

**TOORX**  
FITNESS IN MOTION

# Manual



**<RACER>**



*Istruzioni originali in lingua italiana.*  
**Leggere il manuale con la massima attenzione e tenerlo sempre a portata di mano vicino al prodotto.**

Codice : GRDLTOORXRACERE

Revisione : 00

Edizione : 11/19



## INDICE DEGLI ARGOMENTI

<b>1.0</b>	AVVERTENZE DI SICUREZZA .....	pag. 3
<b>1.1</b>	USO PREVISTO E CONTROINDICATO - CONVENZIONI .....	pag. 4
<b>1.2</b>	DISPOSITIVI DI SICUREZZA .....	pag. 5
<b>1.3</b>	TARGHE ADESIVE SUL PRODOTTO .....	pag. 6
<b>1.4</b>	CARATTERISTICHE TECNICHE.....	pag. 7
<b>2.0</b>	LOCALE DI INSTALLAZIONE DEL PRODOTTO.....	pag. 8
<b>2.1</b>	DISIMBALLO - CONTENUTO SCATOLA.....	pag. 9
<b>2.2</b>	ASSEMBLAGGIO DEL PRODOTTO.....	pag. 10
<b>2.3</b>	PIANO DI CORSA IN POSIZIONE VERTICALE.....	pag. 12
<b>2.4</b>	PIANO DI CORSA IN POSIZIONE ORIZZONTALE.....	pag. 13
<b>2.5</b>	SPOSTAMENTO DEL PRODOTTO.....	pag. 14
<b>2.6</b>	ALLACCIAMENTO ELETTRICO.....	pag. 15
<b>3.0</b>	PROGRAMMA DI ALLENAMENTO .....	pag. 16
<b>3.1</b>	TRASMETTITORE A FASCIA TORACICA (OPTIONAL) .....	pag. 17
<b>3.2</b>	CONSIGLI PRATICI E SUGGERIMENTI D'USO .....	pag. 18
<b>3.3</b>	CONSOLE DI CONTROLLO - (DISPLAY).....	pag. 19
<b>3.4</b>	CONSOLE DI CONTROLLO - (PULSANTI).....	pag. 20
<b>3.5</b>	USO PRATICO - PROGRAMMA MANUALE.....	pag. 21
<b>3.6</b>	PROGRAMMI PRE-IMPOSTATI (P01 ÷ P12).....	pag. 22
<b>3.7</b>	PROGRAMMA BODIFAT TEST .....	pag. 23
<b>3.8</b>	PROGRAMMI HRC (HR1 ÷ HR2).....	pag. 24
<b>4.0</b>	MANUTENZIONE - LUBRIFICAZIONE PIANO DI CORSA.....	pag. 25
<b>4.1</b>	TENSIONAMENTO - CENTRATURA NASTRO .....	pag. 26
<b>5.0</b>	MESSA FUORI SERVIZIO - SMALTIMENTO.....	pag. 27
<b>6.0</b>	CATALOGO RICAMBI - ORDINE PARTI DI RICAMBIO.....	pag. 28
<b>6.1</b>	ESPLOSO RICAMBI .....	pag. 28
<b>6.2</b>	LISTA DEI RICAMBI.....	pag. 29
<b>7.0</b>	GARANZIA CONVENZIONALE .....	pag. 30

TILLADELSERTILLADT

Læs denne vejledning og eventuelle andre vedhæftede instruktionsark omhyggeligt før montering og brug.

- Brug kun værktøjet i hjemlige miljøer. Metoder og advarsler til brug skal forklares for alle familiemedlemmer eller venner, der har tilladelse til at bruge dette værktøj.
- Brug kun værktøjet på en plan overflade, og dæk gulvet eller tæppet under værktøjet for at undgå skader.
- Sørg for, at de, der bruger værktøjet, har forstået instruktionerne godt og overvåget de tidlige trin i træningen. Brugsanvisningen skal altid være i nærheden af værktøjet til hurtig konsultation, hvis nødvendigt.
- Sørg for, at værktøjet kun bruges af personer over 16 år, og af personer, der er i god fysisk tilstand.
- Bær altid tøj egnet til sportsaktiviteter, som ikke er til hinder for bevægelse. Brug imidlertid sportssko, der er egnede til løb. Undgå at bære tøj, der forhindrer sved eller sko med lædersål eller andre stive materialer.
- Hold hænder og fødder væk fra bevægelige dele (f.eks. Bælte og bageste rulle), når værktøjet er i drift.
- Når du under løbet oplever svimmelhed, brystsmærter eller en åndenød, skal du straks stoppe med at træne og kontakte din læge.
- Kontroller med jævne mellemrum tilspænding af stængerne og håndlisten, samt integriteten af alle dele af værktøjet.

OPFORDRING IKKE TILLADT

- Installer IKKE værktøjet i fitnesscentre eller i kommercielle eller lejemiljøer, dette værktøj er ikke designet til intensiv brug i professionelle aktiviteter eller til rehabiliteringsformål.
- Tilslut IKKE værktøjet til strømforsyningen, før alle monteringsprocedurer er afsluttet.
- Anbring IKKE glas eller flasker, der indeholder drikkevarer nær eller oven på værktøjet.
- Beskadig IKKE panelet og plastdele af værktøjet med skarpe genstande, slibebørster eller svampe eller aggressive kemikalier.
- Demonter IKKE dele af værktøjet, medmindre betjeningen er angivet i brugsanvisningen.
- Flyt IKKE apparatet med strømstikket isat.
- Træk IKKE i strømkablet for at fjerne stikket fra stikkontakten.
- Anbring IKKE værktøjet uden for hjemmet, lad det ikke udsættes for atmosfæriske stoffer (regn, sol osv.).
- Lad IKKE børn eller kæledyr nærme sig værktøjet. Det er god praksis at fjerne sikkerhedsnøglen fra konsollen efter hver brug.
- Brug ALDRIG værktøjet, hvis det er beskadiget eller med et beskadiget strømkabel. I tilfælde af fejl og / eller funktionsfejl, skal du slukke for det og ikke manipulere med det. Kontakt kun et specialiseret servicecenter for reparationer.
- Brug IKKE værktøjet i lange perioder som en gangsimulator (skridttæller i lav hastighed - 3 km / t), fare for overophedning og motorfejl.
- Bær IKKE syntetisk materiale eller uldblandet tøj under træning. Brug af upassende tøj kan føre til problemer af hygiejnisk karakter, men også muligheden for at skabe elektrostatisk ladning.

**Produktet der er besrevet i denne manual er designet og certiiceret til privat brug i et emligt mil og er et vrt til sportsbrug der giver dig mulighed or at simulere bevghelsen a at lbe p veen med den ordel at du lb der reducerer traumet ra pvirning med orden til underestremiteterne tpis or lb**

**Denne løbsimulator giver dig mulighed for at udføre sportsaktiviteter uden at forlade hjemmet. På denne måde kan du spille sport, selv når vejrforholdene ikke tillader det, eller mere simpelt når du ikke vil have tid til at forlade huset for at løbe eller gå i et fitnesscenter.**

**Det er vigtigt at følge alle instruktioner og advarsler i denne vejledning for at være sikker på at træne sikkert, intens og langvarig indsats kræver en god fysisk tilstand, og derfor er det nødvendigt at evaluere de kontraindikationer, der er angivet nedenfor.**

**Brug af produktet er forbudt under følgende betingelser:**

- bruger under 16 år;
- bruger, der vejer mere end den angivne grænse

i pladen og i de tekniske data;

- gravid bruger;
- bruger med diabetes;
- bruger med sygdomme relateret til hjerte, lunger eller nyrer.

**Produktgarantien og distributørens ansvar er ugyldige i følgende tilfælde:**

- forkert brug af produktet bortset fra det, der er angivet i brugsanvisningen;
- manglende overholdelse af vedligeholdelsesintervaller og procedurer;
- manipulation med produktet
- brug af ikke-originale reservedele;
- manglende overholdelse af sikkerhedsadvarslerne vist på piktogrammerne og i brugsanvisningen.

Denne manual indeholder alle oplysninger om installation, vedligeholdelse og korrekt brug af den kørende simulatormatte.

Brugeren af produktet og eventuelle andre venner og familiemedlemmer, der bruger det, skal læse oplysningerne i denne vejledning med største opmærksomhed for at være i stand til at udføre en sikker installation og korrekt brug. .

Overholdelse af instruktionerne i guiden garanterer maksimal personlig sikkerhed og en længere levetid for selve produktet.

Sikkerhedsadvarslerne og de relevante dele af teksten er fremhævet med fed skrift og er efterfulgt af symboler illustreret og defineret nedenfor.



De oplysninger, der er fremhævet med dette symbol, angiver FARE, vær meget forsigtig for at undgå personskaade.



Oplysningerne fremhævet med dette symbol angiver FORSIGTIG, vær meget opmærksom for at undgå beskaadigelse af produktet

BEMÆRK:

Tegningerne i manualen er beregnet til at forenkke og gøre emnerne dækket mere intuitive. På grund af en konstant opdatering af produkterne er det imidlertid muligt, at nogle af disse design adskiller sig fra det købte produkt; i dette tilfælde skal du bemærke, at dette er æstetiske aspekter, og at sikkerhed og information om det under alle omstændigheder er garanteret.

Producenten følger en politik med konstant udvikling og opdatering og kan foretage ændringer i de æstetiske dele af produktet uden forudgående varsel.

BEMÆRK:

Under træning, når sikkerhedsnøglen indsættes, i tilfælde af gentagen lyd, der udsendes fra konsollen, skal du stoppe træningen og kontakte eftersalgsservice.

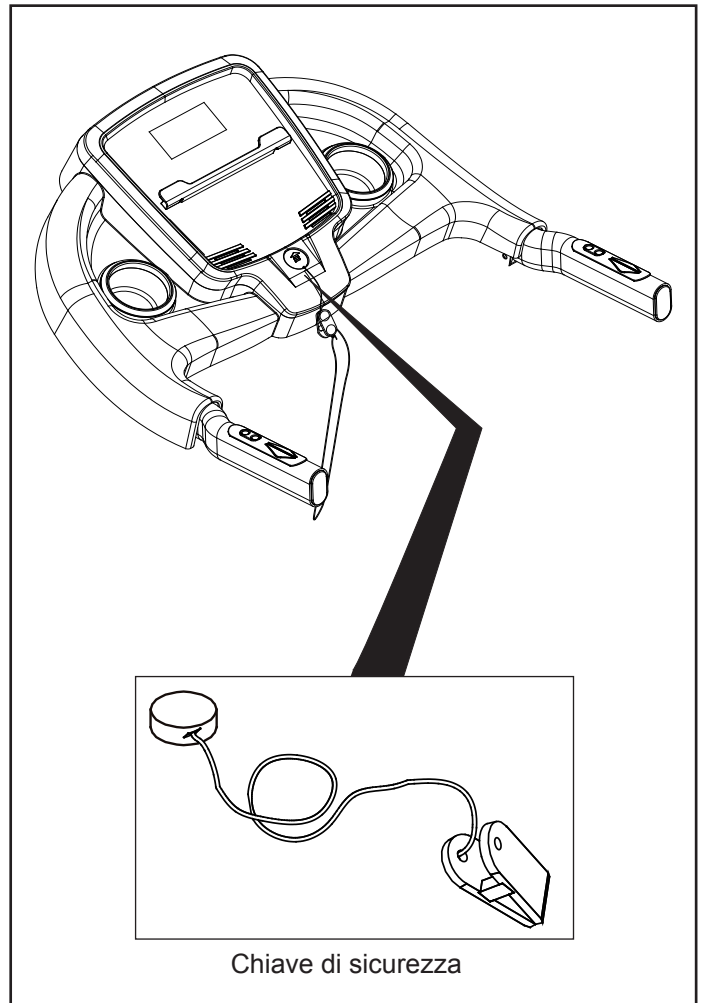


- Inden du starter en træning, skal du placere sikkerhedsnøglen i det passende åbning på konsollen og fastgør den specielle fjederklemme til dit tøj.
- Fjern hver sikkerhedsnøgle fra konsollen efter hver brug af måtten. At fjerne sikkerhedsnøglen fra sit sæde er vigtig for at undgå pludselig aktivering af venner eller børn.

Tilslut sikkerhedsnøglen på konsollen for at kunne betjene værktøjet og starte en øvelse.  
Fjern sikkerhedstasten fra konsollen for straks at stoppe træningen og nulstille alle data i hukommelsen.



For modeller udstyret med elektrisk hældning af det løbende fly, når sikkerhedstasten fjernes, stopper bæltet, og det kørende plan forbliver på det hældningsniveau, som øvelsen fandt sted. Når sikkerhedsnøglen genplaceres, vender køreplanet automatisk tilbage til nulniveau.



