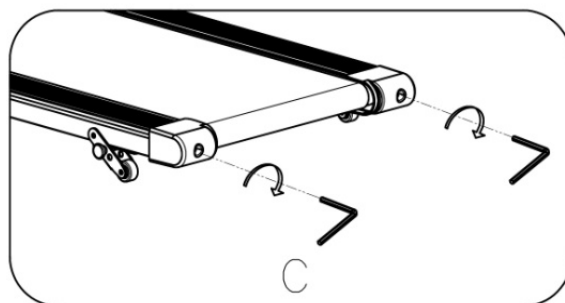
1. Om **bandet** flyttar sig till höger, skruva justeringsbulten på höger sida $\frac{1}{4}$ *medurs*, vrid sedan vänster justeringsbult $\frac{1}{4}$ *moturs*. Om bandet inte flyttar på sig, upprepa tills det har centrerat sig.



2. Om **bandet** flyttar sig till **vänster**, skruva justeringsbulten på vänster sida $\frac{1}{4}$ *medurs*, vrid sedan höger justeringsbult $\frac{1}{4}$ *moturs*. Om bandet inte flyttar på sig, upprepa tills det har centrerat sig. Se bild B.



3. Med tiden kommer **bandet** att bli **löst**. För att spämma åt bandet, vrid vänster & höger sidas justeringsbultar ett helt varv *medurs*, kontrollera bandet. Fortsätt tills bandet har korrekt spänning. Se till att justera båda sidor lika mycket för att bandet ska bli jämnt. Se bild C.



VIKTIGT:

Löpbandet smörjs i fabriken. Dock är det rekommenderat att kontrollera smörjningen av löpbandet regelbundet för att försäkra optimal drift av löpbandet.

SMÖRJMEDEL FÖR BÄLTE & LÖPBAND:

Att smörja springbrädan och bältet är viktigt för att friktionen mellan de båda påverkar livslängden och funktionen hos löpbandet. Inspektera därför springbrädan och bandet.

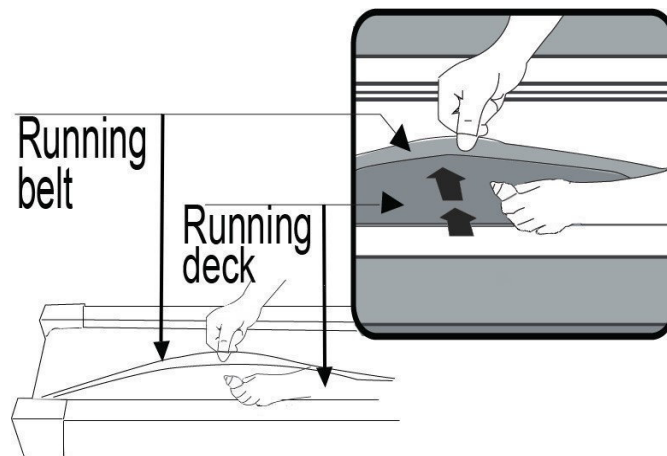


VARNING!

Koppla alltid ur löpbandet från uttaget före rengöring, smörjning eller reparation.

HUR DU SMÖRJER:

