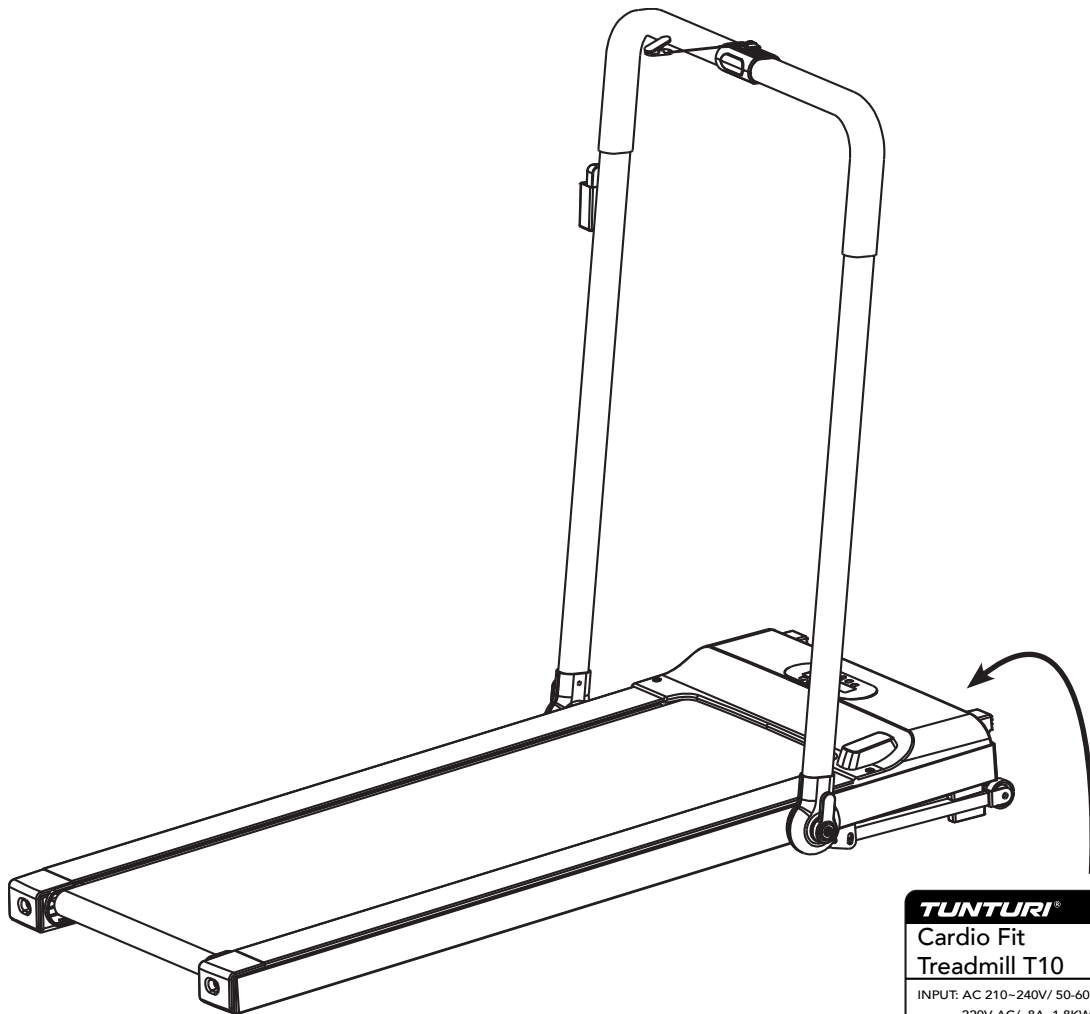




TUNTURI®

Cardio Fit T10

GB Brugervejledning

12 - 17

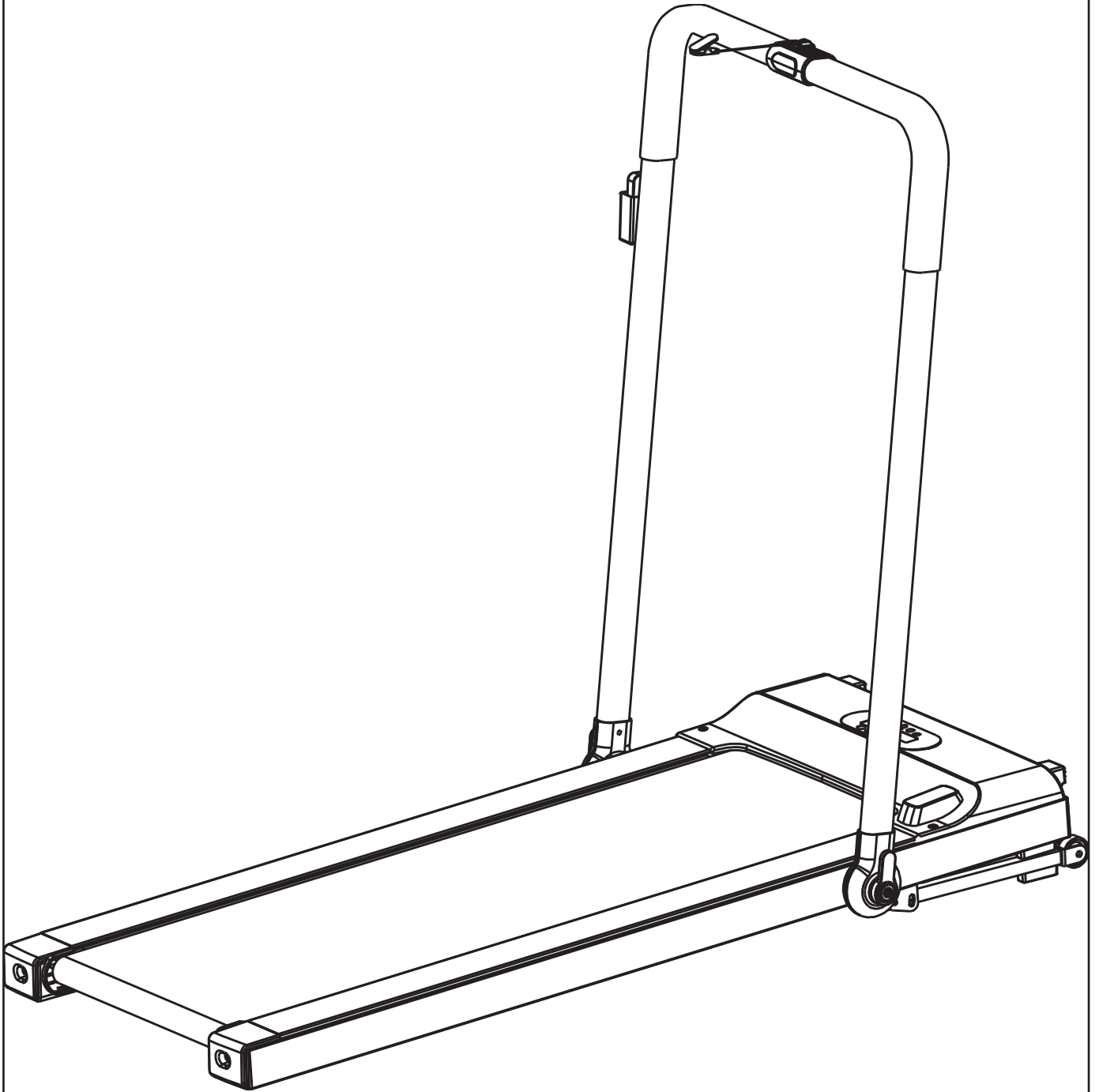


TUNTURI®	
Cardio Fit Treadmill T10	
INPUT: AC 210-240V/ 50-60HZ 220V AC/ 8A 1.8KW	CE RoHS EN957/ Class HC
MAX USER WEIGHT: 100 KGS HOME USE / MADE IN CHINA	 
Serial number:	

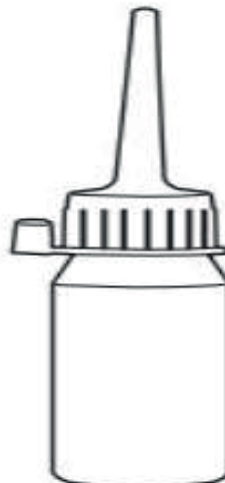
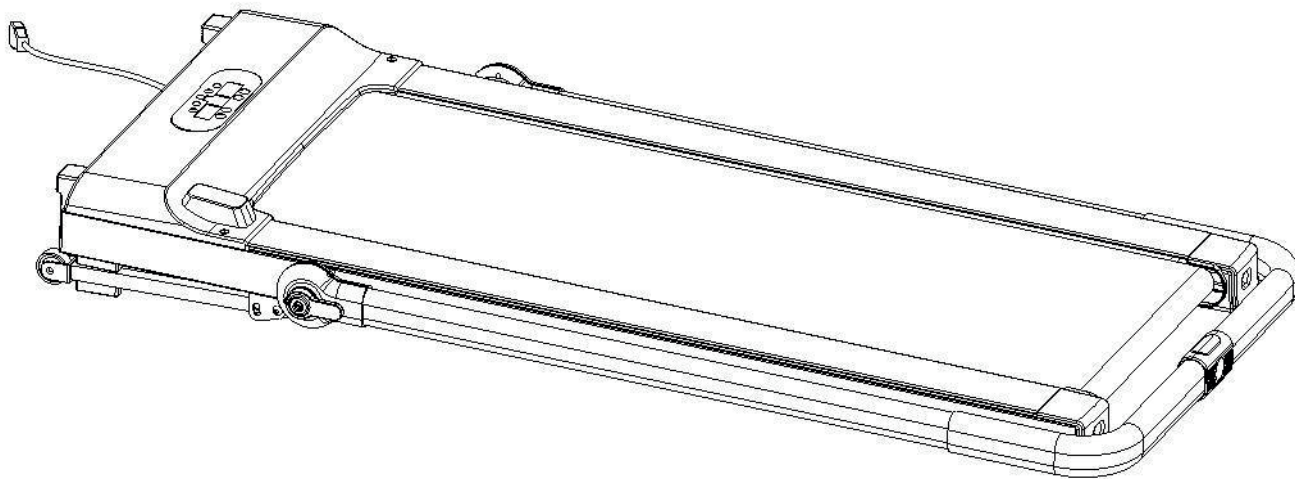
Attention, Achtung, Attention, Attentie, Attenzione, Atención, Giv akt, Huomio

