

TUNTURI®

*Cardio
fit*

T30 Treadmill

DK BRUGSANVISNING

13 - 22

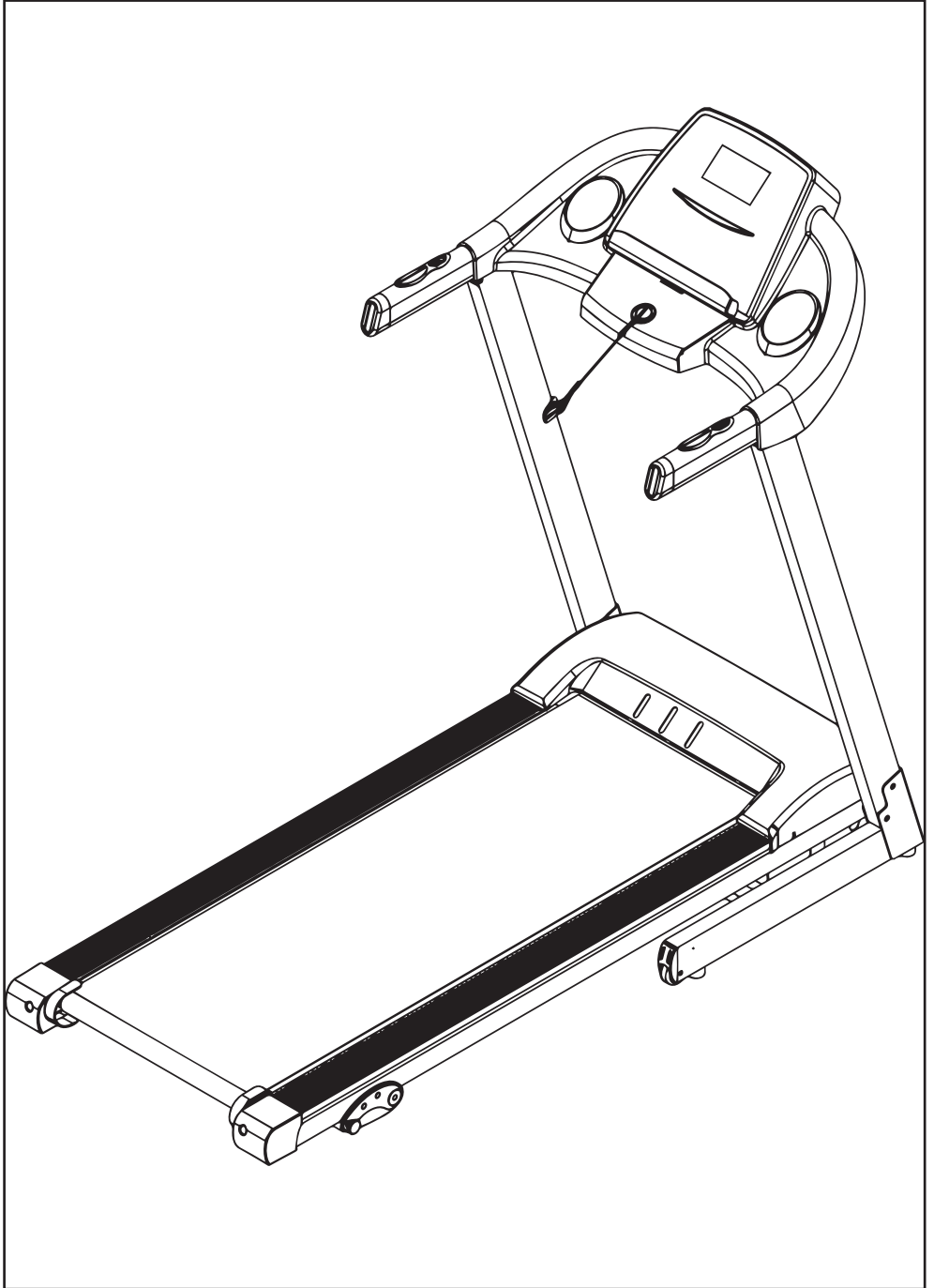


TUNTURI®	
Cardio Fit Treadmill T30	
MAX input: 220-240 VAC	CE CE EN60335 Class HC
MAX USER WEIGHT: 100 KGS	
HOME USE	
MADE IN CHINA	
Serial nr:	

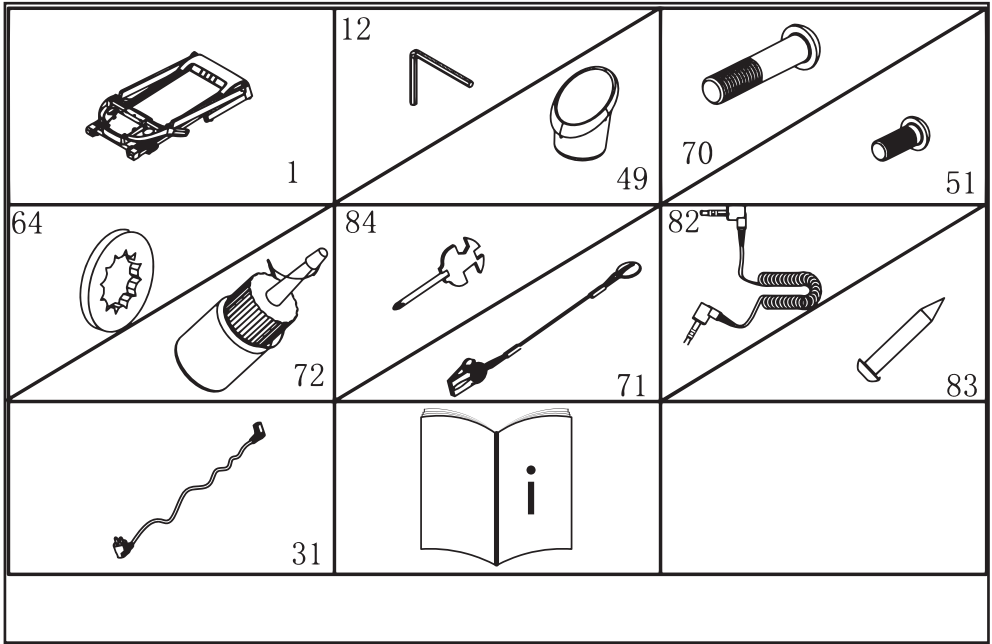
**Attention, Achtung, Attention, Attentie,
Attenzione, Atención, Giv akt, Huomio**

- Please read this Owner's manual before assembling this product.
- Bitte lesen Sie dieses Handbuch durch, bevor Sie mit er Montage dieses Produkts beginnen.
- Veuillez lire ce manuel avant de commencer le montage de ce produit.
- Leest u deze handleiding voordat u dit apparaat installeert.
- Leggere questo manuale prima di assemblare questo prodotto.
- Lea este manual antes de montar este producto.
- Läs bruksanvisningen innan du monterar denna produkt.
- Lue tämä käsikirja ennen kokoamista tuotetta.

