

TCORX
FITNESS IN MOTION

DANSK MANUAL



TRX ACTIVE COMPACT



Rev : 00

Ed : 03/17



INTRODUKTION

Løbebåndet er designet og konstrueret til at give problemfri brug og fornøjelig motion. Du kan i høj grad forbedre din forståelse og fordelene ved at træne ved nøje at læse instruktionerne i denne vejledning. Gør dig fortrolig med den vedligeholdelsesrådgivning, du får.

SPECIFICATIONS

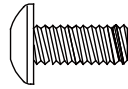
- Drive Motor: 1.5 HP
- Speed Range: 1.0 –16kmph
- Incline Level: 0-12 Levels
- Running Surface: 450 m/m x 1400 m/m
- Folding Design: Yes



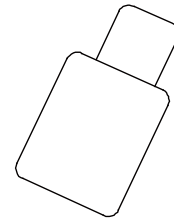
➤ **MAX.USER WEIGHT: 120KGS**

ASSEMBLY PACK CHECK LIST

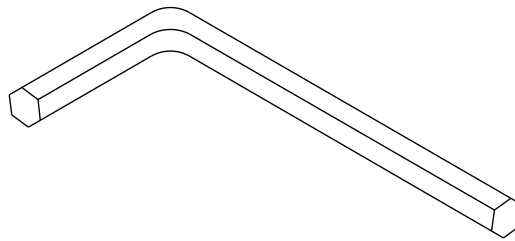
ASSEMBLY PACK CHECK LIST



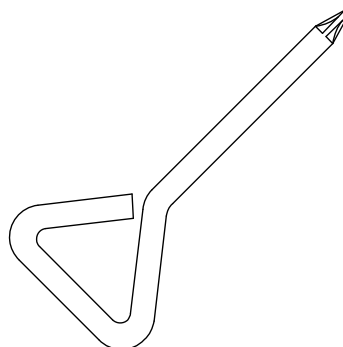
#99. M5 × P0.8 × 12L
Phillips Head Screw (2 pcs)



#111. Lubricant (1 pc)



#112. L Allen Wrench (1pc)

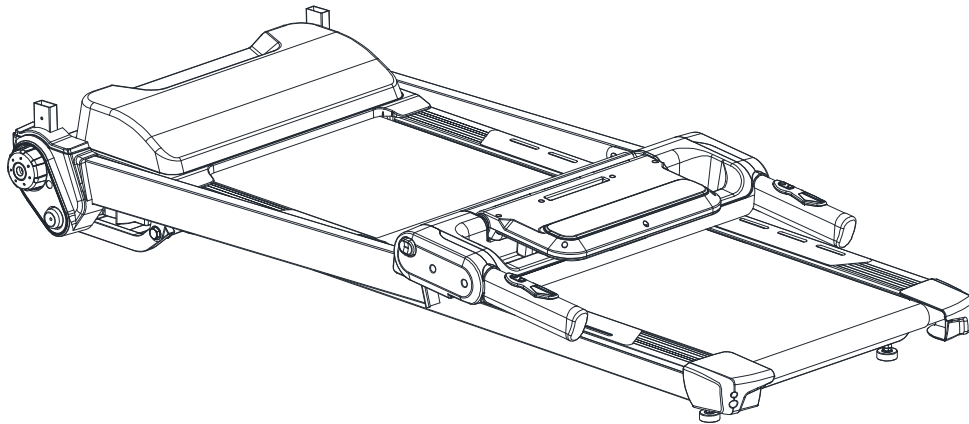


#115. Short Phillips Head Screw Driver (1pc)

SAMLEVEJLEDNING

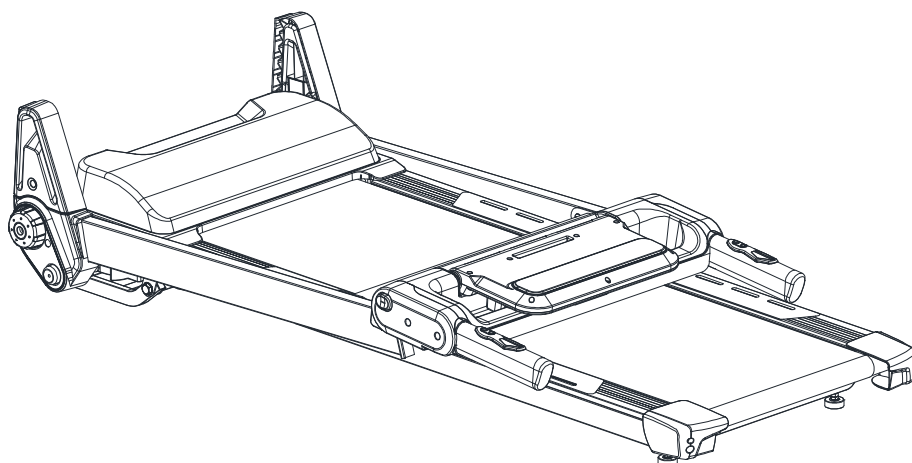
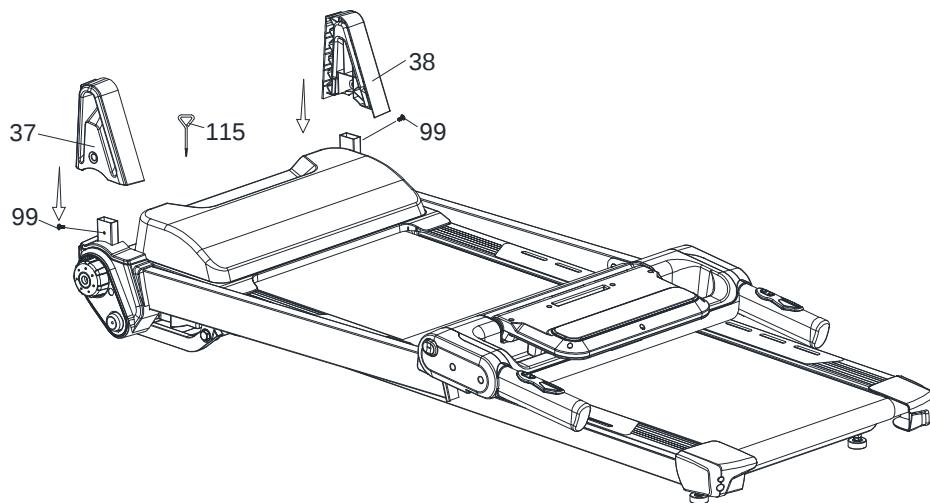
Trin 1.

