

TCORX
FITNESS IN MOTION

BEDIENUNGSANLEITUNG



TRX 50 S EVO

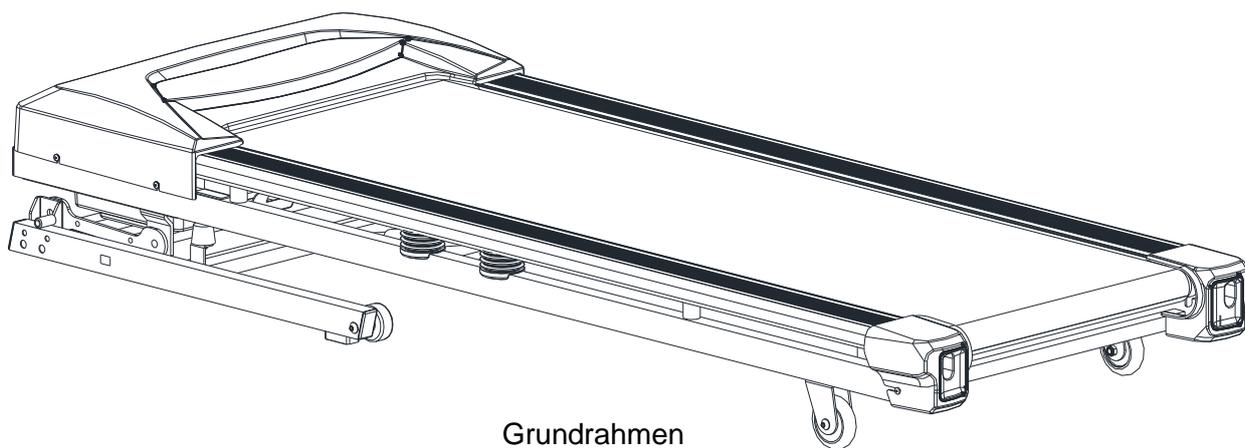


Rev : 00

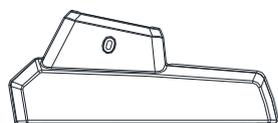
Ed : 03/17



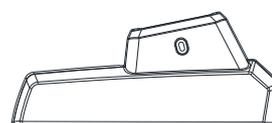
Verpackungsinhalt



Grundrahmen



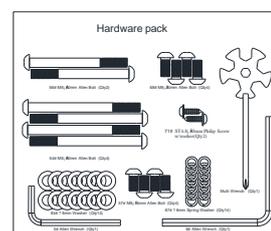
20. Linke Displaysäulenabdeckung



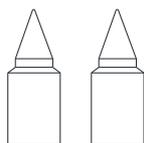
21. Rechte Displaysäulenabdeckung



45. Sicherheitsschlüssel



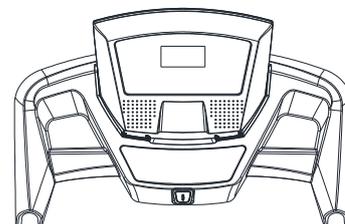
Montagezubehör



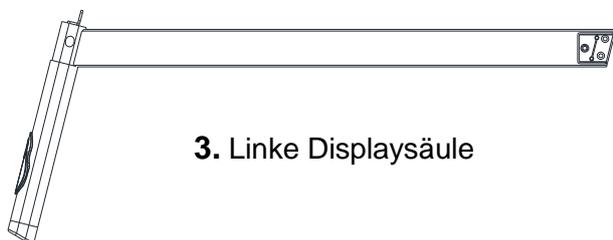
Schmieröl



52. Stromkabel



Display

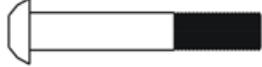
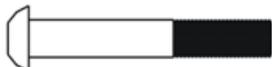
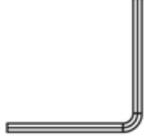
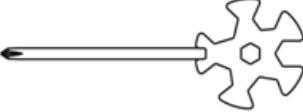


3. Linke Displaysäule

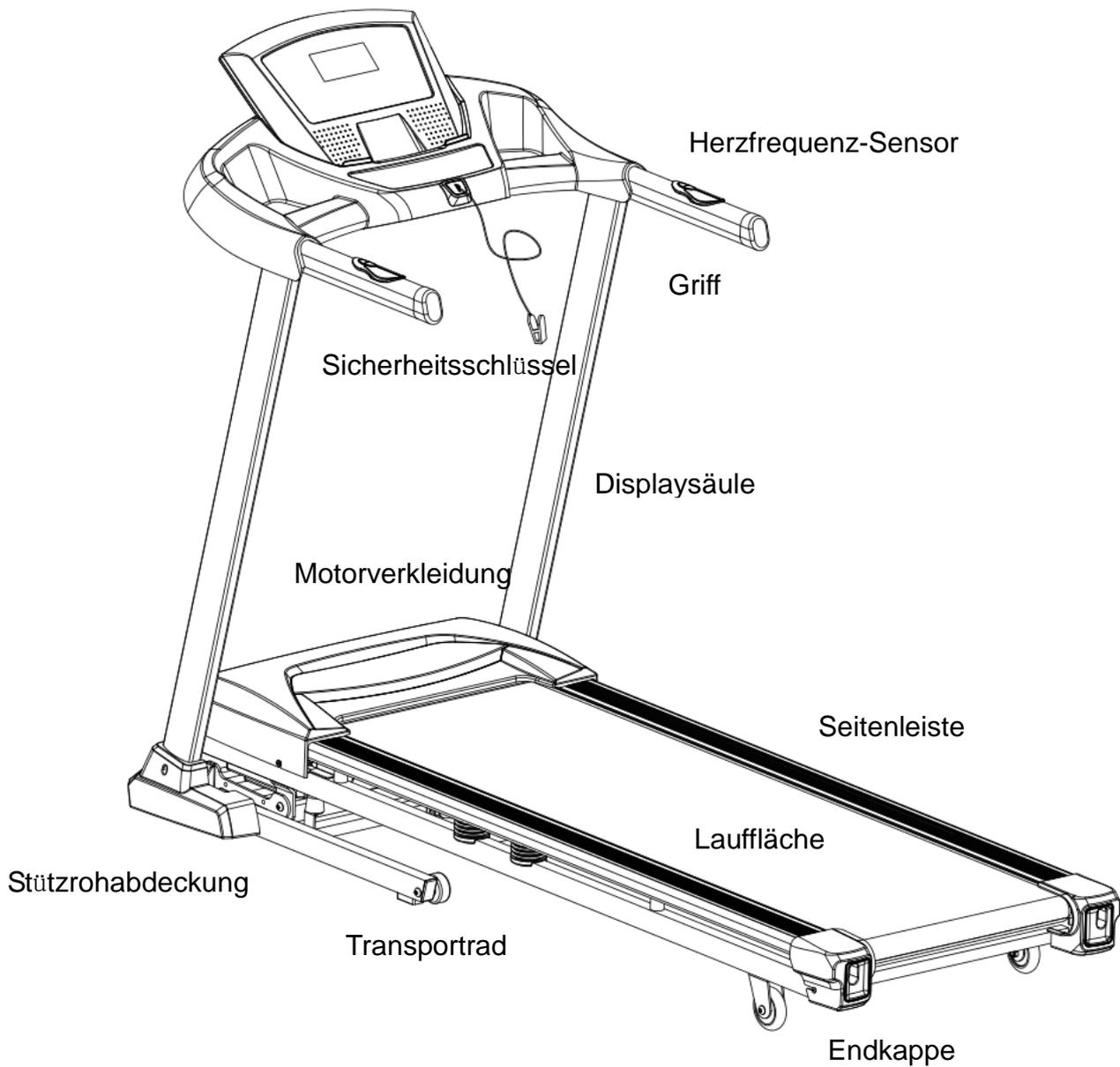


4. Rechte Displaysäule

Inhalt des Montagezubehör-Pakets

<p>68</p>  <p>20 mm Inbusschraube x 4</p>	<p>84</p>  <p>8 mm Unterlegscheibe x 14</p>	<p>66</p>  <p>80 mm Inbusschraube x 2</p>
<p>87</p>  <p>8 mm Federscheibe x 14</p>	<p>71</p>  <p>15 mm Kreuzschlitzschraube x 2</p>	<p>54</p>  <p>90 mm Inbusschraube x 4</p>
<p>57</p>  <p>15 mm Inbusschraube x 4</p>	 <p>Inbusschlüssel Nr. 5 x 1</p>	 <p>Inbusschlüssel Nr. 6 x 1</p>
 <p>Multischlüssel x 1</p>		

