

**TCORX**  
FITNESS IN MOTION

# MANUAL DE INSTRUCCIONES

Cod : GRLDTCORXRACERE

Rev : 00

Ed : 11/19



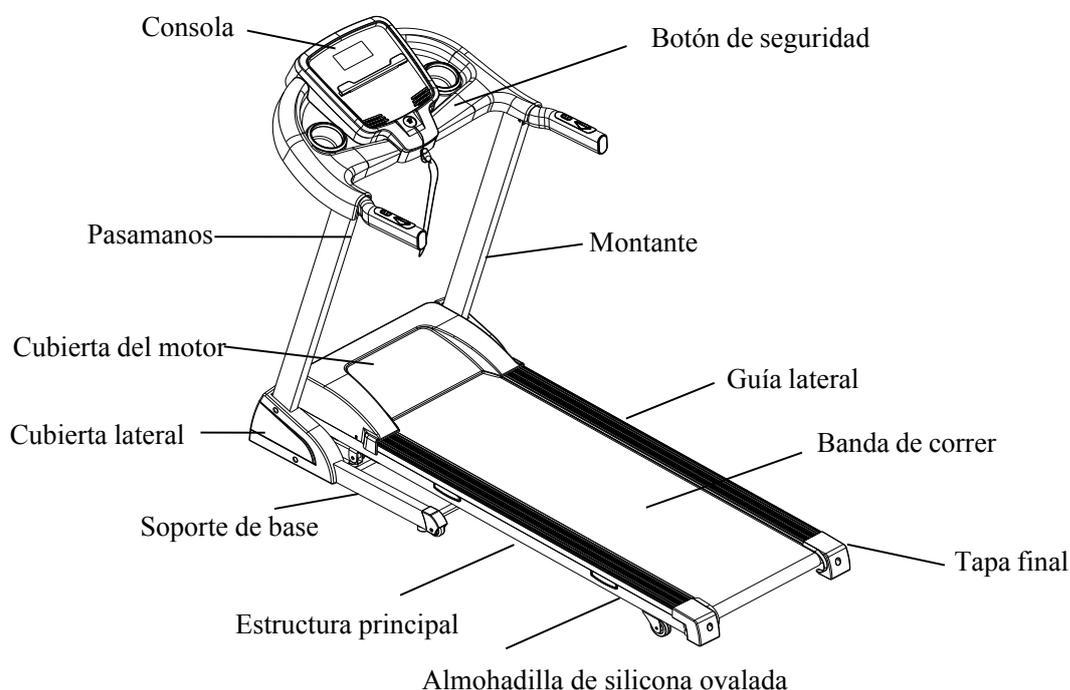
**<RACER>**



## Parámetros técnicos

Voltaje de suministro de entrada: 220 V	Temperatura de funcionamiento: 0-40 °C
Rango de velocidad: 0.8-16 km/h	Rango de inclinación: 12 niveles con motor inclinado
Peso máximo del usuario: 100 kg	Rango de visualización de distancia: 0.00-99.9km
Rango de visualización de calorías: 000-999	Rango de visualización de tiempo: 00 :00-99 : 59 (min : s)
Rango de frecuencia cardíaca: 50-200 (veces / min)	Superficie de rodadura: 420*1300 mm
Tamaño del producto: 1700*710*1380 mm	Tamaño plegado: 900*710*1510 mm

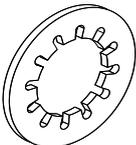
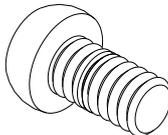
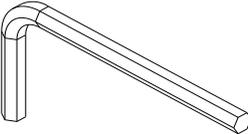
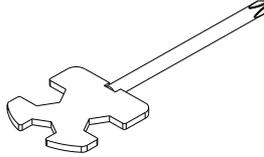
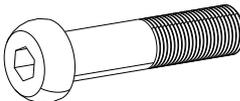
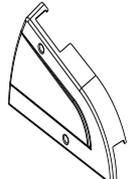
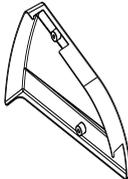
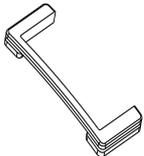
## Descripción del producto



# Instrucciones de montaje

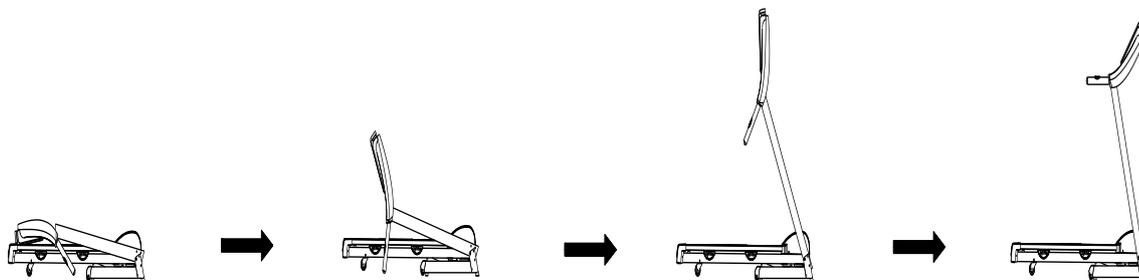
CUANDO ABRA LA CAJA, ENCONTRARÁ LAS SIGUIENTES PIEZAS DE REPUESTO:

**PASO 1:** Saque y prepare las siguientes partes

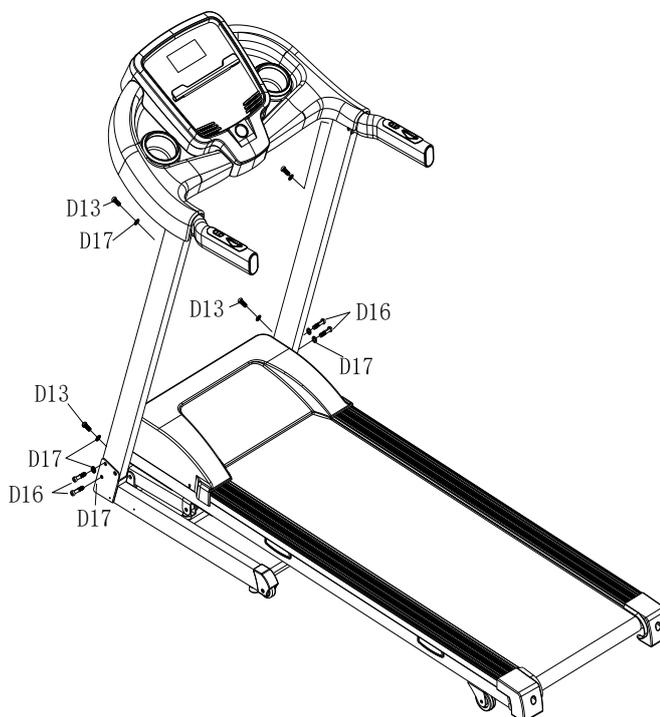
1 Main frame 1 set 	D17 Inner star washer M8 8 PCs 	D13 Round hex bolt M8*15 4 PCs 	C13 Safety key 1 set 
D3 Allen wrench 5MM, 1 PC 	B18 Silicon oil 1 PC 	D1 Screw driver 1PC 	D16 Round hex bolt M8*45 4 PCs 
B11L Left side cover 1 PC 	B11R Right side cover 1 PC 	D48 Cross self-tapping bolt with washer 4 PCs 	B12 Rubber cover 2 PCs 

**Nota:** No apriete los tornillos de una vez.

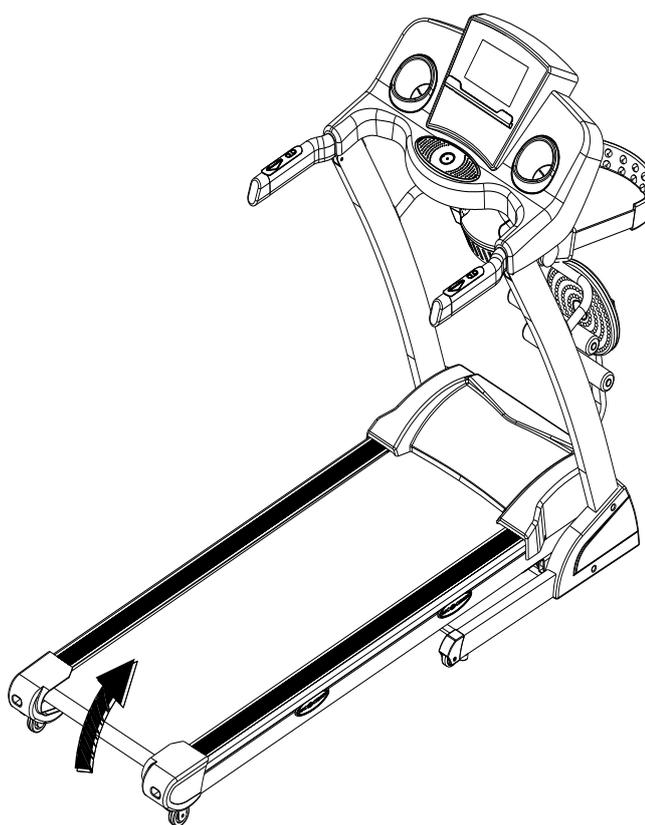
**PASO 2:** De acuerdo con los siguientes pasos para levantar los montantes.



**PASO 3:** Asegure el marco inferior con el perno M8\*45 ( D16 ), M8\*15 (D13) y la arandela de estrella interior (D17). Luego monte el soporte de la consola con el perno M8\*15 (D13) y la arandela interior de la estrella (D17).