Placer løbebåndet på jævnt underlag.



Trin 2.

Installer frontrammens bunddæksel (L) (R) (37) og (38) på løbebåndet, og brug den korte stjerneskrue (115) til at stramme 2 stk M5 × P0,8 × 12L_Phillips hovedskrue.



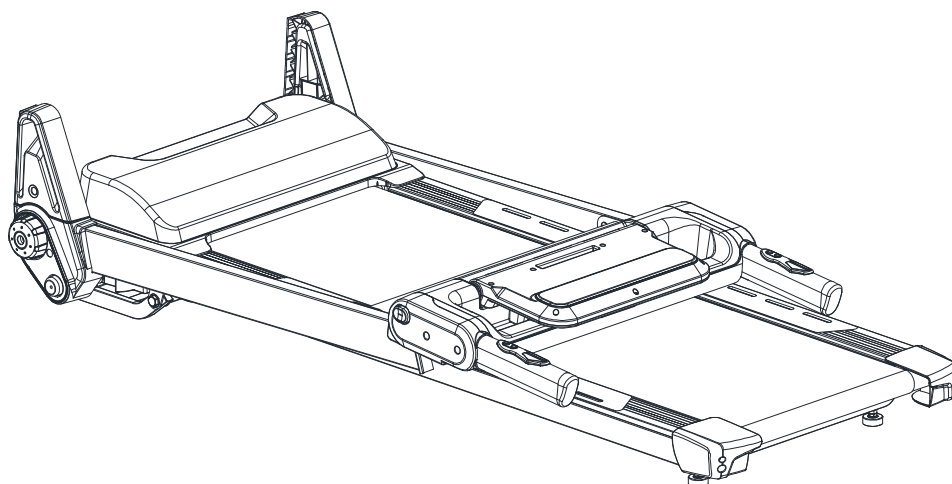
NOTE: Stram alle skruer, når alle komponenter er monteret.

UNFOLDING FOLDING TRANSPORT

Udfoldningsprocedure

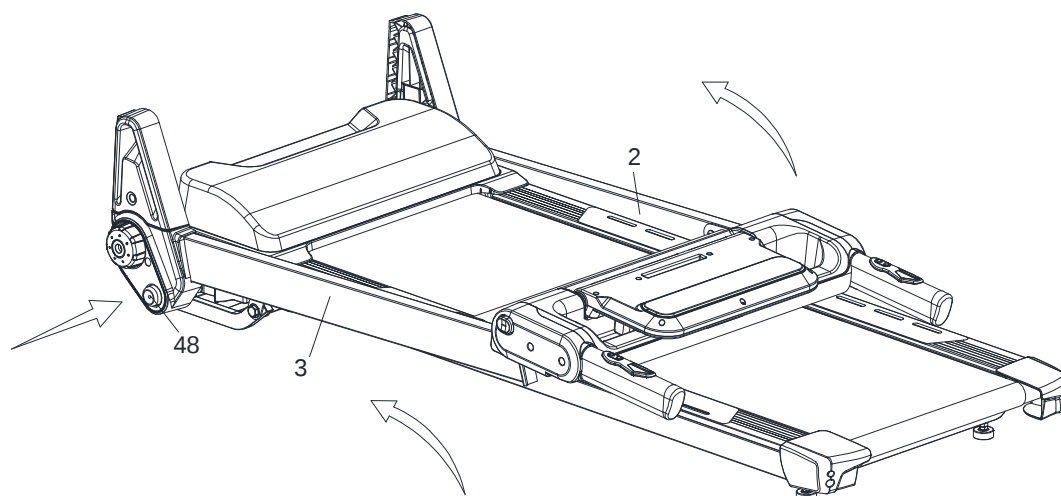
TRIN 1.

Placer løbebåndet på jævnt underlag.



Trin 2.