- 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



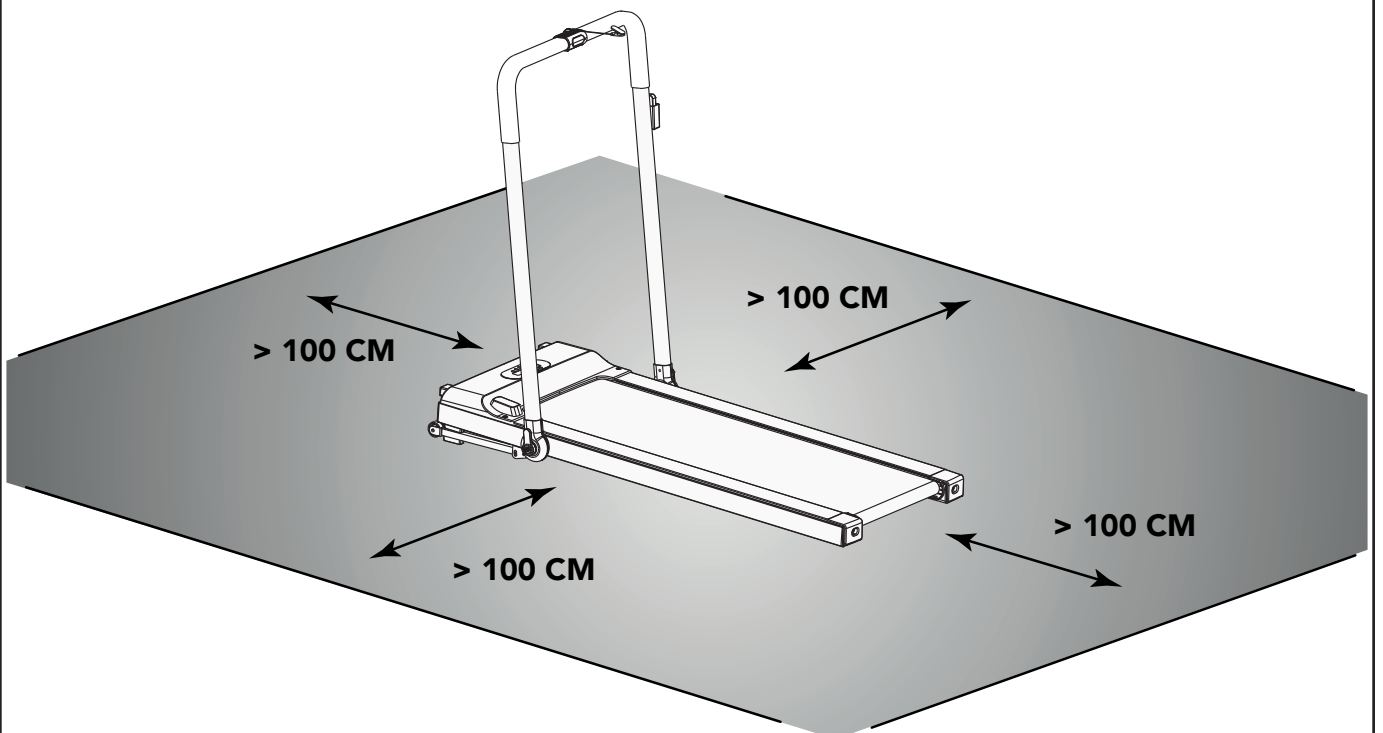
B



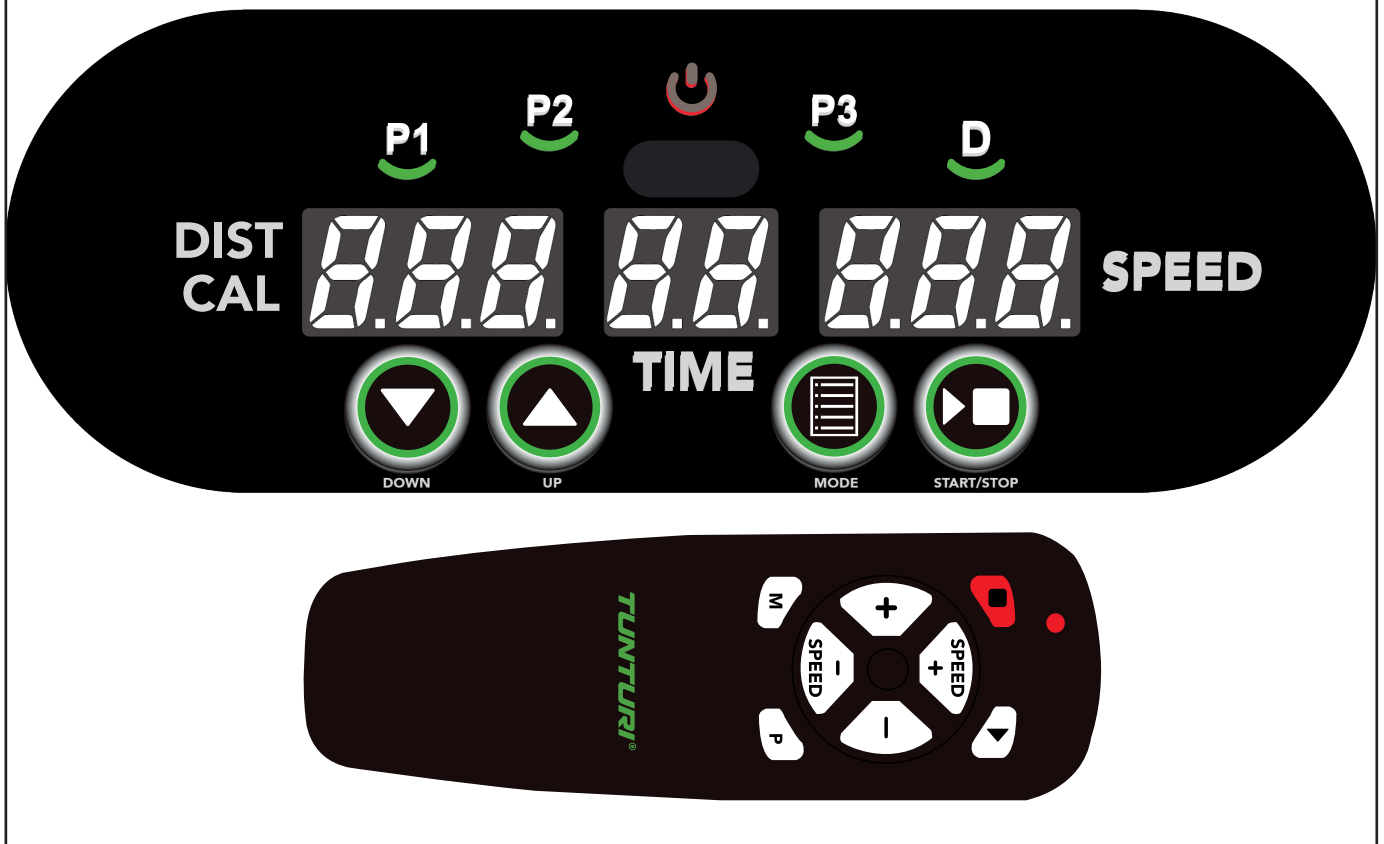
C



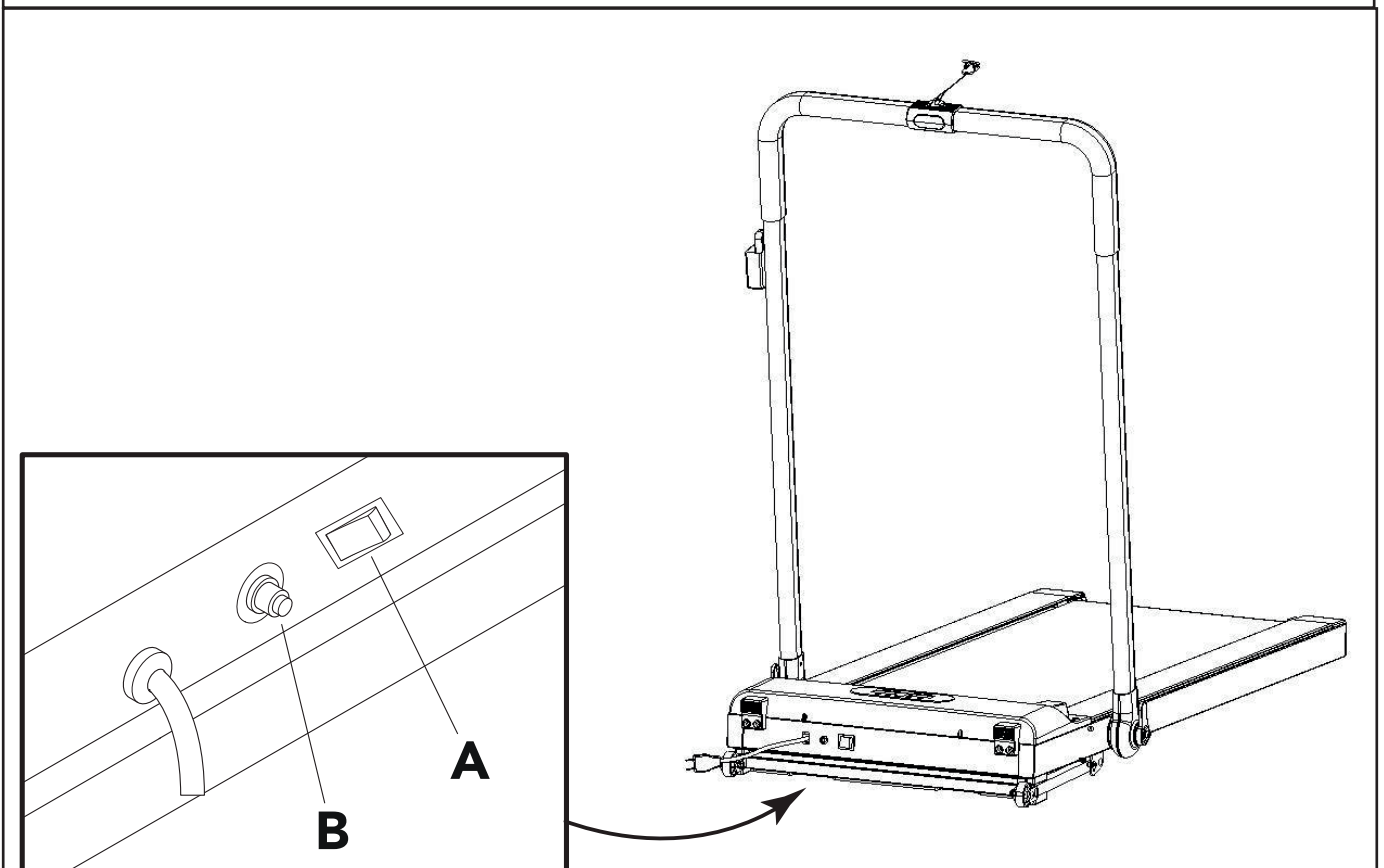