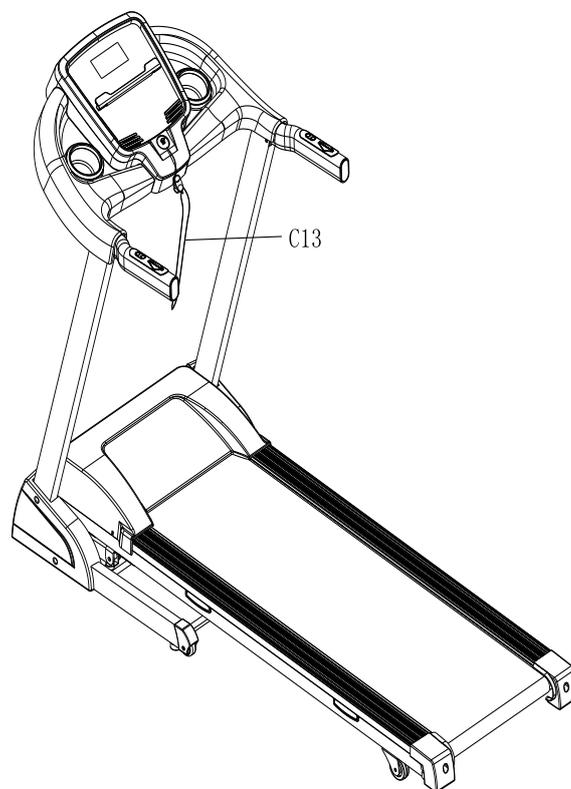


**Paso 4:** Apriete la cubierta de goma(B12) a las cubiertas laterales izquierda/derecha (B11L/R) con el perno autorroscante en cruz con la arandela ST4.2\*19 (D48).



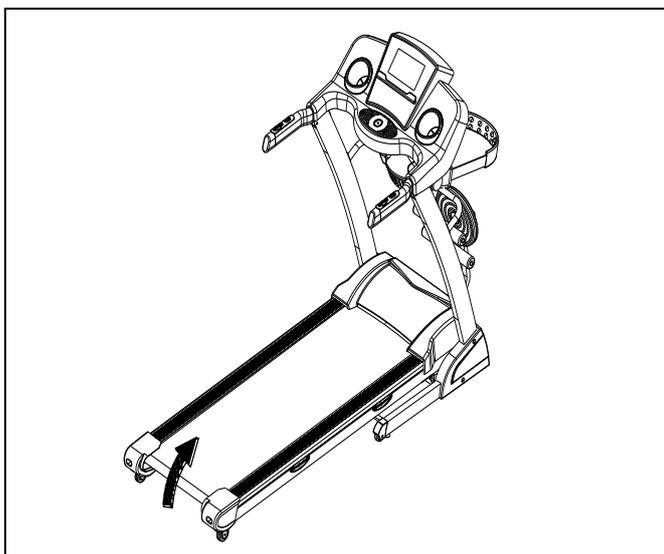
---

**Paso 5:** Colóquelo en la llave de seguridad (C13).



**Paso 6:** Para comprobar si el cinturón de correr funciona correctamente, coloque la cinta de correr en posición de plegado y apriete todos los pernos. Entonces, fije la velocidad por debajo de 3 km/h y observe si la cinta de correr funciona sin problemas.

## Instrucciones de plegado



Levante la máquina y fuerce para tirar hacia arriba hasta que oiga un "clic" que, hecho por la cubierta de seguridad, bloquea el cilindro neumático.

## Instrucciones de despliegue



Golpee la manga de seguridad ligeramente y tire de la máquina al mismo tiempo en la dirección de la flecha. Entonces la máquina caerá suavemente.

---

## Métodos de conexión a tierra

Este producto tiene que tener conexión a tierra. Si funciona mal o falla, la puesta a tierra proporciona una ruta de menor resistencia para la corriente eléctrica para reducir el riesgo de descarga eléctrica. Este producto está equipado con un conductor de conexión a tierra del equipo y un enchufe de conexión a tierra. El enchufe debe estar enchufado a una toma de corriente apropiada que esté correctamente instalada y conectada a tierra de acuerdo con los códigos y normativa locales.

**PELIGRO** - La conexión incorrecta del conductor de puesta a tierra del equipo puede provocar un riesgo de descarga eléctrica. Compruebe con un electricista o técnico calificado si duda de si el producto está debidamente conectado a tierra. No modifique el enchufe proporcionado con el producto; si no encaja en el toma de corriente, busque una toma de corriente adecuada y encargue su instalación a un electricista cualificado.

. Este producto es para uso en un circuito nominal de 240 V y posee un enchufe de conexión a tierra. Haga que el producto se conecte a una toma de corriente que tenga la misma configuración que el enchufe. No se debe usar ningún adaptador con este producto.

# Guía de funcionamiento

## 1.1. VENTANA DE VISUALIZACIÓN

### 1.1. Consola



### 1.2. INICIO

Comienzo normal después de 5 segundos de cuenta atrás

### 1.3 PROGRAMA

3 funciones de cuenta atrás, 12 conjuntos de programas, 1 programa de grasa corporal

### 1.4. FUNCIÓN DEL DISPOSITIVO DE SEGURIDAD

La ventana muestra "---" cuando quita el seguro y la cinta de correr se detendrá rápidamente con el ruido de alarma "didi". Al colocar el seguro, se mostrará el ordenador durante 2 segundos y el cómputo de la fecha se reiniciará a "0".

### 1.5. FUNCIÓN DE LOS BOTONES

#### 1.5.1. START/STOP

"START" -- Cuando la cinta de correr no está funcionando, presione este botón para comenzar, la velocidad es "0.8".