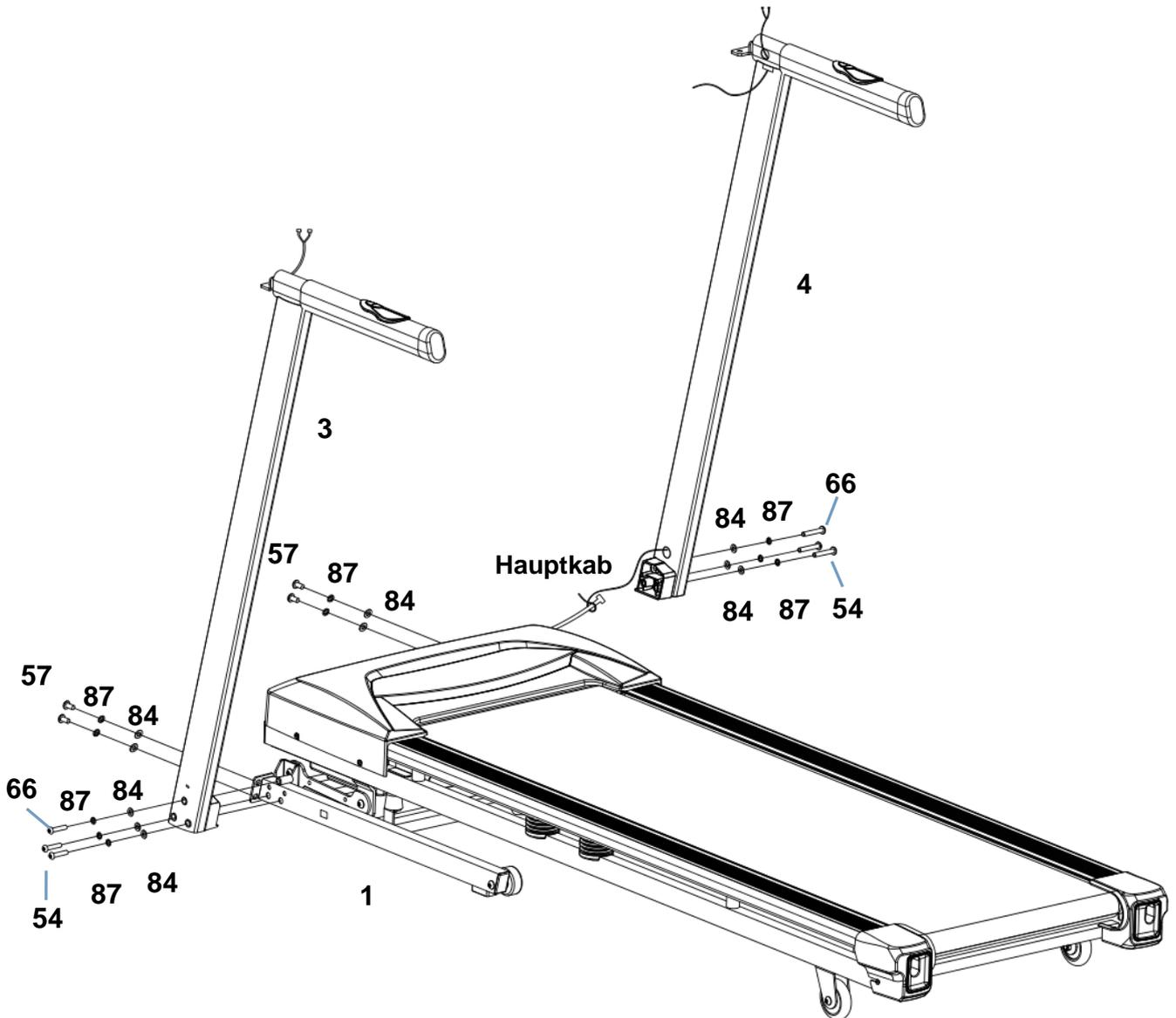
Übersichtszeichnung



Montageanleitung

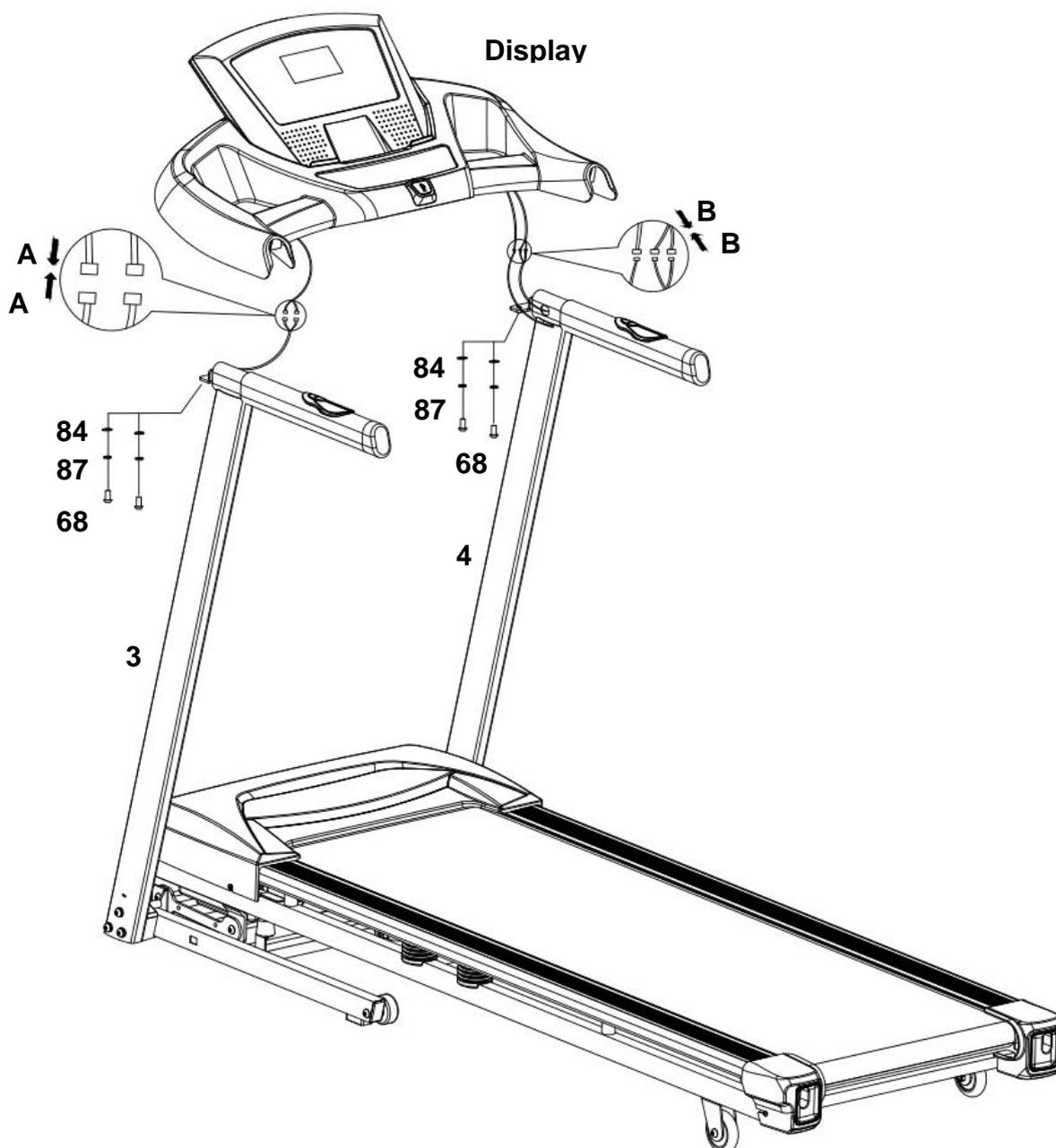
Schritt 1

- 1.1 Das Hauptkabel von unten nach oben und durch die Öffnung der rechten Displaysäule (4) schieben.
- 1.2 Die linke Displaysäule (3) und die rechte Displaysäule (4) am Grundrahmen (1) mit 4 x M8 x 15 mm Inbusschrauben (57), 2 x M8 x 80 mm Inbusschrauben (66), 4 x M8 x 90 mm Inbusschrauben (54), 10 x 8 mm Federscheiben (87) und 10 x 8 mm Unterlegscheiben (84) montieren.