D-0



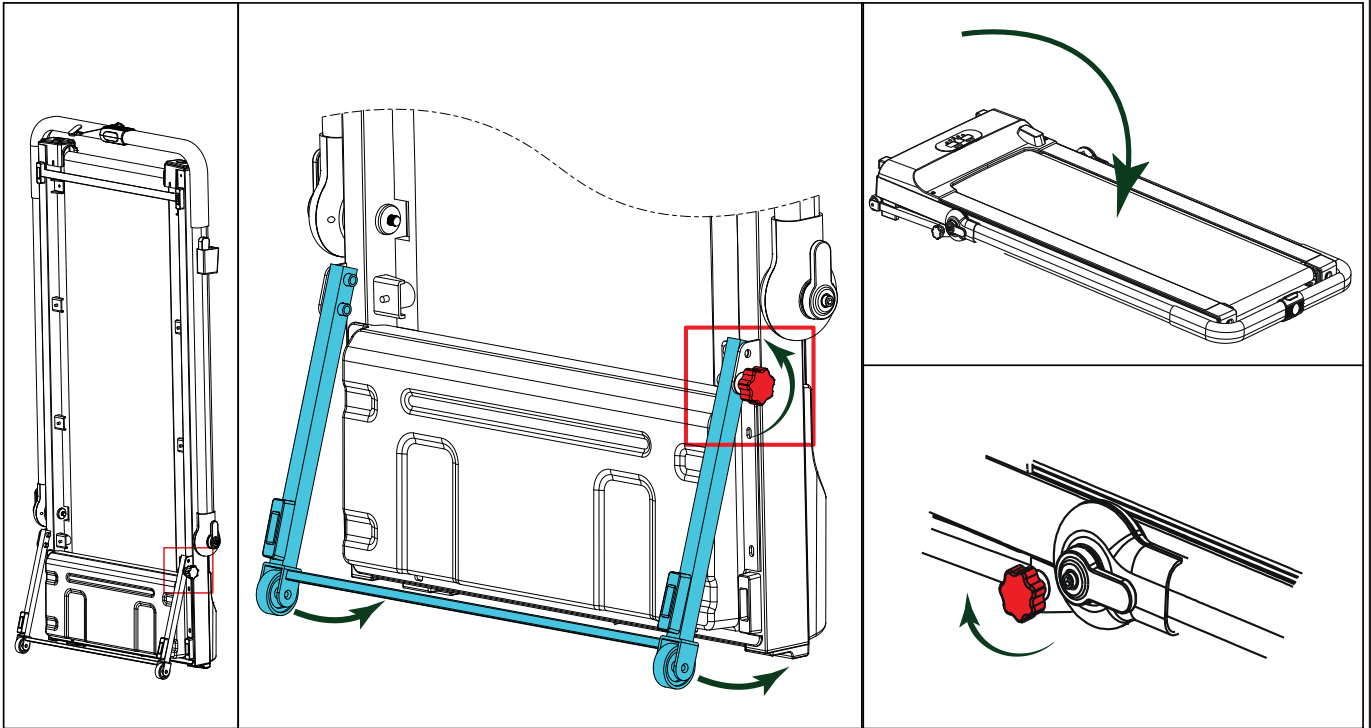
E-1



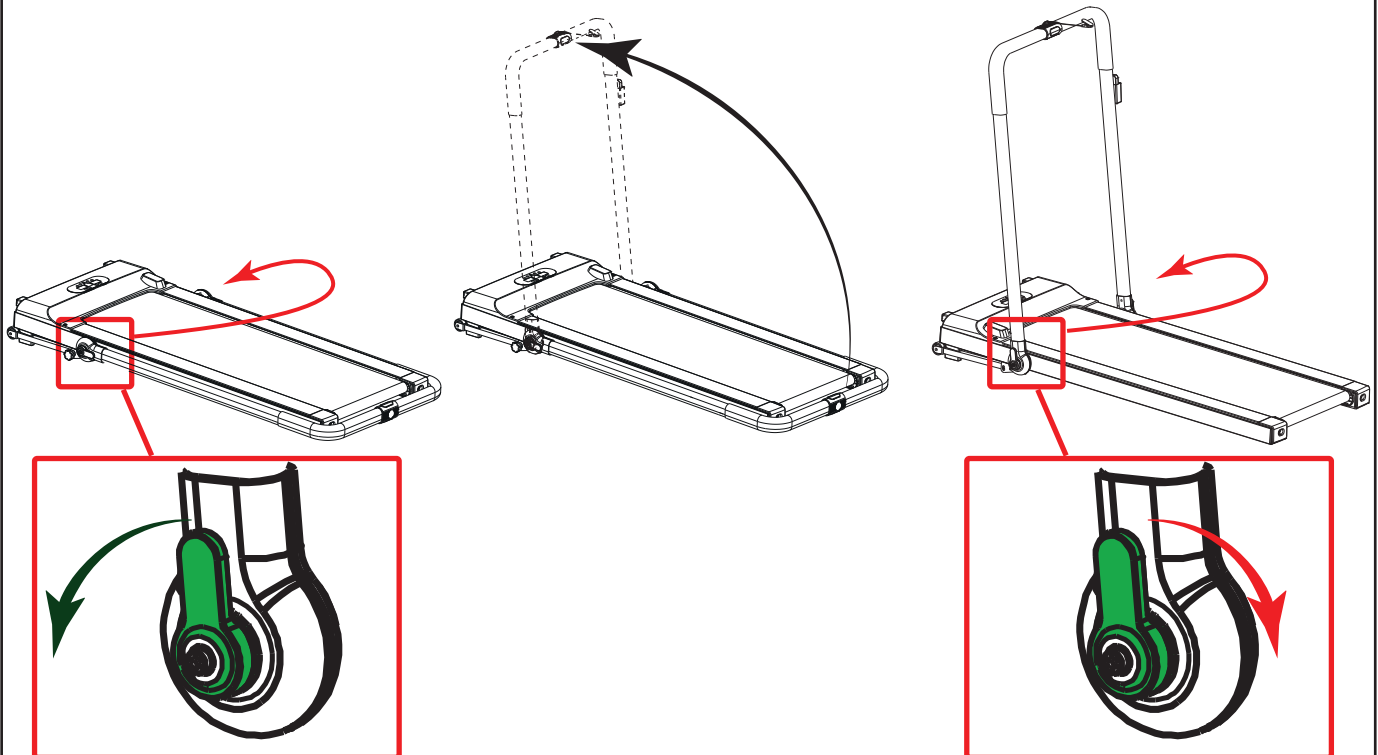
E-2

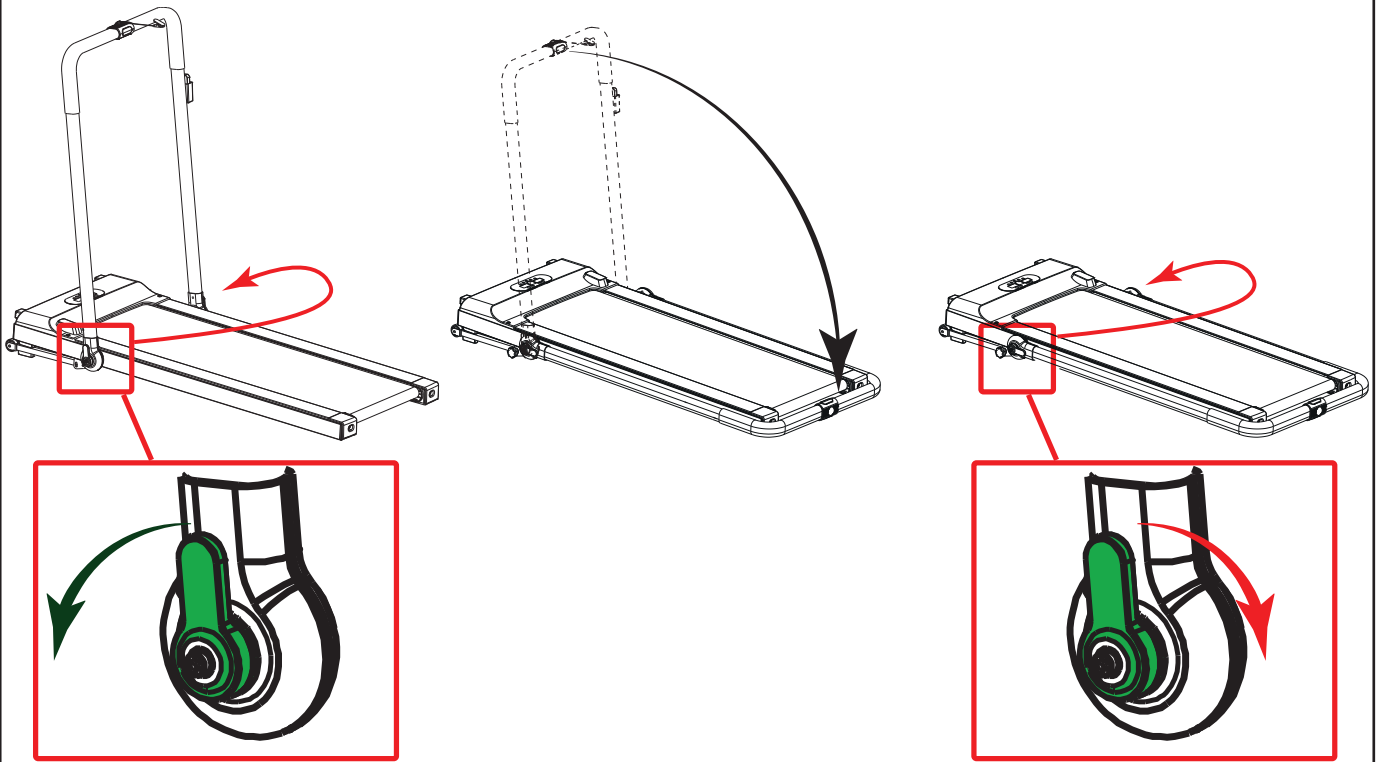
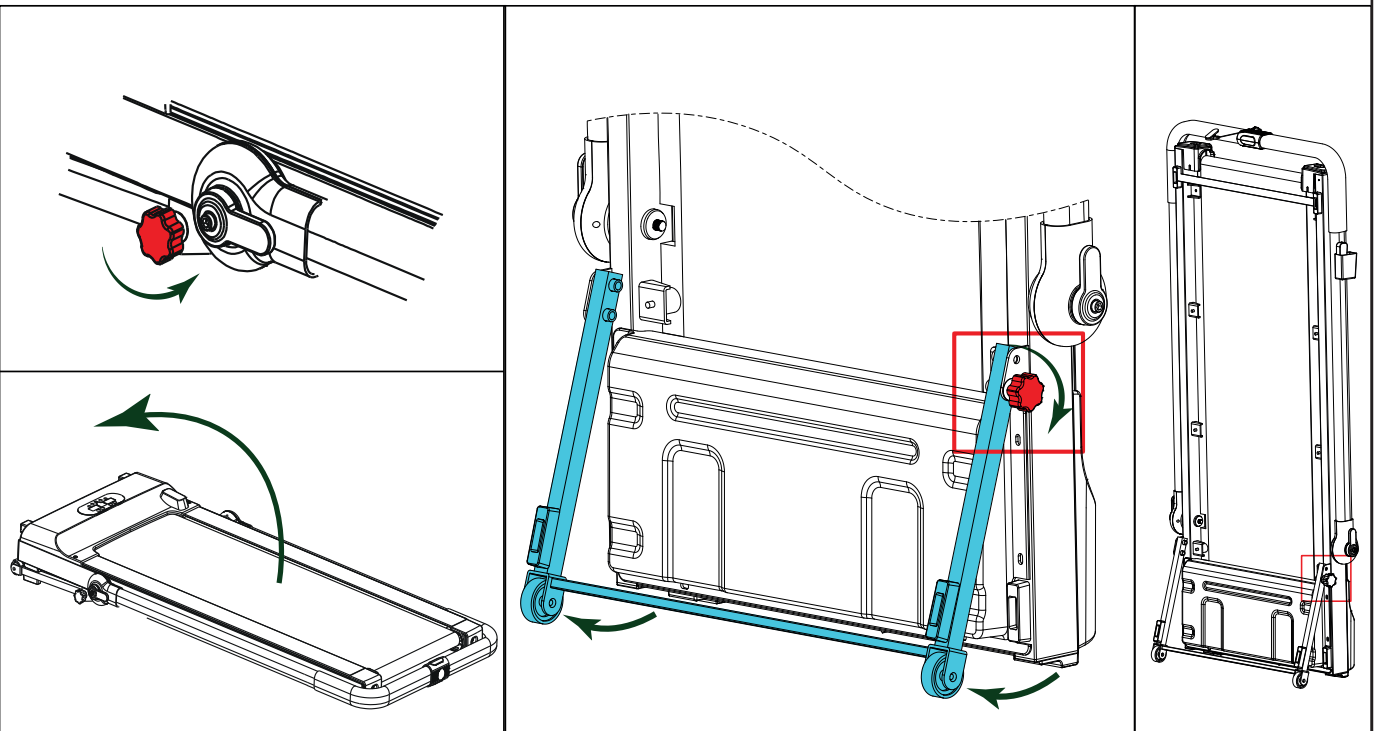