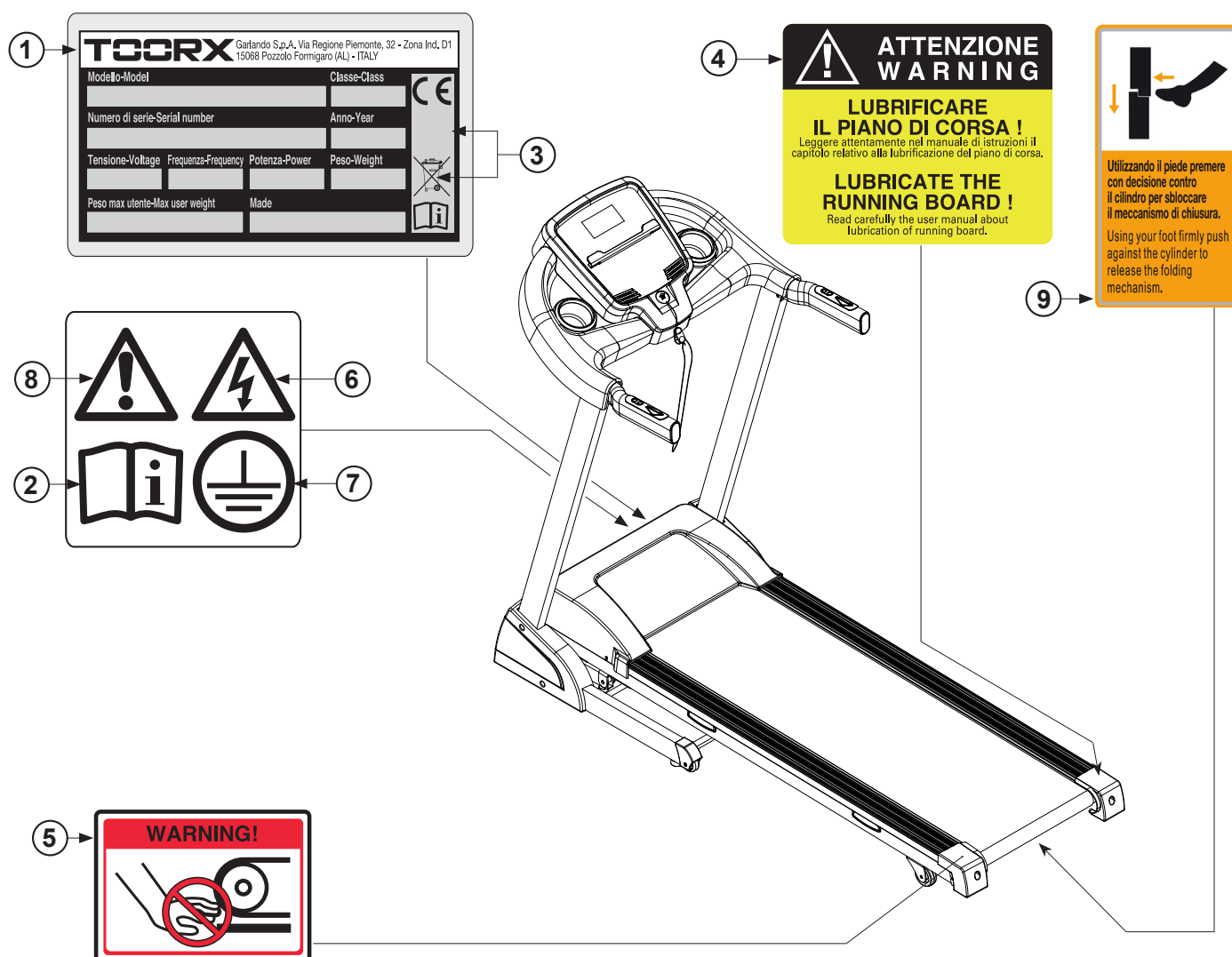
Chiave di sicurezza

**1.3**

**Klæbende plader på produktet**

- 1) Produktidentifikationspladen viser de tekniske data og serienummeret.
- 2) Symbol for forpligtelsen til at læse brugsanvisningen før brug.
- 3) Symboler, der angiver produktets overensstemmelse med EU-direktiver vedrørende behandling og bortskaffelse af farlige stoffer i elektrisk og elektronisk udstyr.
- 4) Advarselsskilt: påmindelse om behovet for at smøre løbende plan med jævne mellemrum og metoder angivet i brugsanvisningen.
- 5) Sikkerhedssignal: angiver faren for, at fingre bliver fanget og knust mellem bagvalse og løbefladen, når bæltet er i drift.

- 6) Sikkerhedsskilt: fare for elektrisk stød.
- Det er forbudt at adskille produktet eller få adgang til motorrummet.
- 7) Sikkerhedsskilt: forpligtelse til at tilslutte produktet til en stikkontakt med "jord".
- For at sikre sikker anvendelse af produktet er det nødvendigt at kontrollere kvaliteten af jordforbindelsen på det system, som stikkontakten er forbundet til.
- 8) Advarselstegn: angiver tilstedeværelsen af farer i produktet. Det er obligatorisk at læse brugsanvisningen, inden du udfører montering eller vedligeholdelse af produktet.
- 9) Advarselsskilt: Når tæppet er i lodret position, er klæbepladen synlig, hvilket giver instruktioner til frigørelse af sikkerhedskrog.



**1.4**

**TEKNISKE FUNKTIONER**

Bæltehastighed 0,8 km / time (min.) ÷ 16 km / time (maks)	
BORD TILT 12% på 12 elektrisk justerbare niveauer	
Løbeflade	430 x 1320 mm
Bånd tykkelse	1,6 mm
Demision åben(LXPXH)	1690 x 715 x 1380 mm
Opstået mål(LXPXH)	1130 x 715 x 1440 mm
Transport mål(LXPXH)	1770 x 765 x 295 mm
MOTOR	2 HP (continui) - 3 HP (valore di picco)
VÆGT NETTO	55 kg
kasse vægt	62 kg
MAX bruger vægt	110 kg
volt	230V AC
Frikvens	50/60 Hz
STRØM A MAX	1100 W
CARDIAC A	Pulssensorer og HR-modtager (*)
CONFORMITA'	Norme : EN ISO 20957-1 - EN 957-6 (classe HC)
	Direttive : 2001/95/CE - 2006/95/CE - 2004/108/CE - 2011/65/UE

(\*) den trådløse modtager er kompatibel med bryststrop tilgængelig på anmodning.

**EGENSKABER FOR MILJØ:**

Det egnede miljø til installation og opbevaring af produktet skal være:

- et hjemmemiljø
- dækket og tilstrækkeligt stort
- udstyret med en passende stikkontakt
- udstyret med passende kunstig og naturlig belysning
- udstyret med et eller flere ventilationsvinduer
- med driftstemperatur mellem 5 ° C og 32 ° C
- med en relativ luftfugtighedsprocent på mellem 20% og 90%.

*Maskinen må IKKE installeres udendørs eller i fugtige eller salte omgivelser.*

**GULVFUNKTIONER:**

Jorden, der er egnet til placering af produktet, skal være:

- med perfekt plant gulvbelægning
- med et gulv med tilstrækkelig kapacitet til produktets vægt.

Gulvet lavet af kvalitetsmaterialer (for eksempel: tæpper eller parket) SKAL beskyttes med en gummiplade eller filtudklip i støtteområderne.

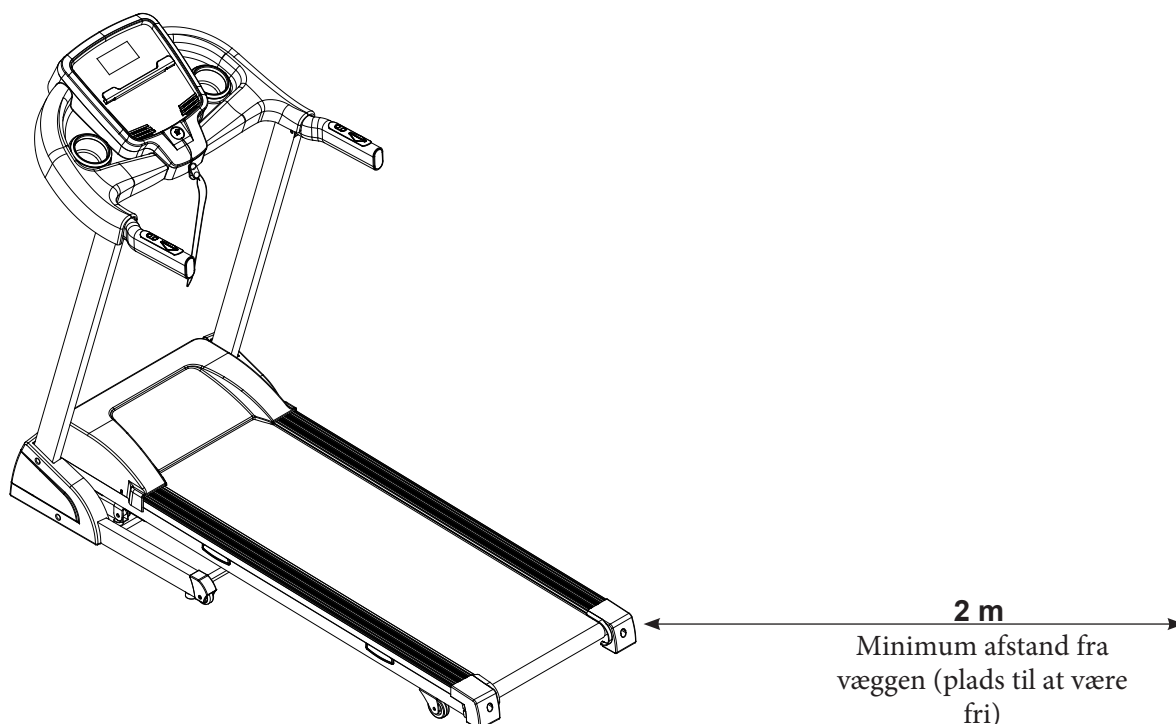
**KRAV TIL INSTALLATIONSNUM:**

- Det valgte rum til installation må IKKE indeholde:
  - kilder til forstyrrelse og elektromagnetisk interferens, såsom tv-apparater, elektriske motorer, antenner, højspændingsledninger, radiofrekvenssendere, Wi-Fi-netværk osv.
  - varmekilder (for eksempel nær en radiator eller i nærheden af et vindue).

**SIKKERHEDSKRAV:**

- **DET ER MANDATORI** at efterlade et frit sikkerhedsrum på mindst 2 meter mellem bagsiden af tæppet og væggen.

Genstande af enhver art må IKKE placeres i det frie sikkerhedsrum bag tæppet.





**2.1**

**UPACKNING - Boksindhold**

Emballagen består af en papkasse lukket med hæfteklammer og bånd.

For at løfte og bevæge kassen er det nødvendigt at bede en anden person om hjælp til placering af kassen på gulvet, respektere indikationen "Forside", angivet med den relevante pil, der er trykt på papen.

For at åbne kassen skal du klippe båndene med en saks og derefter fjerne og fjerne metallukkepunkterne med en tang.



Det tilrådes ikke at beskadige den originale emballage og muligvis at opbevare den; dette i tilfælde af, at produktet har defekter og reparationer under garanti er påkrævet.

Emballagen er lavet af genanvendeligt materiale; til bortskaffelse af emballageelementerne skal de lokale regler for genvinding af genanvendelige materialer overholdes. Emballeringselementerne (pap og poser) må ikke forlades inden for rækkevidde af børn, da de er potentielle farekilder.

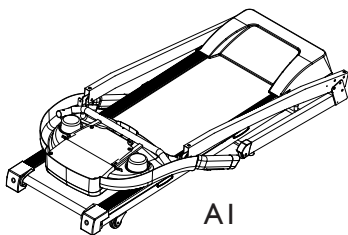
**Identificazione elementi di montaggio :**

<b>A1</b>	Rammekrop	(1 pz.)
<b>B11L</b>	Venstre søjle plastik låg	(1 pz.)
<b>B11R</b>	Højre søjle plastik låg	(1 pz.)
<b>B12</b>	Gummiskeder	(2 pz.)
<b>B18</b>	Silikonsmøremiddel	(1 pz.)
<b>C13</b>	Safety key (sikkerhed nøgle)	(1 pz.)
<b>D1</b>	Flere skruenøgle + skruetrækker	(1 pz.)
<b>D3</b>	M5 sekskantnøgle	(1 pz.)
<b>D13</b>	Skrue [M8x15]	(4 pz.)
<b>D16</b>	Skrue [M8x45]	(4 pz.)
<b>D17</b>	M8 riflet skive	(8 pz.)
<b>D48</b>	Selvskærende skrue [ST4,2x19 mm]	(4 pz.)
•	manual	(1 pz.)

Under operationerne henvises til illustrationer med monteringsfaserne og brug om nødvendigt også den eksploderede tegning i reservedelskataloget.

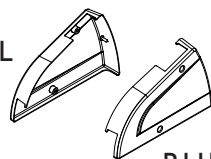
Reservedelskataloget komplet med dele listen, der findes i slutningen af brugsanvisningen, er en yderligere hjælp til at identificere små komponenter.

Når produktet er fjernet fra kassen, skal du kontrollere for skader, der er opstået under transporten, og kontroller, at alle de viste dele er til stede.

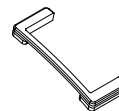


A1

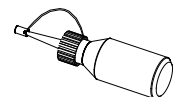
B11L



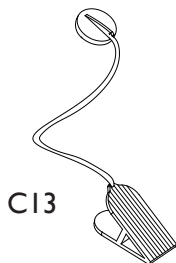
B11R



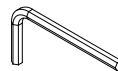
B12



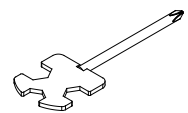
B18



C13



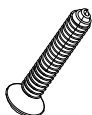
D3



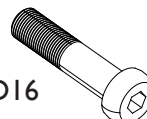
D1



D13



D48



D16



D17

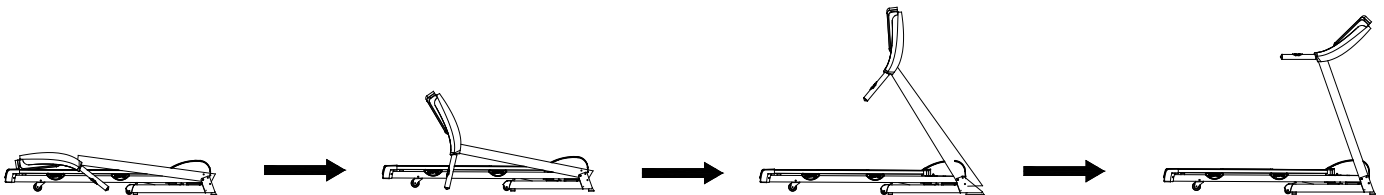
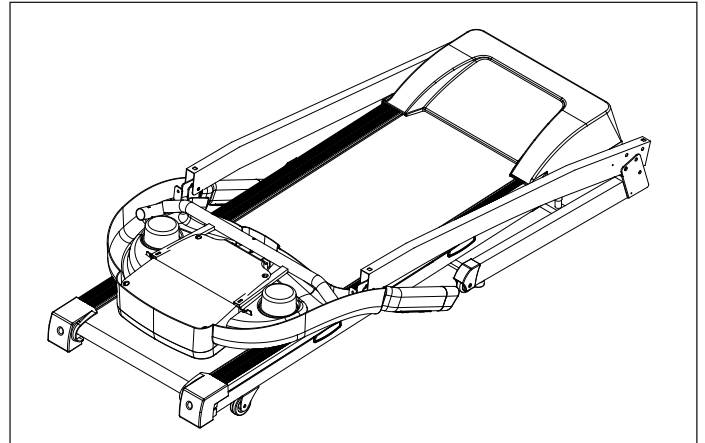
**2.2**

**MONTERING AF PRODUKTET**

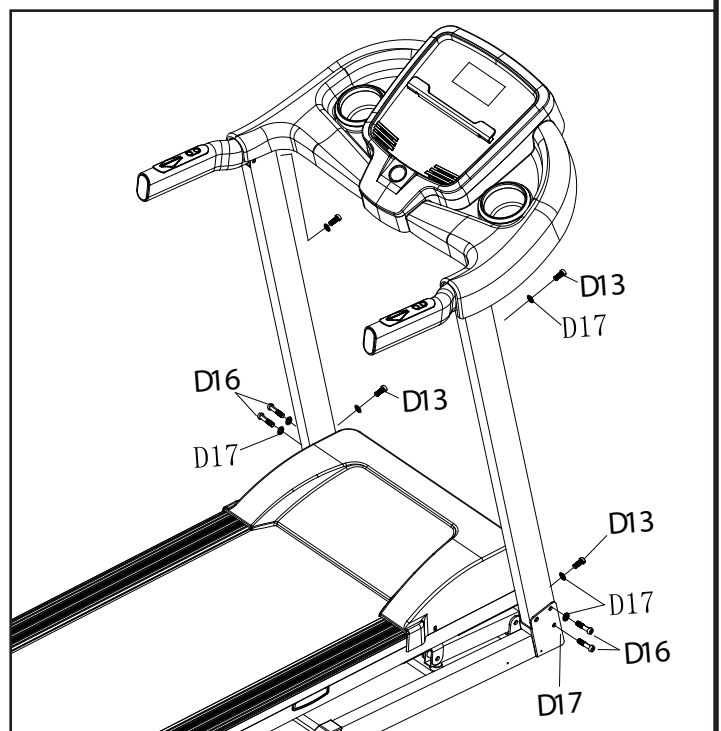


Løft af løbebordet skal udføres af mindst to personer.