Schritt 2

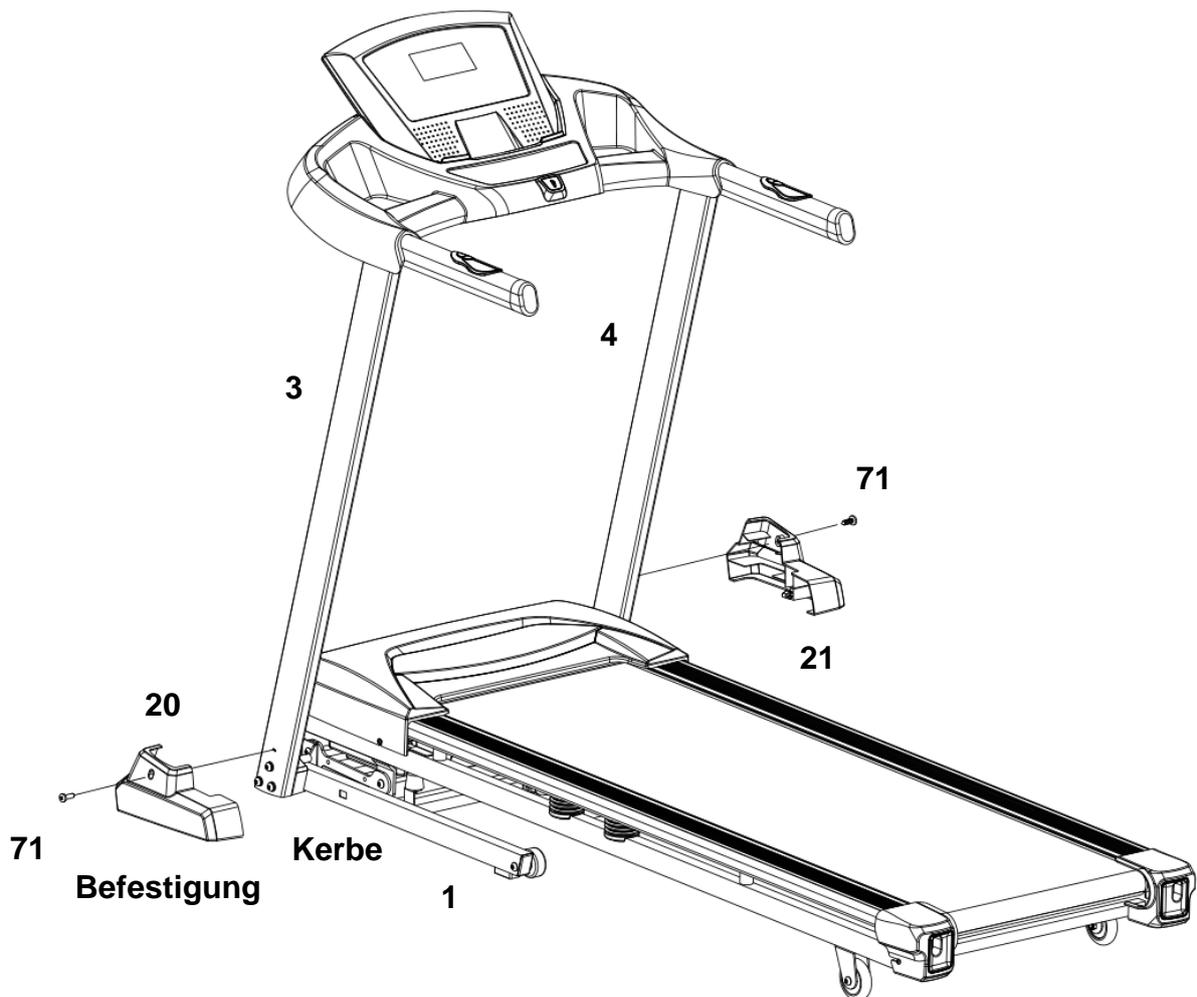
- 2.1 Die von der linken Displaysäule (3) und der rechten Displaysäule (4) kommenden Kabel mit den Kabeln am Display verbinden. An der linken Displaysäule (3) befinden sich zwei und an der rechten Displaysäule (4) drei Kabel.
- 2.2 Die verbindenden Kabel in den Griff an der linken Displaysäule (3) und an der rechten Displaysäule (4) legen, um sicherzustellen, dass sie nicht zwischen dem Display und dem Rahmen des Laufbandes eingeklemmt werden.
- 2.3 Das Display an der linken Displaysäule (3) und der rechten Displaysäule (4) mit 4 x M8 x 20 mm Inbusschrauben (68), 4 x 8 mm Federscheiben (87) und 4 x 8 mm Unterlegscheiben (84) montieren.



Schritt 3

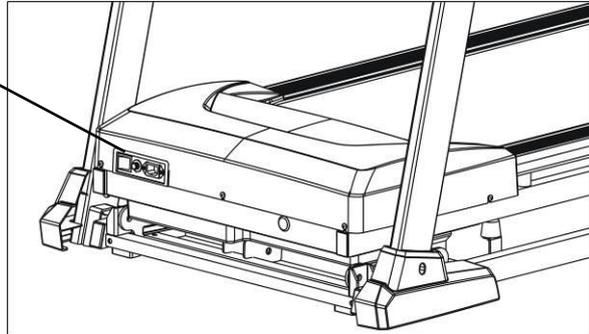
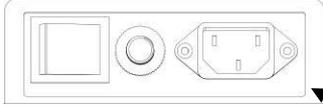
3.1 Die Abdeckungen für die linke Säule (20) und die rechte Säule (21) befestigen. Hierzu die Befestigung am Ende der Säulenabdeckung in die Kerbe am Grundrahmen (1) einsetzen.

3.2 Die linke (20) und die rechte (21) Säulenabdeckung mit 2 x ST4,8 x 15 mm Rundkopf-Kreuzschlitzschrauben (71) an der linken Displaysäule (3) und der rechten Displaysäule (4) festschrauben.



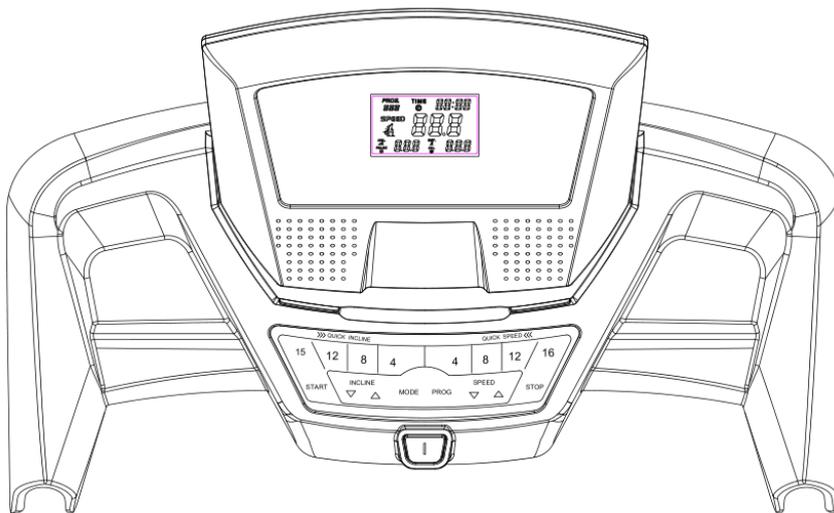
Einschalten des Laufbandes

Um das Laufband einzuschalten, das Stromkabel in die Steckdose stecken und einschalten. Es ertönt ein Signalton und das Display schaltet sich ein.



Rechts vom Schalter befindet sich ein Überstromschutz (siehe Abbildung oben). Im Falle eines Kurzschluss oder von Überstrom springt die Taste des Überstromschutzschalters heraus und das Laufband schaltet sich aus. Ziehen Sie nun das Stromkabel aus der Steckdose und drücken Sie die Taste wieder herein. Schalten Sie dann das Gerät wieder ein, um mit ihrem Training fortzufahren. Sollte die Taste erneut herauspringen, wenden Sie sich bitte an unseren nationalen Kundendienst unter 1800 465 070.

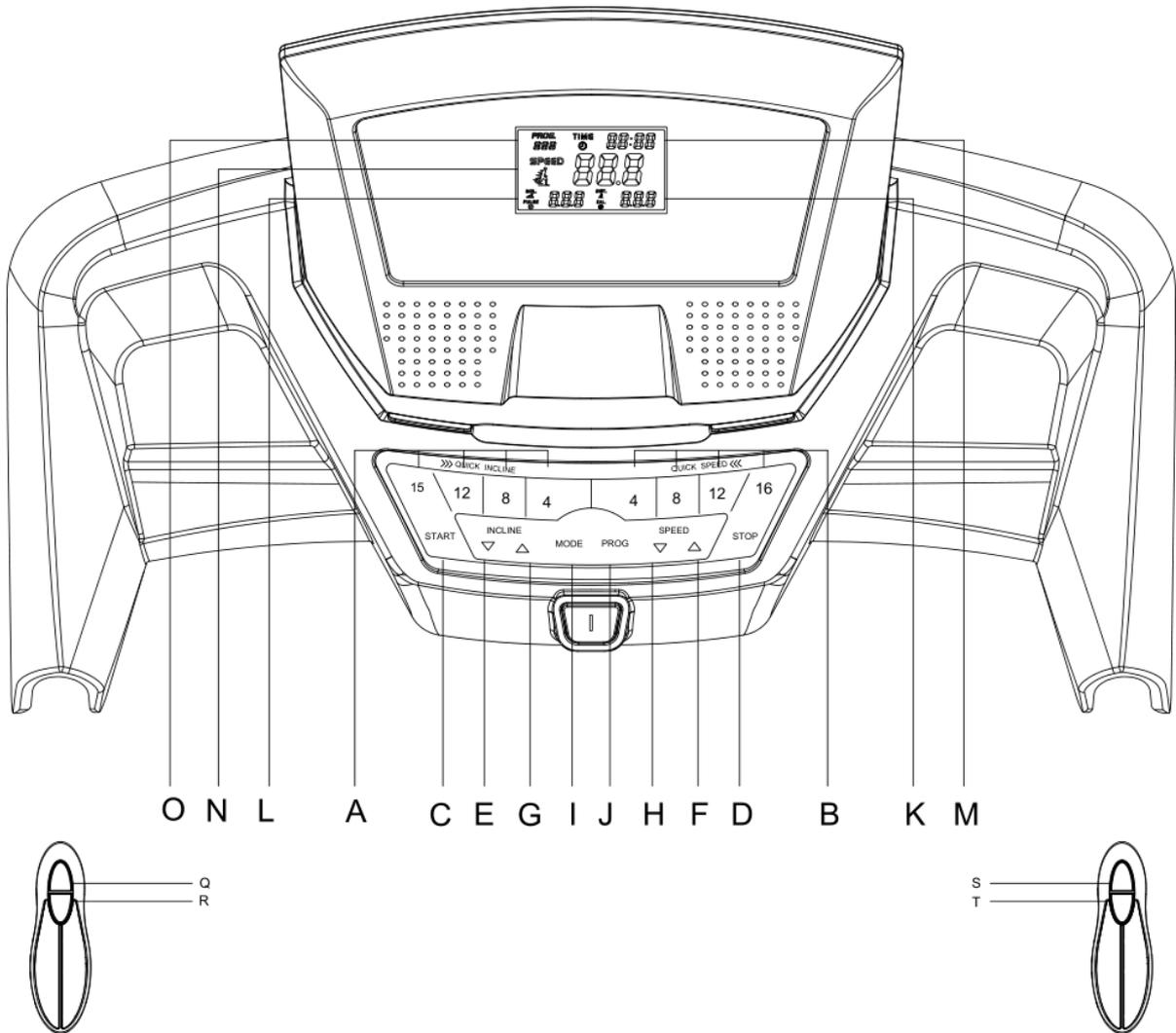
Das Laufband läuft nur an, wenn der Sicherheitsschlüssel (45) in der Aussparung der Displayeinheit steckt. Stecken Sie den Sicherheitsschlüssel (45) in sein Schloss und befestigen Sie ihn an ihrer Kleidung. Wenn der Motor unverzüglich ausgeschaltet werden muss, ziehen Sie den Sicherheitsschlüssel (45) einfach aus der Displayeinheit.