F-1A

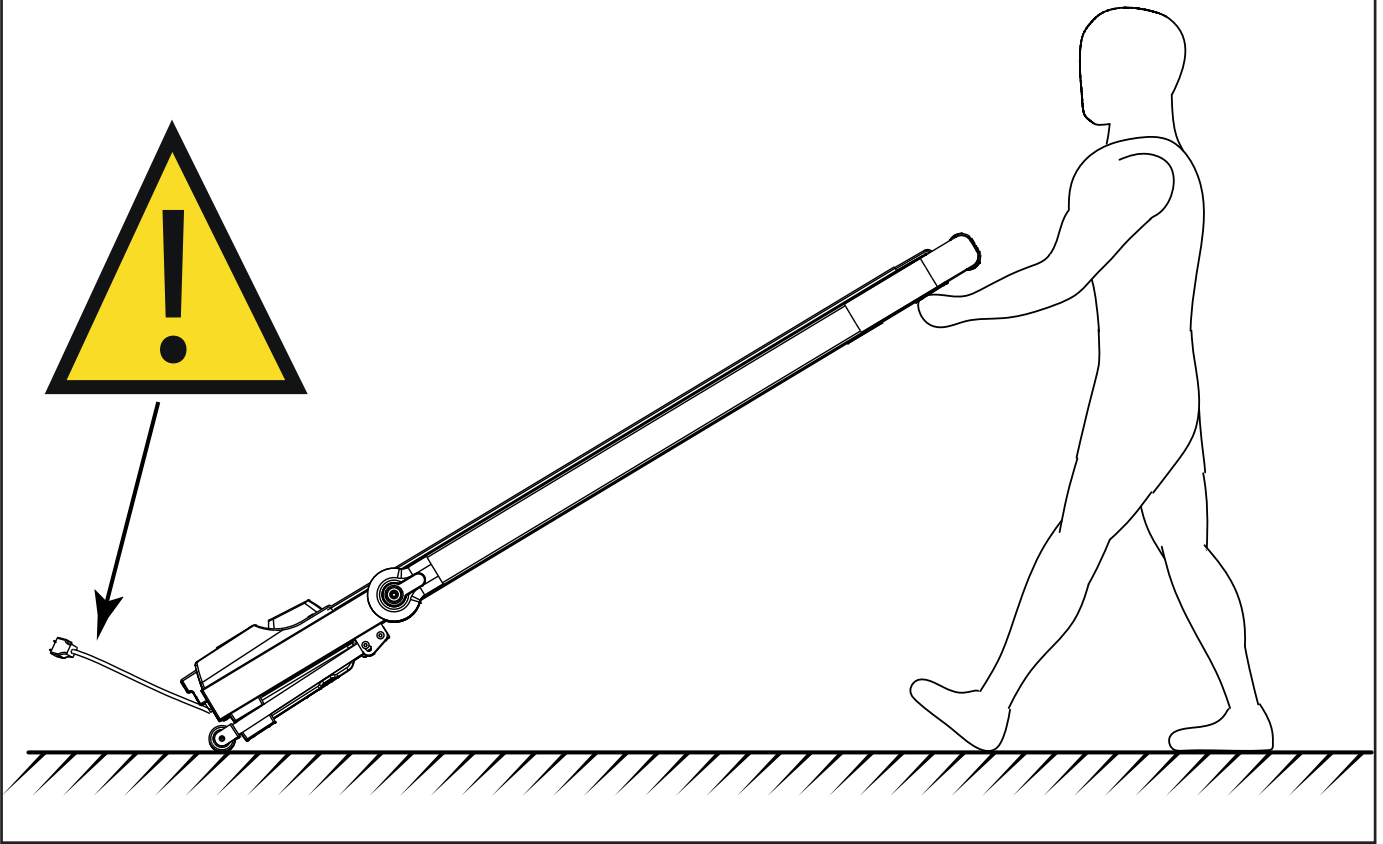


F-1B

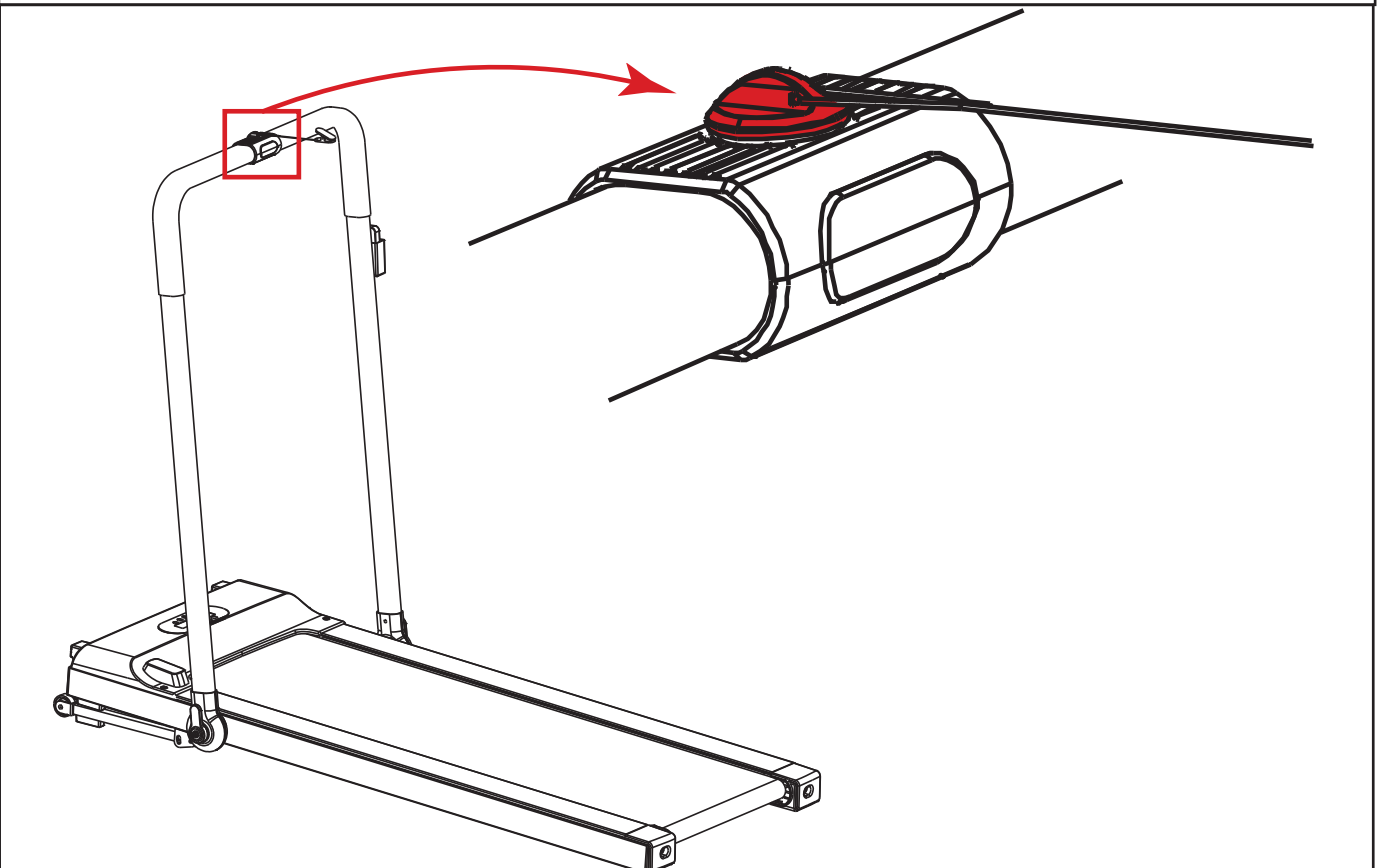


F-2A**F-2B**

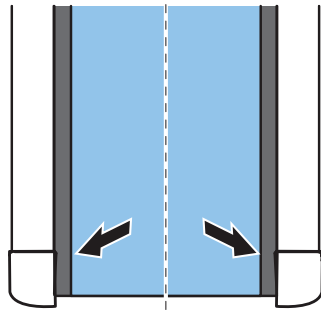
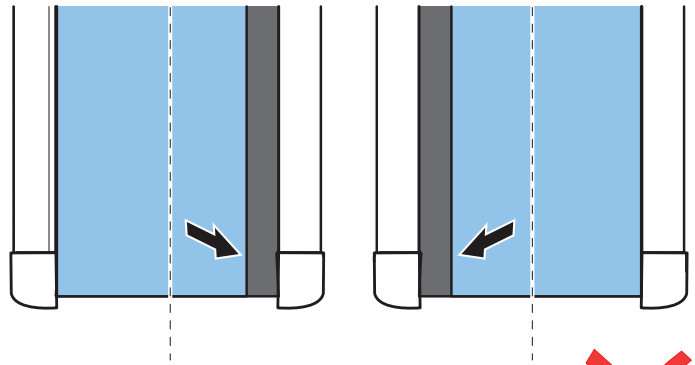
F-3