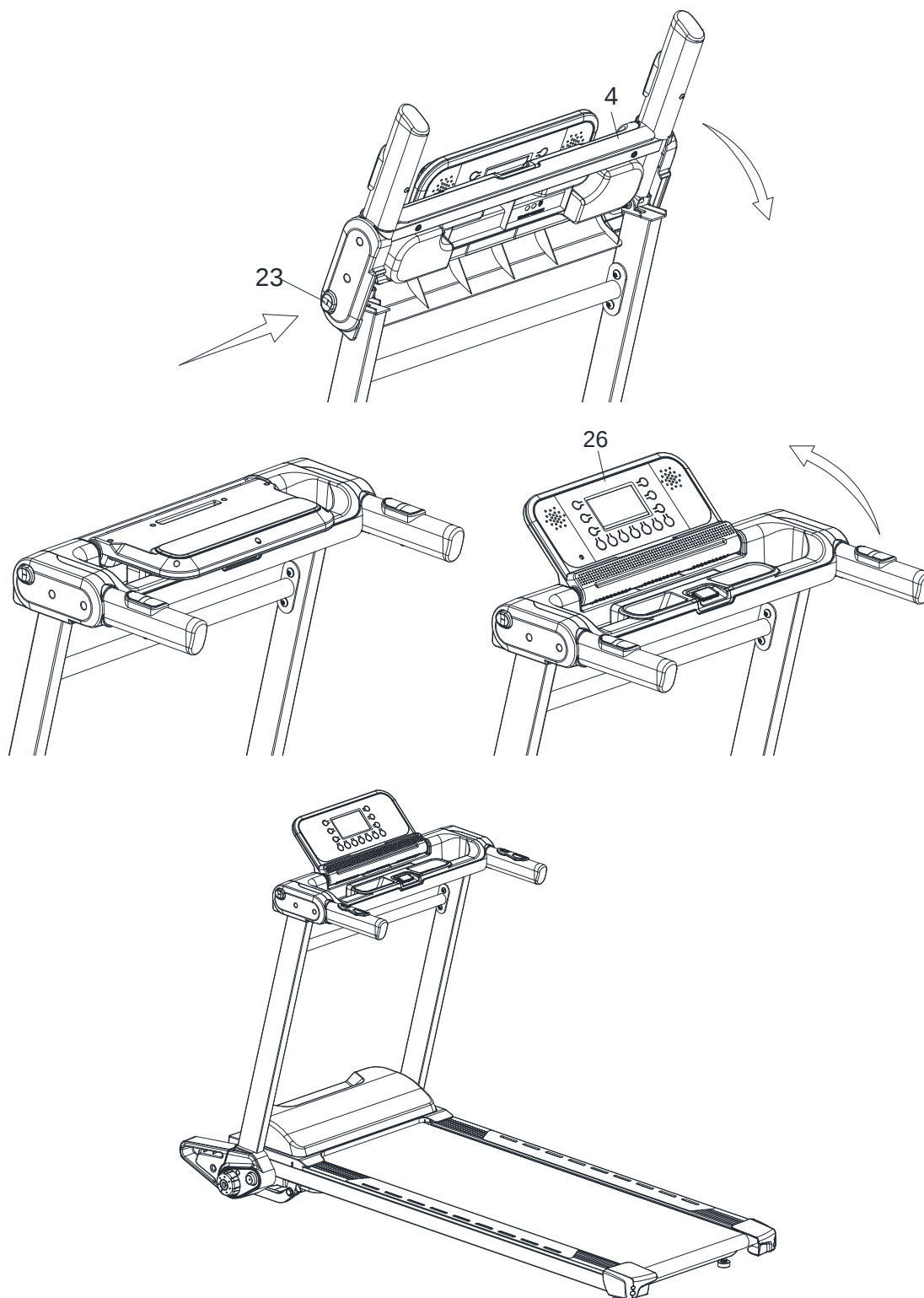
Installer frontrammens bunddæksel (L) (R) (37) og (38) på løbebåndet, og brug en kort stjerneskruestrækker (115) til at stramme 2 stk M5 × P0,8 × 12L (99) skrue.



UNFOLDING FOLDING TRANSPORT

Trin 3.

Tryk på udløseren, og hold den nede for at trykke på en knap (øverst) (23) og drej konsolstøtten (4) som angivet nedenfor, og fold konsollens samling (26) på plads.