45

Das Laufband schaltet sich automatisch aus, wenn es ca. 10 Minuten stillsteht.

Display-Übersicht



- A** Quick Incline (Schnelleinstellung der Steigung)
- B** Quick Speed (Schnelleinstellung der Geschwindigkeit)
- C** Start
- D** Stop
- E** Incline- (Steigung verringern)
- F** Speed+ (Geschwindigkeit erhöhen)
- G** Incline+ (Steigung erhöhen)
- H** Speed- (Geschwindigkeit verringern)
- I** MODE (MODUS)
- J** Prog (Programm)
- K** Distanz oder Kalorien
- L** Herzfrequenz oder Steigung
- M** Zeit
- H** Geschwindigkeit
- O** Prog (Programm)
- Q** Incline+ (Steigung erhöhen)
- R** Incline- (Steigung verringern)
- S** Speed- (Geschwindigkeit verringern)
- T** Speed- (Geschwindigkeit verringern)

Displayanzeigen

TECHNISCHE ANGABEN

Zeit = 0:00-99:59 min

Geschwindigkeit = 1,0-18,0 km/h

Distanz = 0,00-99,9 km

Kalorien = 0-999 cal

Steigung = 0 - 15 %

Herzfrequenz = 50 - 200 Schläge/min

START

Drücken Sie diese Taste, um mit dem Training bei einer Anfangsgeschwindigkeit von 1,0 km/h zu beginnen.

STOP(P)

Durch Drücken dieser Taste während des Trainings, wird das Laufband angehalten, indem es stufenweise sowohl die Geschwindigkeit als auch die Steigung reduziert.

Quick Speed (Schnelleinstellung der Geschwindigkeit)

Drücken Sie diese Taste, um die gewünschte Laufgeschwindigkeit auszuwählen: 4, 8, 12 oder 16 km/h

Quick Incline (Schnelleinstellung der Steigung)

Drücken Sie diese Taste, um die gewünschte Steigung auszuwählen: 4 %, 8 %, 12 % oder 15 %.

SPEED UP/DOWN (GESCHWINDIGKEIT ERHÖHEN/VERRINGERN)

Drücken Sie diese Taste, um die Trainingsgeschwindigkeit in Schritten von 0,1 km/h zu erhöhen bzw. zu verringern.

Drücken Sie diese Taste, um die Trainingsdauer im Programmiermodus auszuwählen.

Drücken Sie diese Taste, um das gewünschte Trainingsziel (Zeit, Distanz, Kalorien) im Trainingsziel-Steuerung-Modus auszuwählen.

INCLINE UP/DOWN (STEIGUNG ERHÖHEN/VERRINGERN)

Drücken Sie diese Taste, um die Steigung der Lauffläche in Schritten von 1 % zu erhöhen bzw. zu verringern.

Drücken Sie diese Taste, um die Trainingsdauer im Programmiermodus auszuwählen.

Drücken Sie diese Taste, um das gewünschte Trainingsziel (Zeit, Distanz, Kalorien) im Trainingsziel-Steuerung-Modus auszuwählen.

MODE (MODUS)

Drücken Sie diese Taste, um den Trainingsziel-Modus auszuwählen.

PROG (PROGRAMM)

Drücken Sie diese Taste, um ein Trainingsprogramm (P01 - P10) auszuwählen.

Allgemeine Bedienung

Schalten Sie das Gerät mithilfe des Schalters an der Vorderseite des Laufbands an. Der Schalter befindet sich neben dem Ausgang des Stromkabels. Stecken Sie nun den Sicherheitsschlüssel in das magnetische Schloss in der Mitte der Displayeinheit. Das Display gibt einen Signalton ab und alle Displayanzeigen zeigen 0 an.

Hinweis: Wenn der Sicherheitsschlüssel nicht richtig eingesteckt oder defekt ist, zeigt die Geschwindigkeitsanzeige (Speed) „E00“ an und das Laufband bleibt stehen.

Wenn der Sicherheitsschlüssel während des Trainings aus dem Schloss fällt, gibt das Display einen Signalton ab und die Geschwindigkeitsanzeige zeigt "E00" an, woraufhin das Laufband anhalten wird. Um das Laufband in einer Notsituation anzuhalten, einfach den Sicherheitsschlüssel aus seiner Aufnahme in der Displayeinheit ziehen. Klippen Sie den Sicherheitsschlüssel während des Trainings auf alle Fälle an ihrem T-Shirt oder einem anderen geeigneten Kleidungsstück fest um sicherzustellen, dass dieses Sicherheitssystem funktioniert.

Um die Herzfrequenz vor dem Training zu messen, einfach mit beiden Händen die Herzfrequenz-Sensoren an beiden Seiten der Griffstangenhalterung 5 Sekunden lang umfassen. Der Bereich für die Herzfrequenz liegt zwischen 50 und 200 Schlägen pro Minute.

Hinweis: Die auf dem Display angezeigten Messungen dürfen nicht zu therapeutischen Zwecken verwendet werden, da sie aufgrund der Empfindlichkeit des Gerätes und des aus den Handflächen kommenden Signals schwanken können. Die genaueste Messung wird erzielt, wenn beide Hände flach und ruhig für 10-20 Sekunden auf den Sensoren liegen. Auf diese Weise kann ein Mittelwert für die Messung angegeben werden.

Bedienung des Computers

FREIES LAUFTRAINING

Schalten Sie das Laufband ein und drücken Sie auf die „Start“-Taste am Display. Um die Geschwindigkeit auf den gewünschten Wert einzustellen, die Tasten „Speed +“ (Geschwindigkeit erhöhen) und „Speed -“ (Geschwindigkeit verringern) betätigen. Durch Drücken der Tasten „Speed +“ (Geschwindigkeit erhöhen) und „Speed -“ (Geschwindigkeit verringern) wird die Geschwindigkeit um je 0,1 km/h erhöht bzw. verringert.

Um die Steigung der Lauffläche auf den gewünschten Wert einzustellen, die Tasten „Incline +“ (Steigung erhöhen) und „Incline -“ (Steigung verringern) betätigen. Durch Drücken der Tasten „Incline +“ (Steigung erhöhen) und „Incline -“ (Steigung verringern) wird die Steigung um je 1 % erhöht bzw. verringert.

Sie können auch die Tasten „Quick Speed Select“ (Schnelleinstellung der Geschwindigkeit) und „Quick Incline Select“ (Schnelleinstellung der Steigung) drücken, um die gewünschte Laufgeschwindigkeit und die Steigung direkt zu wählen.

TRAINIEREN NACH ZEIT

Schalten Sie das Laufband ein und drücken Sie einmal auf die Taste "Mode" (Modus). Die Anzeige "Time" (Zeit) blinkt und zeigt "15:00" an, was der voreingestellten Trainingszeit des Laufbandes entspricht. Mithilfe der Tasten „Speed +“ (Geschwindigkeit erhöhen) / „Speed -“ (Geschwindigkeit verringern) oder „Incline +“ (Steigung erhöhen) / „Incline -“ (Steigung verringern) die gewünschte Trainingszeit einstellen. Der Einstellbereich reicht von 5:00 bis 99:00 Minuten.

Nachdem Sie die gewünschte Trainingszeit eingestellt haben, auf die „Start“-Taste drücken, um mit dem Training zu beginnen. Die angezeigte Zeit wird nun rückwärts gezählt und das Laufband hält automatisch an, wenn die Zeitanzeige auf „0:00“ steht.

LAUFEN EINER BESTIMMTEN STRECKE

Schalten Sie das Laufband ein und drücken Sie zweimal auf die „Mode“ (Modus)-Taste. Nun blinkt "D" die Anzeige „Dist“ und zeigt „1,00“ an, was der voreingestellten Laufstrecke des Laufbandes entspricht. Mithilfe

der Tasten „Speed +“ (Geschwindigkeit erhöhen) / „Speed -“ (Geschwindigkeit verringern) oder „Incline +“ (Steigung erhöhen) / „Incline -“ (Steigung verringern) die gewünschte Laufstrecke einstellen. Der Einstellbereich reicht von 0,50 bis 99,9 km.