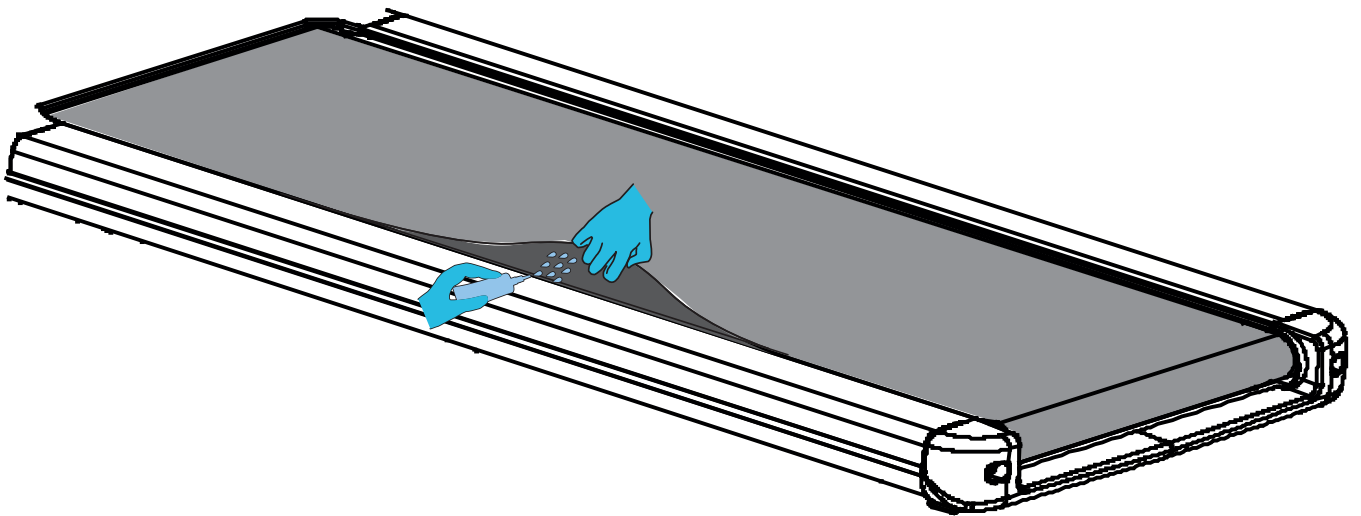
F-4



F-5

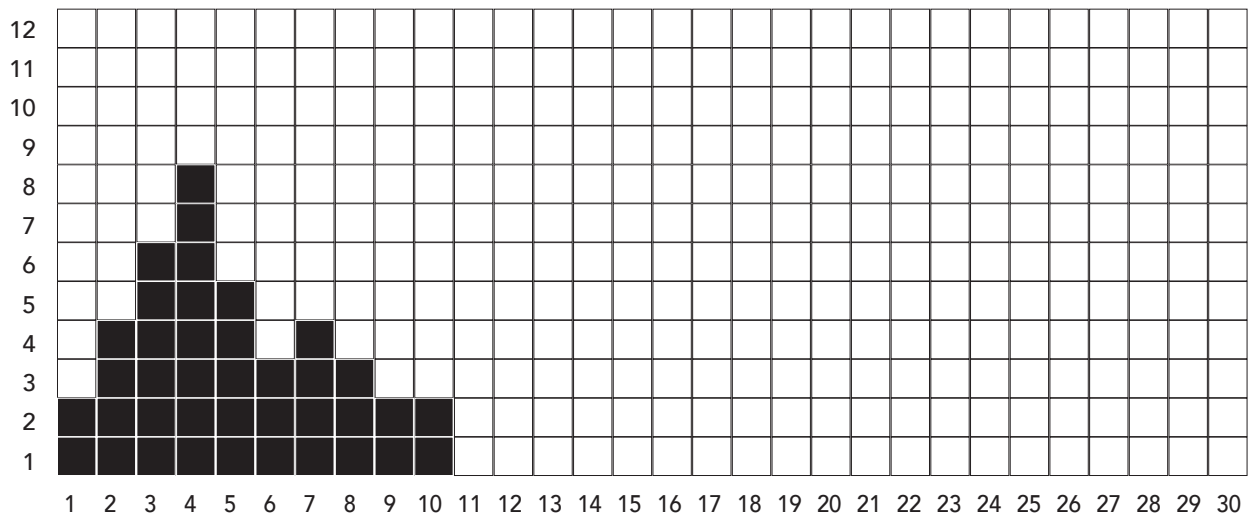


F-6

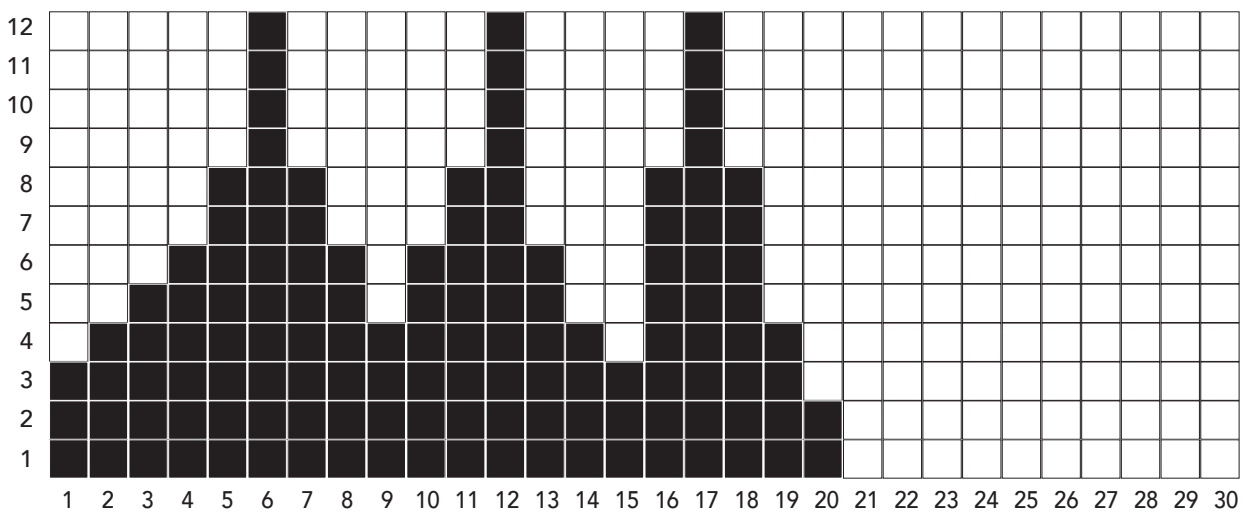


G

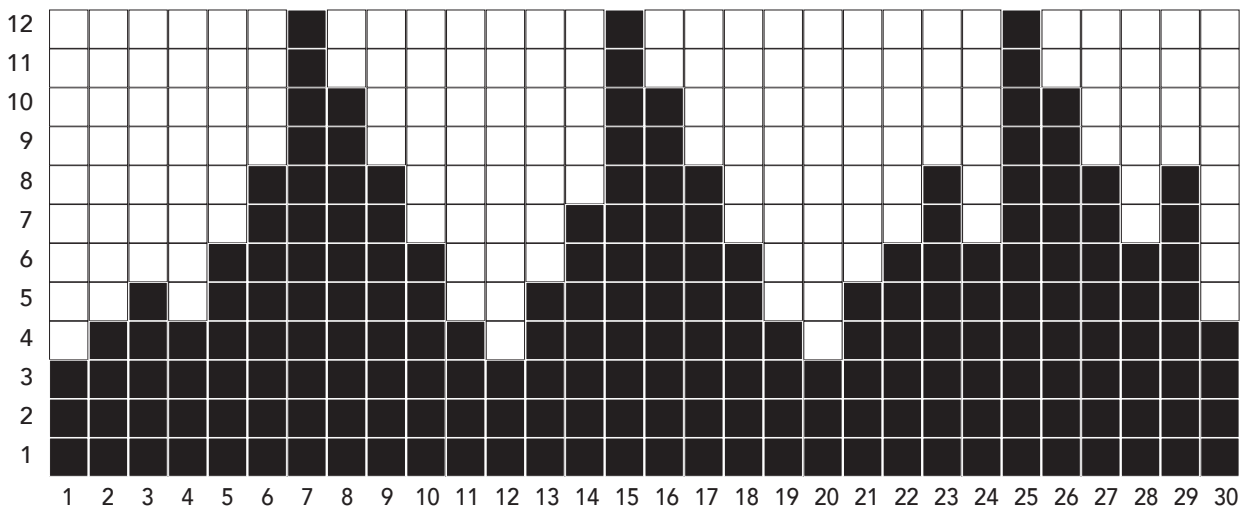
P1 : 10 min.



P2 : 20 min.



P2 : 30 min.



Index

Løbebånd	12
Sikkerhedsvejledning	12
Elektrisk sikkerhed	12
Montage vejledning	13
Beskrivelse (fig. A)	13
Pakkeindhold (fig. B&C)	13
Montage (fig. D)	13
Træning	13
Træningsvejledning	13
Brug	13
Konsol (fig. E-1)	14
Display knapper	15
Fjernbetjening knapper	15
Forklaring af display (Fig. E-1)	15
Pre-set Programs (P1~P3)	15
Garanti	15
Rengøring og vedligehold.....	16
Smørelse (fig. F-6)	16
Problemløsning	17
Transport og opbevaring.....	17
Yderligere information	17
Declaration of the manufacturer	17
Disclaimer	17

Løbebånd

Velkommen til Tunturis verden!

Tak, fordi du købte dette stykke Tunturi-udstyr. Tunturi tilbyder et bredt udvalg af hjemmefacilitetsudstyr, herunder crosstrainers, løbebånd, motionscykler og roere. Tunturi-udstyret er velegnet til hele familien, uanset hvilket kondition.

For mere information, se venligst vores websted www.tunturi.com

Vigtige sikkerhedsinstruktioner

Denne brugermanual er en væsentlig del af dit træningsudstyr: læs alle instruktioner i denne vejledning, før du begynder at bruge dette apparat. Følgende forholdsregler skal altid følges:

Sikkerhedsadvarsler

⚠ ADVARSEL

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

⚠ ADVARSEL

- Pulsovervågningssystemer kan være unøjagtige. Overøvelse kan resultere i alvorlig personskade eller død. Hvis du føler dig svag, stop straks med at 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 en fysisk, sensorisk, mental 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 starter din træning, skal du kontakte en læge for at kontrollere dit helbred.
- Hvis du oplever kvalme, svimmelhed eller andre unormale symptomer, stop straks din træning og konsulter en læge.
- For at undgå muskelsmerter og belastning, start hver træning med at varme op og færdig hver træning ved 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 omgivelser for ikke at blive forkølet.
- Brug kun udstyret i omgivelser med omgivende temperaturer mellem 10 ° C og 35 ° C. Opbevar udstyret kun i omgivelser med omgivende temperaturer mellem 5 ° C og 45 ° C.
- Brug ikke eller opbevar udstyret i fugtige omgivelser. Luftfugtigheden må aldrig være mere end 80%.
- Brug kun udstyret til det tilsigtede formål. Brug ikke udstyr til andre formål end beskrevet i manualen.
- Brug ikke udstyret, hvis nogen del er beskadiget eller defekt. Hvis en del er beskadiget eller defekt, skal du kontakte din forhandler.
- Hold dine 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 bevægelige dele.
- Sørg for, at kun én person bruger udstyret ad gangen. Dette udstyr må ikke bruges af personer, der vejer mere end 100 kg (220 lbs).
- Åbn ikke udstyr uden at konsultere din forhandler.