"STOP" -- Cuando la cinta de correr esté funcionando, presione este botón para detenerla, luego establezca el programa predeterminado y luego regrese al modo manual después de detenerse.

---

## **1.5.2 BOTÓN “PROGRAMA”**

Cuando la cinta de correr no está funcionando, al presionar este botón se puede elegir entre el modo de círculo de programa y el modo manual (P1-P12). La velocidad más baja para el modo manual es "0.8 km/h", y la más alta es "16 km/h"; la inclinación más baja es "0", y la más alta es "12".

## **1.5.3. BOTÓN “MODO”**

Cuando la cinta de correr no está funcionando, presione este botón para elegir los modos de cuenta regresiva: "H-1", "H-2", "H-3".

H-1" es el modo de cuenta atrás del tiempo, y "H-2" es el modo de cuenta atrás de la distancia, "H-3" es el modo de cuenta atrás de las calorías.

Presione el botón "VELOCIDAD+/-" o "INCLINACIÓN+/-" para ajustar los datos. Después, presione el botón "START" para poner en marcha la cinta.

## **1.5.4 BOTÓN “VELOCIDAD +/-”**

VELOCIDAD +/- -- Ajuste la velocidad cuando se ponga en marcha la cinta, el incremento es de 0.1 km/tiempo por kilómetro. Pulse el botón más de 2 segundos, y subirá y bajará automáticamente.

## **1.5.5 BOTÓN “INCLINACIÓN+/-”**

INCLINACIÓN +/- -- Ajusta la inclinación al ponerse en marcha la cinta de correr; el incremento es 1 nivel/tiempo. Pulse el botón más de 2 segundos, y subirá o bajará automáticamente.

## **1.5.6 BOTÓN RÁPIDO DE VELOCIDAD**

Presione el botón rápido de velocidad 3 km/h, 6 km/h, 9 km/h, 12 km/h para ajustar la velocidad directamente cuando la cinta de correr está en marcha.

## **1.5.7 BOTÓN RÁPIDO DE INCLINACIÓN**

Presione el botón rápido de inclinación 3, 6, 9, 12 para ajustar la inclinación directamente cuando la cinta de correr esté en funcionamiento.

## **1.6. FUNCIÓN DE VISUALIZACIÓN**

### **1.6.1. TIEMPO**

Muestra el tiempo de ejecución o el tiempo de cuenta

### **1.6.2. VELOCIDAD**

Muestra la velocidad de ejecución

### **1.6.3 INCLINE (inclinación)**

Muestra la inclinación

### 1.6.4 PULSE (pulso)

Muestra los datos del pulso

### 1.6.5 DISTANCE (distancia)

Muestra la distancia de ejecución total o la distancia de cuenta atrás.

### 1.6.6 CALORÍAS

Muestra las calorías o la cuenta atrás de calorías

### 1.6.7 DIAGRAMA DE VELOCIDAD

Muestra el diagrama de la velocidad de carrera.

### 1.6.8 TODAS LAS VENTANAS MUESTRAN EL RANGO DE DATOS

TIEMPO: 0:00 - 99.59 (min)

DISTANCIA: 0.00 – 99.9(KM)

CALORÍAS: 0.0 – 999 (C)

VELOCIDAD: 0.8 -16.0 (km/h)

INCLUYE: 0-12%

PULSACIONES: 50 – 200 (LPM)

## 1.7 FUNCIÓN DEL PULSO

Cuando la máquina de correr esté funcionando, controle el pulso de su mano durante unos 5 segundos, se visualizarán los datos del pulso. El rango de datos de las pulsaciones es 50-200 veces/minuto. Tiene gráficos en forma de corazón cuando se comprueba el pulso. Esta información es solo para consulta, no son datos médicos.

## 1.8 CUADRO DE EJERCICIOS DEL PROGRAMA

Hay 10 secciones en cada programa.

TIEMP MODO	TIEMPO ESTABLECIDO / 16 = TIEMPO TOTAL EN CADA OPERACIÓN										
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	
P1	SPD	3	3	6	5	5	4	4	4	4	3
	INC	0	3	3	3	4	4	4	1	1	0
P2	SPD	3	3	4	4	5	5	5	6	6	4
	INC	2	2	2	3	3	3	3	4	4	2
P3	SPD	2	4	6	8	7	8	6	2	3	2

	INC	3	5	4	4	3	4	4	3	4	2
P4	SPD	3	3	5	6	7	6	5	4	3	3
	INC	0	3	3	2	2	5	5	3	3	2
P5	SPD	3	6	6	6	8	7	7	5	5	4
	INC	3	5	3	4	2	3	4	2	3	2
P6	SPD	2	6	5	4	8	7	5	3	3	2
	INC	3	4	5	6	3	5	5	6	4	3
P7	SPD	2	9	9	7	7	6	5	3	2	2
	INC	0	3	3	3	4	4	4	1	1	0
P8	SPD	2	4	4	4	5	6	8	8	6	2
	INC	1	1	4	4	4	5	5	4	3	2
P9	SPD	2	4	5	5	6	5	6	3	3	2
	INC	3	5	3	4	2	3	4	2	3	2
P10	SPD	2	5	7	5	8	6	5	2	4	3
	INC	1	5	6	8	12	9	10	9	5	3
P11	SPD	2	5	6	7	8	9	10	5	3	2
	INC	3	5	6	8	6	5	8	7	5	2
P12	SPD	2	3	5	6	8	6	9	6	5	3
	INC	5	7	5	8	6	5	9	10	6	2

### 1.9 3 DATOS DE PARÁMETROS DE LA FUNCIÓN DE CUENTA ATRÁS

Configuración inicial de la cuenta atrás 10 : 00 minutos, rango de ajuste 5 : 00---99 : 00 minutos, cada paso 1 : 00.