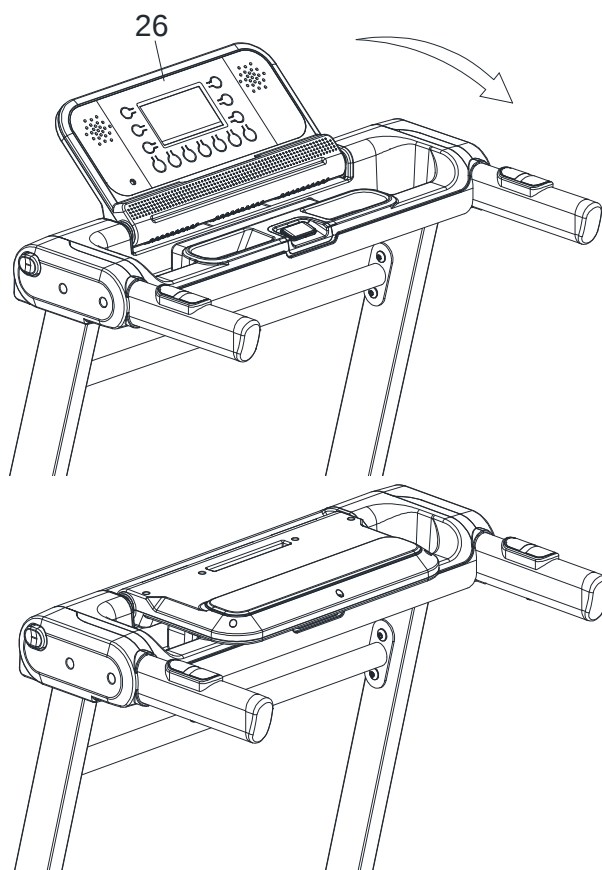


UNFOLDING FOLDING TRANSPORT

Foldning

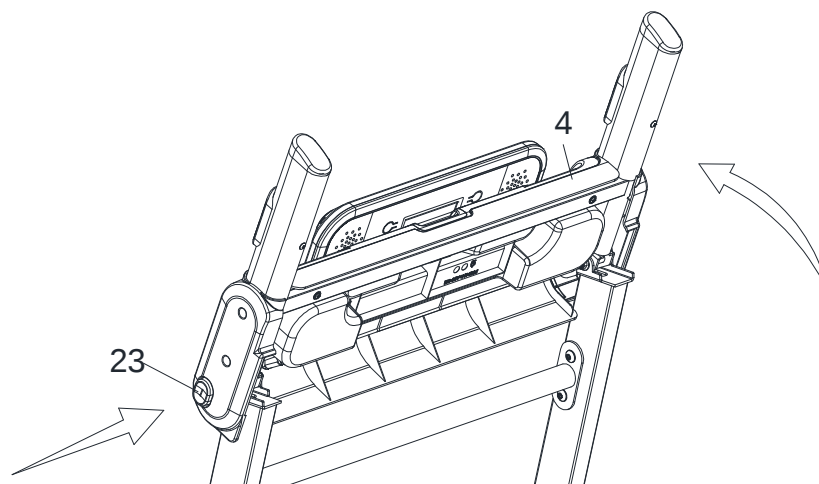
Trin 1.

Foldekonsol (26).



Trin 2.

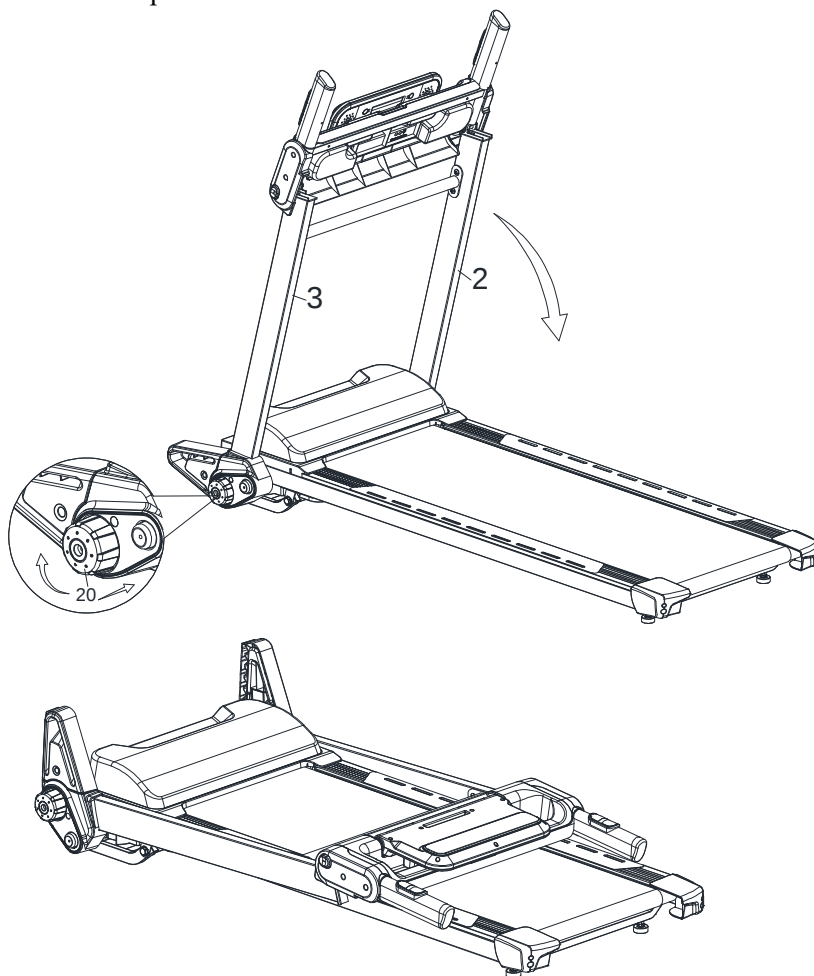
Tryk på udløseren for at skubbe en knap (øverst) (23) og hold den nede, og træk konsolstøtten (4) op til slutningen.



UNFOLDING FOLDING TRANSPORT

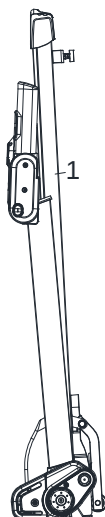
Trin 3.