A

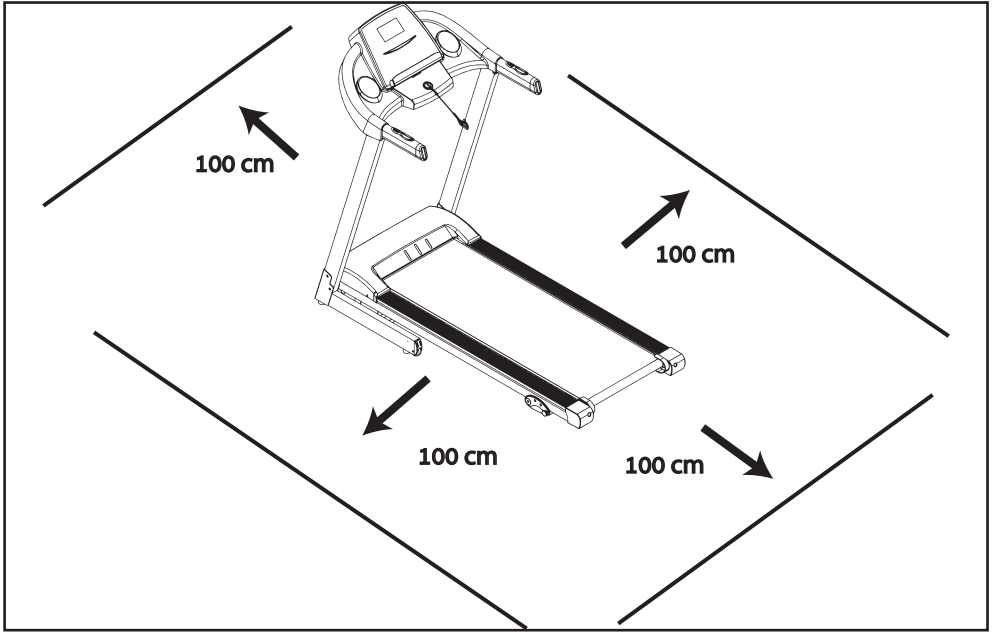


B

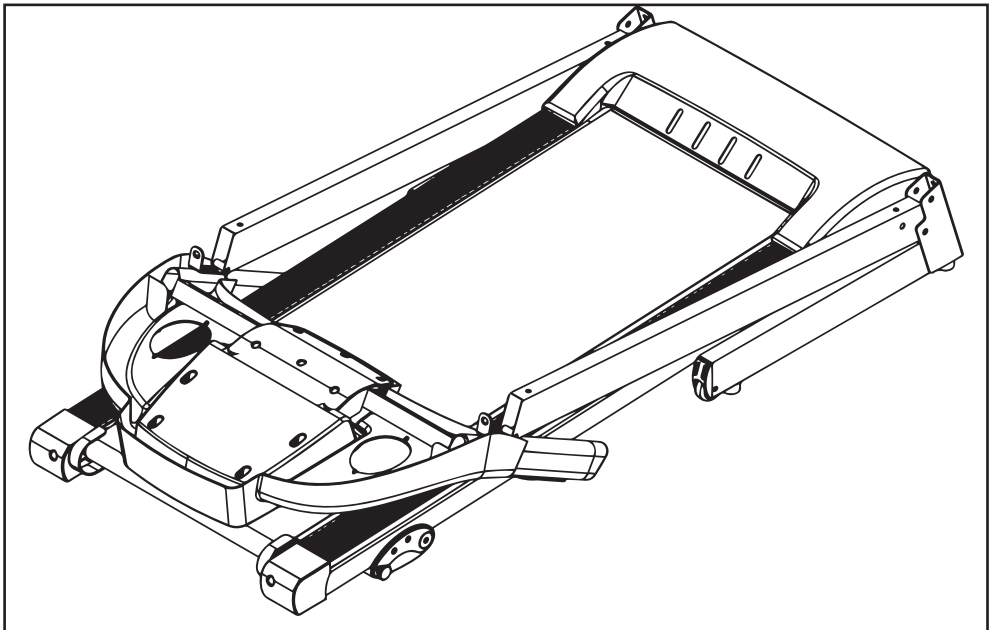


No.	Description	Specification	Qty.
1	Main Frame		1
12	5# Allen Wrench		1
31	Standard power wire		1
49	Bottle Cage		2
51	Blot	M8*16	4
64	Lock washer	8	6
70	Blot	M8*40	2
71	Safety key		1
72	Oil bottle		1
82	MP3 wire	Optional	1
83	Bolt	4.2*12	2
84	Wrench with screw driver		1