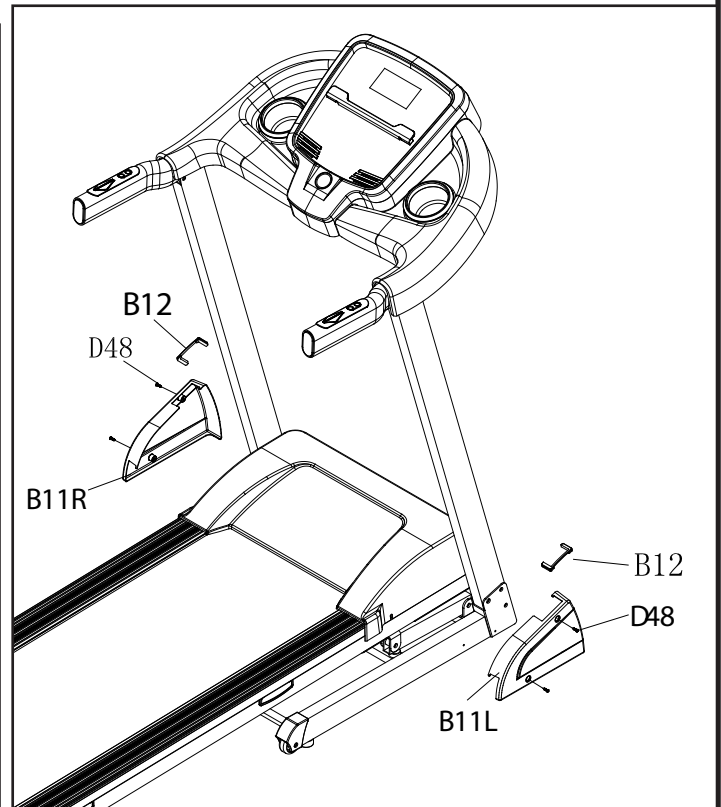
- Når du har åbnet den originale produktemballage, skal du med hjælp fra en anden person løfte den samlede løbeflade og placere den på gulvet (som vist på figuren) på det sted, der er valgt til installation af produktet. Fjern alt materiale, der er indeholdt i kartonen, og læg det på gulvet, klar til at blive samlet. Produktet er i et avanceret monteringsstadium, og færdiggørelses operationerne er meget begrænsede.
- Løft sidestyrene ved at dreje dem på akserne, som illustreret.



- Spænd den nedre del af højre lodret op til rammen ved at stramme to skruer D16 (M8x45 mm) sideværts og en skrue D13 (M8x15 mm) på fronten, alle udstyret med rullebrikker D17 [M8] ved hjælp af den medfølgende sekskant nøgle. Gentag fastgørelses operationen til venstre lodret.
- Fastgør gelænderne til den øverste del af sidestolperne ved at stramme to skruer D13 (M8x15 mm) komplet med flade skiver D17 [M8] ved hjælp af den medfølgende sekskant nøgle.



- Monter de to gummihylster B12 på profilen af plastikafdækningerne til højre B11R og venstre B11L-stolper, og fastgør derefter sidstnævnte på rammens forreste hjørner ved at stramme hvert dæksel med to D48-skruer (ST4.2x19 mm).
- Nu er værktøjet samlet, før brug skal du sikre dig, at du har strammet alle skruerne, der er brugt i monteringsprocessen, korrekt, og læse de resterende dele i manualen for information om sikker brug.

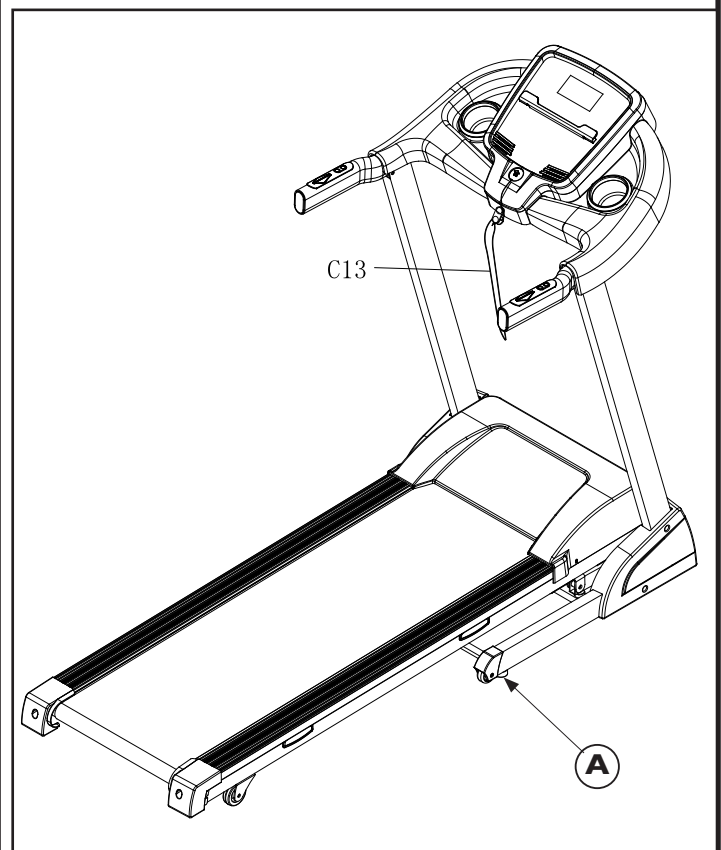


Slut C13-sikkerhedsnøglen til instrumentbrættet før brug.



For at forhindre bæltet i at miste sin centrering eller at overfladen kan bøjes, hvilket skaber stabilitetsproblemer under brug, er det nødvendigt at kontrollere den korrekte nivellering af værktøjsrammen.

Måtten er udstyret i den forreste del med to nivelleringsfødder A, der er nødvendig for at kompensere for ujævnheder i gulvet. Når du har placeret værktøjet på det ønskede sted, inden du tilslutter stikket og bruger det, skal du kontrollere den gode kontakt med planet af jorden, foretag en test med mindst hældning og en med maksimal hældning af bevægelsesoverfladen.



**2.3**

Tæppet kan bringes oprejst for at optage mindre plads, når det ikke er i brug. For at gøre dette skal du følge nedenstående trin.

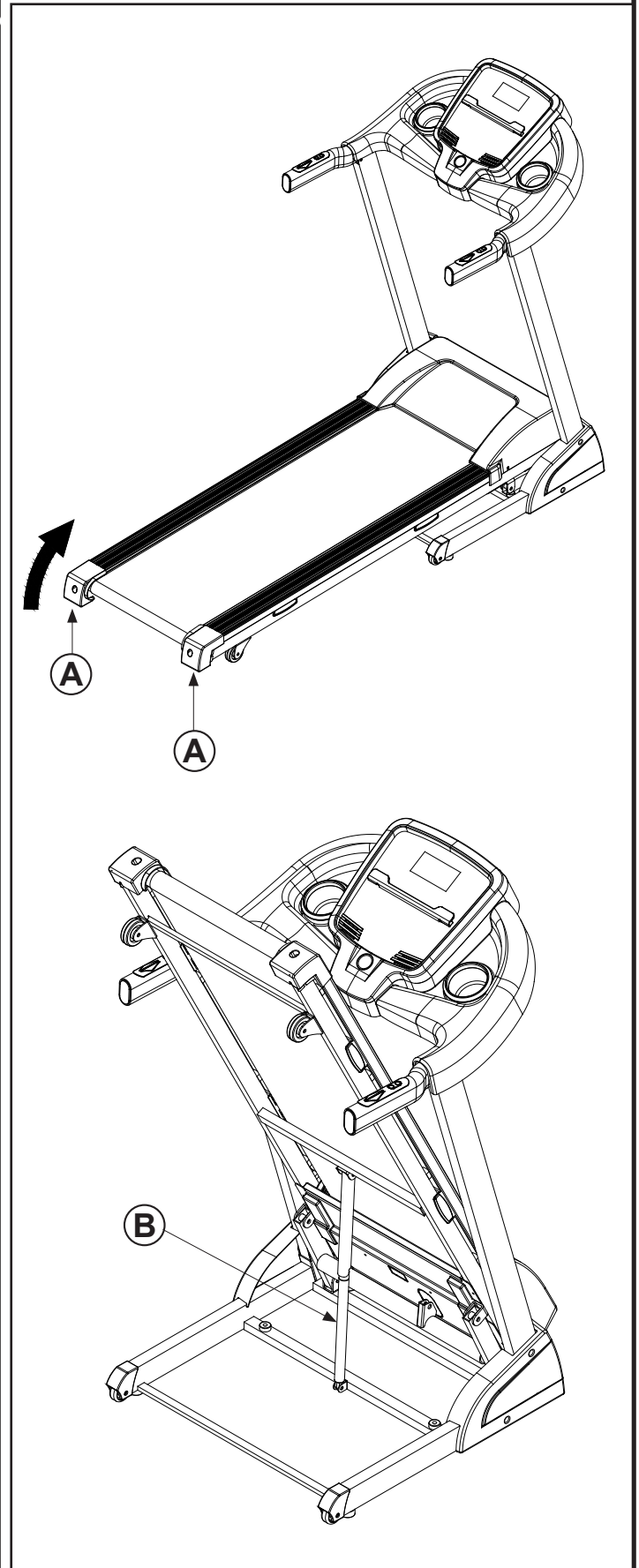


- Bring rejseplanets position til det mindste hældningsniveau, ellers kan flyet ikke lukkes.
- Sluk for værktøjet, og tag stikket ud af stikket på siden af netafbryderen.

- Tag fat i bagenden på løbefladen og indsæt dine hænder under vinkel stængerne A.
- Løft kørefladerne med begge hænder, indtil den er tæt på gelænderne, fortsæt med at løfte, indtil sikkerheds krogs paken B.
- Den gascylinder, der er placeret ved basen, hjælper gulv- og nedstigningsfasen.



Efter lukning, før du frigør grebet fra løbefladen, skal du sørge for, at sikkerhedspløkken er korrekt indsat, og træk overfladen ned med dine hænder.



**2.4**

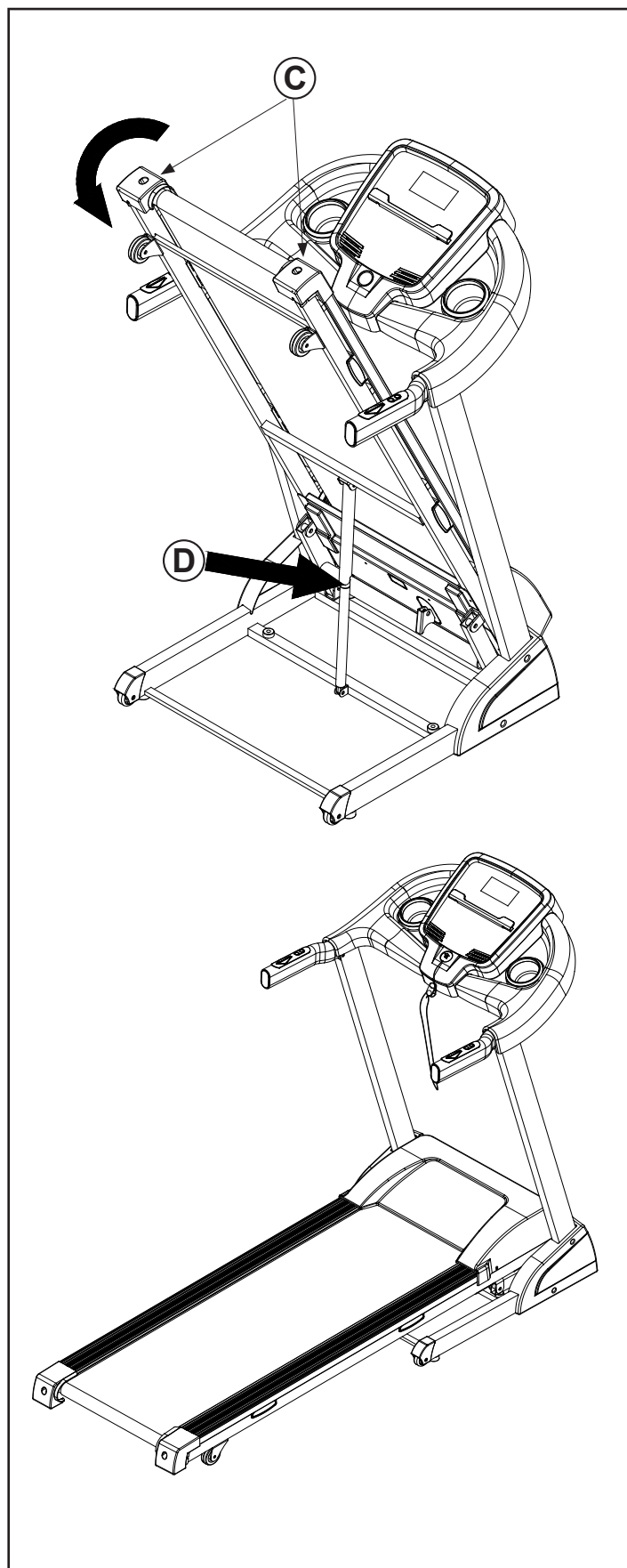
**REJSEPLAN I HORIZONTAL POSITION**



**Fare**

Første tæppet placeres i vandret position, skal du fjerne genstande, der findes på gulvet i overfladen, der er besat af løbeoverfladen. Sørg også for, der ikke er et kæledyr eller børn, der ligger i nærheden.