Tryk på og drej bremsespændingsknappen (20) med uret, og træk i stolperne (L, R) (3,2), som pilen indikerer til slutpositionen.



Trin 4.

Træk hovedrammen (1) op for at folde løbebåndet op.



Computer - Betjeningsvejledning



Knapper:

A> "START/ STOP" Knap

Tryk på denne knap for at starte betjeningen af løbebåndet med starthastigheden på 1,0 KPH. Tryk på den igen for at stoppe løbebåndet med hastigheden langsomt langsommere indtil fuld stop.

B> "SET" Knap

Ved at trykke på denne knap nulstilles TID, DISTANCE, KALORIE. Når du er i manuel tilstand, skal du trykke på denne knap for at indstille parametrene TID, AFSTAND, KALORIE. Selvom der kan indstilles tre parametre, accepteres kun det sidste parametersæt. I pausetilstand skal du trykke på denne knap, alle værdier slettes til nul tilbage til inaktiv tilstand.

D> "MODE" Knap

I klar tilstand, tryk på "MODE" -knappen for at vælge træningstilstand. Der er 12 indbyggede programmer og et HRC-program at vælge.

E> "FAST" Knap

1. Tryk på knappen "FAST" for at øge hastigheden indtil den korrekte hastighed. Hold denne tast nede i 3 sekunder for hurtigt at øge hastigheden.
2. I indstillingstilstand ændres parameteren (øges) ved at trykke på knappen "FAST".

F> " SLOW " Knap

1. Tryk på knappen "SLOW" for at sænke hastigheden, indtil den rigtige hastighed. Hold denne tast nede i 3 sekunder for hurtigt at sænke hastigheden.
2. I indstillingstilstand ændres parameteren (formindskes) ved at trykke på "SLOW" -knappen.

G> "UP" Knap

1. Tryk på knappen "OP" for at øge hældningen, indtil den korrekte hældning er. Hold nede denne tast i 3 sekunder øger hurtigt hældningen.
2. I indstillingstilstand ændres parameteren (øges) ved at trykke på "UP" -knappen.

H> "DOWN" Knap

1. Tryk på knappen "DOWM" for at mindske hældningen indtil den korrekte hældning. Hold denne tast nede i 3 sekunder for hurtigt at mindske hældningen.
2. I indstillingsfunktion ændres parameteren (formindskes) ved at trykke på knappen "DOWM".

I> "Rapid Speed" Knap

Tryk på hurtigknapper 3, 6 og 9 (KPH) eller WALK for lav hastighed, JOG for medium hastighed og RUN for høj hastighed,

J>"Rapid Incline" Knap

Tryk på hurtigknapper 3, 6 og 9, så kan du hurtigt nå den ønskede højde.

Bliv forberedt, inden du bruger løbebåndet

Sørg for, at strømmen overholder produktspecifikationerne, inden du tænder løbebåndet. Kontaktens røde lys tændes, og konsollen viser E0, når løbebåndet tændes. Sæt sikkerhedsnøglen på plads, og klip den i den anden ende til kluden, og vær klar til træningen.

Quick Start

- 1.1. Placer sikkerhedstasten, og løbebåndet er i manuel tilstand. Tryk på START / STOP-knappen for at starte træningen.
- 2.2. Den oprindelige hastighed er 1.0KPH. Du kan justere hastigheden ved at trykke på "FAST", "SLOW" og "RAPID SPEED" -knapper.
- 3.3. Du kan justere hældningen ved at trykke på knapperne "UP", "DOWN" og "RAPID INCLINE".
- 4.4. Du kan trykke på START / STOP-knappen eller trække sikkerhedsnøglen i nødtilfælde ud når som helst, når løbebåndet kører. Hastigheden sænkes gradvist, indtil den stopper helt.
5. Mens du er i manuel tilstand, trykker du på "CLEAR / SET" -knappen for at indstille tid, afstand og kalorieindhold.

Tryk på FAST- og SLOW-knapperne ændrer værdien. Når indstillingen er færdig, tryk på START / STOP for at begynde træningen. (Systemet accepterer kun det sidste varesæt. Når værdien af det indstillede element nås, stopper løbebåndet.)

Håndtagspulsfunktion

Hver gang, løbebåndet fungerer, viser greb om håndtag løbebåndspulsfunktion, og hjerteslagets værdi vises. Grib godt, mens du bruger denne funktion, ellers svinger værdien.

Kalorie Display

Kaloriedisplayet viser værdien af den varmeenergi, der forbruges under træningen.

Built-in programs

Tryk på MODE, og der er 12 indbyggede programmer, P1, P2, P3 ... og P12. Disse programmer er med både hældnings- og hastighedsvariationer og dermed vanskeligere, og de anbefales ikke til begyndere eller børn.

HRC Program :

- 1.1. Dette program er hjerteslagskontrolprogrammet. Kontakt din læge eller professionel træner inden brug.
- 2.2. Tryk på MODE-tasten for at åbne valgproceduren. Tryk derefter på MODE-tasten igen eller FAST / SLOW-tasten for at vælge HRC-program, programvinduet viser H-1
- 3.3. Tryk på SET-tasten for at ændre indstillingsværdier (vægt, alder, målpuls og tid. Brug hastighed HURTIG / SLOW eller skrå OP / NED-tasterne for at justere.)
- 4.4. Tryk på START-tasten for at starte træningsprocessen med indstillede værdier.
- 5.5. Når HR-værdien er lavere end den indstillede målpulsværdi, vil både hastighed og hældning stige, mens HR-værdien er højere, falder begge hastigheder og hældning.
- 6.6. Løbebåndet går i pausetilstand, når det er uden HR-værdi. Når HR genoptages på konsolens display, fortsætter løbebåndet ved at trykke på STSRT-knappen. Hvis pausetilstanden varer mere end 5 minutter, går den i klar tilstand.