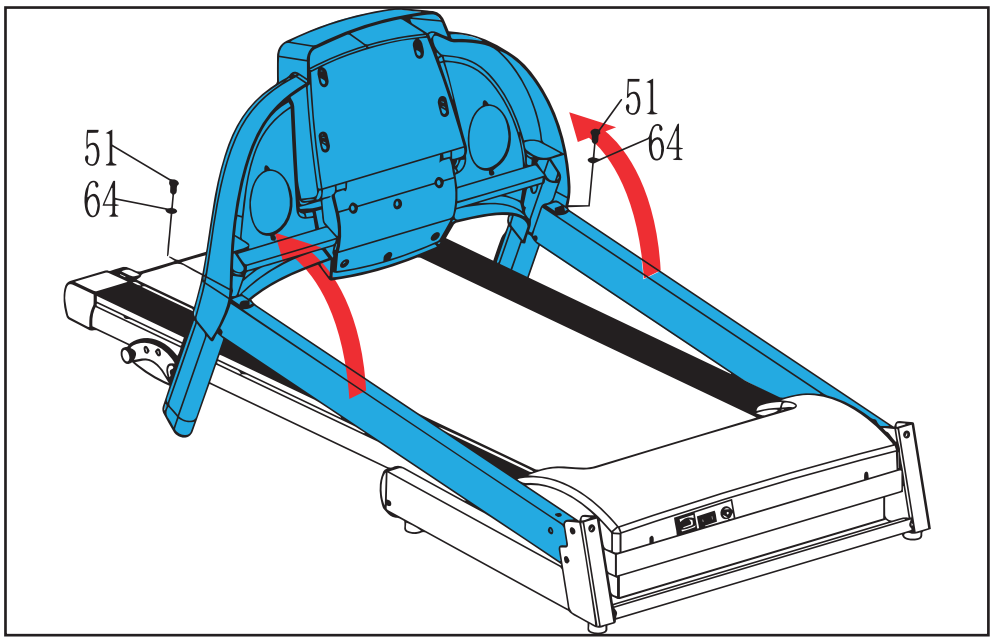
C



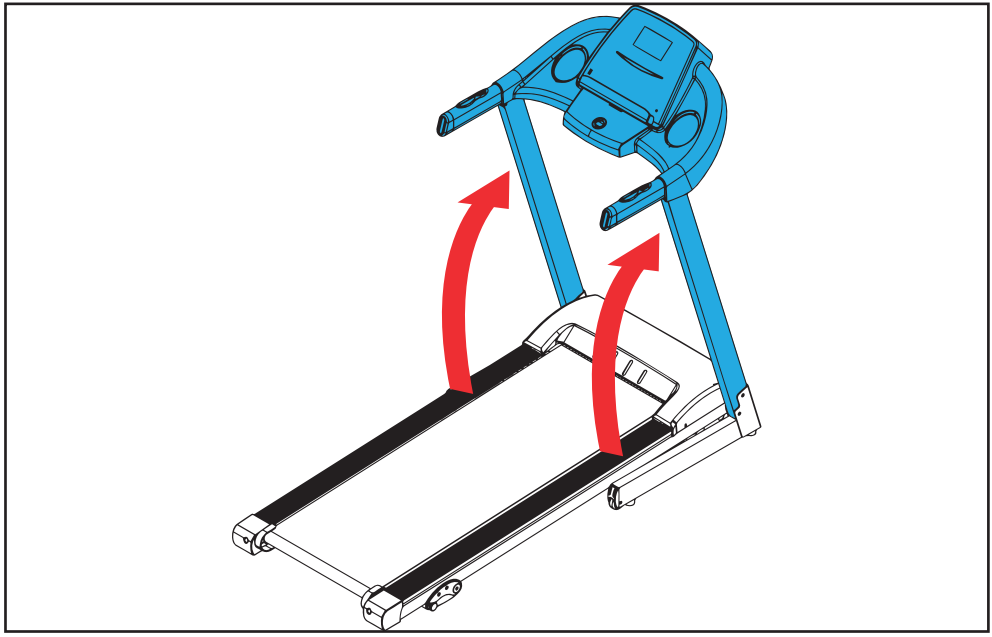
C-1



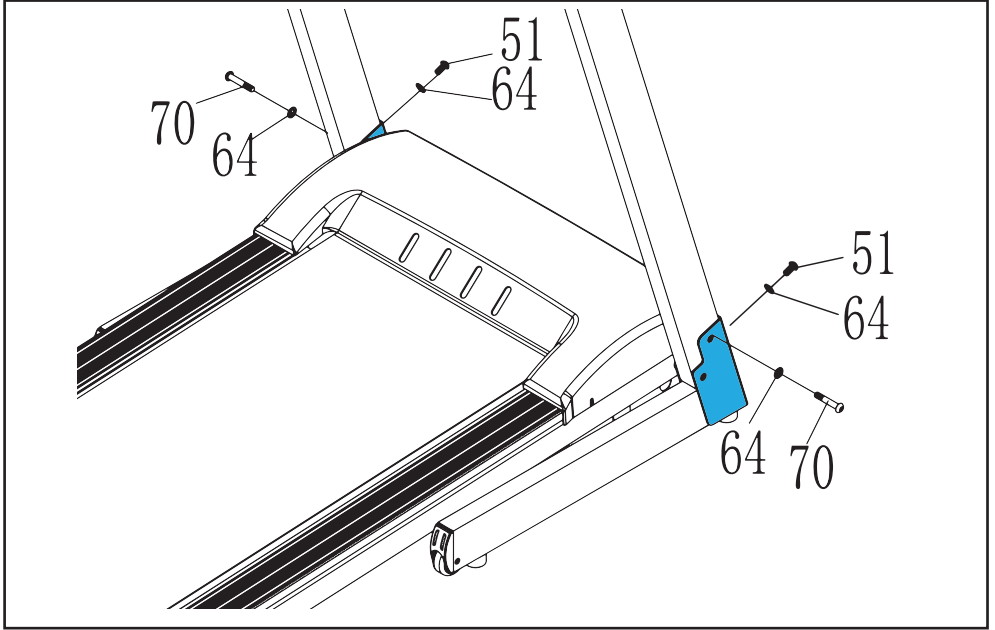
C-2



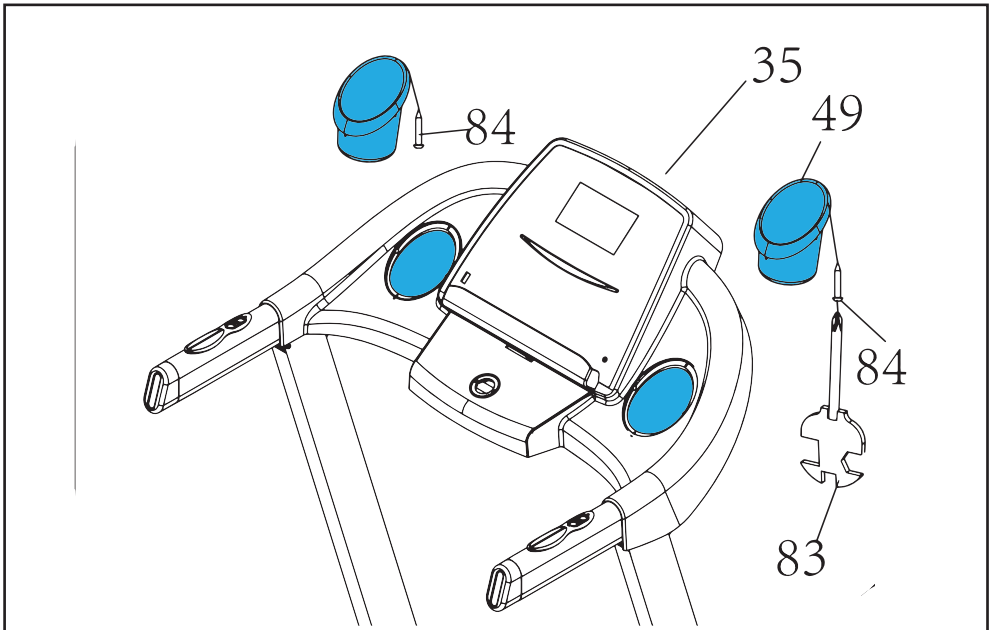
C-3



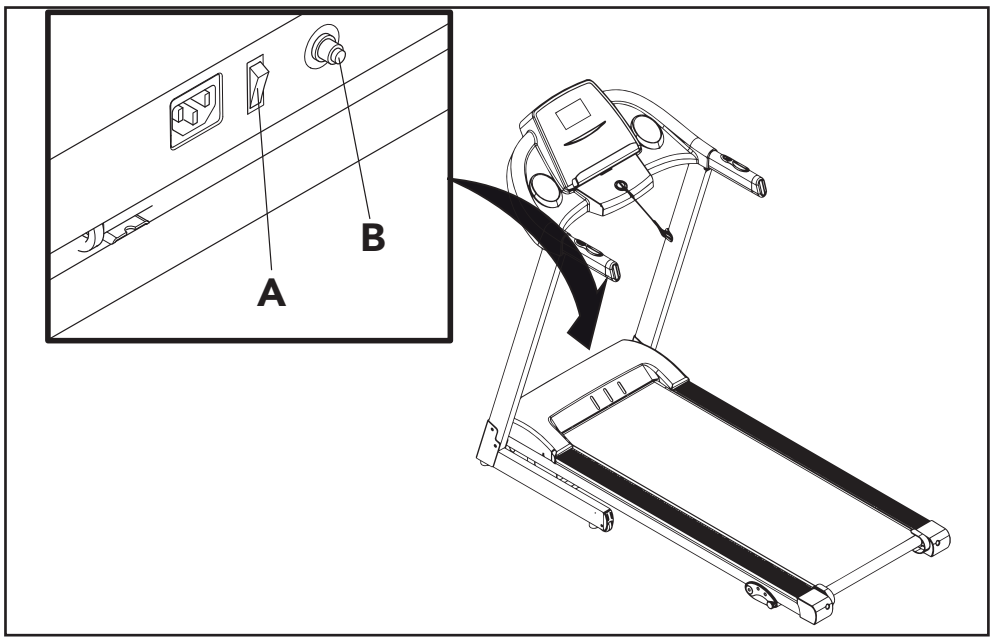
C-4



C-5



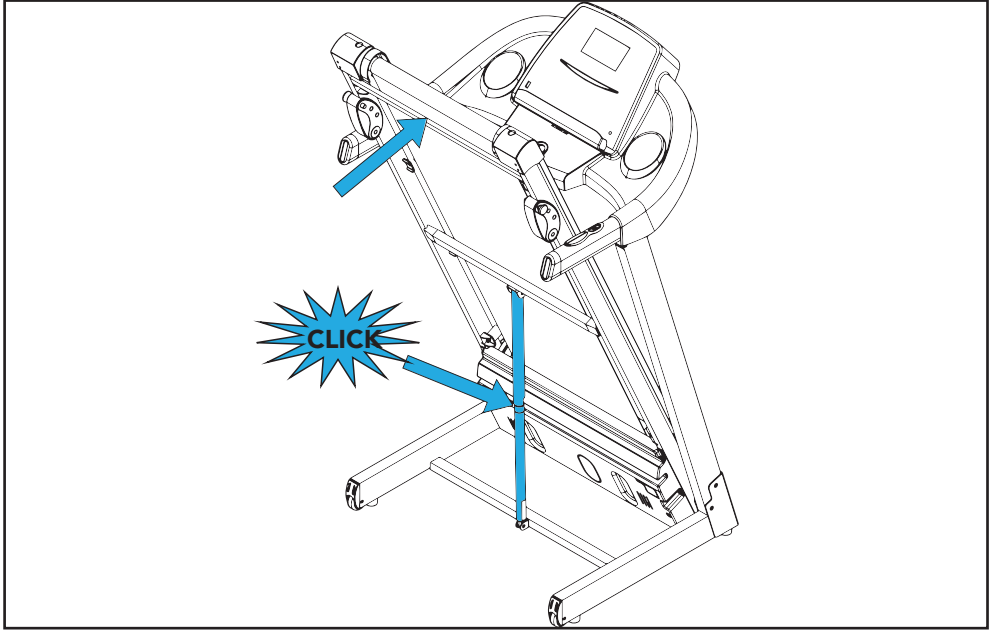
D



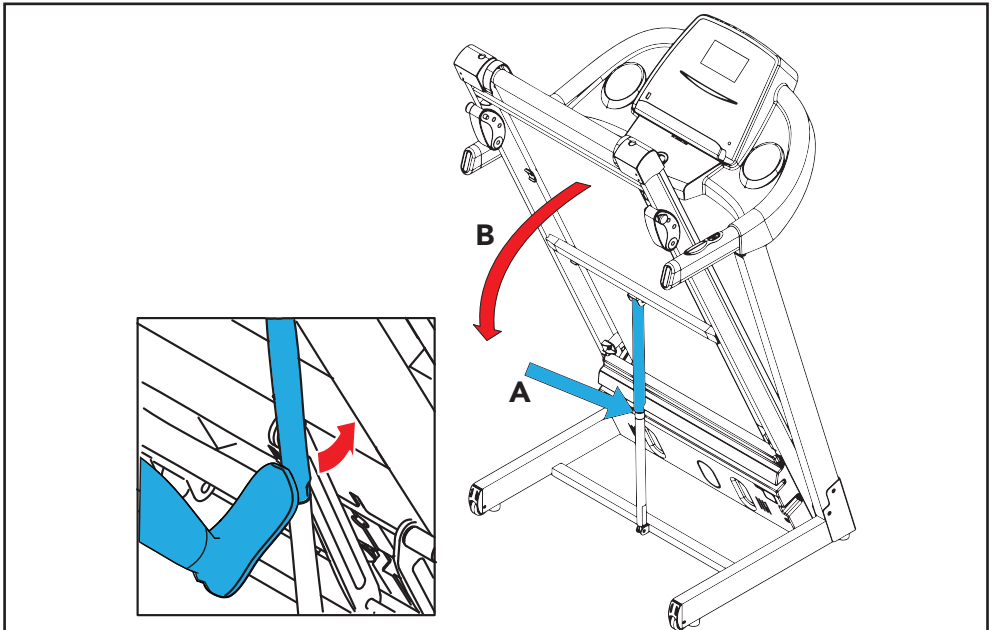
E



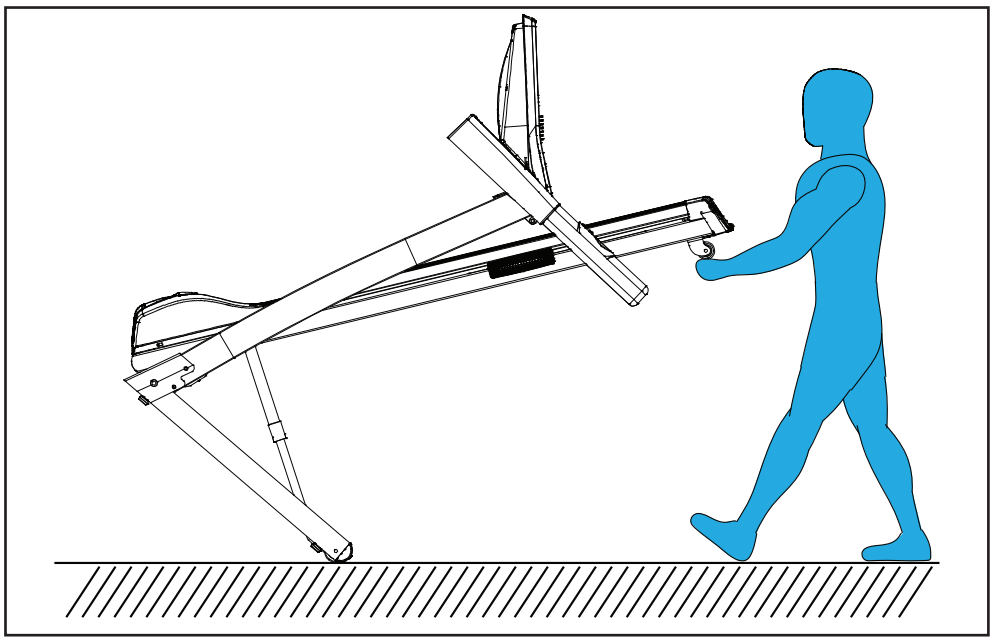
F-1



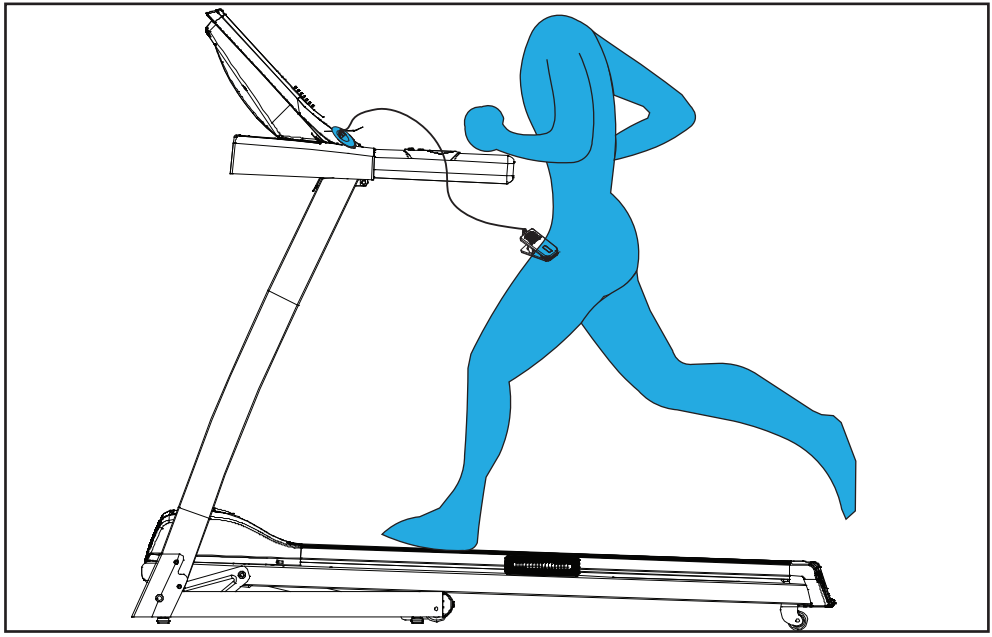
F-2



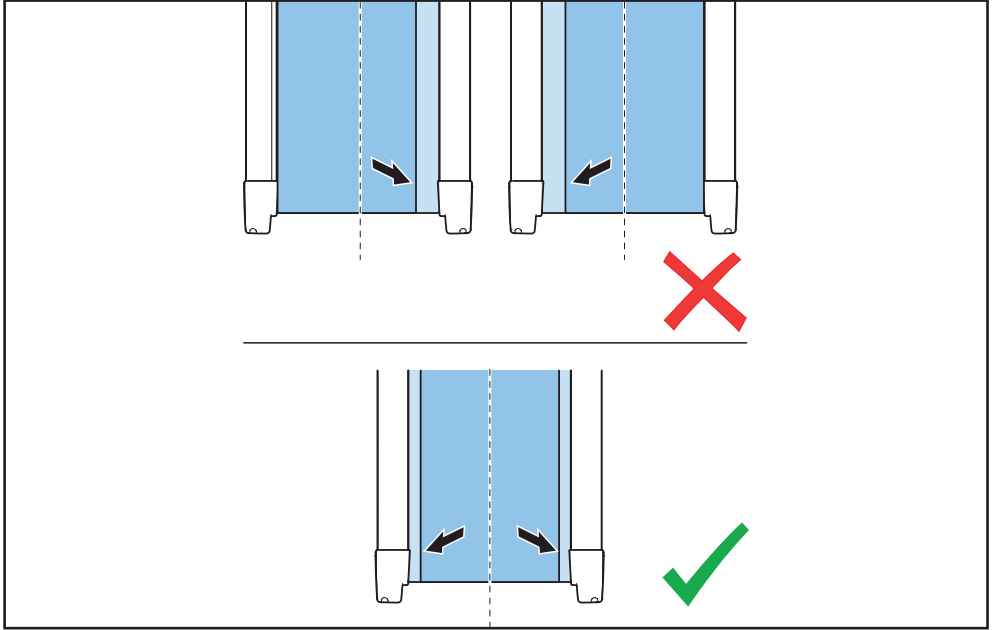
F-3



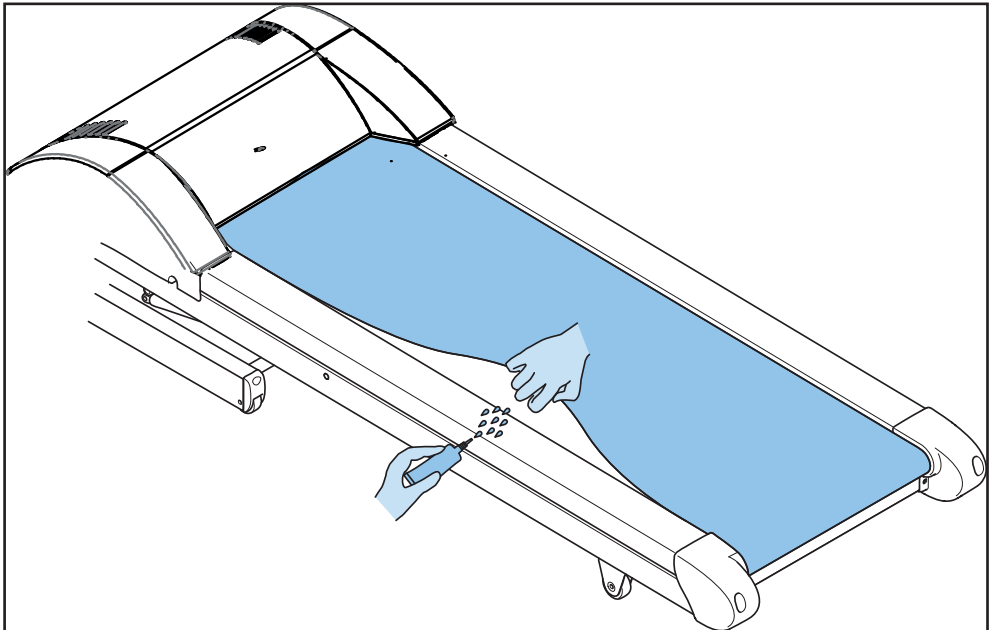
F-4



F-5



F-6



G

PROGRAM		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
P01	Km/h	2	3	3	4	5	3	4	5	5	3	4	5	4	4	4	2	3	3	5	3
P02	Km/h	2	4	4	5	6	4	6	6	6	4	5	6	4	4	4	2	2	5	4	2
P03	Km/h	2	4	4	6	6	4	7	7	7	4	7	7	4	4	4	2	4	5	3	2
P04	Km/h	3	5	5	6	7	7	5	7	7	8	8	5	9	5	5	6	6	4	4	3
P05	Km/h	2	4	4	5	6	7	7	5	6	7	8	8	5	4	3	3	6	5	4	2
P06	Km/h	2	4	4	4	5	6	8	8	6	7	8	8	6	4	4	2	5	4	3	2
P07	Km/h	2	3	3	3	4	5	3	4	5	3	4	5	3	3	3	6	6	5	3	3
P08	Km/h	2	3	3	6	7	7	4	6	7	4	6	7	4	4	4	2	3	4	4	2
P09	Km/h	2	4	4	7	7	4	7	8	4	8	9	9	4	4	4	5	6	3	3	2
P10	Km/h	2	4	5	6	7	5	4	6	8	8	6	6	5	4	4	2	4	4	3	3
P11	Km/h	2	5	8	10	7	7	10	10	7	7	10	10	5	5	9	9	5	5	4	3
P12	Km/h	3	4	9	9	5	9	5	8	5	9	7	5	5	7	9	9	5	7	6	3

Index

Sikkerhedsadvarsler.....	13
Elektrisk sikkerhed.....	14
Monteringsvejledning	15
Beskrivelse (fig. A)	15
Pakkeindhold (fig. B)	15
Montering (fig. C)	15
Træninger.....	15
Træningsvejledning	15
Puls	16
Brug.....	16
Display(fig. E-1)	17
Knapper.....	17
Forklaring af knapper	17