For at bringe bæltet i en vandret position, tag fat i bagenden af løbefladen med dine hænder på punkter C, tryk derefter med din fod på sikkerhedskrog D, indtil det løsnes, og følg derefter langsomt med løbefladen med begge hænder placeret i hjørnerne indtil det er helt spredt på jorden.



**2.5**

**flytning AF PRODUKTET**



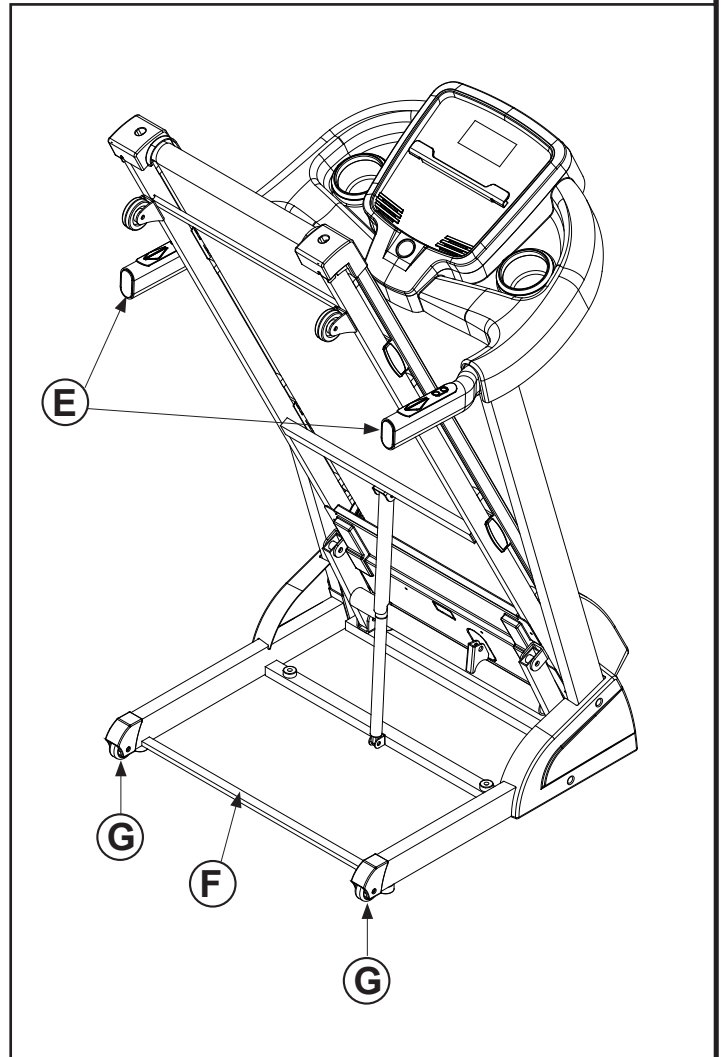
**Fare**

- Før du flytter værktøjet, skal du tage stikket ud af stikkontakten.
- Kontroller, at sikkerhedspløkken er korrekt indsat, inden du fortsætter med bevægelsen.

Tæppet har to hjul på fronten, der er afgørende for bevægelse.

For at udføre operationen skal du placere dig bag den løbende flade, der er anbragt lodret og gribe fat i gelændene E med dine hænder, placere en fod på rammen F, og hæld derefter tæppet beslutsomt ved at trække kraftigt, indtil den bageste del af overfladen bringes i kontaktslag på armene.

På dette tidspunkt hviler de to forskydningshjul G på jorden, så skub tæppet i den ønskede retning.



2.6

**ELEKTRISK TILSLUTNING**



**FØR TILSLUTNING AF ELEKTRISK stik**

- Kontroller, at systemet har passende egenskaber ved at kontrollere de tekniske data, der er vist på pladen.
- Kontroller, at stikkontakten er egnet til stikketypen, og at det har en "jordet stikkontakt".
- Kontroller, at den røde netafbryder er i positionen "O" - Fra

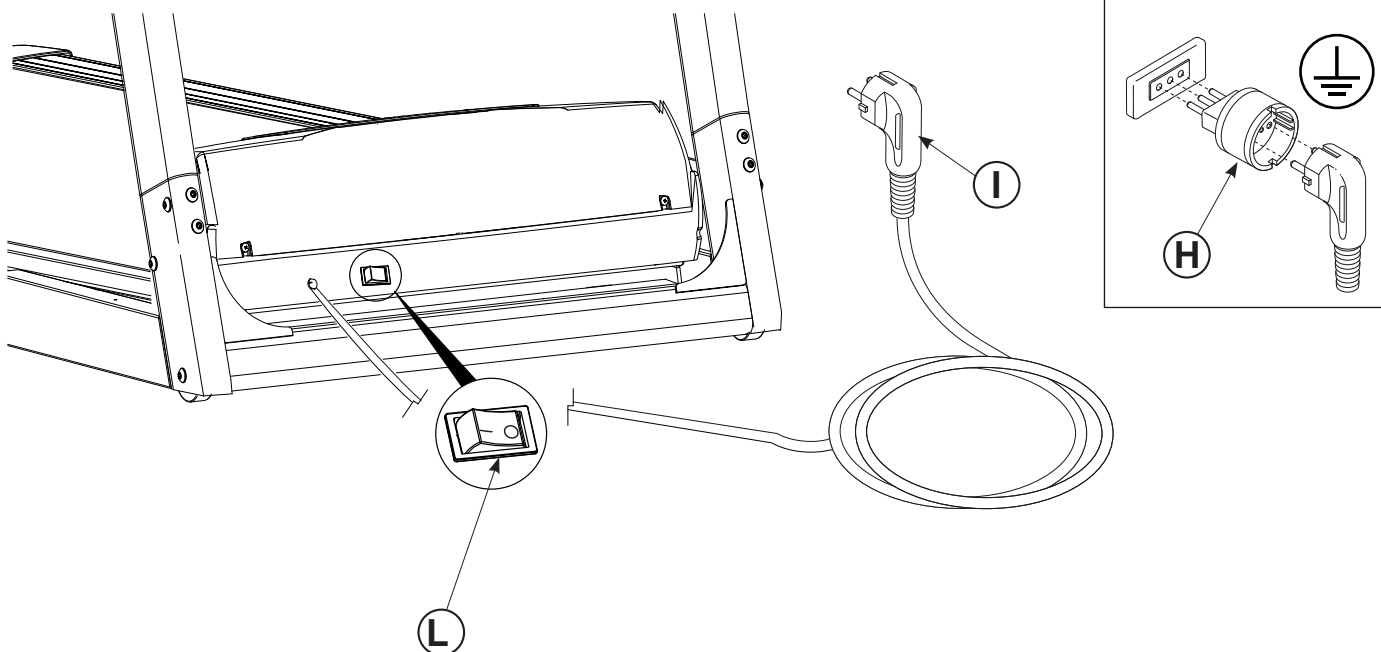
Produktet er udstyret med et elektrisk netkabel med Schuko type I-stik, der skal tilsluttes et passende vægstik med en nominel spænding op til 230 VAC, udstyret med jord.

På forsiden af motorrummet er der hovedafbryderen L, som produktet er tændt og slukket for.



**forholdsregler Før brug**

- Tilslut det elektriske stik til en stikkontakt, der er tilstrækkeligt langt væk fra produktet til at undgå kortslutninger, der kan være forårsaget af dråber sved og vand.
- Kør IKKE strømkablet under rammen og mellem de bevægelige dele af hældningssystemet.
- Brug IKKE flere stikkontakter eller forlængerledninger, brug kun H.



Inden du begynder at bruge produktet, anbefales det at konsultere din læge for at kontrollere de fysiske forhold og for at vurdere med ham særlige forholdsregler, der følger af udøvelsen af denne fysiske aktivitet.

For dem, der begynder at bruge produktet uden træning, er det nødvendigt med en stille tilgang, der begrænser brugssessionerne til højst tre om ugen og opretholder minimumstider og -hastigheder, både for at blive bekendt med konsolens kontrol og at langsomt løsrive sig fra en stillesiddende livsstil.

For dem, der allerede træner sport og har til hensigt at bruge produktet som et supplement til deres øvelser, anbefales det at kontakte en personlig træner for planlægning af træningssessionerne og oprettelsen af træningsplanen.

Ved at overvåge hjerterytme under træning kan du afslutte din aktivitet til 3 mål:

- vægttab: ved at opretholde en puls mellem 60% og 75% kan du forbruge kalorier uden at skulle gøre en indsats;
- forbedring af åndedrætsevnen: ved at opretholde en hjertefrekvens mellem 75% og 85%, kan lungerne trænes og arbejde med en aerob hastighed;
- forbedring af hjerte-kar-kapacitet: ved at opretholde en puls mellem 85% og 100%, kan hjertet trænes ved at arbejde i en anaerob hastighed.

Brug af produktet skal understøttes i tre faser.

**OPVARMNING:** Før du starter en træning med produktet, er det altid godt at udføre nogle øvelser til opvarmning og løsne af musklerne, bare for at bringe kroppen op på temperaturen og forberede hjertet og lungerne.

**træning:** start med en reduceret hastighed og efter opvarmning øg gradvis intensiteten af træningen, indtil hjerteslaget når den ønskede tærskelværdi.

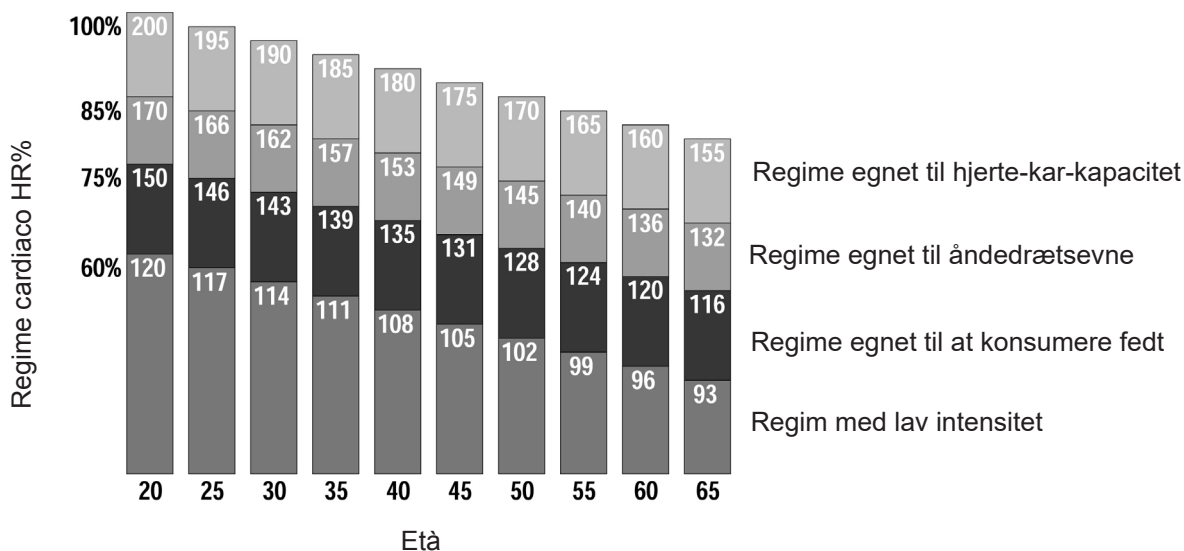
Hold pulsen konstant i den ønskede fase i henhold til dit "mål" (vægttab, forbedring af åndedræts evnen eller forbedring af hjerte-kar-kapacitet).

I løbet af de første uger med brug bør træningssessionerne ikke forlænges i mere end 20 minutter; når tillid og færdigheder er erhvervet, kan sessionerne forlænges op til 60 minutter.

**AFKØLING NED:** ved afslutningen af sessionen ved brug af produktet, slap af ved at øve afkøling i et par minutter med nogle strækøvelser.



**Aktivitet i anaerob træningsordning er kun tilladt af veluddannede professionelle sportsudøvere.**





**3.1**

**Bryst transmitter Valgfri**



Før du bruger båndtransmitteren, skal du læse instruktionerne på denne side og eventuelle instruktioner fra producenten omhyggeligt.

- Rengør og tør tør transmitteren og det elastiske bånd forsigtigt efter hver brug for at forhindre for tidligt batteriudladning, fjern derefter senderen og opbevar den adskilt fra elastikbåndet.
- Rengør senderen med en fugtig klud og neutral sæbe. Elastikbåndet skal vaskes med hånden med normalt rengøringsmiddel.
- Hovedbøjle og sender skal opbevares ude af skuffer, lukkede poser eller andre containere, det anbefales at hænge dem på en væg, så der garanteres perfekt tørring.

På anmodning kan produktet leveres komplet med en TOORX-model brystbåndssender, der er kompatibel med modtageren installeret i værktøjet.