Configuración inicial de la cuenta atrás de calorías 50 therm, rango de ajuste 20---990 therm, cada paso 10.

Configuración inicial de la distancia de cuenta atrás 1.0 km, rango de ajuste 1.0---99.0 km, cada paso 0.1.

El orden del cambio de ciclo es: manual, tiempo, distancia, calorías.

### 1.10 PRUEBA CORPORAL (GRASA)

En el estado inicial, presione "PROGRAMA" y acto seguido, accederá a la prueba de grasa corporal "FAT", visualización de la ventana "FAT" (Grasa).

Presione "MODE" para ingresar (F1 SEX, F2 AGE, F3 HEIGHT, F4 WEIGHT). Presione "VELOCIDAD +",

"VELOCIDAD -" para establecer. Después de la configuración, el ordenador mostrará F5 y tomará el pulso de la mano, la ventana mostrará el índice de calidad de su cuerpo.

---

El índice de calidad del cuerpo es para probar la relación entre la altura y el peso, no la escala corporal.

La grasa corporal se adapta a cualquier hombre y mujer para ajustar el peso de acuerdo con otros índices de calidad corporal. El nivel de GRASA ideal debe estar entre 20-25, si es menor de 19, significa demasiado delgado. Si está entre 25 y 29, significa sobrepeso, si es mayor de 30, significa obesidad. (Los datos son solo orientativos y no constituyen datos médicos)

- 01 Sexo 01 Hombre 02 Mujer
- 02 Edad 10-----99
- 03 Altura 100----200
- 04 Peso 20-----150
- 05 GRASA  $\leq 19$  Por debajo del peso normal
- GRASA = (20---25) Peso normal
- GRASA = (25---29) Sobrepeso
- GRASA  $\geq 30$  Obesidad

## 1.11 OTROS

**1.11.1** Cuando el modo de cuenta atrás termina y aparece "END" en la pantalla, se produce un sonido de advertencia. Entonces volverá al modo manual.

**1.11.2** Puede configurar las estadísticas en modo de círculo. Ej.: Cuando la hora se ajusta de 5:00 - 99:00 y llega a 99:00, presione el botón "+", y comenzará de nuevo desde 5:00.

**1.11.3** La cuenta atrás del tiempo, cuenta atrás de las calorías y cuenta atrás de la distancia, solo se pueden configurar una de ellas a la vez; pulse el último elemento para configurar el funcionamiento, el parámetro de configuración es la cuenta atrás, los demás muestran datos normales.

**1.11.4** Control de velocidad: aceleración a 0,5 km/s; desaceleración a 0,5 km/s.

La frecuencia cardíaca controla las inclinaciones (el usuario debe llevar el cinturón de pecho inalámbrico)

En todos los modos de HRC la velocidad mínima es de 4 km/h y la inclinación es de nivel 12.

La velocidad máxima del HRC1 es de 8.0 km/h

La velocidad máxima del HRC2 es de 9.0 km/h

La velocidad máxima del HRC3 es de 10.0 km/h

Elija HRC, pulse "MODO" para elegir la edad o el ritmo cardíaco objetivo, pulse VELOCIDAD +/- (INCLINACIÓN +/-) para ajustar la edad. La cinta de correr se pondrá en marcha después de 3 segundos de cuenta regresiva, y entra en la función HRC después de 3 minutos de calentamiento.

Modos de control de la frecuencia cardíaca HRC, como se muestra a continuación: el sistema entra para controlar una vez cada 10 segundos.

1. Cuando el resultado de la frecuencia cardíaca real-la frecuencia cardíaca objetivo es superior a 5:
  - A. Últimos datos de la frecuencia cardíaca real-la frecuencia cardíaca real actual es mayor o igual a 4.
    - a. Si la inclinación no es 0, la inclinación bajará 1 sección cada vez, hasta llegar a 0.
    - b. Si la inclinación es 0, la velocidad se reducirá de 0.5 km/h cada vez, hasta el mínimo.
  - B. Últimos datos de la frecuencia cardíaca real-la frecuencia cardíaca real actual es inferior a 4.
    - a. Si la velocidad es superior a la máxima, lleve a cabo el modo A.
    - b. Si la velocidad es inferior a la máxima, la velocidad se reducirá de 0,5 km/h cada vez, hasta el mínimo.
  
2. Cuando el resultado de la frecuencia cardíaca objetivo-la frecuencia cardíaca real es mayor o igual a 10:
  - C. Ritmo cardíaco real actual-el último ritmo cardíaco real es superior a 4.
    - a. Si la inclinación es inferior a 12, la inclinación subirá 1 sección cada vez, hasta llegar a 12.
    - b. Si la inclinación es superior a 12, se acelera de 0,5 km/h cada vez, hasta el máximo.
  