Programmer	18
Quick start.....	18
Countdown	18
Afslut træningen	18
Garanti	19
Rengøring og vedligehold.....	19
Løbeflade	20
Smørelse (fig. F-4).....	20
Fejlfinding	21
Transport og opbevaring.....	21

Sikkerhedsadvarsler

⚠ ADVARSEL

- Læs sikkerhedsadvarslerne og instruktionerne. Manglende overholdelse af sikkerhedsadvarslerne og instruktionerne kan forårsage personskade eller beskadigelse af udstyret. Opbevar sikkerhedsadvarslerne og instruktionerne til fremtidig reference.

⚠ ADVARSEL

- Pulsovervågningssystemer kan være unøjagtige. Over træning kan resultere i alvorlig personskade eller død. Hvis du føler dig svag, skal du straks træne.

- Udstyret er kun egnet til husholdningsbrug. Udstyret er ikke egnet til kommerciel brug.
- Maks. brugen er begrænset til 3 timer om dagen.
- Brug af dette udstyr af børn eller personer med et fysisk, sensorisk, mentalt eller motorisk handicap eller manglende erfaring og viden kan give anledning til farer. Personer, der er ansvarlige for deres sikkerhed, skal give eksplicitte instruktioner eller overvåge brugen af udstyret.
- Før du begynder din træning, skal du kontakte en læge for at kontrollere dit helbred.
- Hvis du oplever kvalme, svimmelhed eller andre unormale symptomer, skal du straks stoppe din træning og konsultere en læge.
- For at undgå muskelsmerter og belastning skal du starte hver træning med at varme op og afslutte hver træning med at køle ned. Husk at strække i slutningen af træningen.