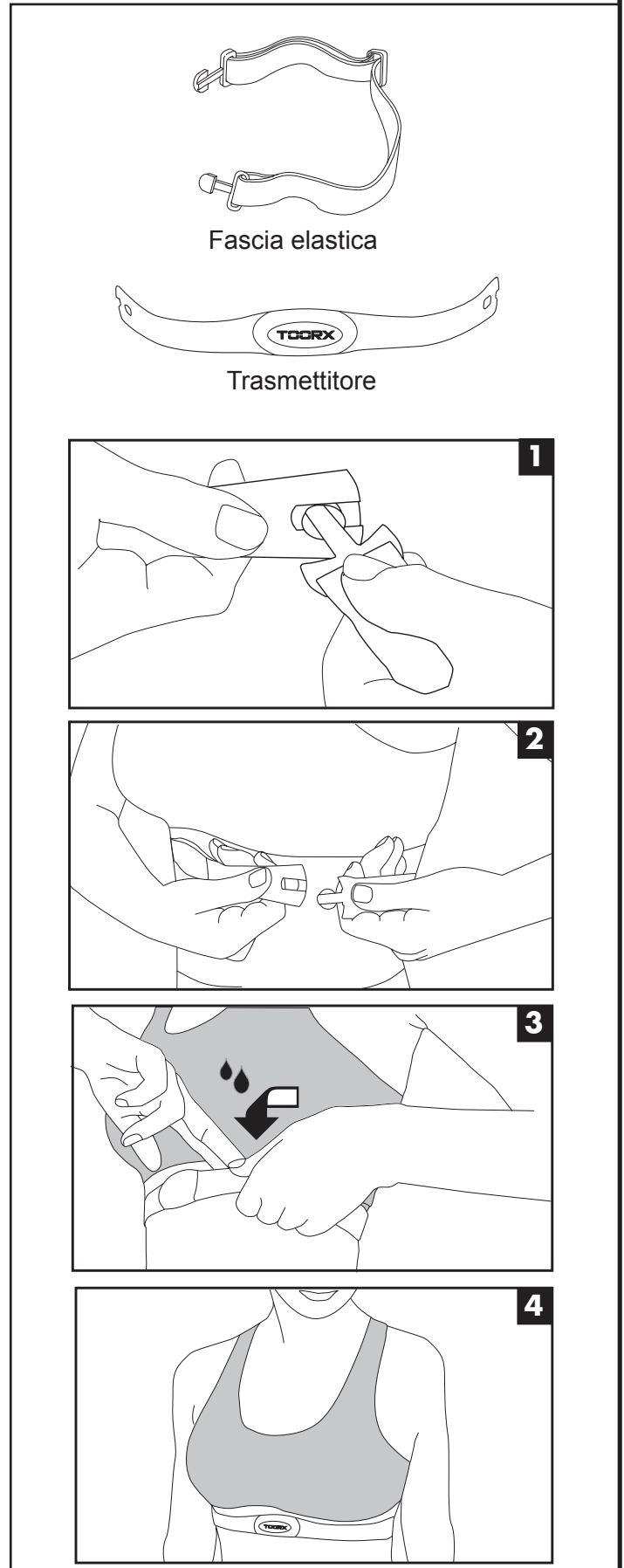
Det består af to elementer: senderen, der sender radiosignaler til konsollen og det elastiske bånd, der gør det muligt at låse senderen til brystet.

Senderen drives af et knapbatteri, der skal udskiftes, når det udsendte signal er utilstrækkeligt (se Vedligeholdelse - Batteriudskiftning)

- 1) Hæk den ene ende af senderen til det elastiske bånd.
- 2) Juster længden af det elastiske bånd (i henhold til dit bryst) ved hjælp af det passende spænde. Placer det elastiske bånd lige under brystledningerne eller under brystene, som vist, krok derefter den anden ende af det elastiske bånd til transmitteren.
- 3) Løft senderen, og fugt elektroderne på bagsiden med fingrene våde med vand.
- 4) Kontroller, at overfladen med elektroderne klæber godt til huden.



**Angivelsen af hjerterytmen målt ved bryststroppen er kun en referenceværdi, der er nyttig til at overvåge hjerterytmen i henhold til træningsregimet, der skal udføres, og for at få en reference til kaloriforbrug. Målingen, der detekteres af værktøjet, kan under ingen omstændigheder betragtes som medicinske data.**



**3.2**

**Praktiske råd om brug**

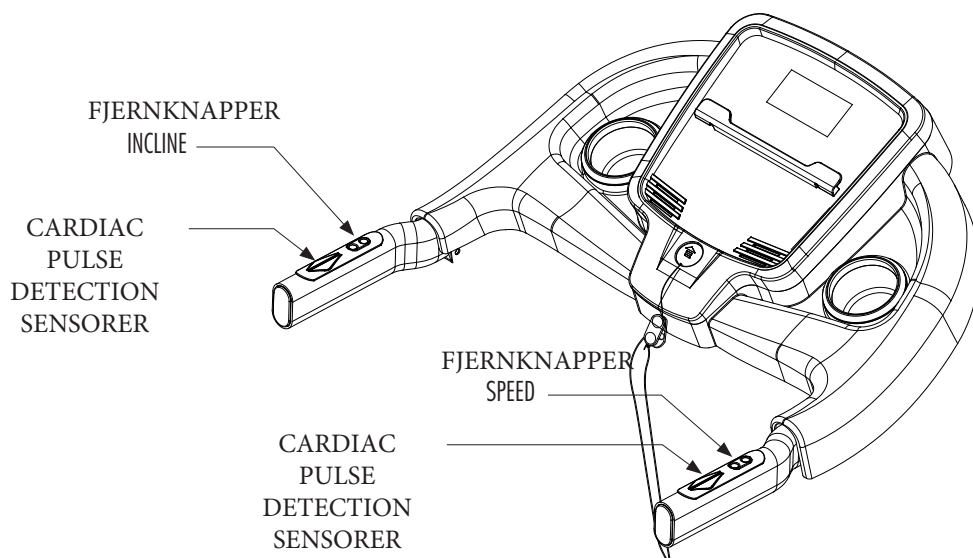


**Fare**

- Inden du starter en træning, skal du fastgøre sikkerhedsnøglen korrekt ved at fastgøre klemmen til dit tøj rundt om taljen. Hvis du vil stoppe båndet med det samme, skal du blot trække i strengen for at løsne magnetnøglen fra konsollen. Genoptag nøglen i sædet på konsollen for at genoptage træningen.
- Når tæppet ikke er i brug, skal du fjerne sikkerhedsnøglen og holde det sikkert. Hold sikkerhedsnøglen væk fra børn.
- Fortsæt gradvist med at bruge værktøjet. Brug gelænder, når det er nødvendigt. Gå i et langsomt tempo, når tæppehastigheden er lav. Stå ikke stille, når bæltet er i bevægelse.
- Forsøg ikke at ændre retning og hold både ansigt og front af kroppen mod kontrollkonsollen.
- Tænd aldrig for værktøjet, mens nogen sidder på bæltet.
- Brug ikke værktøjet til mere end én person ad gangen.
- Start øvelsen med at forblive med fødderne på sideplatformene; Når båndet er begyndt at køre med mindstefart, skal du begynde at gå langsomt over det.

Enhver, der er ved at bruge løbebåndet for første gang, skal først gøre sig bekendt med kontrollkonsollen og kontrollere, hvordan løbebåndet fungerer, inden han går i gang med et træningsprogram.

- til. Tænd for værktøjet ved hjælp af afbryderen, den røde kontaktlampe lyser, indsæt sikkerhedsnøglen i det passende hus, konsollen udfører et øjeblik testen ved at tænde for alle skærme og udsender derefter en langvarig lyd.
- b. Gå på måtten på den ene side og stå i en central position og hold fødderne på sideplatformerne.
- c. Tryk på START-knappen for straks at begynde at træne i mindste hastighed, læne dig på gelændere, begynde at gå med en normal kadence og let tempo, hold en lav hastighed i nogen tid for at gøre dig bekendt med følelsen af løbebåndet.
- d. Når du har det godt, skal du øge tæppets rotationshastighed ved at trykke på knappen FAST SPEED og slip dine hænder, indtil du bevæger dig komfortabelt. For større bekvemmelighed anbefales det at bruge fjernhastighedsknapperne placeret på gelændere.
- e. Under træning er det vigtigt at opretholde en passende koncentration for at undgå ulykker.
- f. Det tilrådes at opretholde en korrekt kørende holdning med et fremadrettet blik og ikke at ændre din position, især ved højere hastigheder.
- g. Under øvelsen skal du ofte evaluere hjerteslag, holde plussensorerne på gelænder med begge hænder, og dataene vises på 'PULSE'-displayet.



**3.3**

**CONTROL CONSOLE (display)**

**TIME**

**CONTROL CONSOLE (display)**

det resterende antal fra den indstillede varighed op til nul (minutter ved træningens afslutning).

**CALORIES**

Viser de forbrugte kalorier siden træningens start, eller det resterende antal fra kalorierne indstillet til nul (\*) (Kalorier i slutningen af øvelsen).

**PULSE**

Når begge drejeknapper på håndliste, placering af håndfladerne på hjertepulsfølerne (Håndpuls), displayet viser hjerterytmen (\*).

**HASTIGHED - Båndets hastighed**

- Viser bælthastigheden i km / time.

**Hæld - Hældning af det løbende fly**

- Viser det løbende flyets hældningsniveau.

**DISTANCE - Tilbagelagt afstand**

- Viser den samlede tilbagelagte afstand siden øvelsens start, eller det resterende antal fra den indstillede afstand op til nul (afstand ved afslutningen af øvelsen).

**PROGRAM**

- Viser det valgte antal og type program:

- P01 ÷ P12: forudindstillede programmer
- FAT: kropsfedtest.

(\*) Vi minder dig om, at den leverede foranstaltning kun er en data om tilnærmelsesvis reference, og det kan under ingen omstændigheder betragtes som en medicinsk referencedata.

Bemærk: Efter et par minutters inaktivitet af værktøjet slukkes konsollen automatisk.



**3.4**

**CONTROL CONSOLE (knapper)**

**START**

Tryk på START-knappen for at starte træningen og starte bæltet i alle anvendelsesformer af værktøjet.

**HOLD OP**

Tryk på STOP-knappen for at stoppe den igangværende øvelse, løbebåndet bremses, indtil det stopper, og dataene fra den tidligere udførte øvelse slettes.

**HASTIGHED +/- (bæltehastighed)**

- Brug SPEED-knapperne til at øge eller sænke båndhastigheden.
- Under indstillingen af programdataene bruges de til at indstille 'mål'-variablerne for træningen (varighed, afstand, kalorier).

**INCLINE UP/DOWN (Hældning af løbende plan))**

Brug INCLINE op / ned-knapperne for at øge eller mindske hældningsniveauet for det løbende plan

**PROG.**

Tryk på knappen PROG. at rulle gennem de tilgængelige træningsprogrammer:

P01 ÷ P12 for at vælge et af de forudindstillede træningsprogrammer,  
Body Fat Test til måling af fedtmassen.

**HURTIG VALG AF HASTIGHED / INDLÆG HANDLING**

Når der trykkes på en af hastigheds- eller hældningstasterne til hurtigt valg, flytter tæppet sig til det hastighed og hældningsniveau, der er angivet på selve knappen.

**MODE**

- Ved at trykke på MODE-knappen kan du definere din træning på et af de tre mål, der kan indstilles efter ønske:  
H-1. træningens varighed,  
H-2. afstand, du agter at rejse,  
H-3. mængde kalorier, du har til hensigt at forbruge. Når der indtastes værdier i tid, afstand eller kalorier under træningen, tæller det pågældende display fra den indstillede værdi til nul, det tidspunkt, hvor øvelsen slutter.  
I Body Fat Test-programmet bruges MODE-knappen til at indtaste brugerdata (køn, alder, højde, vægt), som er afgørende for beregning af Body Fat (procentvis fedtmasseindeks).

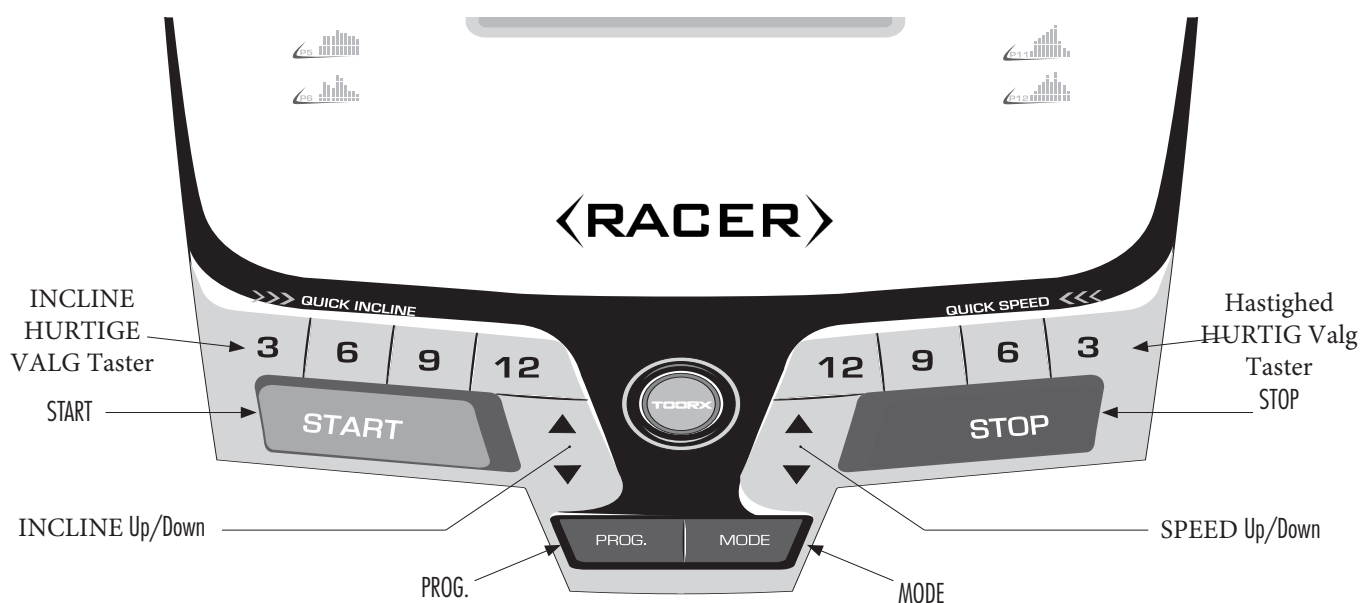
**ERGONOMISKE KNAPPER**

Knapperne på højre gelænder gengives for nem kontrol af bæltehastigheden. På venstre håndlist knapene til styring af hældningen.