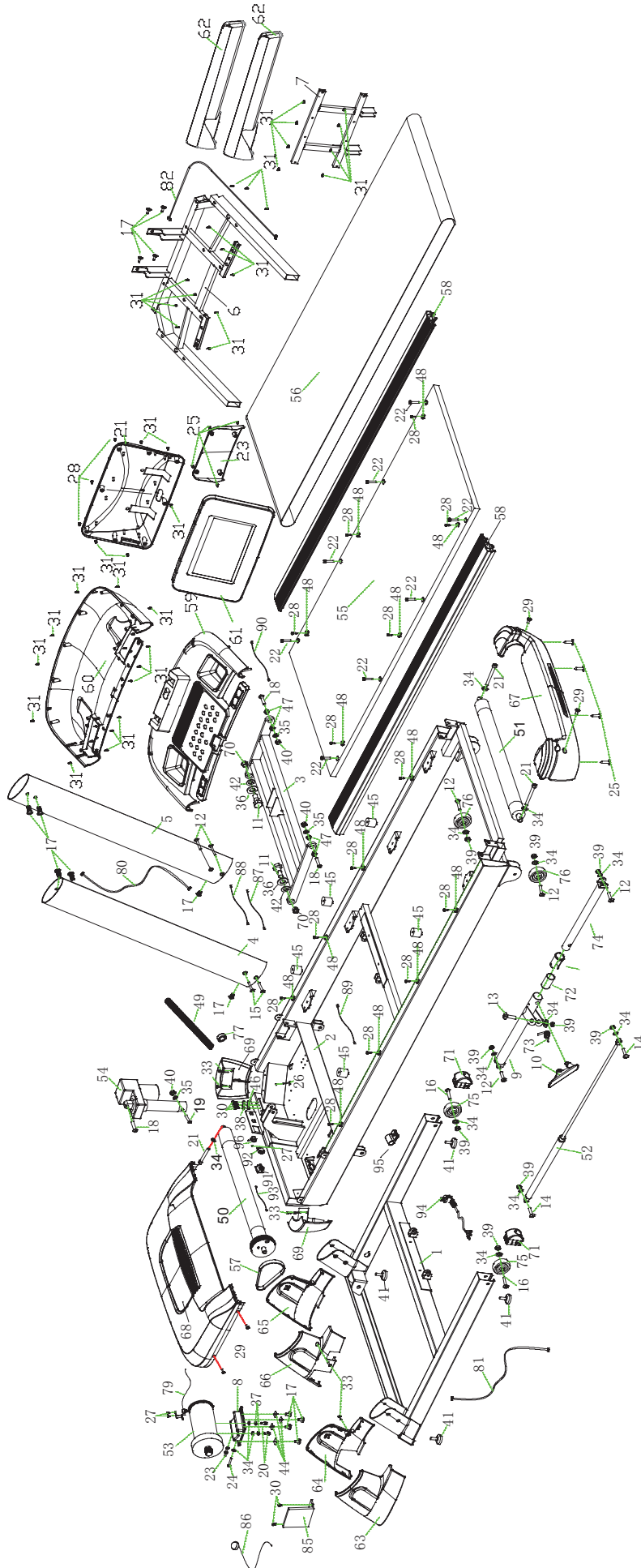
1. Lyft bandet på ena sidan och applicera smörjmedel på springbrädan. Använd en trasa för att sprida ut smörjmedlet ordentligt. Upprepa på andra sidan.
2. Delarna i rörelse bör snurra fritt och tyst. Felaktigheter av delar i rörelse kommer att påverka säkerheten hos utrustningen. Inspektera och spänn åt skruvar regelbundet.
3. För att bättre underhålla löpbandet och förlänga dess livslängd är det rekommenderat att underhåll utförs regelbundet.



Följande tidtabell rekommenderas:

Lätt användning	mindre 3 timmar/vecka	var sjätte månad
Medium användning	3-5 timmar/vecka	var tredje månad
Aktiv användning	mer än 5 timmar/vecka	varannan månad

Problem	Orsak	Lösning
Löpbandet har slutat fungea	Ingen ström	Koppla in strömmen
	Säkerhetsnyckeln sitter inte i	Sätt i säkerhetsnyckeln ordentligt
	Transformatorn är inte fäst ordentligt eller så är den skadad	Fäst transformatorn eller byt ut den
	D. Kretsen är skadad	Kontrollera input och output-portarna för kommunikationssladden
Löpbandet stannade plötsligt	Säkerhetsnyckeln har fallit ur	Sätt i säkerhetsnyckeln ordentligt
	Fel på det elektroniska systemet	Fråga en tekniker
En knapp fungerar inte	A. Knappen är skadad eller trasig	Byt ut knappen
	B. Alla knappar är trasiga	1. Byt ut knappar och sladdar 2. Byt ut instrumentbrädan 3. Byt ut konsolen
	A. c. Motorsladden och kontrollen är inte ordentligt kopplade	B. Kontrollera koppling eller byt ut kontrollen
Ingen puls visas	C. Sladden till pulsavläsaren är inte fäst ordentligt	D. Fäst sladden eller byt ut den
	E. Konsolens kretskort är skadat	F. Byt ut konsolen
Konsolen är trasig	G. Skärmens skruvar är lösa	Fäst skruvarna
	H. Systemfel	Byt ut konsolen
E7	Datorn kan inte testa säkerhetsnyckelns signal	Kontrollera säkerhetsnyckeln och fäst ordentligt
EO1	Överbelastningsskydd av inverteraren	Byt inverterare eller prata med en tekniker
E02	Nedstängning pga överbelastningsskydd	Byt inverterare eller prata med en tekniker
E03	Överhettningsskydd av inverteraren (1S)	Byt inverterare eller prata med en tekniker
E04	Överströmsskydd(1S)	Byt inverterare eller prata med en tekniker
E05	Underspänningsskydd	Byt inverterare eller prata med en tekniker
E06	Inverterarens utgång har kortslutits	Byt inverterare eller prata med en tekniker
E08	Överspänningsskydd(10S)	Byt inverterare eller prata med en tekniker
E10	Lågt vottal	Byt inverterare eller prata med en tekniker
E11	Nödavstängning	Byt inverterare eller prata med en tekniker
E12	Motorns överbelastningsskydd	Byt motor eller inverterare