Nachdem Sie die gewünschte Laufstrecke eingegeben haben, die "Start"-Taste betätigen, um mit dem Training zu beginnen. Die Distanzangabe nimmt nun während des Trainings ab und das Laufband hält automatisch an, wenn für die zurückgelegte Strecke (Dis) "0,00" angezeigt wird.

TRAINIEREN NACH KALORIENVERBRAUCH

Schalten Sie das Laufband ein und drücken Sie dreimal auf die Taste "Mode" (Modus). Die Anzeige "Cal" (Kalorien) blinkt und zeigt "50" an, was dem voreingestellten Kalorienverbrauch des Laufbandes entspricht. Mithilfe der Tasten „Speed +“ (Geschwindigkeit erhöhen) / „Speed -“ (Geschwindigkeit verringern) oder „Incline +“ (Steigung erhöhen) / „Incline -“ (Steigung verringern) den gewünschten Kalorienverbrauch einstellen. Der Einstellbereich reicht von 10 bis 999 Kalorien.

Nachdem Sie den gewünschten Kalorienverbrauch eingestellt haben, auf die "Start"-Taste drücken, um mit dem Training zu beginnen. Die angezeigte Kalorienzahl wird nun rückwärts gezählt und das Laufband hält automatisch an, wenn die „Cal“-Anzeige auf "0" steht.

Hinweis: Bei jeder der oben genannten Trainingsmethoden werden zum Einstellen der gewünschten Laufgeschwindigkeit/Steigung die Tasten “Speed +” (Geschwindigkeit erhöhen) / “Speed -” (Geschwindigkeit verringern) bzw. “Incline +” (Steigung erhöhen) / “Incline -” (Steigung verringern) betätigt.

TRAINIEREN NACH PROGRAMM

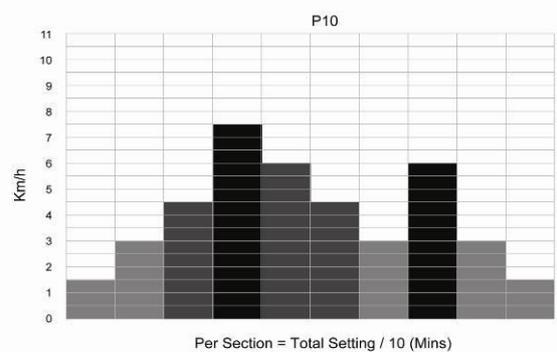
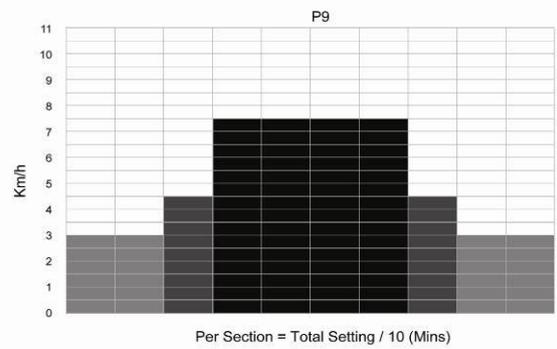
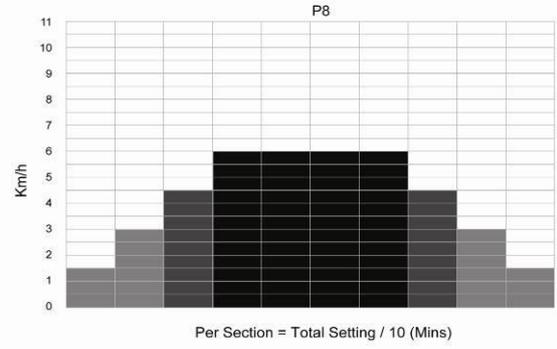
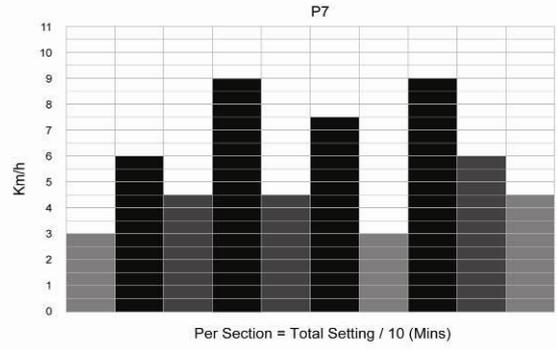
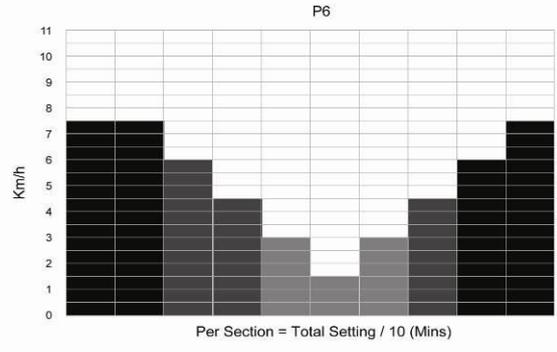
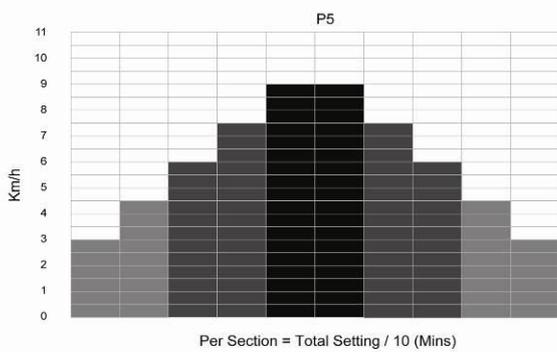
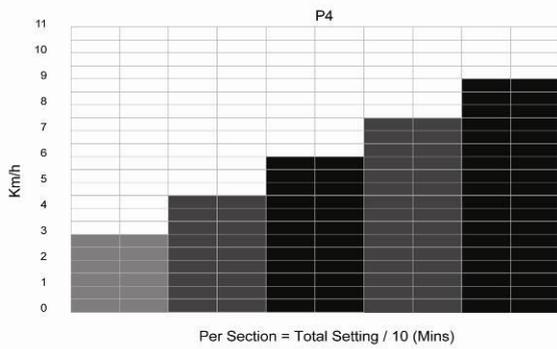
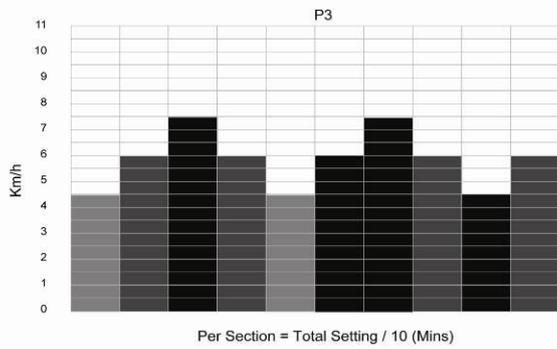
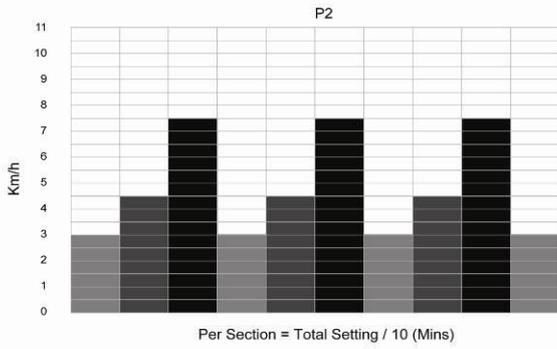
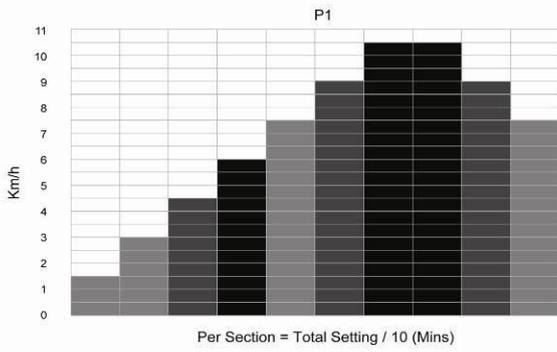
In diesem Modus können Sie unter 10 voreingestellten Programmen wählen.

Die Taste „PROG“ und im „Programm“-Fenster wird „P01“ angezeigt. Im „Time“ (Zeit)-Fenster wird „30:00“ angezeigt, was der voreingestellten Zeit für jedes Programm entspricht. Die gewünschte Trainingszeit kann mithilfe der Tasten „Speed +“ (Geschwindigkeit erhöhen) / „Speed -“ (Geschwindigkeit verringern) oder „Incline +“ (Steigung erhöhen) / „Incline -“ (Steigung verringern) eingestellt werden. Der Einstellbereich reicht von 5:00 bis 99:00 min. Durch Drücken der "Start"-Taste zählt das Laufband von drei bis null und beginnt dann mit dem gewählten Programm. Die Startgeschwindigkeit hängt vom gewählten Programm ab.