Calibration Mode

I klar-tilstand ved at trække sikkerhedstasten af, viser displayet E0. Ved at trykke på MODE-tasten og holde den nede og derefter sætte sikkerhedstasten på, går enheden ind i engineering-tilstand.

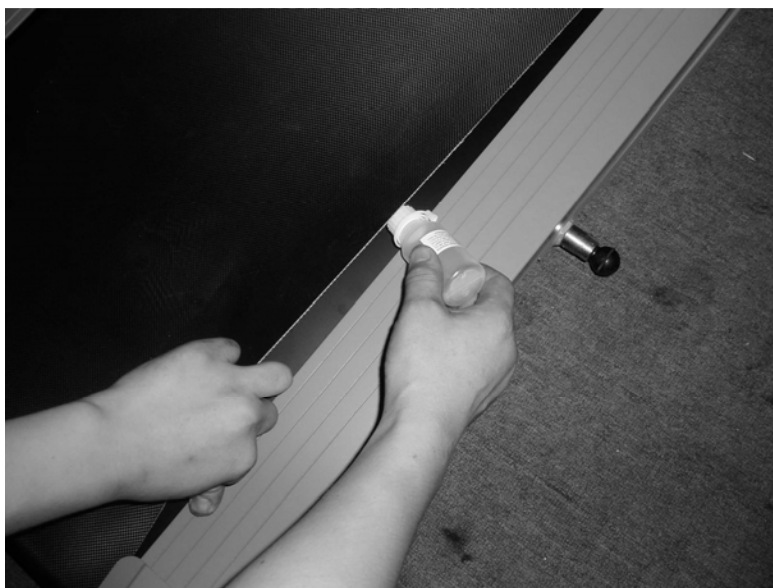
1. Tryk på SET-tasten for at ændre den indstillede værdi (hjulstørrelse 46, minimumshastighed 1KM, maksimum hastighed 18 km, stigningsniveau 12)
2. Når du er færdig med indstillingen, skal du trykke på SET-tasten for at gå til kalibreringstilstand og derefter trykke på START-tasten for at køre hastighed og hældningskalibrering. Enheden vender automatisk tilbage til klar tilstand, når kalibreringen er afsluttet.
- 3.3. I ingeniørtilstand forlader ingeniørtilstand, hvis du trykker på MODE eller trækker sikkerhedstasten ud.
- 4.4. I ingeniørtilstand skifter man ved at trykke på START-tasten til kalibreringsfunktion.
- 5.5. Vær venlig ikke at ændre indstillingerne for ingeniørtilstand, ellers ændrer hastigheden eller hældningsværdien.

➤ **BELT TRACKING ADJUSTMEANT**



Hvis du under brug bemærker, at gåbælte enten forskydes til højre eller venstre for midten, skal du først fjerne "Sikkerhedsnøgle" og tage udstyret ud af vekselstrømskilden. Brug den medfølgende M5 unbrakonøgle, og drej den venstre bageste justering som vist nedenfor med uret ikke mere med 1/4 "af en sving. Fjern M5 unbrakonøgle, indsæt" Sikkerhedsnøgle "og sæt netledningen i vekselstrømstikket. Tænd din løbebånd og observer efter løbet et par minutter for at se, om problemet er rettet. Dette kan tage flere justeringer, så gentag ovenstående procedure.

➤ TREADMILL LUBRICATION



Dit løbebånd skal kræve lidt vedligeholdelse andet end med regelmæssig påføring af smøremiddel. Smøring under løbebåndet vil sikre overlegen ydeevne og forlænge dets forventede levetid.

HVORDAN KONTROLLERES BAND

Bånd til korrekt smøring?

Løft den ene side af løbebåndet, og føl den øverste overflade på løbebåndet.

Hvis overfladen er glat at røre ved, er der ikke behov for yderligere smøring.

Hvis overfladen er tør ved berøring, skal du anvende en pakke smøremiddel eller halvdelen af flasken med smøremiddel.