Electrical safety

(Kun til udstyr med elektrisk strøm)

- Før brug skal du altid kontrollere, at spændingen er den samme som spændingen på udstyrets typeskilt.
- Brug ikke et forlænger-kabel.
- Hold kablet væk fra varme, olie og skarpe kanter.
- Du må ikke ændre eller modificere kablet eller stikket til stikket.
- Brug ikke udstyret, hvis kablet eller stikket er tilsluttet er beskadiget eller defekt. Hvis kablet eller stikket er beskadiget eller defekt, skal du kontakte din forhandler.
- Frakobl altid netledningen helt.
- Kør ikke kablet under udstyret. Kør ikke kablet under et tæppe. Anbring ikke genstande på kablet.
- Sørg for, at kablet ikke hænger over kanten af et bord.
- Sørg for, at kablet ikke kan fanges ved et uheld eller snuble.
- Lad ikke udstyret være uden opsyn, når stikket sættes i stikkontakten.
- Træk ikke i kablet for at fjerne stikket fra stikkontakten.
- Tag stikket ud af stikkontakten, når udstyret er ikke i brug, før montering eller demontering og før rengøring og vedligeholdelse

⚠ CAUTION

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

⚠ CAUTION

- Brug ALDRIG en RCD - reststrømsenhed (U.S. ver. = GFCI) - stikkontakt med denne løbebånd. Som med alle apparater med en stor motor, kører RCD / GFCI ofte. Før netledningen væk fra enhver bevægelig del af løbebåndet, inklusive hævemekanismen og transporthjulene.

Grundlæggende instruktioner

Dette produkt skal være jordet. Hvis løbebåndets elektriske system skulle fungere som en funktionsfejl eller jordforbindelse giver en vej med mindst mulig modstand for elektrisk strøm, hvilket reducerer risikoen for elektrisk stød. Dette produkt er udstyret med en ledning med et jordforbindelse til udstyr. Stikket skal tilsluttes et passende stik, der er korrekt installeret og jordet i overensstemmelse med alle lokale koder og forordninger.

⚠ ADVARSEL

- Forkert tilslutning af udstyrets jordforbindelsesleder kan medføre risiko for elektrisk stød. Kontakt en kvalificeret elektriker eller servicemand, hvis du er i tvivl om, hvorvidt produktet er korrekt jordforbundet. Modificer ikke det stik, der fulgte med produktet, hvis det ikke passer til stikkontakten; få et korrekt stikkontakt installeret af en kvalificeret elektriker.

Montage vejledning**Beskrivelse (fig. A)**

Din løbebånd er et stykke stationært fitnessudstyr, der bruges til at simulere gå eller løb uden at forårsage overdreven pres på samlingerne.

Pakkeindhold (fig. B&C)

- Pakken indeholder delene som vist i fig. B.

🔧 NOTE

- Kontakt din forhandler, hvis der mangler en del.

Montage (fig. D)

Produktet leveres samlet i kartonen. Produktet kommer i den sammenklappede tilstand i kartonen.

🔧 NOTE

- Se afsnittet "Foldning og udfoldning af udstyret" i denne vejledning for at udfolde løbebåndet.

⚠ ADVARSEL

- Bær og flyt udstyret med mindst to personer.

⚠ CAUTION

- Placer udstyret på en fast, plan overflade.
- Placer udstyret på en beskyttende base for at forhindre beskadigelse af gulvet.
- Tillad mindst 100 cm frigang omkring udstyret.

Træninger

Træningen skal være passende let, men af lang varighed. Aerob træning er baseret på at forbedre kroppens maksimale iltoptagelse, hvilket igen forbedrer udholdenhed og kondition. Du skal svede, men du skal ikke komme ud af ånden 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 kondition. Det er værd at kombinere regelmæssig motion med en sund kost. En person, der er engageret i slankekure, skal træne dagligt, første 30 minutter eller mindre ad gangen, gradvist

øge den daglige træningstid til en time. Start din træning i lav hastighed og lav modstand for at forhindre, at det kardiovaskulære system udsættes for overdreven belastning. Når fitness-niveauet forbedres, kan hastighed og modstand øges gradvist. Effektiviteten af din træning kan måles ved at overvåge din hjerterytme og din puls.

Trænings instruktioner

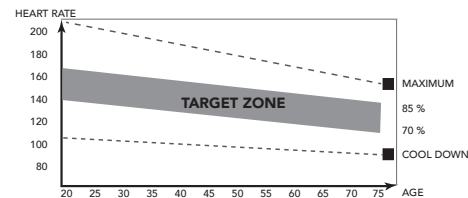
Brug af dit udstyr giver dig flere fordele, det forbedrer din kondition, tonemuskler og sammen med en kaloriekontrolleret diæt hjælper du med at tabe dig.

Opvarmning

Denne fase hjælper med at få blodet til at flyde rundt i kroppen og musklerne fungerer korrekt. Det vil også reducere risikoen for krampe og muskelskade. Det anbefales at gøre et par strækøvelser som vist nedenfor. Hver strækning skal holdes i cirka 30 sekunder, ikke tving eller ryk musklerne i en strækning - hvis det gør ondt, STOP

Træning

Dette er stadiet, hvor du lægger en indsats i. Efter regelmæssig brug vil musklerne i dine ben blive mere fleksible. Arbejd efter dit, men det er meget vigtigt at opretholde et stabilt tempo igennem. Arbejdshastigheden skal være tilstrækkelig til at hæve din herteslag i målzonen vist på grafen herunder.



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

Cool Down

Denne fase er at lade dit kardiovaskulære system og muskler afvikle. Dette er en gentagelse af opvarmningsøvelsen, f.eks. reducer dit tempo, fortsæt i cirka 5 minutter. Strækøvelserne skal nu gentages, igen skal du huske ikke at tvinge eller rykke dine muskler ind i strækningen. Når du bliver montør, skal du muligvis træne længere og hårdere. Det anbefales at træne mindst tre gange om ugen, og om muligt placere dine træninger jævnt i løbet af ugen.

Muskel toning

Hvis du vil tone muskler, mens du er på din træner, skal du have modstanden sat temmelig høj. Dette vil lægge mere belastning på vores benmuskler og kan betyde, at du ikke kan træne så længe, som du gerne vil. Hvis du også prøver at forbedre din kondition, skal du ændre dit træningsprogram. Du skal træne som normalt under 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 du arbejder, jo flere kalorier forbrænder du. Dette er faktisk det samme, som hvis du træner for at forbedre din kondition, er forskellen målet.

BRUG**Master strømafbryder (fig. E-2A)**

Udstyret er udstyret med en hovedafbryder til at slukke udstyret helt.

Start udstyret

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

Stop udstyret

- Sæt afbryderen i slukket position.
- Fjern stikket fra stikkontakten.
- Fjern stikket fra udstyret.

Sikkerhedsnøgle (Fig F-4)

Udstyret er udstyret med en sikkerhedsnøgle, der skal indsættes korrekt i åbningen på toppen af gelænderet for at starte udstyret. Hvis du fjerner sikkerhedsnøglen fra åbningen, stopper udstyret øjeblikkeligt.

- Indsæt sikkerhedsnøglen i åbningen på toppen af gelænderet. - Sørg for, at klemmen på sikkerhedsnøglen er korrekt fastgjort til tøjet.
- Sørg for, at klemmen ikke fjernes fra dit tøj, før sikkerhedsnøglen fjernes fra gelænderet.

NOTE

- Konsollen viser ---- - --- når sikkerhedsnøglen ikke er i (korrekt) position under opstart.

Afbryder (Fig. E-2B)

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 fjerne stikket fra udstyret.

Hvis udstyret lukkes ned, skal du fortsætte som følger for at genstarte udstyret:

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

NOTE

- Nogle afbrydere, der bruges i hjemmet, er ikke klassificeret efter høje indgangsstrømme, der kan opstå, når en løbebånd først tændes eller endda under normal brug. Hvis din løbebånd udløser afbryderen (selvom det er den korrekte nuværende bedømmelse og løbebåndet er det eneste apparat på kredsløbet), men afbryderen på selve løbebåndet ikke kører, skal du udskifte bryteren med en høj inrush type. Dette er ikke en garantidefekt. Dette er en betingelse, som vi som fremstilling ikke har mulighed for at kontrollere.

Foldning og udfoldning af udstyret**NOTE**

- Før udstyret foldes eller foldes ud, skal du sørge for, at fjernbetjeningen er taget ud af holderen for at undgå, at det falder ud.
- Begge klemhåndtag (nr. otte) kan trækkes ud og frit placeres uden at stramme eller løsne fastgørelsen. Slip klemhåndtagene (#otte), og drej for at justere fikseringen..

Udfoldning af udstyret (fig. F1)

- A-Når du er i lodret opbevaringsstilling
- Mens du understøtter løbebåndets ramme, løsnes stabilisatorrammerens fastgørelsesknap (# 443) på RH-siden af stabilisatorrammen (# 42) ved at dreje den i retning mod uret.
- Vip hovedrammen let fremad, og fold stabilisatorrammen ind.
- Fastgør stabilisatorrammen, mens du understøtter løbebåndets ramme fastgørelsesknap (# 43) på RH-siden af stabilisatorrammen (# 42) ved at dreje den med uret.
- Sænk den lodrette positionerede løbebånd i vandret position.

- B-Når du er i vandret opbevaringsposition.
- Drej begge klemhåndtag (# 8) i retning mod uret for at løsne fastgørelsen af gelænderet.
- Vip rækværket i lodret stilling. (svagt fremadrettet vinkel)
- Drej begge klemmearmarmene (# 8) i urets retning for at fastgøre
- Træner er nu i klar til brug position.

Se illustrationer for den korrekte måde at udfolde udstyret på.