Alle Trainingsprogramme bestehen aus 10 Segmenten wobei jedes Segment 1/10 der eingestellten Zeit entspricht. Während jedes einzelnen Trainingssegments können die Tasten „Speed +“ (Geschwindigkeit erhöhen) / „Speed -“ (Geschwindigkeit verringern) oder „Incline +“ (Steigung erhöhen) / „Incline -“ (Steigung verringern) gedrückt werden, um die Trainingsgeschwindigkeit und die Steigung der Lauffläche zu verändern.

Bezüglich der voreingestellten Werte wird auf die nachstehende Tabelle und die Diagramme verwiesen.

Startsteigung und -geschwindigkeit der einzelnen Programme		
Programm	Startsteigung	Startgeschwindigkeit
P01	1 %	1,5 km/h
P02	1 %	3,0 km/h
P03	2 %	4,5 km/h
P04	2 %	3,0 km/h
P05	3 %	3,0 km/h
P06	3 %	7,5 km/h
P07	4 %	3,0 km/h
P08	4 %	1,5 km/h
P09	5 %	3,0 km/h
P10	4 %	1,5 km/h



TRAINIEREN NACH HERZSCHLAG

Das Laufband einschalten und die „PROG“-Taste drücken, bis im "Prog"-Fenster „HP1“ angezeigt wird. Für die Zeit wird nun „30:00“ angezeigt, was der voreingestellten Trainingszeit für den Herzfrequenz-Modus entspricht. Mithilfe der Tasten „Speed +“ (Geschwindigkeit erhöhen) / „Speed -“ (Geschwindigkeit verringern) oder „Incline +“ (Steigung erhöhen) / „Incline -“ (Steigung verringern) die gewünschte Trainingszeit einstellen.

Die „MODE“-Taste drücken. Das „Dis“-Fenster zeigt nun „30“ an, was dem voreingestellten Alter des Benutzers entspricht. Stellen Sie mithilfe der Tasten „Speed +“ (Geschwindigkeit erhöhen) / „Speed -“ (Geschwindigkeit verringern) oder „Incline +“ (Steigung erhöhen) / „Incline -“ (Steigung verringern) Ihr richtiges Alter ein. Die „Mode“ (Modus)-Taste erneut drücken und das „Dis“-Fenster zeigt die für ihr Alter entsprechende Ziel-Herzfrequenz an (es wird der sogenannte „Standard“-Wert aus der Tabelle auf der nächsten Seite angegeben). Mithilfe der Tasten „Speed +“ (Geschwindigkeit erhöhen) / „Speed -“ (Geschwindigkeit verringern) oder „Incline +“ (Steigung erhöhen) / „Incline -“ (Steigung verringern) die gewünschte Ziel-Herzfrequenz einstellen. Nachdem die oben genannten Angaben eingestellt wurden, die „Mode“ (Modus)-Taste drücken, um den Menüpunkt zu verlassen. Dann die „Start“-Taste drücken, um das Laufband zu starten. Die Laufgeschwindigkeit beträgt 1,0 km/h.

Wenn während des Trainings ihre Herzfrequenz um bis zu 10 Schläge pro Minute niedriger als der voreingestellte Wert ist, erhöht das Laufband alle zehn Sekunden seine Geschwindigkeit um 0,4 km/h. Ist der Unterschied größer als 10, erhöht das Laufband seine Geschwindigkeit alle 10 Sekunden um 0,8 km/h, bis ihre Ziel-Herzfrequenz erreicht wurde. Die Geschwindigkeit kann bis auf maximal 10 km/h erhöht werden.

Wenn während des Trainings ihre Herzfrequenz um bis zu 10 Schläge pro Minute höher liegt als der voreingestellte Wert ist, verringert das Laufband alle zehn Sekunden seine Geschwindigkeit um 0,4 km/h. Ist der Unterschied größer als 10, verringert das Laufband seine Geschwindigkeit alle 10 Sekunden um 0,8 km/h, bis ihre Ziel-Herzfrequenz erreicht wurde. Die Geschwindigkeit kann bis auf maximal 1,0 km/h abgesenkt werden.

Misst das Laufband keine Herzfrequenz, bleibt die Geschwindigkeit unverändert. Für „HP1“ beträgt die maximale Geschwindigkeit 8 km/h, für „HP2“ und „HP3“ maximal 9 km/h bzw. 10 km/h. Hinweis: Wir empfehlen Ihnen, den Bereich für Ihre Ziel-Herzfrequenz der Tabelle auf der nächsten Seite zu entnehmen, bevor sie beginnen, den Herzfrequenz-Trainingsmodus zu verwenden.

Ziel-Herzfrequenz-Tabelle

ALTER	Herzfrequenz (Schläge/min)			ALTER	Herzfrequenz (Schläge/min)			ALTER	Herzfrequenz (Schläge/min)		
	H	Standard	L		H	Standard	L		H	Standard	L
15	195	123	123	37	174	110	110	59	153	97	97
16	194	122	122	38	173	109	109	60	152	96	96
17	193	122	122	39	172	109	109	61	151	95	95
18	192	121	121	40	171	108	108	62	150	95	95
19	191	121	121	41	170	107	107	63	149	94	94
20	190	120	120	42	169	107	107	64	148	94	94
21	189	119	119	43	168	106	106	65	147	93	93
22	188	119	119	44	167	106	106	66	146	92	92
23	187	118	118	45	166	105	105	67	145	92	92
24	186	118	118	46	165	104	104	68	144	91	91
25	185	117	117	47	164	103	103	69	143	91	91
26	184	116	116	48	163	103	103	70	143	90	90
27	183	116	116	49	162	103	103	71	142	90	89
28	182	115	115	50	162	102	102	72	141	90	89
29	181	115	115	51	161	101	101	73	140	90	88
30	181	114	114	52	160	101	101	74	139	90	88
31	180	113	113	53	159	100	100	75	138	90	87
32	179	113	113	54	158	100	100	76	137	90	86
33	178	112	112	55	157	99	99	77	136	90	86
34	177	112	112	56	156	98	98	78	135	90	85
35	176	111	111	57	155	98	98	79	134	90	85
36	175	110	110	58	154	97	97	80	133	90	84

KÖRPERFETTANLAYSE

Das Laufband einschalten und die „PROG“-Taste drücken, bis im „Prog“-Fenster „FAT“ angezeigt wird. Die „Mode“ (Modus)-Taste drücken, woraufhin im (Steigung)-Fenster „F-1“ und im „Dis“-Fenster „01“ angezeigt werden. Stellen Sie nun mithilfe der Tasten „Speed +“ (Geschwindigkeit erhöhen) / „Speed -“ (Geschwindigkeit verringern) oder „Incline +“ (Steigung erhöhen) / „Incline -“ (Steigung verringern) Ihr Geschlecht ein, wobei „01“ für männlich und „02“ für weiblich steht.

Drücken Sie erneut die „Mode“ (Modus)-Taste, nun werden im (Steigung)-Fenster „F-2“ und im „Dis“-Fenster „30“ (das voreingestellte Benutzeralter) angezeigt. Stellen Sie mithilfe der Tasten „Speed +“ (Geschwindigkeit erhöhen) / „Speed -“ (Geschwindigkeit verringern) oder „Incline +“ (Steigung erhöhen) / „Incline -“ (Steigung verringern) Ihr richtiges Alter ein. Der Einstellbereich reicht von 15 bis 80.

Drücken Sie erneut die „Mode“ (Modus)-Taste, nun werden im (Steigung)-Fenster „F-3“ und im „Dis“-Fenster „170“ (die voreingestellte Körpergröße des Benutzers in cm) angezeigt. Stellen Sie mithilfe der Tasten „Speed +“ (Geschwindigkeit erhöhen) / „Speed -“ (Geschwindigkeit verringern) oder „Incline +“ (Steigung erhöhen) / „Incline -“ (Steigung verringern) Ihre richtige Körpergröße ein. Der Einstellbereich reicht von 50 bis 250.

Drücken Sie erneut die „Mode“ (Modus)-Taste, nun werden im (Steigung)-Fenster „F-4“ und im „Dis“-Fenster „70“ (das voreingestellte Körpergewicht des Benutzers in kg) angezeigt. Stellen Sie mithilfe der Tasten „Speed +“ (Geschwindigkeit erhöhen) / „Speed -“ (Geschwindigkeit verringern) oder „Incline +“ (Steigung erhöhen) / „Incline -“ (Steigung verringern) Ihr richtiges Körpergewicht ein. Der Einstellbereich reicht von 20 bis 200 kg.

Drücken Sie erneut die „Mode“ (Modus)-Taste, nun werden im (Steigung)-Fenster "P" und im „Speed“ (Geschwindigkeit)-Fenster "---" angezeigt. Die beiden Handpuls-Sensoren mit beiden Händen für ca. drei Sekunden umfassen. Im „Pulse“ (Herzfrequenz)-Fenster wird dann ihr Körperfettwert angezeigt. Die entsprechenden Körperfettwerte sind in der nachstehenden Tabelle angegeben.