- Udstyret er kun egnet til indendørs brug. Udstyret er ikke egnet til udendørs brug.
- Brug kun udstyret i miljøer med tilstrækkelig ventilation. Brug ikke udstyret i trætte miljøer for ikke at blive forkølet.
- Brug kun udstyret i omgivelser med omgivelsestemperaturer mellem 10 ° C og 35 ° C. Opbevar kun udstyret i omgivelser med omgivelsestemperaturer mellem 5 ° C og 45 ° C.
- Brug eller opbevar ikke udstyret i fugtige omgivelser. Luftfugtigheden må aldrig være mere end 80%.
- Brug kun udstyret til det tilsigtede formål. Brug ikke udstyret til andre formål end beskrevet i manualen.
- Brug ikke udstyret, hvis en del er beskadiget eller defekt. Kontakt en forhandler, hvis en del er beskadiget eller defekt.
- Hold hænder, fødder og andre kropsdele væk fra de bevægelige dele.
- Hold dit hår væk fra de bevægelige dele.
- Brug passende tøj og sko.
- Hold tøj, smykker og andre genstande væk fra de bevægelige dele.
- Sørg for, at kun én person bruger udstyret ad gangen. Udstyret må ikke bruges af personer, der vejer mere end 100 kg (220 lbs).
- Åbn ikke udstyr uden at konsultere din forhandler.

Elektrisk sikkerhed

(Kun til udstyr med elektrisk strøm)

- Før brug skal du altid kontrollere, at netspændingen er den samme som spændingen på udstyrets typeskilt.
- Brug ikke et forlænger-kabel.
- Hold netledningen væk fra varme, olie og skarpe kanter.
- Du må ikke ændre eller ændre strømkablet eller stikket.
- Brug ikke udstyret, hvis netledningen eller stikket er beskadiget eller defekt. Kontakt forhandleren, hvis netledningen eller stikket er beskadiget eller defekt.
- Træk altid netledningen helt ud.
- Kør ikke strømkablet under udstyret. Kør ikke netledningen under et tæppe. Anbring ikke genstande på netledningen.

- Sørg for, at netledningen ikke hænger over kanten af et bord.
- Sørg for, at netledningen ikke kan fanges ved et uheld eller snubles.
- Efterlad ikke udstyret uden opsyn, når strømstikket sættes i stikkontakten.
- Træk ikke i ledningen for at fjerne stikket fra stikkontakten.
- Tag stikket ud af stikkontakten, når udstyret ikke er i brug, før montering eller demontering og inden rengøring og vedligeholdelse.

FORSIGTIG

- Hvis spændingen varierer med ti procent (10%) eller mere, kan ydelsen på dit løbebånd blive påvirket. Sådanne betingelser er ikke dækket af din garanti. Hvis du har mistanke om, at spændingen er lav, skal du kontakte dit lokale elskelskab eller en autoriseret elektriker for korrekt test.

FORSIGTIG

- Brug ALDRIG en RCD - Residual Current Device (U.S. ver. = GFCI) - stikkontakt med dette løbebånd. Som med ethvert apparat med en stor motor, vil RCD / GFCI trip ofte. Før netledningen væk fra enhver bevægelig del af løbebåndet inklusive elevationsmekanisme og transporthjul.

Jording instruktioner

Dette produkt skal være jordforbundet. Hvis løbebåndets elektriske system skulle fungere forkert eller nedbryde jordforbindelse, giver den mindst mulig modstand mod elektrisk strøm, hvilket reducerer risikoen for elektrisk stød. Dette produkt er udstyret med en ledning med et jordforbindelse til udstyret. Stikket skal sættes i en passende stikkontakt, der er korrekt installeret og jordforbundet i overensstemmelse med alle lokale koder og ordninger.

ADVARSEL

- Forkert tilslutning af jordforbindelseslederen kan medføre en risiko
- af elektrisk stød. Kontakt en kvalificeret elektriker eller serviceværksteder, hvis du er i tvivl om, om produktet er korrekt jordforbundet. Modificer ikke stikket, der følger med produktet, hvis det ikke passer til stikkontakten. få en korrekt stikkontakt installeret af en kvalificeret elektriker.

Monteringsvejledning

Beskrivelse (fig. A)

Din løbebånd er et stykke stationært fitnessudstyr, der bruges til at simulere at gå eller løbe uden at forårsage for stort pres på leddene.

Pakkens indhold (fig. B)

- Pakken indeholder delene som vist i fig. B.
- Pakken indeholder fastgørelseselementer som vist i fig. C. Se afsnittet "Beskrivelse"

BEMÆRK

- Kontakt en forhandler, hvis en del mangler.

Montering (fig. C)

⚠ ADVARSEL

- Saml udstyret i den givne rækkefølge.
- Bær og flyt udstyret med mindst to personer.

⚠ FORSIGTIG

- Anbring udstyret på en fast, plan overflade.
- Anbring udstyret på en beskyttende base for at forhindre beskadigelse af gulvoverfladen.
- Tillad mindst 100 cm afstand omkring udstyret.
- Se illustrationerne for korrekt montering af udstyret.

Træning

Træningen skal være passende let, men af lang varighed. Aerob træning er baseret på at forbedre kroppens maksimale iltoptagelse, som i tur forbedrer udholdenhed og fitness. Du skal svede, men du skal ikke komme ud af ånde under træningen. For at nå og opretholde et grundlæggende fitnessniveau skal du træne mindst tre gange om ugen, 30 minutter ad gangen. Forøg antallet af træningssessioner for at forbedre dit konditionsniveau. Det er værd at kombinere regelmæssig motion med en sund kost. En person, der er forpligtet til slanketure, bør træne dagligt, i første omgang 30 minutter eller mindre ad gangen, og gradvist øge den daglige træningstid til en time. Start din træning med lav hastighed

og lav modstand for at forhindre det kardiovaskulære system i at blive udsat for overdreven belastning. Efterhånden som fitnessniveauet forbedres, kan hastighed og modstand øges gradvist. Effektiviteten af din træning kan måles ved at overvåge din puls og din puls.

Træningsinstruktioner

Brug af din fitness træner giver dig flere fordele, det forbedrer din fysiske kondition, tonemuskel og i forbindelse med en kalorie kontrolleret diæt hjælper dig med at tabe dig.

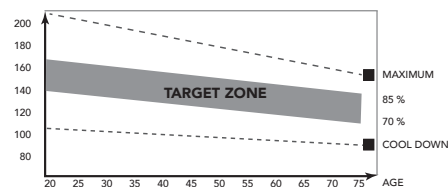
Opvarmningsfasen

Dette trin hjælper med at få blodet til at strømme rundt. kroppen og musklerne fungerer korrekt. Det vil også reducere risikoen for kramper og muskelskader. Det tilrådes at lave et par strækøvelser som vist nedenfor. Hver strækning skal holdes i ca. 30 sekunder, ikke tving eller ryk dine muskler ind i en strækning - hvis det gør ondt, STOP

Træningsfasen

Dette er det stadium, hvor du lægger en indsats. Efter regelmæssig brug bliver musklerne i dine ben mere fleksible. Arbejd til din, men det er meget vigtigt at opretholde et konstant tempo hele tiden. Arbejdshastigheden skal være tilstrækkelig til at hæve din hjerterytme til målzonen vist i grafen nedenfor.

HJERTERYTME



Denne fase skal vare i mindst 12 minutter, selvom de fleste starter omkring 15-20 minutter

Afkølingsfasen

Dette trin er at lade dit hjerte-kar-system og musklerne trække sig ned. Dette er en gentagelse af opvarmningsøvelsen, f.eks. reducer tempoet, fortsæt i cirka 5 minutter. Strækøvelserne skal nu gentages, og husk igen at ikke tvinge eller rykke dine muskler ind i strækningen.

Når du bliver bedre, skal du muligvis træne længere og hårdere. Det tilrådes at træne mindst tre gange om ugen, og hvis det er muligt, skal du træne jævnt i løbet af ugen.

Muskeltoning

For at tone muskler, mens du er på din fitness-træner, skal du have modstanden sat ganske højt. Dette vil lægge mere belastning på vores benmuskler og kan betyde, at du ikke kan træne så længe du vil. Hvis du også prøver at forbedre din kondition, skal du ændre dit træningsprogram. Du skal træne som normalt i opvarmnings- og afkølingsfaserne, men mod slutningen af træningsfasen skal du øge modstanden, så dine ben arbejder hårdere. Du bliver nødt til at reducere din hastighed for at holde din puls i målzonen.

Vægttab

Den vigtige faktor her er mængden af indsats, du lægger på. Jo hårdere og længere du arbejder, jo flere kalorier forbrænder du. Effektivt er dette det samme som hvis du træner for at forbedre din kondition, forskellen er målet.

PULS

Pulsmåling (håndpulsfølere)

Pulsfrekvensen måles af sensorer i styret, når brugeren rører begge sensorer på samme tid. Nøjagtig pulsmåling kræver, at huden er let fugtig og konstant rører ved håndpulsfølerne. Hvis huden er for tør eller for fugtig, bliver pulsmålingens måling mindre nøjagtig.