  - D. Ritmo cardíaco real actual-el último ritmo cardíaco real es inferior a 4.
    - a. Si la velocidad es superior a la máxima, lleve a cabo el modo C.
    - b. Si la velocidad es menor que la máxima, se acelera de 0.5 km/h cada vez, hasta el máximo.
  
3. Cuando la frecuencia cardíaca real es igual a la diferencia de la frecuencia cardíaca objetivo:

La inclinación y la velocidad se mantienen sin cambios.
  
4. Cuando el programa se ejecuta en la sección 14.º programa: la inclinación desciende hasta 0, y la velocidad se reducirá de 0.5 km/h, hasta el mínimo.

## Instrucciones de mantenimiento

**ADVERTENCIA:** asegúrese de desenchufar la cinta de correr antes de limpiar o realizar las operaciones de mantenimiento en el producto.

**LIMPIEZA:** la limpieza general o de la unidad prolongarán en gran medida la vida útil de la cinta de correr.

Mantenga limpia la cinta de correr limpiando el polvo de forma regular. Asegúrese de limpiar la parte expuesta de la plataforma a cada lado de la banda para caminar y también los rieles laterales. Esto reduce la acumulación de material extraño debajo de la cinta de caminar. Asegúrese de que las zapatillas estén limpias. La parte superior de la banda para caminar se puede limpiar con un paño húmedo enjabonado. Procure mantener el líquido alejado del interior de la estructura motorizada de la cinta de correr o por debajo de la propia banda para caminar.

**ADVERTENCIA:** desenchufe siempre la cinta de correr de la toma de corriente antes de quitar la cubierta del motor. Al menos una vez al año, quite la cubierta del motor y aspire debajo de la cubierta del motor.

La banda para caminar y la plataforma de esta cinta de correr están equipadas con un sistema de plataforma prelubricado que requiere poco mantenimiento. La fricción entre la banda para caminar y la plataforma puede jugar un papel importante en la función y la vida útil de su máquina de correr, por lo que requiere lubricación periódica. Recomendamos una revisión periódica de la plataforma.

Recomendamos la lubricación de la plataforma de acuerdo con el siguiente cronograma:

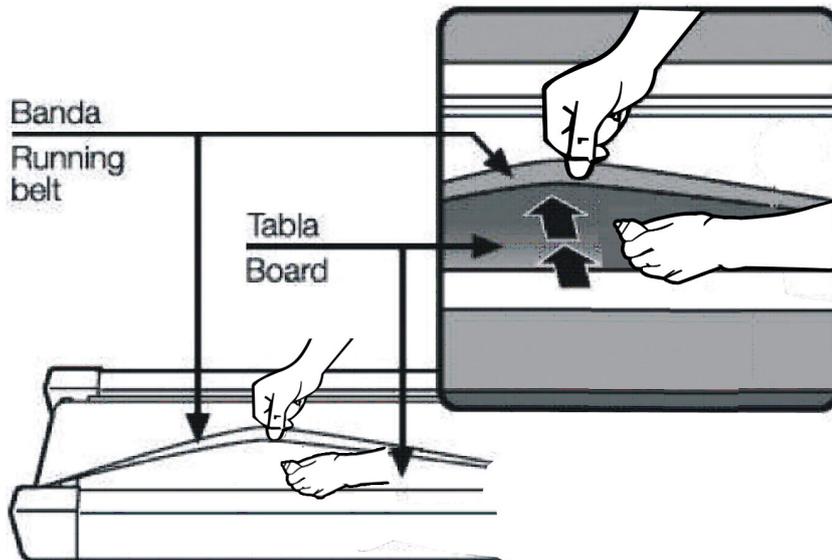
Usuario poco frecuente (menos de 3 horas/semana) Cada 60 días