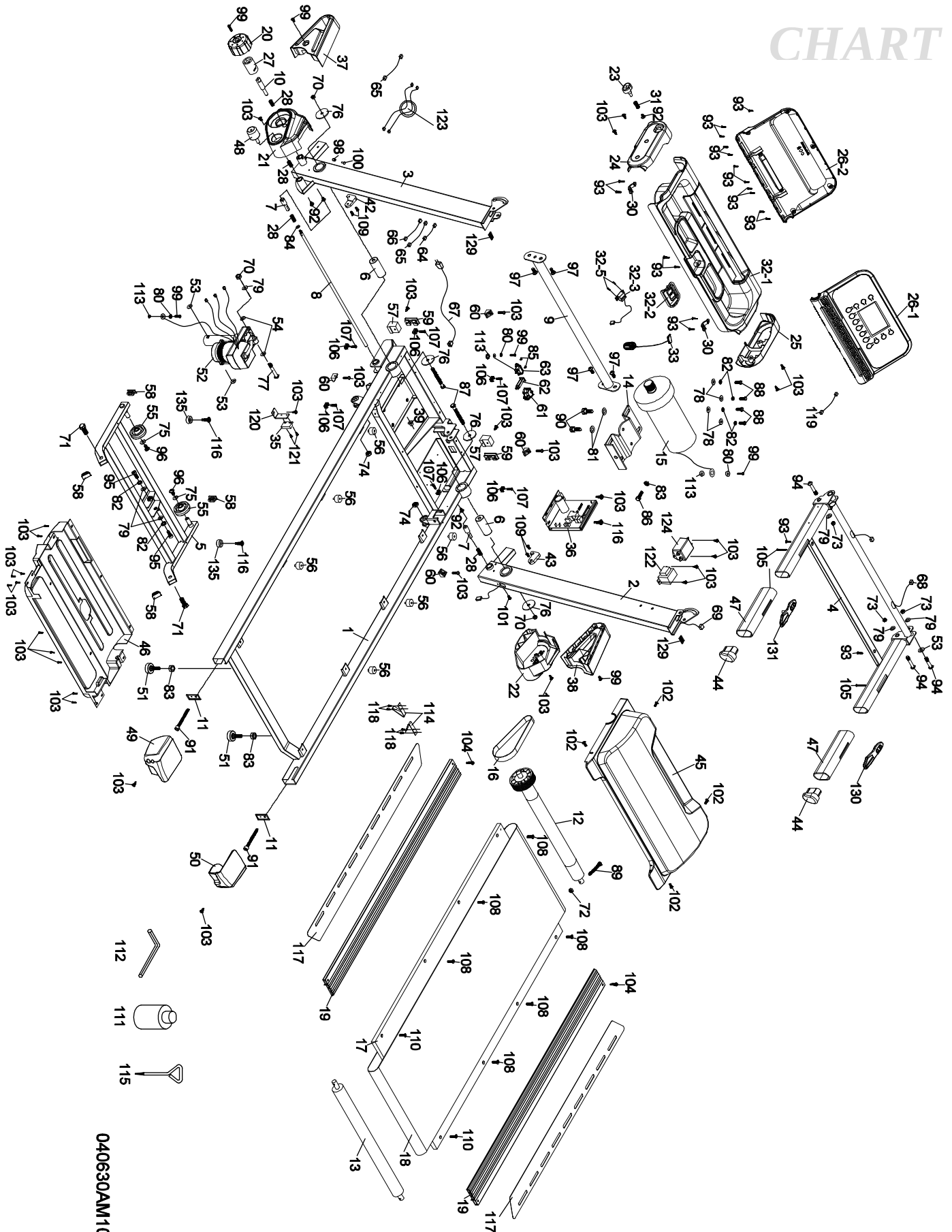
HVORDAN ANVENDES SMØREMIDDEL?

1. Løft den ene side af løbebåndet.
 2. Hæld den ene halvdel af smøremiddelflasken under midten af løbebåndet på den øverste overflade af løbebåndet.
 3. Gå på løbebåndet med langsom hastighed i 3 til 5 minutter for at fordele smøremidlet jævnt.
- BEMÆRK: Smør ikke løbebåndet over. Overskydende smøremiddel, der kommer ud, skal tørres af.

VIGTIGT: ANVEND KUN HALVT FLASKEN AF SMØREMIDLER

1. Hvis det er nødvendigt, er det bedre at smøre en halv flaske, når brugeren åbner karton til brug første gang.
2. Vi foreslår, at hvis brugeren ikke anvender smøremiddel første gang efter de første 25 timers brug
3. (2-3 måneder) skal påføres en halv flaske smøremiddel.
4. Hver 100 timer eller 300 km brugen anvende en halv flaske smøremiddel pr nøjagtige situation.

OVERVIEW CHART



PARTS LIST

NO.	DESCRIPTION	Q'TY
1	Main Frame	1
2	Right Upright	1
3	Left Upright	1
4	Console Support	1
5	Incline Bracket	1
6	Upright Support Axle	2
7	Sprung Latch	2
8	Releasing Bracket Axle	1
9	Handrail Support	1
10	Brake Tension Knob Axle	1
11	Rear Roller Cover	2
12	Front Roller W/Pulley	1
13	Rear Roller	1
14	Motor Bracket	1
15	Drive Motor	1
16	Drive Belt	1
17	Running Deck	1
18	Running Belt	1
19	Foot Rail	2
20	Brake Tension Knob	1
21	Rear Frame Base Cover (L)	1
22	Rear Frame Base Cover (R)	1
23	Release To Push A Button (Top)	1
24	Handgrip Side Cap(L)	1
25	Handgrip Side Cap(R)	1
26	Console Assembly	1
26~1	Console Top Cover	1
26~2	Console Bottom Cover	1
27	Knob Bushing	1
28	Constrict Spring	4
30	Beverage Holder Anchor	2
31	Spring	1
32~1	Beverage Holder	1
32~2	Safety Key Cover	1
32~3	Safety Switch Module W/ Cable	1
32~5	Ø3 × 10L_Sheet Metal Screw	2
33	Square Safety Key	1
35	Sensor W/Cable	1
36	Motor Controller	1
37	Front Frame Base Cover (L)	1
38	Front Frame Base Cover (R)	1
39	Bushing	1
42	Deck stopper (L)	1
43	Deck stopper (L)	1
44	Handgrip End Cap	2
45	Motor Top Cover	1
46	Frame Cover	1
47	Handgrip Foam	2