O.	NAME	QUANTITY
1	Base frame	1
2	Platform frame	1
3	Incline frame	1
4	Upright post (L)	1
5	Upright post (R)	1
6	Console frame	1
7	Display frame	2
8	Motor installation panel	1
9	Outer telescopic tube	1
10	Pedal	1
11	Hex half head screw M12×Φ14×35×19	2
12	Allen C.K.S. half thread screw M8×40×20	4
13	Allen C.K.S. half thread screw M8×45×20	1
14	Allen C.K.S. half thread screw M8×30×20	2
15	Allen C.K.S. half thread screw M8×60×20	4
16	Allen C.K.S. half thread screw M8×50×20	2
17	Allen C.K.S. full thread screw M8×20	10
18	Allen C.K.S. half thread screw M10×35×20	3
19	Allen C.K.S. half thread screw M10×65×20	1
20	Allen Column full thread screw M8×15	2
21	Allen Column full thread screw M8×75	3
22	Allen <u>countersunk head</u> full thread screw M6×30×Φ16	8
23	Motor bolt -1 M8×65	1
24	Hex full head screw M8×75	1
25	Phillips C.K.S self-tapping Screw ST4×16	8
26	Phillips C.K.S self-tapping Screw ST4×40	2
27	Phillips <u>countersunk head</u> self-tapping screw ST3×10	4
28	Phillips <u>countersunk head</u> self-tapping screw ST4×15	12
29	Phillips C.K.S full head Screw M5×10	6
30	Phillips C.K.S full head Screw M4×10	9
31	Phillips C.K.S self-tapping Screw ST4×15	35
33	Phillips C.K.S self-tapping Screw ST4×12	14

34	Flat washer $\Phi 8$	19
35	Flat washer $\Phi 10$	3
36	Flat washer $\Phi 14$	2
37	Spring washer $\Phi 8$	2
38	Spring washer $\Phi 5$	3
39	Hex locked nut M8	9
40	Hex locked nut M10	3
41	Feet pad adjustment $\Phi 35 \times 37 \times 12 \times M8$	4
42	Plastic flat washer $\Phi 24 \times \Phi 16 \times t 2.0$	2
43	Taper feet pad $\Phi 23 \times \Phi 18 \times \Phi 5 \times 11$	2
44	Cushion $35 \times 35 \times t 5.0 \times \Phi 8$	4
45	Cushion $\Phi 30 \times 30 \times M6 \times 6$	6
46	Serrated lock washers $\Phi 5$	3
47	Incline axle $\Phi 25 \times \Phi 17 \times \Phi 10 \times 6 \times 1$	4
48	Side rail guider $\Phi 25 \times \Phi 5 \times 4.5$	12
49	Wire protector	1
50	Front roller	1
51	Rear roller	1
52	Cylinder	1
53	Motor	1
54	Incline motor	1
55	running deck	1
56	Running belt	1
57	Motor belt	1
58	Side rail	2
59	Console upper cover	1
60	Console lower cover	1
61	Panel	1
62	Handle bar	2
63	Base cover (L) -1	1
64	Base cover (L)-2	1
65	Base cover (R)-1	1
66	Base cover (R)-2	1

67	End cap	1
68	Motor cover	1
69	Main frame front cover	2
70	Powder Metallurgy set	2
71	Curved pipe plug	2
72	Hollow tubes plug	1
73	Column spring	1
74	Inner telescopic tube -1	1
75	Wheel	2
76	Wheel	2
77	Magnetic ring	1
78	console set	1
79	Speed sensor	1
80	Wire	1
81	Wire	1
82	Wire	1
84	Handle pulse wire	2
85	controller	1
86	Safety key	1
87	Power cord	1
88	Power cord	1
89	Wire (Ground wire)	1
90	Wire (Ground wire)	2
91	Rocker switch	1
92	Automotive switch	1
93	Power cord	2
94	Plug	1
95	Cable clamp	2
96	Wire clip	1
97	Allen C.K.S. half thread screw M8×30×20	2

Importören av denna maskin försäkrar att produkten är tillverkad av högkvalitativa material.

En förutsättning för garantin är korrekt montering i enlighet med bruksanvisningen. Felaktig användning OCH / eller felaktig transport kan göra garantin ogiltig.

Garantin för slitdelar är 1 år och för stomme 3 år, räknat från inköpsdatum. För eventuella fel kontakta återförsäljaren av denna produkt inom garantiperioden.

Garantin gäller för följande delar: stomme, elektronisk utrustning, hjul och löpband.

Garantin omfattar inte:

- Skador som utförts av yttre kraft
- Intervention av obehöriga
- Felaktig montering av produkten
- Felaktigt användande
- Naturligt slitage av slitdelar

Enheten är avsedd endast för hemmabruk.

Tillverkad för:

Gymstick International Oy
Ratavartijankatu 11
15170 Lahti, FINLAND



Maskiner med denna symbol måste sorteras avskilt från dina hushållssopor då de innehåller värdefulla material som kan återvinnas. Korrekt sortering skyddar miljön och människors hälsa. Din kommun eller återförsäljare kan ge dig all information om detta.