Körperfett-Parametertabelle

Körperfett	$\leq 18,5$	Untergewicht
Körperfett	$= (20 — 25)$	Ideales Gewicht
Körperfett	$= (25 — 29)$	Übergewicht
Körperfett	≥ 30	Fettleibigkeit

Instandhaltung

Um einen störungsfreien und funktionsfähigen Zustand des Laufbandes zu gewährleisten, ist eine fachgerechte Instandhaltung sehr wichtig. Eine unsachgemäße Instandhaltung kann zu Schäden an dem Laufband führen oder dessen Nutzdauer verkürzen und den GARANTIEUMFANG überschreiten.

- **Wichtige Hinweise:** Niemals Scheuer- oder Lösemittel zum Säubern des Laufbandes verwenden. Um Schäden am Computer zu vermeiden, darf er mit Flüssigkeiten nicht in Kontakt kommen. Weiterhin darf er direkter Sonneneinstrahlung nicht ausgesetzt werden.
- Alle Bauteile des Laufbandes müssen regelmäßig überprüft und angezogen werden. Abgenutzte Bauteile müssen sofort ausgewechselt werden.

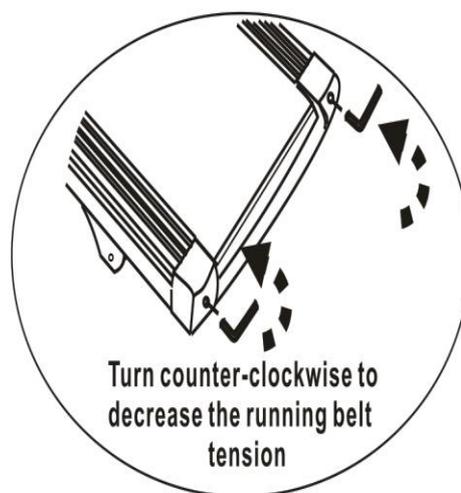
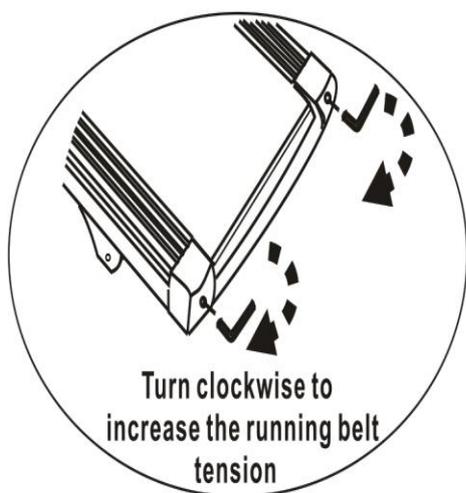
EINSTELLUNG DES LAUFBANDES

Während der ersten Wochen muss das Laufband eventuell nachgestellt werden. Alle Laufbänder werden bereits im Werk eingestellt, es kann jedoch nach der Verwendung zu einer Dehnung außerhalb der Mitte kommen. Dehnungserscheinungen sind während der Einlaufzeit normal. Auch beim Laufen drücken sie eventuell stärker mit einem Fuß als mit dem anderen, was zu einer Verschiebung des Laufbandes führen kann. Das ist vollkommen normal und das Laufband bewegt sich in die Mitte zurück, wenn sich niemand auf ihm befindet. Wenn das Laufband jedoch dauerhaft im Vergleich zur Mitte verschoben bleibt, muss es per Hand zentriert werden.

Wenn das Laufband beim Aufsetzen eines Fußes während des Trainings rutscht oder ruckt, muss seine Spannung eventuell erhöht werden.

Zum Zentrieren des Laufbandes oder zum Anpassen seiner Spannung wie folgt vorgehen:

Das Laufband einschalten, ohne dass auf ihm gelaufen wird. Die „Speed+“ (Geschwindigkeit erhöhen)-Taste drücken, bis eine Geschwindigkeit von 6 km/h erreicht wird. Beobachten, ob das Laufband auf dem Gleitbrett nach rechts oder nach links driftet. Sollte es auf dem Gleitbrett nach links driften, mithilfe eines 6er-Inbusschlüssels (104) die linke Einstellschraube um 1/4 Drehung im Uhrzeigersinn drehen und das Band laufen lassen, bis es sich in seine neue Position bewegt hat. Sollte es weiterhin auf dem Gleitbrett nach links driften, die Einstellschraube jeweils um 1/4 Drehung im Uhrzeigersinn drehen, bis sich das Laufband in der Mitte befindet. Sollte es auf dem Gleitbrett nach rechts driften, mithilfe eines 6er-Inbusschlüssels (104) die rechte Einstellschraube um 1/4 Drehung im Uhrzeigersinn drehen und das Band laufen lassen, bis es sich in seine neue Position bewegt hat. Sollte es weiterhin auf dem Gleitbrett nach rechts driften, die Einstellschraube jeweils um 1/4 Drehung im Uhrzeigersinn drehen, bis sich das Laufband in der Mitte befindet. Nachdem das Laufband zentriert wurde, die Geschwindigkeit auf 12 km/h erhöhen um zu überprüfen, ob es glatt läuft. Sollte das oben beschriebene Vorgehen nicht zum Erfolg führen, muss möglicherweise die Bandspannung erhöht werden.



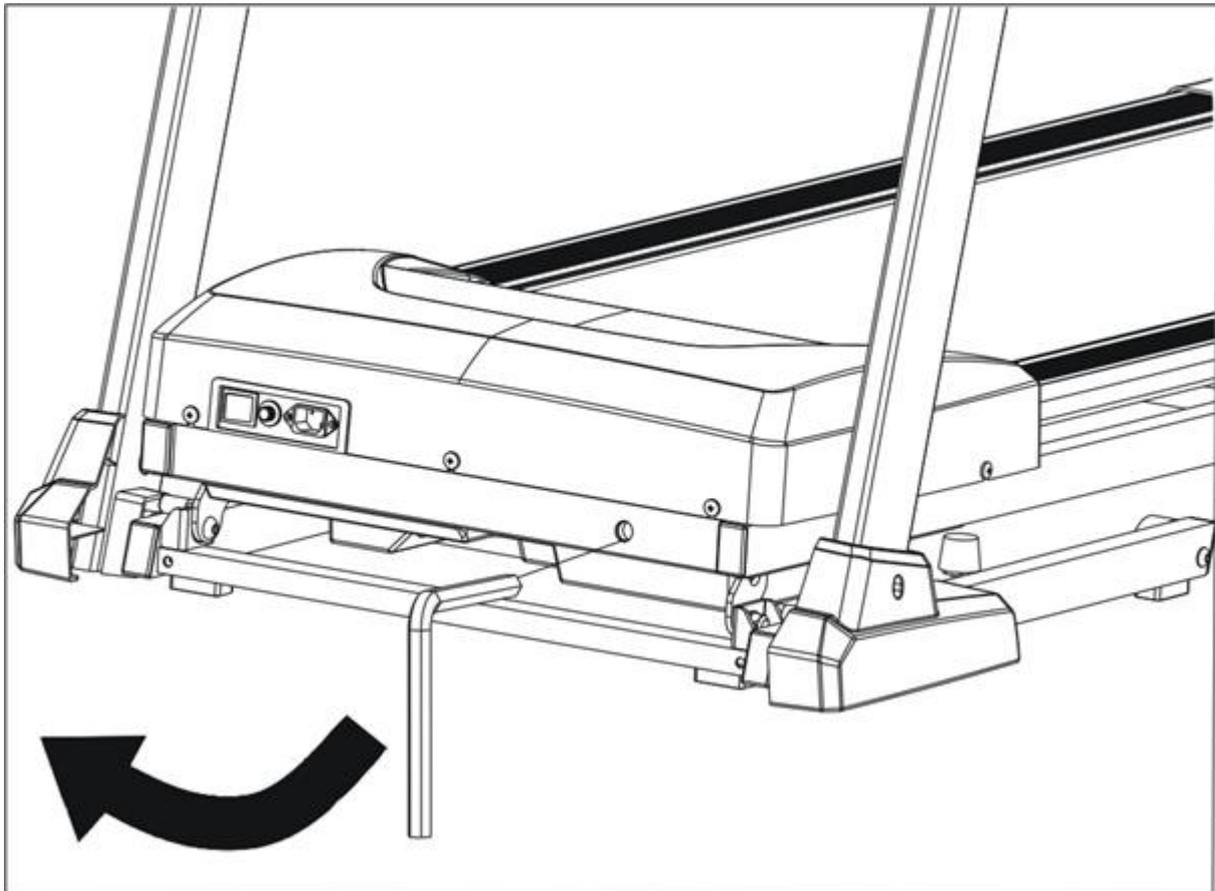
Hinweis: Achten Sie darauf, dass das Band nicht zu stark gespannt wird, da dies zu einer übermäßigen Druckausübung auf die vorderen und hinteren Rollenlager führen könnte. Ein übermäßig stark gespanntes Laufband kann die Rollenlager beschädigen, was sich an einer Geräusentwicklung an den vorderen und hinteren Walzen bemerkbar machen würde.

EINSTELLUNG DES ANTRIEBSRIEMENS

Sollten Sie während dem Training den Eindruck haben, dass das Laufband nicht glatt läuft, ist dies ein Hinweis darauf, dass der Antriebsriemen locker ist. Um dies zu ändern bitte wie folgt die Spannung einstellen:

Die Einstellschraube des Antriebsriemens mit einem 6er-Inbusschlüssel (104) um 1/4 Drehung im Uhrzeigersinn drehen. Das Laufband erneut starten und auf dem Band laufen. Sollte das Laufband weiterhin nicht einwandfrei laufen, die oben beschriebenen Schritte wiederholen, bis das Band glatt läuft.