Foldning af udstyret (fig. F2)

- A-Når du er klar til brugsposition
- Drej begge klemhåndtag (# 8) i retning mod uret for at løsne fastgørelsen.
- Før håndlisten i den nedadrettede vandret position.
- Drej begge klemhåndtag (# 8) i urets retning for at fastsætte fastgørelsen af gelænderet.
- Træner er nu i vandret opbevaringsposition.
- B-Når du er i vandret opbevaringsposition.
- Vip løbebåndets ramme i lodret position ved at løfte den på hovedrammen (Løft ikke løbebåndet ved at holde rækværket).
- Mens du understøtter løbebåndets ramme, løsnes stabilisatorrammerens fastgørelsesknap (# 43) på RH-siden af stabilisatorrammen (# 42) ved at dreje den i retning mod uret.
- Vip hovedrammen let fremad og fold ud i stabilisatorrammen.
- Mens du understøtter løbebåndets ramme, skal du fastgøre stabilisatorrammerens fastgørelsesknap (# 43) på RH-siden af stabilisatorrammen (# 42) ved at dreje den i urets retning.
- Løbebånd er nu i lodret opbevaringsposition.

Se illustrationer for den korrekte måde at folde udstyret på.

Konsol (fig. E-1)**CAUTION**

- Hold konsollen væk fra direkte sollys.
 - Tør overfladen på konsollen, når den er dækket med dråber sved.
 - Læn dig ikke på konsollen.
- Berør kun skærmen med fingerspidsen. Sørg for at dine negle eller skarpe genstande berører ikke skærmen.

NOTE

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

Display knapper

Start/ Stop

- Tryk på knappen "Start / Stop" for at starte den valgte træning, når løbebåndet er i stoptilstand. Efter 3 sekunders nedtælling starter træningen med 1,0 km / t.
- Tryk på knappen "Start / Stop" for at stoppe løbebåndet gradvist, når du er i træningstilstand.

Mode

- Cyklus mellem målinstillingsparametre i programmeringstilstand. Vælg mellem: måltid, målafstand eller målkalorier.

Up

- Øger hastigheden (1,0 - 12,0 km / t).
- Ved at trykke en gang øges hastigheden 0,1 km / t.
- Ved at trykke på og holde i to sekunder øges hastigheden hurtigere.
- Skift værdier i målprogrammeringstilstand.

Down

- Sænker hastigheden (1,0 ~ 12,0 km / t).
- Ved at trykke en gang reduceres hastigheden 0,1 km / t.
- Hvis du trykker på og holder nede i to sekunder, reduceres hastigheden hurtigere.
- Skift værdier i målprogrammeringstilstand.

Fjernbetjeningsknapper

Stop

- Tryk på "Stop" -knappen for at stoppe løbebåndet gradvist, når du er i træningstilstand.

Start

- Tryk på "Start" -knappen for at starte den valgte træning, når løbebåndet er i stoptilstand. Efter 3 sekunders nedtælling starter træningen med 1,0 km / t.

+ (plus)

- Forøg værdien, når du er i målprogrammeringstilstand.

-(min.)

- Reducer værdien, når du er i målprogrammeringstilstand.

Speed +

- øg værdien, når du er i målprogrammeringstilstand.
- Forøg træningshastigheden, når du er i træningstilstand.

Speed -

- Reducer værdien, når du er i målprogrammeringstilstand.
- Reducer træningshastigheden, når du er i træningstilstand.

M (Mode)

Tryk på M knappen i programming mode:

- 1 gang : Åben tidsmåltilstand. (30 blink i display)
- 2 gange : Åben Distance Target Mode (D & 1.0 blink i display)
- 3 gange : Åben Calorie Target Mode (50 blink i display)

P (Program)

Tryk P knap i programming mode:

- 1 gang : Vælg P1 program (P1 & 10 shown in display)
- 2 gange : Vælg P2 Program (P2 & 20 shown in display)
- 3 gange : Vælg P3 program (P3 & 30 shown in display)

NOTE

- Fjernbetjeningen kan kun fungere korrekt, hvis mellemrummet mellem fjernbetjeningssenderen og modtageren i hovedrammedisplayet ikke er blokeret af noget objekt.
- Fjernbetjeningen skal udstyres med 2 batterier af typen AAA for at få den til at fungere.
- Udskift batterierne, når din fjernbetjening ikke reagerer.

Forklaring af displayelementer (Fig. E-1)

Speed

- Viser den aktuelle løbebåndshastighed i træningstilstand.
- Display range : 1.0 ~ 12.0 ± 0.1 km/h

Distance

- Viser løbafstandstræningstilstand.
- Setting range : 0.0 ~ 99.9 km.
- Display range : 0.0 ~ 99.9 km.

Time

- Viser løbetid i træningstilstand.
- Setting range : 5 ~ 99 minutes
- Display range : 0 ~ 59 sec. / 1 ~ 99 minutes

Calories

- Viser de forbrugte K. Kalorier i træningstilstand.
- Setting range : 10 ~ 300 K.Cal.
- Display range : 0 ~ 999 K.Cal.

P1, P2, P3, D, ⏸

- P1, P2, P3 : Indikerer det valgte program.
- D : Angiver, at måltilstand er valgt til afstand. D vises, når Afstand-parameter vises i træningstilstand.
- ⏸ : Angiver, at løbebåndet er i stoptilstand.

NOTE

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

NOTE

- Display til kalorier / afstandsscanninger hvert 5. sekund.

Pre-set programmer (P1~P3)

Udstyret har 3 forudindstillede programmer med forskellige profiler. (Tabel fig. G.)

- Tryk på "P" -knapper for at vælge "P1~P3"

P1 Program.

Program P1 er et fast hastighedsintervalprofilprogram med en fast varighed på 10 minutter.

P2 Program.

Program P2 er et fast hastighedsintervallprofilprogram med en fast varighed på 20 minutter.

P3 Program.

Program P3 er et fast hastighedsintervalprofilprogram med en fast varighed på 30 minutter.

Garanti

Garantibetingelser

Forbrugeren har ret til de gældende juridiske rettigheder, der er anført 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, der er godkendt af Tunturi New Fitness BV til det bestemte udstyr. Det produktspecifikke godkendte miljø er angivet i brugervejledningen, der følger med dit udstyr.

Garantibetingelserne begynder fra købsdatoen.

Garantibetingelser kan variere per land, så kontakt din lokale forhandler for 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 opstår som følge af brug eller manglende evne til at bruge dette udstyr.

Garantibegrænsninger

Denne garanti dækker produktionsfejl i fitnessudstyret, som oprindeligt var pakket af Tunturi New Fitness BV. Garantien gælder kun under betingelser for normal, anbefalet brug af produktet som beskrevet i brugermanualen og forudsat, at Tunturi New Fitness BV's instruktioner om installation, vedligeholdelse og brug er blevet overholdt. Hverken Tunturi New Fitness BV's eller Tunturi-distributørens forpligtelser gælder for mangler på grund af grunde uden for deres kontrol. Garantien gælder kun for den originale køber og gælder kun i lande, hvor Tunturi New Fitness BV har en autoriseret importør. Garantien udvider ikke til fitnessudstyr eller komponenter, der er ændret uden samtykke fra Tunturi New Fitness BV. Mangler, der skyldes normalt slid, misbrug, misbrug, korrosion eller skader, der opstår under lastning eller transport, dækkes ikke.

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

Garantien dækker ikke mangler, der skyldes manglende periodisk vedligeholdelse, som beskrevet i brugermanualen til produktet. Derudover dækker garantien ikke defekter, der opstår som følge af brug og opbevaring i et uegnede miljø som beskrevet i brugermanualen, som skal være indendørs, tør, støv og kornfri og inden for et temperaturområde fra + 15 ° C til + 35 ° C. Garantien dækker ikke vedligeholdelsesaktiviteter såsom rengøring, smøring og normale delejusteringer eller installationsprocedurer, som kunderne selv kan udføre, såsom skift af ukomplicerede målere, pedaler og andre lignende dele, der ikke kræver demontering / genmontering af fitnessudstyret. Garantireparationer, der udføres af andre end autoriserede Tunturi-repræsentanter, dækkes ikke. Manglende overholdelse af instruktionerne i brugermanualen annullerer produktets garanti.

Rengøring og vedligeholdelse

⚠ ADVARSEL

- Før rengøring og vedligeholdelse skal du tage stikket ud af stikkontakten.
 - Brug ikke opløsningsmidler til at rengøre udstyret.
- Bloker ikke ventilationsåbningerne. Hold ventilationsåbningerne rene for støv, snavs og andre forhindringer.
 - Rengør udstyret med en blød, absorberende klud efter hver brug.
 - Rengør de synlige dele af udstyret med en støvsuger
 - Kontroller regelmæssigt, at alle skruer og møtrikker er stramme.

Bælte og løbebane

Din løbebånd bruger en meget høj effektiv lavfriktionseng. Ydeevnen maksimeres, når løbebanen holdes så ren som muligt. Brug en blød, fugtig klud eller papirhåndklæde til at tørre kanten af bæltet og området mellem bæltekanter og rammen. Også nå så langt som praktisk direkte under bæltekanter. Dette bør gøres en gang om måneden for at forlænge levetiden på bælte og løbende dæk. Brug kun vand - ingen rengøringsmidler eller slibemidler. En mild sæbe- og vandopløsning sammen med en nylonkrubborste vil rengøre toppen af det strukturerede bælte. Lad bæltet tørre før brug.

Smøring (fig. F-6)

Løbebåndet skal kontrolleres for smøring tilstand regelmæssigt.

⚠ ADVARSEL

- Før smøring, tages stikket ud af stikkontakten.

⚠ CAUTION

- Vi anbefaler at kontrollere løbebåndssmøringen mindst en gang hver måned, da flere faktorer end tiden kan være effektive for smøremiddelforholdene.
 - Smør kun løbebåndet om nødvendigt. Hvis du anvender for meget smøremiddel, glider løbebåndet let på grund af manglende friktion.
- Stå støt på løbebåndet.
 - Tag fat i det forreste styr og skub løbebåndet med dine fødder, så det glider frem og tilbage. Løbebåndet skal bevæge sig jævnt og jævnt uden lyd.
 - Hvis løbebåndet ikke bevæger sig jævnt og jævnt, eller hvis løbebåndet slet ikke bevæger sig, skal du røre ved undersiden af løbebåndet med fingerspidserne for at kontrollere smøringen:
 - Hvis du føler smøring, eller dine fingerspidser er blanke, er der tilstrækkelig smøring på løbebåndet.
 - Hvis du ikke føler smøring, eller dine fingerspidser er støvede eller ru, skal du anvende smøremiddel (15-20 ml) midt på løbebåndet under løbebåndet og lad udstyret køre i 5 km / t i mindst 5 minutter.
 - Efter smøring skal man ikke folde udstyret, før man har trænet i 20 minutter med en hastighed på mindst 5 km / t. Smøremidlet spredes jævnt over løbebåndet.

Bælte støv

Dette sker ved normal begyndelse eller indtil bæltet stabiliseres. Aftørring af overskydende med en fugtig klud minimerer opbygningen.

General rengøring

Snavs, støv og kæledyrshår kan blokere luftindtag og ophobes på løbebåndet. På månedlig basis: støvsuges under din løbebånd for at forhindre ophobning. To gange om året skal du fjerne den sorte motorhjul og støvsuge snavs, der kan samle sig. UNPLUGGER strømkablet inden denne opgave.