Usuario medio (3-5 horas/semana) Cada 45 días

Usuario frecuente (más de 5 horas/semana) Cada 30 días

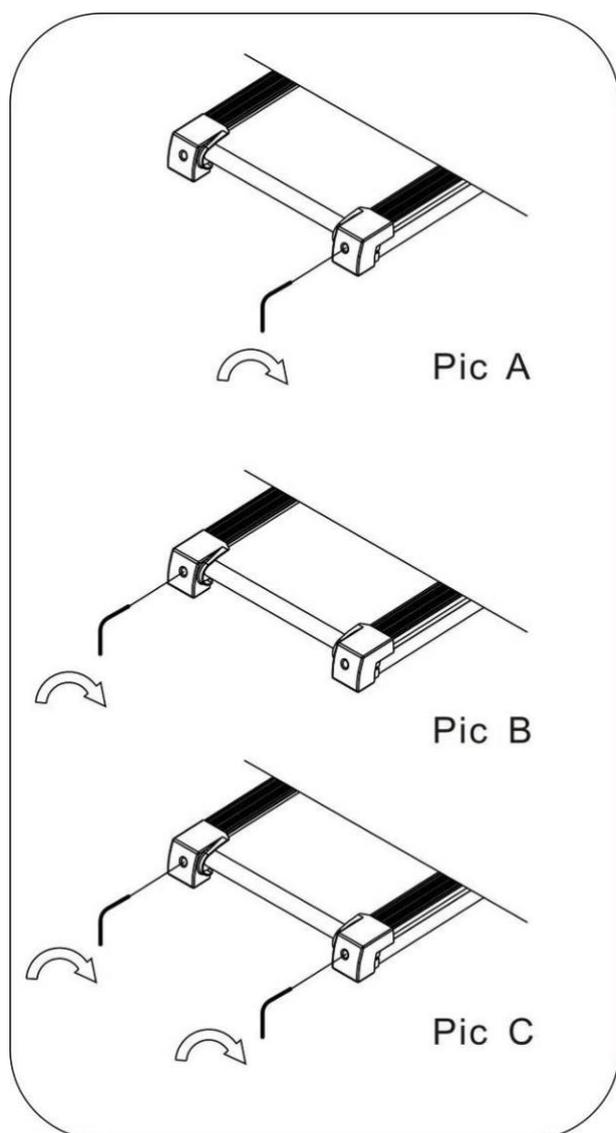
Se recomienda que compre aceite lubricante de los distribuidores locales o se ponga en contacto con nuestra empresa directamente.

Preste atención, para cualquier otro mantenimiento solicite ayuda a profesionales.



## Ajuste de la banda

Coloque la cinta de correr sobre una superficie nivelada. Ponga en marcha la cinta de correr a aproximadamente 6-8 km/h, observe la condición de desviación de la cinta de correr.



Si la banda se ha desplazado hacia la derecha, desconecte el bloqueo de seguridad y el interruptor de encendido y gire el perno de ajuste derecho en 1/4 de vuelta en el sentido de las agujas del reloj, luego active el interruptor de encendido y el bloqueo de seguridad, ponga en marcha la cinta de correr y observe si la banda de correr se desvía de la condición. Repita los pasos anteriores hasta que la banda de correr se encuentre en el centro. **Vea la foto A**

Cuando la cinta de correr gire hacia la izquierda, desconecte el bloqueo de seguridad y apague la alimentación; luego, con el perno de ajuste izquierdo, gírelo en el sentido de las agujas del reloj en 1/4 de vuelta, y encienda el bloqueo de seguridad y la alimentación para poner en marcha la cinta de correr, comprobando la desviación de la misma. Repita los pasos anteriores hasta que la banda esté centrada. **Vea la foto B**

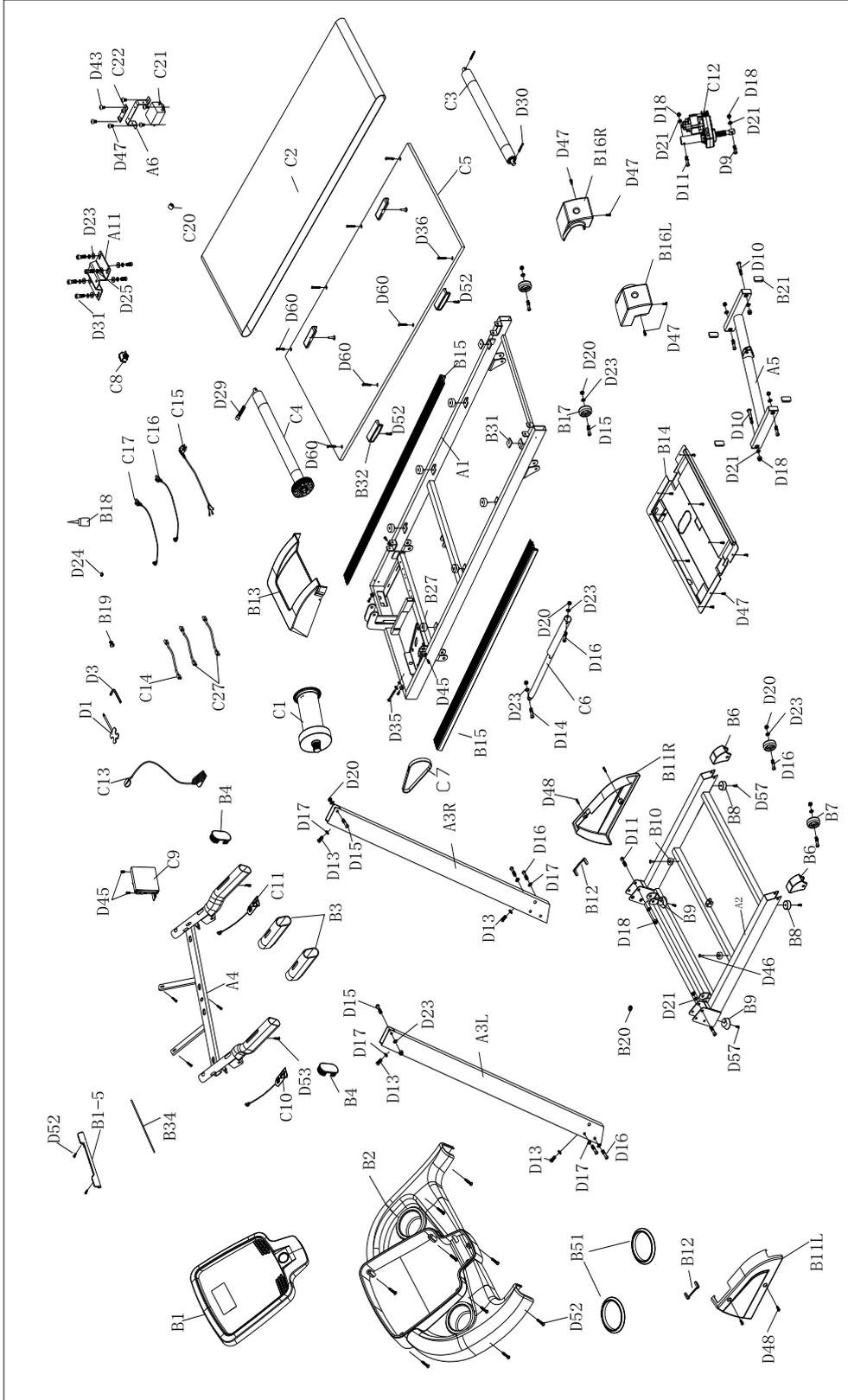
La banda de la cinta de correr se destensará