Hinweis: Achten Sie darauf, dass der Antriebsriemen nicht zu stark gespannt ist, da dies zu einer Überlast führen und somit die Nutzdauer des Motors verkürzen würde.



SCHMIERUNG DES GLEITBRETTS

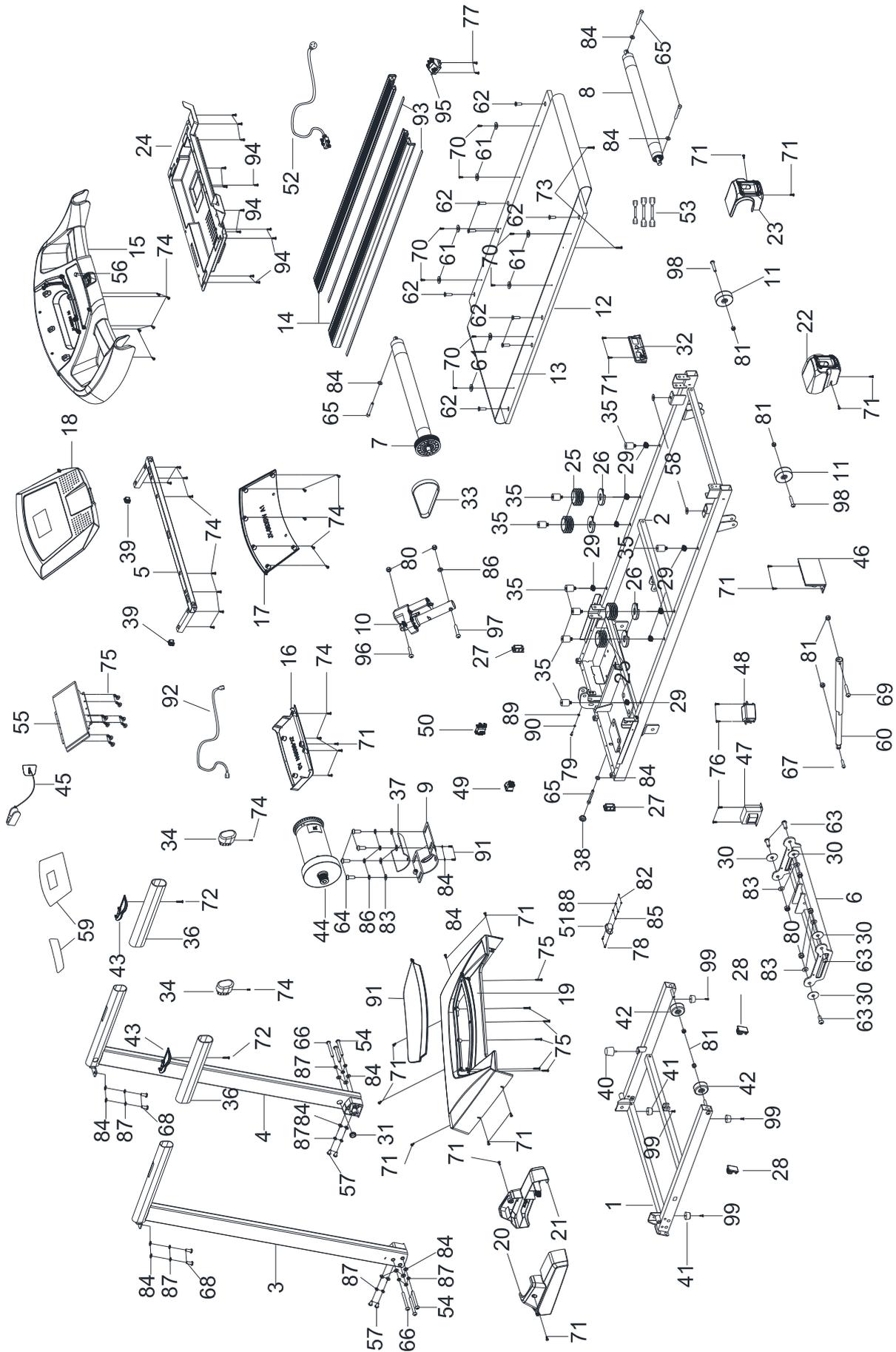
Das Laufband ist vorgeschmiert. Dennoch wird empfohlen, die Gleitbrett des Laufbandes regelmäßig zu schmieren, um einen einwandfreien Betrieb zu gewährleisten. Alle 2 Betriebsmonate das Laufband an der Seite anheben und die Unterseite des Bandes so weit wie möglich abtasten. Sollten Spuren von Silikon-Schmiermittel vorhanden sein, ist keine weitere Schmierung erforderlich. Sollte die Unterseite des Bandes jedoch trocken sein, bitte wie nachfolgend beschrieben vorgehen.

Verwenden Sie ausschließlich 100 % Silikon-Schmiermittel zum Schmieren Ihres Laufbandes.

Um das Band zu schmieren, das Band so positionieren, dass sich die Naht in der Mitte des Gleitbretts befindet. Heben Sie das Band an einer Seite hoch und tragen sie ca. 1/3 der mitgelieferten Schmierölfflasche (105) unter der Mitte des Laufbandes und auf der Oberfläche des Gleitbretts auf. Drehen Sie das Gerät und laufen Sie bei einer niedrigen Geschwindigkeit 3 - 5 Minuten auf dem Laufband, um das Schmiermittel gleichmäßig zu verteilen. Wischen Sie an den freien Rändern des Gleitbretts sichtbares, überschüssiges Schmiermittel weg.

Hinweis: Schmieren Sie das Gleitbrett nicht übermäßig.

Übersichtszeichnung



Parts List

Note: Some of the below parts are pre-assembled to the master component and may not be supplied separately.

Key No.	Description	QTY	Key No.	Description	QTY
1	Base frame	1	28	End Cap	2
2	Running stage	1	29	M8 Aircraft nut	8
3	Left console mast	1	30	φ40×φ10×2mm Washer	4
4	Right console mast	1	31	Flinger	1
5	Console frame	1	32	Switch box	1
6	Incline frame	1	33	Motor belt PJ483/190J	1
7	Front roller	1	34	End cap	2
8	Rear roller	1	35	Cushion	8
9	Motor support	1	36	Handle grip	2
10	Incline motor	1	37	Rubber Cushion	1
11	Wheel	2	38	End cap	1
12	Running deck	1	39	End cap	2
13	Running belt	1	40	Cushion	1
14	Side rail	2	41	Shock pad	4
15	Console housing	1	42	Wheel	2
16	Back cover	1	43	Pulse sensor	2
17	Bottom cover	1	44	Motor	1
18	Screen cover	1	45	Safety key	1
19	Motor cover	1	46	Controller	1
20	Left mast cover	1	47	Inductor	1
21	Right mast cover	1	48	Filter	1
22	Left end cap	1	49	Switch	1
23	Right end cap	1	50	Over current Protector	1
24	Motor bottom cover	1	51	Power Socket	1
25	Shock pad	4	52	Power cord	1
26	Shock pad bracket	4	53	Short cords	1
27	End Cap	2	54	M8×90mm Allen bolt	4

Key No.	Description	QTY	Key No.	Description	QTY
55	PC Board	1	79	M4x10mm Philips Screw	1
56	Steel bracket	1	80	M10 Aircraft Nut	6
57	M8x15mm Allen bolt	4	81	M8 Aircraft Nut	6
58	Φ23×Φ9×3.0 rubber bumper	2	82	M3 Hex Nut	2
59	Sticker	1	83	Φ10mm Washer	9
60	Air spring	1	84	Φ8mm Washer	20
61	φ25×φ15×5mm Washer	8	85	Φ3mm Washer	2
62	M8x24mm Philips Screw	8	86	Φ10mm Spring Washer	4
63	M10x25mm Philips Screw	4	87	Φ8mm Spring Washer	14
64	M10x20mm Philips Screw	4	88	Φ3mm Spring Washer	2
65	M8x60mm Allen Bolt	4	89	Φ4mm Washer	1
66	M8x80mm Allen Bolt	2	90	Φ4mm Spring Washer	1
67	M8x30mm Allen Bolt	1	91	Motor cover decoration	1
68	M8x20mm Allen Bolt	4	92	Main wire	1
69	M8x45mm Allen Bolt	1	93	EVA	4
70	ST4.8x15mm Dome Head Philips Screw	8	94	ST4.8x12mm Dome Head Philips Screw	12
71	ST4.8x15mm Dome Head Philips Screw	18	95	Safety key plug	1
72	ST4.2x50mm Dome Head Philips Screw	2	96	M10x45mm Allen Bolt	1
73	ST4.2x25mm Dome Head Philips Screw	2	97	M10x65mm Allen Bolt	1
74	ST4.2x15mm Dome Head Philips Screw	25	98	M8x40mm Allen Bolt	2
75	ST2.9x8mm Dome Head Philips Screw	10	99	ST4.8x20mm Dome Head Philips Screw	4
76	ST4.2x12mm Dome Head Philips Screw	4			
77	ST2.9x10mm Dome Head Philips Screw	2			
78	M3x12mm Philips Screw	2			



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