⚠ OBS

- Hvis du indstiller en pulsgrænse for din træning, lyder der en alarm, når den overskrides.

Maksimal puls (under træning)

Den maksimale puls er den højeste puls, en person sikkert kan opnå gennem træningsstress. Følgende formel bruges til at beregne den gennemsnitlige maksimale puls: 220 - ALDER. Den maksimale puls varierer fra person til person.

⚠ ADVARSEL

- Sørg for, at du ikke overskrider din maksimale puls under din træning. Hvis du tilhører en risikogrube, skal du kontakte en læge.

Nybegynder

50-60% af den maksimale puls

Velegnet til begyndere, vægtvagttere, rekonvalesenter og personer, der ikke har trænet

i lang tid. Træn mindst tre gange om ugen, 30 minutter ad gangen.

Fremskreden

60-70% af den maksimale puls

Velegnet til personer, der ønsker at forbedre og vedligeholde konditionen. Træn mindst tre gange om ugen, 30 minutter ad gangen.

Ekspert

70-80% af den maksimale puls

Velegnet til de stærkeste af personer, der er vant til langvarig træning.

BRUG

Hovedafbryder (fig. D-A)

Udstyret er udstyret med en hovedafbryder for at lukke udstyret helt ned.

Sådan startes udstyret:

- Sæt netstikket i udstyret.
- Sæt stikket i stikkontakten.
- Sæt hovedafbryderen i tændt position.

Sådan stopper du udstyret:

- Sæt hovedafbryderen i slukket position.
- Tag stikket ud af stikkontakten.
- Fjern netstikket fra udstyret.

Sikkerhedsnøgle (fig. F-4)

Udstyret er udstyret med en sikkerhedsnøgle, der skal sættes korrekt i konsollen for at starte udstyret. Hvis du fjerner sikkerhedsnøglen fra konsollen, stopper udstyret med det samme.

- Sæt sikkerhedsnøglen i åbningen i konsollen.
 - Sørg for, at klemmen på sikkerhedsnøglen er korrekt fastgjort til dit tøj.
- Sørg for, at klemmen ikke fjernes fra dit tøj, før sikkerhedsnøglen fjernes fra konsollen.

Afbryder (fig. D-B)

Udstyret er udstyret med en afbryder, der afbryder kredsløbet, når elbelastningen er over den maksimale kapacitet. Når dette sker, skal afbryderen trykkes ned.

⚠ ADVARSEL

- Før du trykker på afbryderen, skal du tage stikket ud af udstyret.

Hvis udstyret lukker ned, skal du gøre som følger for at genstarte udstyret:

- Fjern netstikket fra udstyret.
- Tryk på afbryderen for at genstarte udstyret.
- Sæt netstikket i udstyret.

OBS

- Nogle afbrydere, der bruges i hjemmet, er ikke klassificeret til høje indgangsstrømme, der kan opstå, når et løbebånd tændes eller endda under normal brug. Hvis din løbebånd udløser afbryderen (selvom det er den rigtige strømværdi, og løbebåndet er det eneste apparat på kredsløbet), men afbryderen på selve løbebåndet ikke udløses, skal du udskifte afbryderen med en høj starttype. Dette er ikke en garantifejl. Dette er en tilstand, som vi som producent ikke har nogen evne til at kontrollere.

Udfoldning og foldning af udstyr (fig. F1-F2)

Udstyret kan foldes ud til brug (fig. F1) og foldes til transport og opbevaring (fig. F2). Se illustrationerne for den korrekte måde at folde ud og folde udstyret på.

Juster hældningsindstillingen (Manuel)

- Fold din løbebånd op. (Op)
- Tag justeringspudens sikkerhedsnål ud.
- Juster justeringspuden i ønsket position.
- Fastgør justeringspudens position med sikkerhedstappen.
- Fold din løbebånd ud. (Ned)

OBS

- Sørg for, at begge justeringspuder er i samme position for at undgå, at dit løbebånd bliver ustabil.

Display (fig. E-1)

FORSIGTIG

- Hold konsollen væk fra direkte sollys.
- Tør konsollens overflade, når den er dækket af svededråber.
- Læn dig ikke på konsollen.

OBS

- Konsollen skifter til standbytilstand, når udstyret ikke bruges i 10 minutter.

Knapper

Stop

- Stop træning.

Speed +

- Øger hastigheden (0,8 ~ 12 KM / H).
- Ved at trykke en gang øges hastigheden med 0,1 km / t.
- Hvis du holder nede i to sekunder, øges hastigheden hurtigere.
- Rul programmer og skift værdier i programmeringstilstand.

Speed -

- Sænker hastigheden (0,8 ~ 12 KM / H).
- Hvis du trykker en gang, reduceres hastigheden med 0,1 km / t.
- Hvis du holder nede i to sekunder, reduceres hastigheden hurtigere.
- Rul programmer og skift værdier i programmeringstilstand.

Mode

- Vælg programtilstand
- Bekræft indstilling for at gå til næste trin i programmeringstilstand.

Prog

- Vælg programtilstand. (P1 ~ P12, FAT)

Start

- Start den valgte træning

Hurtigtaster:

Hurtigtasten er indstillet til: 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11.

For eksempel ændres hastigheden fra en hvilken som helst hastighed til 8 KPH ved at trykke på Hurtig genvejstast 8.

Forklaring af knapper

Speed

- Viser den aktuelle løbebåndshastighed i træningstilstand.
- Viser målhastighed i programmeringstilstand.

Distance

- Viser løbstræningstræningstilstand.
- Viser målafstanden, når du er i programmeringstilstand.
- Viser programvalg, når du er i programmet

Time

- Viser løbetiden i træningstilstand.
- Viser måltiden, når du er i programmeringstilstand.

Puls

- Viser pulsfrekvensen i træningstilstand eller "P" når der ikke måles nogen puls.

Kalorier

- Viser de forbrugte kalorier i træningstilstand.

⚠ OBS

- Disse data er en grov guide til sammenligning af forskellige træningssessioner, som ikke kan bruges til medicinsk behandling

⚠ OBS

- Display for "Trin / afstand" & "Pulse / Kalorier" scanner hvert 5. sekund.
- Brug knappen "MODE" til at fryse displayet, eller start scanningen igen, når du er i frysetilstand.

Programmer

Quick start

- Tryk på "START" -knappen for at starte din træning uden forudindstillede indstillinger.
- Løbebånd starter ved minimum hastighed på 0,8 KM / H "
- Juster SPEED manuelt til enhver tid for at ændre din træning, og stop / pause når som helst.

Countdown mode

- Tryk på "MODE" -knappen for at åbne "Countdown"-tilstand.
- Tryk på "MODE" -knapperne for at vælge nedtælling til: Tid, Afstand, Kalorier.
- Tryk på "SPEED +/-" knapperne for at indstille det ønskede nedtællingsmål.
- Tryk på "START" -knappen for at starte din træning.

⚠ OBS

- Løbebånd stopper, når nedtællingsmål nås.

Afslut din træning

- Tryk på "STOP" -knappen for at stoppe træningen.
- Hold "STOP" -knappen nede for at stoppe træningen og nulstille konsollen.

Forudindstillede programmer (P1 ~ P12)

Udstyret har 12 forudindstillede programmer med forskellige profiler. (Fig. G)

- Tryk på "MODE" -knappen for at åbne programmeringstilstand.
- Tryk på "PROG" -knapperne for at vælge "P1 ~ P12" -programmet, tryk på "MODE" -knappen for at bekræfte
- Tryk på "SPEED +/-" knapperne for at indstille den ønskede træningstid
Standard træningstid er indstillet til 30:00 minutter. Område 10: 00 ~ 99: 00 min.

⚠ OBS

- Når indstillet 00:00 minutter, stopper træningen ikke, medmindre den stoppes manuelt.
- Tryk på "START" -knappen for at starte din træning.

Kropsfedt

Body Fat-programmet er et program, der angiver din finanspolitiske tilstand, baseret på dine kropsparametre og puls.

- Tryk på "MODE" -knappen for at åbne programmeringstilstand.
- Tryk på "PROG" -knapperne for at vælge "FAT" -program, tryk på "MODE" -knappen for at bekræfte.
- Displayet "Kalorier" viser "F1" (SEX). Displayet "Pulse" viser "1"
- Tryk på "SPEED +/-" knapperne for at vælge:
1: Mand / 2: Kvinde tryk på "MODE" -knappen for at bekræfte.
- Displayet "Kalorier" viser "F2" (alder). Displayet "Pulse" viser "25"
- Tryk på "SPEED +/-" knapperne for at vælge: 10 ~ 99 tryk på "MODE" knappen for at bekræfte.
- "Kalorier" -visningen viser "F3" (højde). "Pulse" -skærmen viser "170" cm
- Tryk på "SPEED +/-" knapperne for at vælge: 100 ~ 220 cm tryk på "MODE" knappen for at bekræfte.
- "Kalorier" -skærmen viser "F4" (Vægt). Displayet "Pulse" viser "70" kg
- Tryk på "SPEED +/-" knapperne for at vælge: 20 ~ 150 kg tryk på "MODE" knappen for at bekræfte.
- "Kalorier" -skærmen viser "F5" (Aktiv)
Displayet "Pulse" viser " - - - " (Mål)

FORSIGTIG

- Det er nødvendigt at holde pulsmålerpuderne til kontakthåndgreb til denne funktion.