PARTS LIST

NO.	DESCRIPTION	Q'TY
48	Release To Push A Button (Bottom)	1
49	Rear Adjustment Base (L)	1
50	Rear Adjustment Base (R)	1
51	Adjustment Foot Pad	2
52	Incline Motor	1
53	Ø24 × Ø10 × 3T_Nylon Washer (A)	3
54	Nylon Washer (C)	2
55	Transportation Wheel	2
56	Rubber Foot	6
57	Foot Pad	2
58	15 × 30m/m_Square End Cap	4
59	25 × 50m/m_Square End Cap	2
60	Motor Cover Anchor	4
61	On/Off Switch	1
62	Breaker	1
63	Power Socket	1
64	100m/m_Connecting Wire (Black)	1
65	150m/m_Connecting Wire (White)	2
66	150m/m_Connecting Wire (Black)	1
67	Power Cord	1
68	700m/m_Computer Cable (Upper)	1
69	1200m/m_Computer Cable (Lower)	1
70	3/8" × UNC16 × 7.0T_Nyloc Nut	3
71	1/2" × UNC12 × 1-1/4" _Hex Head Bolt	2
72	M8 × P1.25 × 7.0T_Nyloc Nut	1
73	M10 × P1.5 × 8T_Nyloc Nut	3
74	1/2" × UNC12 × 8T_Nyloc Nut	2
75	Ø8 × Ø16 × 1.5T_Flat Washer	2
76	Ø10 × Ø35 × 2.0T_Flat Washer	4
77	3/8" × UNC16 × 1-3/4" _Hex Head Bolt	1
78	Ø10 × Ø25 × 2.0T_Flat Washer	4
79	Ø19 × Ø10 × 1.5T_Flat Washer	6
80	Ø5 × 1.5T_Split Washer	3
81	Ø8 × 1.5T_Split Washer	2
82	Ø10 × 2T_Split Washer	6
83	3/8" × UNC16 × 7T_Nut	3
84	Ø6 × Ø13 × 1.0T_Flat Washer	1
85	Ø3 × 10L_Sheet Metal Screw	2
86	3/8" × UNC16 × 1-1/4" _Hex Head Bolt	1
87	3/8" × UNC16 × 3-1/2" _Hex Head Bolt	2
88	3/8" × UNC16 × 3/4" _Hex Head Bolt	4
89	M8 × P1.25 × 60L_Hex Head Bolt	1
90	M8 × P1.25 × 12L_Hex Head Bolt	2
91	1/4" × UNC20 × 60L_Socket Head Cap Bolt	2
92	M5 × P0.8 × 10L_Flat Phillips Head Screw	4
93	Ø3.5 × 12L_Sheet Metal Screw	19
94	M10 × P1.5 × 50L_Button Head Socket Bolt	3
95	3/8" × UNC16 × 22L_Socket Head Cap Bolt	2

PARTS LIST

NO.	DESCRIPTION	Q'TY
96	5/16" × UNC18 × 1/2" _Button Head Socket Bolt	2
97	5/16" × UNC18 × 3/4" _Button Head Socket Bolt	4
98	Fastening Bushing	1
99	M5 × P0.8 × 12L _Phillips Head Screw	6
100	M4 × P0.7 × 12L _Phillips Head Screw	1
101	M6 × P1.0 × 15L _Phillips Head Screw	1
102	Ø5 × 16L _Tapping Screw	4
103	Ø5 × 16L _Tapping Screw	31
104	Ø5 × 25L _Tapping Screw	2
105	Ø3 × 55L _Sheet Metal Screw	2
106	Wire Tie Mount	6
107	Ø3.5 × 16L _Tapping Screw	6
108	M6 × P1.0 × 20L _Flat Head Socket Screw	6
109	M5 × P0.8 × 15L _Flat Head Socket Screw	4
110	M6 × P1.0 × 25L _Flat Head Socket Screw	2
111	Lubricant	1
112	M5_L Allen Wrench	1
113	M5_Star Washer	3
114	Belt Guide	2
115	Short Phillips Head Screw Driver	1
116	Ø5 × 19L _Tapping Screw	3
117	Non-Slip Rubber	2
118	Ø4 × 12L _Sheet Metal Screw	4
119	1200m/m _Safety Switch Wire	1
120	Sensor Rack	1
121	Ø3 × 10L _Sheet Metal Screw	2
122	Choke	1
123	400m/m _Connecting Cable Of Motor	1
124	Filter	1
129	Rubber Pad	2
130	800m/m _Speed/Hand Pulse Complex	1
131	800m/m _Incline/Hand Pulse Complex	1
135	Rubber Foot Pad	2



GARLANDO SPA
Via Regione Piemonte, 32 - Zona Industriale D1
15068 - Pozzolo Formigaro (AL) - Italy
www.toorx.it - info@toorx.it