Bæltejusteringer

Justering skal foretages fra bagrullen. Justeringsboltene er placeret ved enden af trinskinne i endestykkerne.

- Spænd de bageste rullebolte (med uret) kun tilstrækkelig til at forhindre glidning ved den forreste rulle. Drej begge justeringsbolte for løbebåndsspænding i trin på 1/4 omdrejning hver og inspicér for korrekt spænding ved at gå på bæltet i 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 motordrevsrem under frontdækslet..
- Stram ikke for meget
- Stram tilspænding vil forårsage båndskader og for tidligt lejesvigt.

Justering af løbebåndsspøring

Ydeevnen på din løbebånd er afhængig af, at rammen kører på en rimelig plan overflade. Hvis rammen ikke er i niveau, kan den forreste og bagerste rulle ikke løbe parallelt, og konstant bæltejustering kan være nødvendig.

Løbebåndet er designet til at holde kørebæltet med rimelighed centrert, mens det er i brug. Det er normalt, at nogle bæltet kører i nærheden af den ene side, mens båndet kører, uden at der er nogen på det. Efter et par minutters brug bør løbebåndet have en tendens til at centrere sig. Hvis bæltet fortsætter med at bevæge sig mod den ene side, er justeringer nødvendige.

UNDTAGELSE:

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

Sådan indstilles løbebåndsporing (fig. F-5)

En 6 mm unbrakonøgle leveres til at justere bagvalsen.

Foretag kun sporingsjusteringer fra venstre side. Indstil båndhastighed på ca. 3 til 5 km / t.

Husk, at en lille justering kan gøre en dramatisk forskel!

Drej boltene med uret for at flytte bæltet til højre. Mod uret for at gå til venstre. Drej boltene kun en 1/4 omdrejning og vent et par minutter på, at bæltet justerer sig selv. Fortsæt med at foretage 1/4 omdrejninger, indtil bæltet stabiliserer sig i midten af løbebanden.

Bæltet kan kræve periodisk sporjustering afhængigt af brug og gang / løbskarakteristika. Nogle brugere vil påvirke sporing anderledes. Forvent at foretage justeringer efter behov for at centrere løbebåndet. Justeringer bliver mindre af et vedligeholdelsesproblem, når båndet bruges. Korrekt bæltsporing er et ejeransvar, der er fælles for alle løbebånd.

NOTE

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

Problemløsning

På trods af kontinuerlig kvalitetskontrol kan der opstå fejl 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 at udskifte den defekte del.

Hvis udstyret ikke fungerer korrekt under brug, skal du straks kontakte din Tunturi-forhandler. Angiv altid dit udstyrs model og serienummer. Angiv også arten af problemet, betingelserne for brug og købsdato.

Hvis du har brug for reservedele, skal du altid give modellen, serienummeret på dit udstyr og reservedelsnummeret for den del, du har brug for. Reservedelslisten er bagerst i denne manual. Brug kun reservedele, der er nævnt i reservedelslisten.

Transport og opbevaring**ADVARSEL**

- Før rengøring og vedligeholdelse skal du tage stikket ud af stikkontakten.
 - Bær og flyt udstyret med mindst to personer
 - Sørg for, at der ikke er andre personer eller genstande under udstyret.
- Flyt udstyret som vist (fig. F3). Flyt udstyret, og læg udstyret forsigtigt ned. Placer udstyret på en beskyttende base for at forhindre skade på gulvoverfladen. Flyt udstyret omhyggeligt over ujævne overflader. Flyt ikke udstyret ovenpå ved hjælp af hjulene, men bær udstyret ved styret.

Storage in vertical position.**CAUTION**

- Take note that when storing the treadmill in vertical position it is only stable enough to support its own weight.

Vi anbefaler kun at opbevare løbebåndet i vandret position på et sted, hvor der næppe er nogen menneskelig trafik eller bevægelse. Bedste placering ville være ved siden af en væg eller skab.

Additional information**Packaging disposal**

Government guidelines ask that we reduce the amount of waste material disposed of in land fill sites. We therefore ask that you dispose of all packaging waste responsibly at public recycling centres.

End of life disposal

We at Tunturi hope you enjoy many years of enjoyable use from your fitness trainer. However, a time will come when your fitness trainer will come to the end of its useful life. Under 'European WEEE Legislation you are responsible for the appropriate disposal of your fitness trainer to a recognised public collection facility.

Declaration of the manufacturer

Tunturi New Fitness BV declares that the product is in conformity with the following standards and directives: EN 957 (HC), 89/336/EEC. The product therefore carries the CE label.

08-2019

Tunturi New Fitness BV
Purmerweg 1
1311 XE Almere
The Netherlands

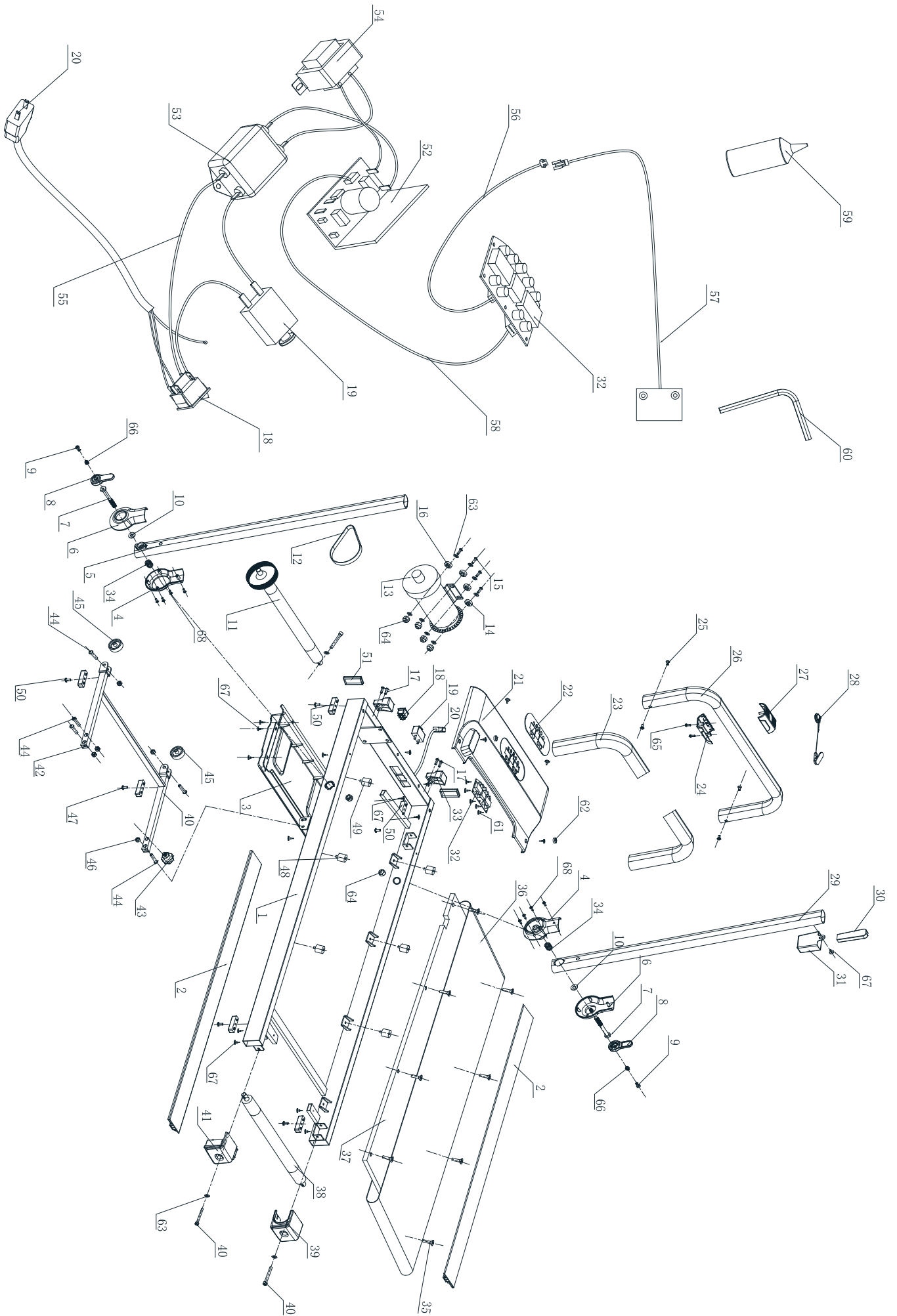
Disclaimer

© 2019 Tunturi New Fitness BV
All rights reserved.

The product and the manual are subject to change. Specifications can be changed without further notice.

No.	Description	Specs	Qty
1	Frame		1
2	Side rail		2
3	Motor cover-lower		1
4	Inner cover		2
5	Upright tube- L		1
6	Outer cover		2
7	Screw	M10*95	2
8	Clamp Lever		2
9	Screw	M5*15	2
10	Washer		2
11	Front roller	527*Ø38*Ø12	1
12	Drive belt	170J4	1
13	Motor	1HP 180V 4800RPM	1
14	Pad		4
15	Screw	M8*25	4
16	Bracket		1
17	Screw	M6*16	4
18	Power switch		1
19	Overload Protector	125-250V	1
20	Power cord		1
21	Motor cover-upper		1
22	Display sticker		1
23	Grip		2
24	Cover-lower		1
25	Screw	M6*12	4
26	Handle tube		1
27	Cover-upper		1
28	Safety key		1
29	Upright tube- R		1
30	Remote control		1
31	Holder		1
32	Display panel		1
33	Standup pad		2
34			2
35	Screw	M6*25mm	
36	Running belt	2510*420*1.6mm	1
37	Running deck		1
38	Rear roller	510*Ø12*454*Ø38mm	1
39	End cap-R		1
40	Screw	M8*60mm	3
41	End cap-L		1
42	Stabilizer		1
43	Knob	M8*20MM	2
44	Screw	M8*40MM	4
45	Wheel		2
46	Nut	M8	4
47	Screw	M6*16mm	4
48	Pad round-45	45°	4
49	Pad round-70	70°	2
50	Pad		6
51	Cap		2

No.	Description	Specs	Qty
52	Control board	120*52*80mm	1
53	Filter	125-250V-6A	1
54	Chock	250V-6A	1
55	Wire-150	150mm	1
56	Wire-lower-800	800mm	1
57	Wire-upper-1300	1300mm	1
58	Wire-300	300mm	1
59	Lubrication Oil		1
60	Wrench	6#	1
61	Screw	ST3*8	5
62	Cap		2
63	Washer	Ø8*16*1	11
64	Nut	M8	6
65	Screw	ST4*14MM	2
66	Spring		2
67	Screw	ST4.2*13mm	12
68	Screw	ST3*14MM	8
HK	Hardware kit		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