**Sikkerhedsnøgle**

Sikkerhedsnøglen er en meget vigtig sikkerhedsanordning. Fjern nøglen efter hver brug af produktet. Tilslut sikkerhedsnøglen, inden du starter træning med produktet; når nøglen ikke er indsat, forbliver konsollen slukket.

Sikkerhedsnøglen har et reb og et klips, der skal fastgøres til shortsens linning.



### Løbebånds Information

- For at tænde for Båndet skal du trykke på hovedafbryderen til I = ON, det integrerede røde lys tændes for at indikere, at værktøjet er tændt. Kontakten er placeret i fronten ved siden af det elektriske kabel. Efter tændingen skal du placere sikkerhedsnøglen i sædet på konsollen; nu kører skærmene diagnosticering til segment verifikation og i kort tid lyser alle skærme og bipper.
- Konsollen slukkes automatisk efter en periode med inaktivitet på nogle få minutter.

Brug af værktøjet er enkelt og intuitivt og kan udføres på følgende forskellige måder:

- Manuel hurtigstarttilstand,
- Manuel nedtællings tilstand (tid / afstand / kalorier),
- forudindstillet programtilstand (P01 ÷ P12),
- Body Fat Test.

### STOP Båndet

- Under udførelsen af en øvelse skal du trykke på STOP-knappen for at stoppe bæltet, bæltehastigheden falder gradvist, indtil den stopper helt, • dataene fra den tidligere udførte øvelse slettes.
- I STOP-tilstand forbliver computeren tændt i et par minutter, hvorefter skærmene slukkes i strømbesparende tilstand. Tryk på en vilkårlig knap for at afslutte strømbesparende tilstand og tænde for computeren.

### NØDSTOP

Hvis du straks vil stoppe en øvelse, skal du stoppe bæltet og frakoble strømforsyningen til løbebåndet, fjerne sikkerhedsnøglen fra dens sæde; et akustisk signal advarer om, at nøglen er blevet fjernet, og at skærmen forbliver inaktiv, hvilket kræver indsættelse af sikkerhedsnøglen.

### Modo QuickStart

- Tænd for produktet ved at sætte netkontakten på ON og tilslutte sikkerhedsnøglen.
- Gå på løbefladeren, hold fødderne på sideplatformerne, og tryk derefter på START, efter 3 sekunder starter bæltet med mindste fart.
  - Brug SPEED- og INCLINE-knapperne til at justere hastigheden og hældningen i realtid, angivet på de relative skærme, eller brug de hurtige valgknapper til hurtigt at videresende til den relative hastighed eller hældningsværdier, der er angivet på selve knappen.
  - TID, AFSTAND, KALORIER øger værdierne i henhold til forløbet af den øvelse, der udføres, indtil den stopper ved STOP eller nøglen fjernes.

### Mode Countdown

- Tænd for produktet ved at sætte netkontakten i ON og tilslutte sikkerhedsnøglen.
- Tryk på MODE-knappen for at vælge et af de tre trænings 'mål'-mål: H1 = Tid, H2 = Afstand, H3 = Kalorier for at vælge, om du vil definere din træning i forhold til Varighed, Afstand eller Kalorieforbrug .
  - Indstil 'mål'-værdien for den valgte træning ved hjælp af SPEED-knapperne. Angiv for eksempel træningens varighed til 30 minutter.
  - Gå på løbeoverfladen, hold fødderne på sideplatformerne, tryk på START, efter 3 sekunder starter bæltet med mindste fart.
  - Brug SPEED- og INCLINE - knapperne til at justere hastigheden og hældningen i realtid, der er angivet på de relative skærme, eller brug de hurtige valgknapper til hurtigt at videresende til den relative hastighed eller hældningsværdier, der er angivet på selve knappen.
  - TIME viser nedtællingen, der starter fra det indstillede tidspunkt, mens DISTANCE AND CALORIES øger værdierne i henhold til træningens forløb.
  - Øvelsen fortsættes i den indstillede varighed, hvorefter bæltet gradvist bremses, indtil det stopper. Øvelsen kan til enhver tid stoppes ved at trykke på STOP-knappen eller ved at fjerne sikkerhedstasten.

**3.6**

**Pre-set pogrammer 01-12**

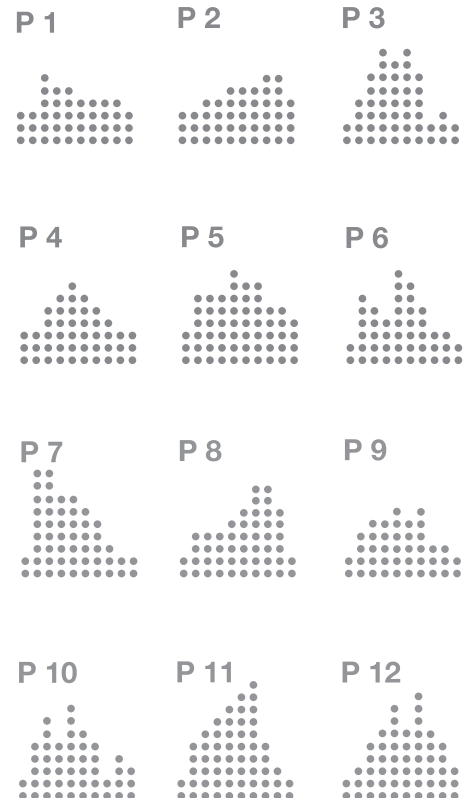
Tænd for produktet ved at sætte netkontakten i ON og tilslutte sikkerhedsnøglen.

- Gå på løbefladeren, hold fødderne på sideplatformerne, og tryk derefter på knappen PROG. indtil et af de forudindstillede træningsprogrammer P01 ÷ P12 er valgt, viser displayet programnummeret, fortsæt med at trykke på PROG. indtil det ønskede program er valgt.
- På dette tidspunkt er det muligt at indstille varigheden af det forudindstillede program eller starte straks med øvelsen ved at trykke på START-knappen, i hvilket tilfælde varigheden af det valgte program er forud defineret.
- For at ændre programvarigheden (område 05 ÷ 99 minutter, vist på TIME-displayet), efter at du har valgt programmet, skal du trykke på MODE, derefter bruge SPEED-knapperne til at indstille den ønskede varighed og til sidst trykke på START for at starte med træning.

- Hvert træningsprogram består af 10 intervaller, der er opdelt efter den indstillede varigheds tid. Hvert interval svarer til en bæltehastighed og tabelhædningsværdi, som computeren styrer uafhængigt i henhold til arbejdsprofilen leveret af det valgte program. På ethvert tidspunkt er det muligt at ændre båndets hastighed ved at bruge SPEED-knapperne og hældningen af overfladen ved at trykke på INCLINE-knapperne.
- Øvelsen fortsættes i den indstillede varighed, hvorefter bæltet gradvist bremses, indtil det stopper. Øvelsen kan til enhver tid stoppes ved at trykke på STOP-knappen eller ved at fjerne sikkerhedstasten.

PROG		TIME	La durata in minuti di ogni programma è divisa in 10 intervalli con distinte velocità									
			1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
P1	SPEED		3	3	6	5	5	4	4	4	4	3
	INCLINE		0	3	3	3	4	4	4	1	1	0
P2	SPEED		3	3	4	4	5	5	5	6	6	4
	INCLINE		2	2	2	3	3	3	3	4	4	2
P3	SPEED		2	4	6	8	7	8	6	2	3	2
	INCLINE		3	5	4	4	3	4	4	3	4	2
P4	SPEED		3	3	5	6	7	6	5	4	3	3
	INCLINE		0	3	3	2	2	5	5	3	3	2
P5	SPEED		3	6	6	6	8	7	7	5	5	4
	INCLINE		3	5	3	4	2	3	4	2	3	2
P6	SPEED		2	6	5	4	8	7	5	3	3	2
	INCLINE		3	4	5	6	3	5	5	6	4	3
P7	SPEED		2	9	9	7	7	6	5	3	2	2
	INCLINE		0	3	3	3	4	4	4	1	1	0
P8	SPEED		2	4	4	4	5	6	8	8	6	2
	INCLINE		1	1	4	4	4	5	5	4	3	2
P9	SPEED		2	4	5	5	6	5	6	3	3	2
	INCLINE		3	5	3	4	2	3	4	2	3	2
P10	SPEED		2	5	7	5	8	6	5	2	4	3
	INCLINE		1	5	6	8	12	9	10	9	5	3
P11	SPEED		2	5	6	7	8	9	10	5	3	2
	INCLINE		3	5	6	8	6	5	8	7	5	2
P12	SPEED		2	3	5	6	8	6	9	6	5	3
	INCLINE		5	7	5	8	6	5	9	10	6	2

*Grafisk hastighedsprofil i forudindstillede programmer*



Ved hjælp af håndpuls-pulssensorer giver Body Fat Test-programmet dig mulighed for at måle procentdelen af kropsfedt.

Vi minder dig om, at de registrerede data kun er et omtrentlig og teoretisk referenceindeks, der er nyttigt til at evaluere udviklingen af din fysiske tilstand under et træningsprogram.



**For alle dem med pacemakere eller andet elektronisk udstyr er Body Fat Test-programmet forbudt.**

• Body Fat Test-programmet skal kun udføres, når bæltet er helt stoppet.

- Tænd for produktet ved at sætte netkontakten i ON og tilslutte sikkerhedsnøglen.
- Gå på løbefladen, hold fødderne på sideplatformerne, og tryk derefter på knappen PROG. indtil FAT (Body Fat Test) -programmet vises på displayet for at indtaste proceduren til at detektere brugerens fedtmængde.
- Tryk på MODE-knappen, displayet viser F-1, brugeren bliver bedt om at indtaste brugerens køn, og brug derefter SPEED-knapperne til at indstille 01 i tilfælde af en mandlig bruger eller 02 for en kvindelig bruger.

- Tryk på MODE-knappen igen, displayet viser F-2 bliver brugeren bedt om at indtaste brugerens alder, og brug derefter SPEED-knapperne til at indtaste dataene.
- Tryk på MODE-knappen igen, displayet viser F-3 bliver brugeren bedt om at indtaste brugerens højde (statur) og derefter bruge SPEED-knapperne til at indtaste dataene.
- Tryk på MODE-knappen igen, displayet viser F-4, du bliver bedt om at indtaste brugerens vægt, og brug derefter SPEED-knapperne til at indtaste dataene.
- Til sidst skal du trykke på MODE-knappen for at starte måleproceduren for den procentvise fedt masse, displayet viser F-5, og tryk derefter fast på begge hænder på puls sensorerne, indtil displayet efter nogle få sekunder viser den resulterende måling af testen.
- Når konsollen ikke beregner procentdelen af fedtmassen, kan det skyldes forkert indtastning af brugerens basisdata eller for tør hud på hænderne, der ikke tillader optimal kontakt på detektorerne. I denne situation er det nødvendigt at fjerne sikkerhedsnøglen, derefter placere den i huset og gentage detektions procedurene, idet du sørger for at våde dine hænder let.

Referencetabel svarende til indikation F-5 i Body Fat Test:

Età	Femmina				Maschio			
	Snello	Normale	Grasso	Obeso	Snello	Normale	Grasso	Obeso
10-16	< 36	36-46	47-53	> 53	< 20	20-29	30-34	> 34
17-39	< 40	40-50	51-56	> 56	< 22	22-31	32-36	> 36
40-55	< 46	46-58	59-64	> 64	< 23	23-32	33-37	> 37
56-85	< 48	48-60	61-66	> 66	< 24	24-33	34-38	> 38

HRC-programmet er et træningssystem, hvor computeren automatisk justerer hældningen af det kørende plan og / eller hastighed i henhold til den detekterede hjerterytme.

HRC-programmet forudsætter brugen af brystbælte, da sensorerne på gelændene ikke garanterer kontinuerlig detektion af hjerterytmen, og de tvinger desuden til at holde grebet på gelændene, hvilket reducerer bevægelsesfriheden og forhindrer den korrekte balance under kører.

Det er vigtigt, at brugeren indstiller hjertetærskelværdien ved at følge instruktionerne og referencetabellen i afsnittet: "Træningsprogrammet".

- Tænd for værktøjet, komme på kørefladeren, og tilslut sikkerhedsnøglen til konsollen.
- Tryk på knappen PROG. indtil et af de tre HR1-HR2-HR3-programmer er valgt, skal du trykke på START for straks at starte med standardindstillingerne eller trykke på MODE for at tilpasse indstillingerne.

De tre HRC-programmer har forskellige egenskaber og tillader en træningsintensitet, der henviser til den maksimale hjertetærskelværdi, på 60%, 70%, 80%. HR1 = hjertestat for vægttab, 60%

HR2 = hjerterytme til aerob træning, 70% HR3 = hjerterytme til anaerob træning, 80% De foruddefinerede maksimale hjertetærskelværdier i de tre programmer kan tilpasses under parameterindstilling uden at overskride den maksimale HR-værdi (max) = 220-alder.

- Når du har trykket på MODE-knappen, anmodes programmet VARIGHED om (standardvarighed 10:00), tidsvisningen viser de blinkende data, og det er muligt at indstille dem ved at trykke på SPEED- eller INCLINE-knapperne, og tryk derefter på MODE for at bekræfte.
- Brugeren bliver bedt om at indtaste AGE, kaloriesdisplayet blinker og venter på, at dataene indtastes. Brug SPEED- eller INCLINE-knapperne til at indtaste dataene; Pulsdisplayet viser den automatiske beregning af den maksimale standardpuls (HR max) i henhold til det valgte HRC-program.
- Hvis du vil ændre HR max-værdien foreslået af det valgte program (inden for et interval på 60% ÷ 85% af HR max), skal du trykke på MODE-knappen, pulsdisplayet viser de blinkende data, og det er nu muligt at ændre det ved at trykke på SPEED-knapperne eller udsat. Tryk på MODE-knappen for at bekræfte.