Result calculation:

- KROPPSTYPE: (Kropsfedtforhold; 9 typer)
- FAT 0 ~ 19 Undervægt
- FAT 20 ~ 25 Standard
- FEDT 26 ~ 29 Overvægt
- Fedt 30 ~ + fedme

- BF = kropsfedt (i forhold%)
- Fejlkode "ER" vil vise, om der ikke blev registreret en puls under BF-måleprocessen.
- Tryk på "MODE" -knappen for at forlade kropsfedt-programmet.

Garanti

Garantibetingelser

Forbrugeren har ret til de gældende juridiske rettigheder, der er angivet i den nationale lovgivning om handel med forbrugsvarer. Denne garanti begrænser ikke disse rettigheder. Købers garanti er kun gyldig, hvis varen bruges i et miljø godkendt af Tunturi New Fitness BV til det pågældende udstyr. Det produktspecifikke godkendte miljø er angivet i brugervejledningen, der følger med dit udstyr.

Garantibetingelser

Garantibetingelserne begynder fra købsdatoen. Garantibetingelser kan variere fra land til land, så kontakt din lokale forhandler for at få garantibetingelserne.

Garantidækning

Under ingen omstændigheder er Tunturi New Fitness BV eller Tunturi-distributøren ansvarlig i henhold til denne garanti eller på anden måde for særlige, indirekte, sekundære eller følgeskader af nogen art, der skyldes brug eller manglende evne til at bruge dette udstyr.

Garantibegrænsninger

Denne garanti dækker produktionsfejl i fitnessudstyret som oprindeligt pakket af Tunturi New Fitness BV. Garantien gælder kun under normale, anbefalede anvendelser af produktet som beskrevet i brugervejledningen og forudsat at Tunturi New Fitness BV's instruktioner til installation, vedligeholdelse og brug er overholdt. Hverken Tunturi New Fitness BV eller Tunturi Distributors' forpligtelser gælder for mangler på grund af årsager uden for deres kontrol. Garantien gælder kun for

original køber og er kun gyldig i lande, hvor Tunturi New Fitness BV har en autoriseret importør. Garantien gælder ikke for fitnessudstyr eller komponenter, der er blevet ændret uden samtykke fra Tunturi New Fitness BV. Mangler, der skyldes normalt slid, misbrug, misbrug, korrosion eller skader, der opstår under læsning eller transport, dækkes ikke.

Garantien dækker ikke lyde eller støj, der udsendes under brug, hvis disse ikke i væsentlig grad hindrer brugen af udstyret, og hvor de ikke er forårsaget af en fejl i udstyret.

Garantien dækker ikke fejl, der opstår fra manglende udførelse af periodisk vedligeholdelse som beskrevet i brugervejledningen til produktet. Desuden dækker garantien ikke mangler, der opstår ved brug og opbevaring i et uegnet miljø som beskrevet i brugervejledningen, som skal være indendørs, tørt, støv- og kornfrit og inden for et temperaturinterval på + 15 ° C til + 35 ° C. Garantien dækker ikke vedligeholdelsesaktiviteter såsom rengøring, smøring og normale deljusteringer eller installation

Procedurer, som kunderne selv kan udføre, såsom at skifte ukomplicerede målere, pedaler og andre lignende dele, der ikke kræver demontering / genmontering af fitnessudstyret. Garantireparationer udført af andre end autoriserede Tunturi-repræsentanter er ikke omfattet. Manglende overholdelse af instruktionerne i brugervejledningen annullerer produktets garanti.

Rengøring og vedligeholdelse

⚠ ADVARSEL

- Fjern stikket fra stikkontakten inden rengøring og vedligeholdelse.
- Brug ikke opløsningsmidler til at rengøre udstyret.

- Bloker ikke ventilationsåbningerne. Hold ventilationsåbningerne fri for støv, snavs og andre forhindringer.
- Rengør udstyret med en blød, absorberende klud efter hver brug.
- Rengør udstyrets synlige dele med en støvsuger med en lille sugedyse
- Kontroller regelmæssigt, at alle skruer og møtrikker er stramme.

LØBEFLADE

Din løbebånd bruger en meget højeffektiv seng med lav friktion. Ydelsen maksimeres, når løbedækket holdes så rent som muligt. Brug en blød, fugtig klud eller papirhåndklæde til at tørre kanten af bæltet og området mellem bæltekanter og rammen. Nå også så langt som praktisk direkte under bæltekanter. Dette skal gøres en gang om måneden for at forlænge bæltens og køredækkets levetid. Brug kun vand - ingen rengøringsmidler eller slibemidler. En mild sæbe- og vandopløsning sammen med en nylon skrubbørste renser toppen af det teksturerede bælte. Lad bæltet tørre inden brug.

Smøring (fig. F-4)

Køreselen skal kontrolleres for smøring en gang pr. 2 måneder, baseret på den gennemsnitlige brug på 60 minutter om dagen.

⚠ ADVARSEL

- Fjern stikket fra stikkontakten inden smøring.

⚠ FORSIGTIG

- Smør kun løbebåndet, hvis det er nødvendigt. Hvis du anvender for meget smøremiddel, glider løbebåndet let på grund af manglende friktion.

- Stå stille på løbebåndet.

- Tag fat i det forreste styr, og skub løbebåndet med dine fødder, så det glider frem og tilbage.

Løbebæltet skal bevæge sig jævnt og jævnt uden at afgive lyd.

- Hvis løbebåndet ikke bevæger sig glat og jævnt, eller hvis løbebåndet slet ikke bevæger sig, skal du røre undersiden af løbebåndet med fingerspidserne for at kontrollere smøringen:

- Hvis du føler smøring eller fingerspidserne er skinnende, er der tilstrækkelig smøring på løbebåndet.
- Hvis du ikke føler smøring eller fingerspidserne er støvede eller ru, skal du påføre smøremiddel (15-20 ml) midt på løbedækket under løbebåndet og lade udstyret køre i 5 km / t i mindst 5 minutter.
- Efter smøring skal udstyret ikke foldes sammen, før du har trænet i 20 minutter med en hastighed på mindst 5 km / t. Smøremidlet spredes jævnt over løbebåndet.

Bæltetøv

Dette sker under normal indbrud eller indtil bæltet stabiliseres. Aftørring af overskydende med en fugtig klud minimerer ophobning.

Generel rengøring

Snavs, støv og kæledyrshår kan blokere luftindtag og samle sig på løbebåndet. Månedligt: støvsug under din løbebånd for at forhindre ophobning. To gange om året skal du fjerne den sorte motorhjul og støvsuge snavs, der kan ophobes.

STRØM STRØMKABEL FØR DENNE OPGAVER.

Bæltejusteringer

Justering skal foretages fra den bageste rulle. Justeringsboltene er placeret ved enden af trinskinneerne i endestykker.

- Stram kun de bageste rullebolte (med uret) til at forhindre glidning ved den forreste rulle. Drej begge løbebåndsspændingsjusteringsbolte i trin på 1/4 omdrejning hver, og kontroller for korrekt spænding ved at gå på bæltet ved lav hastighed og sørg for, at bæltet ikke glider. Bliv ved med at stramme boltene, indtil bæltet holder op med at glide.

- Hvis du føler, at bæltet er stramt nok, men stadig glider, kan problemet være et løst motordrev under frontdækslet.

- Stram ikke for meget

Overstramning vil medføre beskadigelse af bånd og for tidlig lejesvigt.

Justering af løbebåndssporing

Løbebåndets ydeevne afhænger af, at rammen kører på en rimelig jævn overflade. Hvis rammen ikke er plan, kan den forreste og den bageste rulle ikke køre parallelt, og det kan være nødvendigt med konstant justering af bæltet.

Løbebåndet er designet til at holde løbebåndet rimeligt centreret under brug. Det er normalt, at nogle bælte løber tæt på den ene side, mens bæltet kører uden nogen på. Efter et par minutters brug skal løbebåndet have en tendens til at centrere sig. Hvis bæltet fortsætter med at bevæge sig mod den ene side under brug, er det nødvendigt med justeringer.

Undtagelse:

Under rehabilitering, hvor brugeren bruger det ene ben meget stærkere end det andet, kan det ske, at løbebåndet kører til den ene side. I disse tilfælde skal du ikke justere, medmindre løbebåndet ikke centrerer sig under normal brug.

Sådan indstilles løbebåndssporing (fig. F-5)

Der findes en 10 mm unbrakonøgle til justering af bagrullen. Foretag kun sporingsjusteringer fra venstre side. Indstil bæltehastighed til ca. 3 til 5 km / t. Husk, en lille justering kan gøre en dramatisk forskel! Drej bolten med uret for at flytte bæltet til højre. Mod uret for at flytte til venstre. Drej bolten kun 1/4 omgang, og vent et par minutter på, at bæltet justeres. Fortsæt med at dreje 1/4 omdrejninger, indtil bæltet stabiliserer sig i midten af løbedækket.

Bæltet kan kræve periodisk sporingsjustering afhængigt af brug og gang / løbeegenskaber. Nogle brugere vil påvirke sporing forskelligt. Forvent at foretage justeringer efter behov for at centrere løbebåndet. Justeringer bliver mindre vedligeholdelsesmæssige, da bæltet bruges. Korrekt båndsporing er et ejeransvar, der er almindeligt for alle løbebånd. Sådan indstilles løbende båndsporing (fig. F-5) Der findes en 10 mm unbrakonøgle til justering af bagrullen. Foretag kun sporingsjusteringer fra venstre side. Indstil bæltehastighed til ca. 3 til 5 km / t. Husk, en lille justering kan gøre en dramatisk forskel! Drej bolten med uret for at flytte bæltet til højre. Mod uret for at flytte til venstre. Drej bolten kun 1/4 omgang, og vent et par minutter på, at bæltet justeres. Fortsæt med at dreje 1/4 omdrejninger, indtil bæltet stabiliserer sig i midten af løbedækket.