---

gradualmente después de los pasos anteriores o después de un período de tiempo de uso, por ello, desconecte el bloqueo de seguridad y apague la alimentación; gire los dos pernos de ajuste en el sentido de las agujas del reloj en 1/4 de vuelta y luego, active el bloqueo de seguridad y la alimentación para hacer que la cinta de correr funcione; después, permanezca sobre la banda de la cinta para confirmar su tensado. Repita los pasos anteriores hasta que la banda se tense moderadamente.

**Vea la foto C**

# Plano de despiece



# Parts List

## A. Welding parts

No.	Description	QTY	No.	Description	QTY
A1	Main frame	1	A4	Console bracket	1
A2	Base frame	1	A5	Incline bracket	1
A3L	Left upright	1	A6	Filter bracket	1
A3R	Right upright	1	A11	Motor bracket	1

## B. Plastic parts

No.	Description	QTY	No.	Description	QTY
B1	Console set	1	B13	Motor upper cover	1
B1-1	Overlay	1	B14	Motor lower cover	1
B1-2	Membrane keys	1	B15	Side rail	2
B1-3	Console	1	B16L	Left end cap	1
B1-5	Tablet holder	1	B16R	Right end cap	1
B2	Console cover	1	B17	Adjust wheel	2
B3	Protecting foam	2	B18	Silicon oil	1
B4	Handrail plug	2	B19	Cable organizer	1
B6	Transporting wheel plug	2	B20	Round plug	1
B7	Transporting wheel	2	B21	Squared shape plug	4
B8	Flat foot pad	2	B27	New cushion	6
B9	U shaped foot pad	2	B31	Rubber pad	2
B10	Limited cushion	2	B32	Oval silicone pad	4
B11L	Left side cover	1	B34	Rubber pad (for tablet holder)	1
B11R	Right side cover	1	B51	Water bottle cup holder	2
B12	Rubber cover	2			

## C. Electric and drive parts

No.	Description	QTY	No.	Description	QTY
C1	DC motor	1	C12	Incline motor	1
C2	Running belt	1	C13	Safety key	1
C3	Rear roller	1	C14	Single cord	1
C4	Front roller	1	C15	Power cable	1
C5	Running deck	1	C16	Upper cable	1
C6	Cylinder	1	C17	Lower cable	1
C7	Motor drive belt	1	C20	Magnetic ring	1
C8	Power switch	1	C21	Inductor	1
C9	Controller	1	C22	Filter	1
C10	Left handrail button	1	C27	Single cord	2
C11	Right handrail button	1			

## D. Hardware parts

No.	Description	QTY	No.	Description	QTY
D1	Screw driver 13-15-17	1	D25	Spring washer M8	4
D3	Allen wrench T5	1	D29	Hex round head bolt M6X45	1
D9	Round hex bolt M10X30	1	D30	Hex round head bolt M6x60	2

D10	Round hex bolt M10X45	4	D31	Hex round head bolt M8X20	4
D11	Round hex bolt M10*50	3	D35	Hex round head bolt M8X80	1
D13	Round hex bolt M8X15	4	D36	Cross head bolt M6X25	2
D14	Round hex bolt M8X30	1	D43	Cross head bolt M4X20, washer	2
D15	Round hex bolt M8X40	4	D45	Cross head bolt M5X15, washer	7
D16	Round hex bolt M8X45	7	D46	Cross head bolt M5x20, washer	2
D17	Inner star washer M8	8	D47	Cross self-tapping bolt ST4.2X16, washer	17
D18	Nylon nut M10	8	D48	Cross self-tapping bolt ST4.2X19, washer	4
D20	Nylon nut M8	8	D52	Cross self-tapping bolt ST4.2X16	17
D21	Flat washer M10	8	D53	Cross self-tapping bolt ST4.2x45	2
D23	Flat washer M8	13	D57	Cross self-tapping bolt ST4.2X25	4
D24	Spring washer M5	1	D60	Cross head bolt M6X20	6



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)