- Efter afslutningen af introduktionen af alle de ovennævnte parametre skal du bære brystbåndet for at starte HRC-programmet og trykke på START-knappen, efter en tre sekunders nedtælling, starter træningen i henhold til de indførte parametre.

Hvis du vil ændre de indstillede værdier, skal du trykke på MODE-knappen, inden du starter træningen.

- HRC-programmet er udviklet i tre hovedfaser:
  - opvarmning - (opvarmning varer 3 minutter)
  - kontrolleret hjertefrekvenstræning - (HRC-program)
  - køle ned - (køle ned).

Båndets hastighed og hældning styres af computeren, som øger eller mindsker det afhængigt af om detekterede hjerteslag bevæger sig væk

nærmer sig den indstillede tærskelværdi.

Øvelsen fortsættes, indtil nedtællingen på TIME-displayet når nul.



Hvis der vises upålidelige eller for varierende puls værdier på puls displayet, skal du IKKE bruge HRC-programmet, kontroller for tilstedeværelsen, nær produktet, af elektromagnetiske kilder, der kan udløse radioforstyrrelser. Hvis problemet fortsætter, skal du kontakte eftersalgs service.



**4.0**

**VEDLIGEHOLDELSE - REJSPLANSLØRNING**



**FARE**

Før du udfører rengørings- eller vedligeholdelsesoperationer, skal du slukke for værktøjet ved hjælp af netafbryderen og tage stikket ud af stikkontakten.



**Vigtig**

Brug IKKE brandfarlige, giftige eller skadelige stoffer til rengøring, men kun vandbaserede produkter og bløde klude.

Brug IKKE opløsningsmidler, der indeholder petroleumderivater, såsom acetone, benzen eller olier, der indeholder chlorsubstanser, carbontetrachlorid, ammoniak, der kan beskadige og korrodere plastdelene.

- Rengør løbefladerne og sideplatformerne hver uge med en svamp, der er fugtet med vand og neutral sæbe, også hældningen til det maksimale niveau og med en støvsuger rengør gulvet under.
- Brug en fugtig, ikke våd klud til rengøring af konsollen.
- Ved rengøring af værktøjet skal du passe på ikke at gnide for hårdt på kontrolpanelet.

**REJSEPLANSMØRNING**



**Vigtig**

Kørefladerne skal smøres med det passende silikonsmøremiddel hver ca. 40-50 timers brugstid eller efter en lang periode af inaktivitet og under alle omstændigheder, når løbens overflade virker tør.



**VIGTIG**

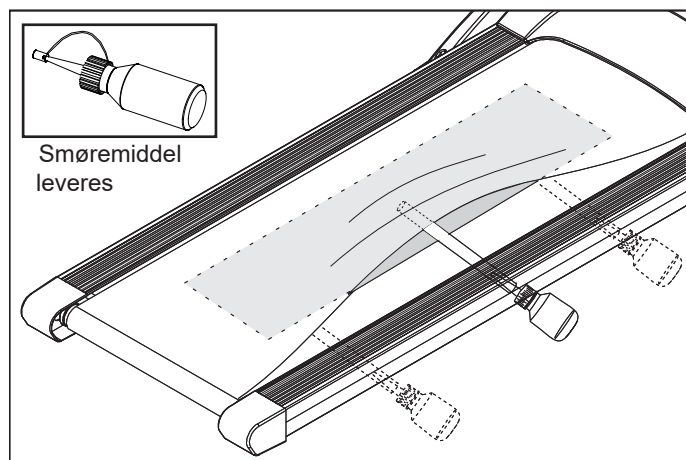
Smøring af løbefladerne er en vigtig handling og skal udføres inden brug.

Manglende smøring af køreoverfladen fører til motorfejl og annullerer garantien.

- Ved første gangs brug kræves en rigelig dosis smøremiddel: ved anvendelse af silikonsmøremiddelsprøjte mindst 10 spray, mens du bruger den medfølgende pipette, skal du indstille en mængde, så olieniveauet sænkes med 1 cm.

*Procedurer til periodisk smøring af løbeoverfladen:*

- Stop båndet.
- Løft kanten af båndet fra venstre side.
  - Forsøg at sprøjte smøremidlet så meget som muligt i midten af det løbende plan, indsæt under bæltet med den medfølgende pipette ti dråber smøremiddel (eller fire sprayer ved hjælp af en dåse spray silikoneolie).
  - Gentag operationen på højre side af bæltet.
  - Start bæltet i mindst hastighed, og gå et par minutter for at fordele smøremidlet på løbens overflade.



Løft måtten på begge sider og smør  
DET CENTRALE OMRÅDE

**4.1**

**Spænding - Båndcentrering**



**FARE**

Før du centrerer eller spænder, skal du slukke for værktøjet ved hjælp af netafbryderen og tage stikket ud af stikkontakten.

Hvis båndet har en tendens til at gå til højre under rullning, er det nødvendigt at justere den højre justeringsskruer ved at dreje den med uret en kvart omdrejning ad gangen.

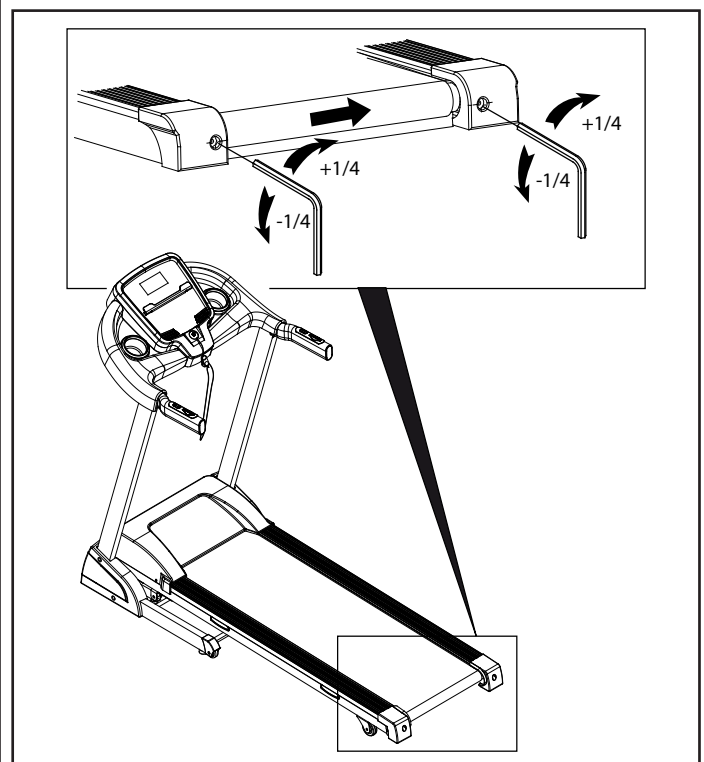
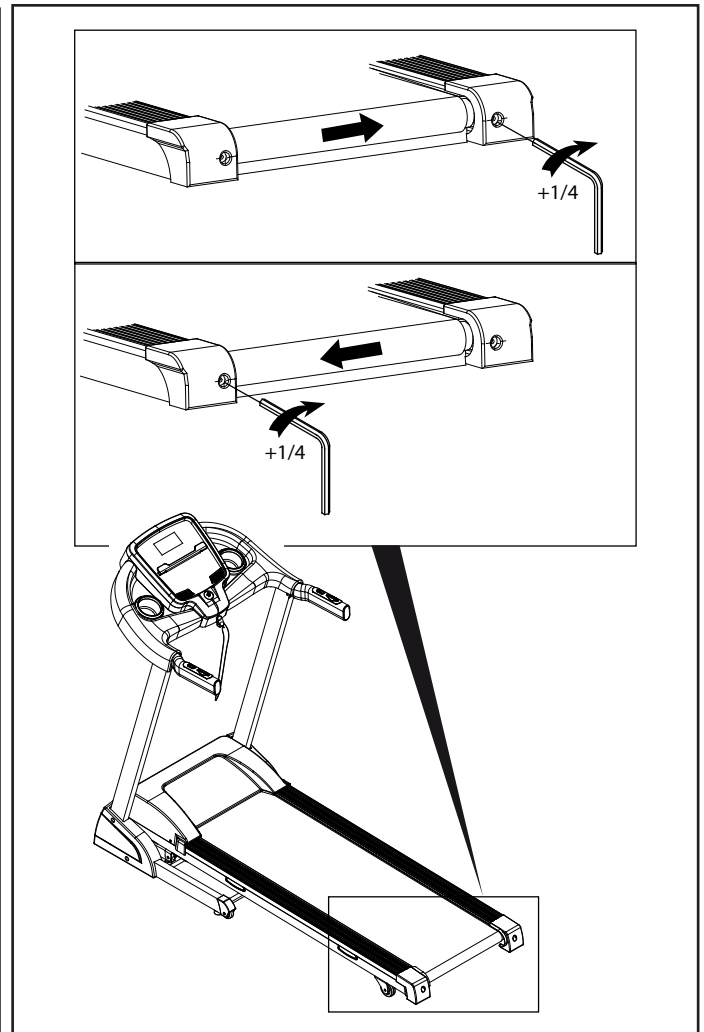
- Kør båndet efter hver justering for at kontrollere effektivitetsforbedringen.
- Hvis den fortsætter med at gå til højre, skal du blot justere den venstre skruer en kvart omdrejning mod uret. De samme regler gælder, hvis båndet har tendens til at gå til venstre.



**VIGTIG**

Drej spændeskruerne højst 1/4 omdrejning ad gangen. Overdreven båndspænding kan forårsage for tidlig forringelse af ruller, lejer og motor.

Hvis båndet ikke er meget stramt, skal du skrue begge skruer med uret med en kvart omdrejning; Hvis båndet tværtimod er for stramt, skal du skrue skruerne en kvart omdrejning mod uret.



**5.0****MESSA FUORI SERVIZIO - SMALTIMENTO**

Il simbolo del cestino dei rifiuti con una croce sopra indica che i prodotti commercializzati rientrano nel campo di applicazione della Direttiva europea RoHS per lo smaltimento dei rifiuti di natura elettrica ed elettronica (RAEE).

Questo prodotto NON deve essere smaltito come rifiuto urbano, ma deve essere smaltito separatamente (nelle nazioni dell'Unione Europea), conferendolo negli appositi centri di raccolta preposti per lo smaltimento e il riciclaggio di tali prodotti.



La marcatura CE indica che il prodotto è totalmente conforme alla direttiva RoHS 2011/65/UE e nessuna delle componenti elettriche ed elettroniche incorporate al prodotto contiene livelli superiori a quelli previsti di talune sostanze ritenute pericolose per la salute umana.

Garlando S.p.A. incoraggia il rispetto della natura e della salute umana anche al di fuori dell'Unione Europea e auspica che vengano seguite le regole locali per lo smaltimento e il riciclaggio, utilizzando, quando possibile, la raccolta differenziata delle apparecchiature elettriche ed elettroniche, nonché dei numerosi componenti (quali ferro, rame, plastiche, ecc...) che possono essere recuperati e riutilizzati.

**6.0****CATALOGO RICAMBI - ORDINE PARTI DI RICAMBIO**

Per ordinare parti di ricambio riferirsi al disegno in esploso che si trova alla pagina seguente.

L'ordine delle parti di ricambio deve riportare le seguenti indicazioni:

1. Marca e modello del prodotto - vedi targhetta prodotto
2. Nome del particolare da sostituire - vedi lista ricambi
3. Numero di riferimento del particolare - vedi disegno esploso
4. Quantità richiesta.
5. Recapito e informazioni per la spedizione - vedi scheda per ordine ricambi, allegata al manuale

Per maggiore chiarezza effettuare l'ordine utilizzando una copia della scheda per ordine ricambi riportata nel cartoncino allegato al presente manuale, assieme al Certificato di Garanzia.

La richiesta delle parti di ricambio deve essere effettuata tramite una richiesta scritta, via fax oppure e-mail ai riferimenti di seguito riportati:

fax +39 0143.318594  
e-mail: assistenza.toorx@garlando.it

*Il presente catalogo può presentare talune piccole differenze dal prodotto posseduto; possono mancare eventuali aggiornamenti che il costruttore ha applicato nel contempo. In caso di difficoltà nella comprensione di disegni e descrizioni contattare il Centro Assistenza Tecnica al numero : +39 0143/318500*