⚠ OBS

- Skader på løbebåndet på grund af forkerte justeringer af løbebånd er ikke dækket af produktgarantien.

Troubleshooting

På trods af kontinuerlig kvalitetskontrol kan der forekomme defekter og funktionsfejl forårsaget af individuelle komponenter i udstyret. I de fleste tilfælde er det unødvendigt at tage hele enheden med til reparation, da det normalt er tilstrækkeligt til at udskifte den defekte del.

Hvis udstyret ikke fungerer korrekt under brug, skal du straks kontakte din Tunturi-forhandler. Giv altid dit udstyrs model og serienummer. Angiv også problemets art, anvendelsesbetingelser og købsdato.

Hvis du har brug for reservedele, skal du altid angive model, serienummer på dit udstyr og reservedelsnummeret til den del, du har brug for. Reservedelslisten er bagest i denne manual. Brug kun de reservedele, der er nævnt i reservelisten.

Fejlkoder

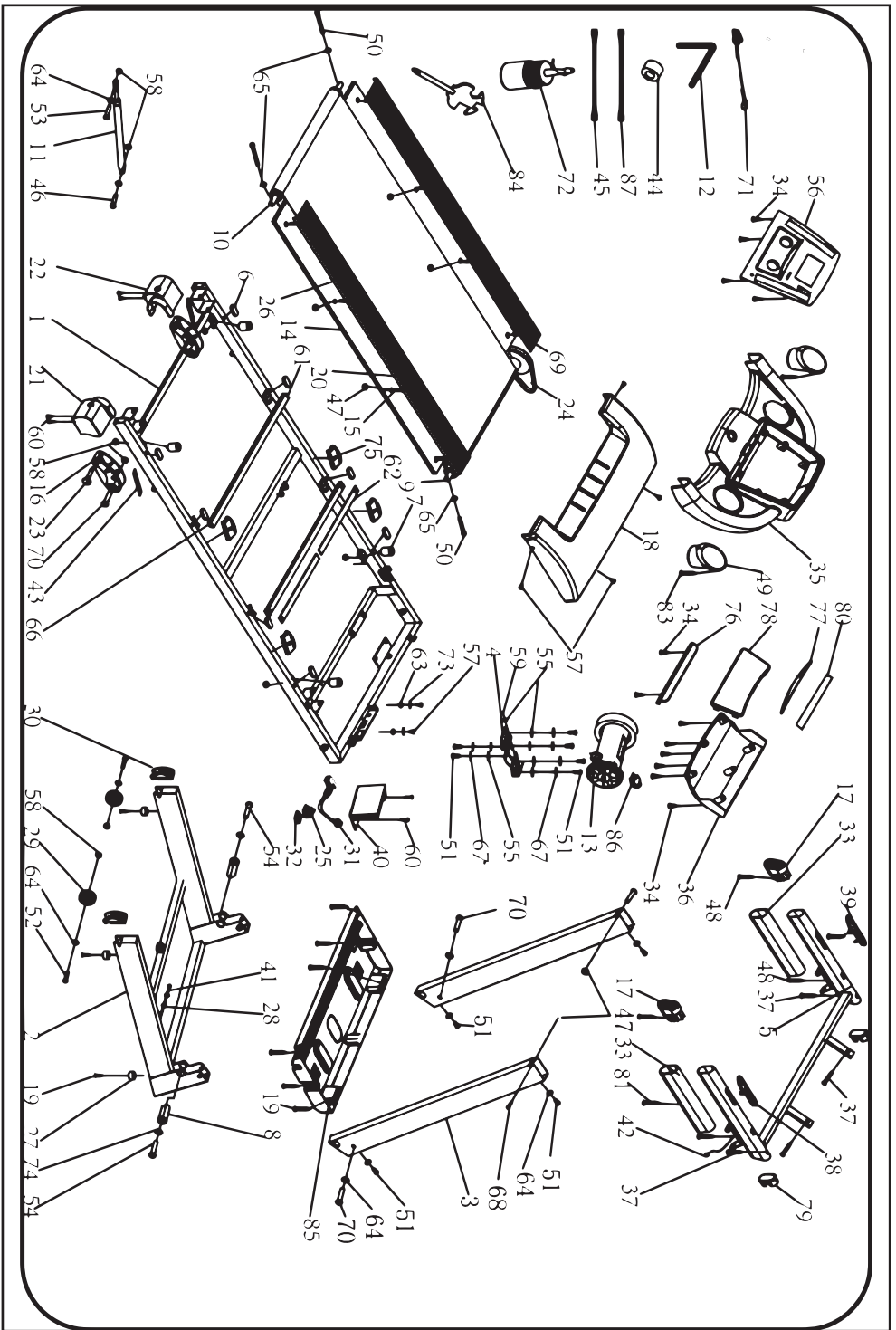
Hvis displayet viser en fejlkode (markeret med "E" / "DC" + nummer), genstart udstyret og kontroller, om displayet stadig viser fejlkoden. Hvis displayet stadig viser fejlkoden, skal du straks kontakte forhandleren.

Transport og opbevaring

⚠ ADVARSEL

- Fjern stikket fra stikkontakten inden rengøring og vedligeholdelse.
- Bær og flyt udstyret med mindst to personer.
- Sørg for, at der ikke er andre personer eller genstande under udstyret.
- Når foldning af udstyret foldes, skal du sørge for at høre udstyret låse på plads for at forhindre, at udstyret falder ned igen.

- Flyt udstyret som vist (fig. F3). Flyt udstyret og læg udstyret forsigtigt ned. Anbring udstyret på en beskyttende base for at forhindre beskadigelse af gulvoverfladen. Flyt udstyret forsigtigt over ujævne overflader. Flyt ikke udstyret ovenpå ved hjælp af hjulene, men bær udstyret ved styret.
- Opbevar udstyret lodret (fig. F1). Opbevar udstyret på et tørt sted med så lille temperaturvariation som muligt.



Cardio Fit T30

NO.	DESCRIPTION	QTY
1	Main Frame	1
2	Base Frame	1
3	Upright Frame	2
4	Motor Bracket	1
5	Computer Bracket	1
6	Rubber pad	8
7	Cushion	4
8	Turning tube	2
9	Front Roller	1
10	Rear Roller	1
11	Cylinder	1
12	5#Allen wrench (5mm)	1
13	DC Motor	1
14	Running Board	1
15	Bolt (M6*40)	4
16	Adjustable foot pad	2
17	Inclined tube plug	2
18	Motor up cover	1
19	Screw (ST4.2*19)	11
20	Side rails	2
21	Right back end cover	1
22	Left back end cover	1
23	Fix Pin	2
24	Motor belt	1
25	Power Socket	1
26	Running belt	1
27	Foot pad	4
28	Ring wire protector B	2
29	Moving Wheel	2
30	Moving wheel cover	2
31	Standard power wire	1
32	Switch	1
33	Foam	2
34	Screw (ST4.2*20)	12
35	Computer cover	1
36	Computer seal cover	1
37	Screw (ST4.2*20)	6
38	Hand pulse with Speed+/-	1

39	Hand pulse with Start / Stop Key	1
40	Control Circuit Board	1
41	Computer bottom wire	1
42	Computer up wire	1
43	Rubber pad 2	2
44	Magnetic ring	1
45	Brown Single Line	1
46	Bolt (M8*25)	1
47	Lock nut (M6)	6
48	Screw (ST4.2*28)	2
49	Bottle Cage	2
50	Bolt (M6*65)	3
51	Bolt (M8*16)	10
52	Bolt (M8*40)	2
53	Bolt (M8*42)	1
54	Bolt (M10*55)	2
55	Flat Washer C (8)	7
56	Panel	1
57	Bolt (M5*8)	5
58	Lock Nut (M8)	10
59	Bolt (M8*25)	1
60	Screw (ST4.2*19)	6
61	Running Board	2
62	Strengthen tube cushion (275*20*3)	4
63	Lock washer (5)	1
64	Lock washer (8)	12
65	Lock washer (6)	3
66	Nylon isolation mat (Ø23*Ø10.5*2)	4
67	Lock washer (8)	6
68	Bolt (M6*37)	2
69	Bolt (M8*25)	4
70	Bolt (M8*40)	4
71	Safety key	1
72	Oil Bottle	1
73	Lock washer (5)	1
74	Lock washer (10)	2

75	Elastic cushion	4
76	I pad rack	1
77	PU Pad	1
78	Speaker box grill (optional)	1
79	Oval tube inner	2
80	EVA	1
81	Screw (ST4.2*55)	2
83	Bolt (4.2*12)	2
84	Wrench with screw driver	1
85	Motor bottom cover	1
86	Overload protector	1
87	AC Single wire	1



Tunturi New Fitness BV

Purmerweg 1 NL - 1311 XE Almere
P.O. Box 60001 NL - 1320 AA Almere
The Netherlands

www.tunturi.com
info@tunturi.com