**6.2**
**LISTA DEI RICAMBI**

Pos.	Descrizione	Q.tà	Pos.	Descrizione	Q.tà
A1	Telaio piano di corsa	1	C15	Cavo di rete	1
A2	Telaio vano motore	1	C16	Cablaggio console, sezione superiore	1
A3L	Montante sx	1	C17	Cablaggio console, sezione inferiore	1
A3R	Montante dx	1	C20	n ucleo Toroidale	1
A4	Supporto plancia	1	C21	Trasformatore di rete	1
A5	Braccio inclinazione	1	C22	Filtro di rete	1
A6	Staffa di fissaggio filtro di re	1	C27	Cablaggio singolo	2
A11	Staffa di supporto motore	1	D1	Chiave multipla 13/15/27 + giravite a croce	1
B1	Pannello console	1	D3	Chiave esagonale M5	1
B1-1	Overlay serigrafia consol	1	D9	Vite M10x30 mm	1
B1-2	Tastiera a membrana	1	D10	Vite M10x45 mm	4
B1-3	Scheda elettronica console	1	D11	Vite M10x50 mm	3
B1-5	Mensola appoggio per tablet o smartphone	1	D13	Vite M8x15 mm	4
B2	Pannello plancia	1	D14	Vite M8x30 mm	1
B3	Rivestimento in gomma corrimano	2	D15	Vite M8x40 mm	4
B4	Tappo ovale di chiusura corrimano	2	D16	Vite M8x45 mm	7
B6	Copertura ruote di trasporto	2	D17	Rondella zigrinata M8	8
B7	Ruota di spostamento	2	D18	Dado autobloccante M10	8
B8	Piedino di livellamento	2	D20	Dado autobloccante M8	8
B9	Piedino di appoggio	2	D21	Rondella piana M10	8
B10	Respingente in gomma	2	D23	Rondella piana M8	13
B11L	Copertura plastica montante sx	1	D24	Rondella spaccata M5	1
B11R	Copertura plastica montante dx	1	D25	Rondella spaccata M8	4
B12	Guaina in gomma	2	D29	Vite M6x45 mm	1
B13	Coperchio superiore vano motore	1	D30	Vite M6x60 mm	2
B14	Coperchio inferiore vano motore	1	D31	Vite M8x20 mm	4
B15	Pedana laterale	2	D35	Vite M8x80 mm	1
B16L	Copri rullo posteriore sx	1	D36	Vite testa a croce M6x25	2
B16R	Copri rullo posteriore dx	1	D43	Vite testa a croce M4x20	2
B17	Ruota	2	D45	Vite testa a croce M5x15	7
B18	Lubrificante al silicon	1	D46	Vite testa a croce M5x20	2
B19	Serra-cavo	1	D47	Vite autofilettante ST4,2x1	17
B20	Passacavo in gomma	1	D48	Vite autofilettante ST4,2x1	4
B21	Tappo quadro per braccio inclinazione	4	D52	Vite autofilettante ST4,2x1	17
B27	Elastomero ammortizzante piccolo	6	D53	Vite autofilettante ST4,2x4	2
B31	Gommino quadro	2	D57	Vite autofilettante ST4,2x2	4
B32	Elastomero ammortizzante ovale	4	D60	Vite testa a croce M6x20	6
B34	Striscia in gomma per mensola appoggio	1			
B51	Anello porta borraccia	2			
C1	Motore principale	1			
C2	n astro di corsa	1			
C3	Rullo posteriore	1			
C4	Rullo anteriore con puleggia	1			
C5	Piano di corsa	1			
C6	Cilindro a gas	1			
C7	Cinghia trasmissione	1			
C8	Interruttore di rete	1			
C9	Scheda elettronica di potenza	1			
C10	Pulsanti remoti corrimano sx - Incline + sensori di rilevazione pulsazioni	1			
C11	Pulsanti remoti corrimano dx - Speed + sensori di rilevazione pulsazioni	1			
C12	Motore inclinazione	1			
C13	Chiave di sicurezza (Safety key)	1			
C14	Cablaggio singolo	1			

**Art.1 DEFINIZIONI**

- 1.1 Prodotti:** per Prodotti si intendono i Prodotti Fitness Home ossia le apparecchiature sportive commercializzate da GARLANDO SPA con il marchio Toorx, per l'esercizio fisico del corpo per uso domestico e per un uso esclusivamente sportivo ed assolutamente NON terapeutico e/o riabilitativo.
- 1.2 Garanzia:** per Garanzia si intende la garanzia convenzionale proposta da GARLANDO SPA alle condizioni di seguito riportate.
- 1.3 Difetto di Conformità:** l'inidoneità del Prodotto all'uso per il quale esso è stato specificatamente progettato e realizzato.
- 1.4 Consumatore:** si intende per Consumatore qualsiasi persona fisica che acquisti i Prodotti per utilizzo privato.
- 1.5 CAT:** si intende il Centro di Assistenza Tecnica autorizzato ad interventi di riparazione e/o sostituzione del Prodotto da parte di GARLANDO SPA.
- 1.6 Tagliando di Garanzia:** si intende il modulo da compilarsi online sul sito: [www.toorx.it](http://www.toorx.it) o, in caso di impossibilità di utilizzo del servizio online, il modulo cartaceo allegato al presente manuale da compilarsi e spedire a GARLANDO SPA.
- 1.7 Richiesta di Intervento:** si intende la procedura di denuncia di difetto di conformità e richiesta di intervento, effettuata compilando l'apposito modulo sul portale: [www.assistenza.garlando.it](http://www.assistenza.garlando.it) o, in caso di impossibilità di utilizzo del servizio online, contattando il numero 0143/318540 dalle ore 9 alle ore 12, dal Lunedì al venerdì.
- 1.8 Manuale d'Istruzioni:** si intende per Manuale d'istruzioni il libretto consegnato al Consumatore in cui sono descritte le istruzioni, indicazioni ed avvertenze finalizzate a consentire la corretta installazione ed il regolare funzionamento del Prodotto, nonché della sua manutenzione.

**Art.2 DURATA DELLA GARANZIA CONDIZIONI DELLA SUA VALIDITÀ E DECADENZE**

- 2.1** GARLANDO SPA garantisce l'idoneità del Prodotto all'uso per il quale esso è stato specificatamente concepito e progettato, ossia all'uso sportivo, ed in particolare garantisce il Prodotto contro gli eventuali difetti di conformità per 24 mesi dalla consegna. La presente Garanzia è l'unica prestata da GARLANDO SPA: nessun terzo, ivi espressamente compresi i rivenditori autorizzati ed i CAT, può modificare i termini della Garanzia o rilasciare, in qualsiasi forma, altre dichiarazioni di garanzia.
- 2.2** La presente Garanzia è valida ed efficace con riferimento al Prodotto della GARLANDO SPA acquistato dal Consumatore in Italia esclusivamente presso un rivenditore autorizzato e lascia impregiudicati i diritti riconosciuti al Consumatore dalla Legge italiana e dalle disposizioni delle direttive europee.
- 2.3** Fatto salvo quanto previsto dai successivi punti 2.10, 2.11, 2.12 in tema di denuncia di eventuali difetti di conformità, il Consumatore è tenuto a comprovare, mediante documento rilasciato dal rivenditore autorizzato (ad esempio: scontrino fiscale) la data in cui è stata effettuata la consegna del Prodotto, il nominativo del rivenditore autorizzato e gli estremi identificativi del Prodotto. Ai fini dell'operatività della Garanzia, pertanto, è necessario che la documentazione di cui sopra, unitamente alla Garanzia, allegata al presente manuale, sia debitamente conservata.
- 2.4** Al fine di permettere la migliore operatività della Garanzia convenzionale, si richiede al Consumatore di provvedere alla compilazione online del Tagliando di Garanzia sul sito: [www.toorx.it](http://www.toorx.it) o, in caso di impossibilità di utilizzo del servizio online, alla spedizione del tagliando di Garanzia cartaceo, debitamente compilato, via posta all'indirizzo GARLANDO SPA - Via Regione Piemonte, 32 - Zona industriale, D1 - 15068 Pozzolo Formigaro (AL).
- 2.5** La Garanzia comprende la riparazione o la sostituzione gratuita delle parti componenti il Prodotto, che presentino difetti di conformità regolarmente e tempestivamente denunciati dal Consumatore mediante il tempestivo invio della Richiesta di Intervento debitamente compilata e sottoscritta, riscontrati dal personale del CAT ed imputabili ad un'azione o ad un'omissione del produttore. Si provvederà alla sostituzione dell'intero Prodotto, in luogo della riparazione o della sostituzione di singoli componenti, nel caso in cui tali ultimi rimedi siano oggettivamente impossibili o eccessivamente onerosi.
- 2.6** Conformemente alle indicazioni del "Codice del Consumo", si presume che i difetti di conformità manifestatisi entro SEI mesi dalla consegna del Prodotto esistessero già a tale data, a meno che tale ipotesi sia incompatibile con la natura del Prodotto o del difetto di conformità. Decorso tale termine resta onere del Consumatore fornire elementi di prova circa l'esistenza del difetto di conformità al tempo della consegna del Prodotto.
- 2.7** La sostituzione dell'intero Prodotto o di un suo componente non comporta una proroga della Garanzia. La Garanzia avrà termine alla scadenza dei 24 mesi dalla data di consegna del Prodotto originario.
- 2.8** Nel periodo coperto dalla Garanzia, le prestazioni oggetto della stessa saranno effettuate integralmente ed a titolo completamente gratuito dai CAT.
- 2.9** Qualora non fosse possibile provvedere alla riparazione direttamente presso il domicilio del Consumatore, nell'eventualità in cui il Prodotto o suoi componenti fossero da sottoporre a riparazione presso la stessa sede di GARLANDO SPA - Via Regione Piemonte, 32 - D1 - 15068 Pozzolo Formigaro (AL), sarà cura e spese del Consumatore provvedere alla spedizione del Prodotto da ripararsi o sostituirsi presso la suddetta sede. In tale eventualità tutti i rischi correlati al trasporto del Prodotto saranno posti a carico del Consumatore ed in ogni caso GARLANDO SPA non risponderà di eventuali danni arrecati al Prodotto o ai suoi componenti dal trasporto effettuato dal Corriere e/o Vettore. Qualora il Consumatore risulti irreperibile al momento della consegna presso il suo domicilio del Prodotto riparato o sostituito da parte del Corriere e/o del Vettore incaricato da GARLANDO SPA, saranno posti a suo carico i corrispettivi dovuti a Corriere/Vettore relativi alle successive spedizioni, corrispettivi che dovranno essere liquidati al Corriere/Vettore direttamente dal Consumatore all'atto della consegna del Prodotto.

- 2.10** Il Consumatore decade dai diritti di cui alla Garanzia, ove non denunci il difetto di conformità entro il termine di DUE mesi dalla scoperta dello stesso secondo le modalità descritte all'Art. 1.7 - "Richiesta di Intervento".
- 2.11** Ricevuta la denuncia, e verificata la ricorrenza dei presupposti per l'operatività della Garanzia, il CAT prenderà contatto con il Consumatore fissando apposito appuntamento presso il suo domicilio, ove sarà effettuato il relativo intervento entro un congruo termine. A tal fine la congruità del termine è valutata in relazione ai tempi normalmente occorrenti per provvedere all'intervento da parte del CAT presso il domicilio del Consumatore e/o alle eventuali occorrenti spedizioni di Prodotti o di componenti dei medesimi.
- 2.12** E' obbligo del Consumatore rendersi reperibile presso il proprio domicilio in occasione dell'appuntamento prefissato con il CAT. Nell'eventualità in cui tale obbligo non fosse rispettato GARLANDO SPA si riserva di ripetere le spese e competenze da essa corrisposte al proprio CAT in relazione all'intervento programmato e non eseguito per fatto imputabile al Consumatore.

**Art.3 ESCLUSIONI DELLA GARANZIA**

- 3.1** La Garanzia è espressamente **esclusa** nei casi di:
- mancata osservanza delle istruzioni, indicazioni ed avvertenze finalizzate a consentire la corretta installazione/montaggio ed il regolare funzionamento del Prodotto;
  - trascuratezza e/o negligenza nell'uso e nella manutenzione del Prodotto;
  - uso del Prodotto a scopi terapeutici e/o riabilitativi;
  - uso improprio del Prodotto;
  - manomissioni del Prodotto;
  - uso del Prodotto per finalità diverse da quelle per le quali il Prodotto è stato specificatamente concepito/progettato;
  - danni causati dal trasporto o dalla spedizione del Prodotto;
  - danni causati da difetti della rete di distribuzione elettrica: sovracorrenti, sovratensioni, causate anche da scariche atmosferiche;
  - riparazione eseguita da centri assistenza non autorizzati da GARLANDO SPA;
  - riparazione del prodotto da parte dell'utilizzatore stesso, tranne il caso in cui l'operazione di riparazione/sostituzione parti è autorizzata dal Centro Assistenza GARLANDO SPA;
  - difetti di conformità che, per qualsiasi motivo, non possono in alcun modo farsi risalire ad azioni od omissioni del produttore.
- 3.2** Le regole di corretta installazione/montaggio, uso e manutenzione del Prodotto sono contenute nel presente manuale d'istruzioni, che costituisce parte integrante della Garanzia.
- 3.3** Si intende che l'usura conseguente al normale utilizzo del Prodotto e dei suoi componenti **NON** può in alcun modo configurare difetto di conformità e non può pertanto essere coperta dalla presente Garanzia.
- Con riferimento al Prodotto TAPIS ROULANT, si specifica che i fenomeni di usura per normale utilizzo riguardano in particolare i seguenti componenti: rulli, piano di corsa, nastro, grip, cinghia, guarnizioni, manopole, parti asportabili, accessori e materiali di consumo in genere.
  - Con riferimento al Prodotto BIKE, si specifica che i fenomeni di usura per normale utilizzo riguardano in particolare i seguenti componenti: pedali e cinghietti, sella, cinghia di trasmissione, guarnizioni, manopole, parti asportabili, accessori e materiali di consumo in genere.
- 3.4** La Garanzia **NON** copre gli interventi inerenti all'installazione del Prodotto ed all'allacciamento agli impianti di alimentazione.

**Art.4 UTILIZZO PREVISTO E UTILIZZO IMPROPRIO DEL PRODOTTO**

- 4.1** In considerazione dell'idoneità all'uso esclusivamente sportivo del presente Prodotto, GARLANDO SPA raccomanda il suo utilizzo a seguito del rilascio da parte di un medico di apposito certificato di idoneità fisica.
- 4.2** GARLANDO SPA declina ogni responsabilità per eventuali danni che possano, direttamente o indirettamente, derivare a persone, animali domestici e cose in conseguenza dell'inosservanza di tutte le istruzioni, indicazioni ed avvertenze contenute nell'apposito manuale d'istruzioni.
- 4.3** In particolare si dichiara che il Prodotto è assolutamente inidoneo ad uso terapeutico e/o riabilitativo e che l'eventuale verifica di infortuni od insorgenza di patologie correlate a tale indebito utilizzo non potrà in alcun modo essere imputata al produttore.

**Art.5 DANNI CAUSATI DAI CAT**

- 5.1** GARLANDO SPA non sarà responsabile per i danni a persone, animali domestici e cose eventualmente causati da uno dei CAT, in occasione dell'intervento di riparazione del Prodotto e/o sostituzione dello stesso o di un suo componente; per l'effetto il Consumatore si impegna ad indirizzare eventuali richieste risarcitorie direttamente ai CAT, rinunciando a qualunque azione e/o pretesa nei confronti di GARLANDO SPA.

**Art.6 TERMINE FINALE DELLA GARANZIA**

- 6.1** Salvo quanto previsto dalle precedenti clausole, trascorso il periodo di ventiquattro mesi di garanzia, ogni intervento di riparazione e/o sostituzione di componenti del Prodotto sarà posto totalmente a carico del Consumatore.



GARLANDO SPA

Via Regione Piemonte, 32 - Zona Industriale D1

15068 - Pozzolo Formigaro (AL) - Italy

[www.toorx.it](http://www.toorx.it) - [info@toorx.it](mailto:info@toorx.it)