

**Consejo especial:**

- 1. Antes de la instalación y operación, por favor lea este manual de manejo.**
- 2. Por favor, guarde este manual para futuras referencias.**
- 3. El producto puede variar ligeramente del artículo debido a las actualizaciones de modelo**

# INSTRUCCIONES DE SEGURIDAD

**ADVERTENCIA** - Lea todas las instrucciones antes de usar esta caminador. Es importante que su cinta de correr reciba un mantenimiento regular para prolongar su vida útil. Si usted no mantiene regularmente su cinta de correr puede anular la garantía.

**Peligro:** Para reducir el riesgo de descarga eléctrica desconecte la cinta de correr de la toma eléctrica antes de que el trabajo de servicio de limpieza.  
**NO USE UN ALARGUE: NO INTENTE DESHABILITAR LA CONEXION A TIERRA. AL UTILIZAR ADAPTADORES O MODIFICAR DE CUALQUIER MANERA EL CABLE PROVISTO POR EL FABRICANTE.**

- 1) Instalar la máquina para correr sobre una superficie plana y nivelada con el acceso adecuado a una conexión eléctrica a tierra.
- 2) No utilice la cinta de correr en alfombras acolchadas felpa o pelusa. Esto puede derivar en daños tanto para la alfombra como para la caminadora.
- 3) No bloquee la parte trasera del equipo. Proporcionar un espacio mínimo de 1 metro entre la parte posterior de la caminadora y cualquier objeto fijo.
- 4) Coloque la unidad sobre una superficie sólida y nivelada cuando está en uso.
- 5) Nunca permita que los niños sobre o cerca de la caminadora.
- 6) Cuando se ejercita, asegúrese de que el clip de plástico se sujete en su ropa. Es por su seguridad, en caso de que caiga o tropiece hacia atrás en la cinta.
- 7) Mantener las manos alejadas de todas las piezas móviles.
- 8) Nunca haga funcionar la caminadora si tiene el cable o el enchufe dañado.
- 9) Mantenga el cable alejado de superficies calientes.
- 10) No haga funcionar donde se están usando productos en aerosol o donde se esté administrando oxígeno. Las chispas del motor pueden encenderse un ambiente altamente inflamable.
- 11) Nunca deje caer ni inserte ningún objeto en las aberturas.
- 12) Para desconectar, coloque todos los controles en la posición de apagado, retire la llave de seguridad, y luego retire el enchufe de la toma.
- 13) Los sensores de pulsos no son dispositivos médicos. Varios factores, incluyendo el movimiento del usuario, pueden afectar la exactitud de las lecturas del ritmo cardíaco. Los sensores de pulsos están diseñados únicamente como ayuda para el ejercicio, determinando el ritmo cardíaco en general.
- 14) Use los pasamanos siempre; que son para su seguridad.
- 15) Use calzado adecuado. Los tacones altos, zapatos de vestir, sandalias o pies descalzos no son adecuados para su uso en la caminadora. Se recomienda llevar calzado deportivo de calidad para evitar el cansancio de las piernas.
- 16) Temperatura recomendada: 5 a 40 grados

Retire la llave de seguridad después de su uso para evitar la operación no autorizada del equipo.

## INFORMACION ELECTRICA IMPORTANTE

**Esta cinta motorizada está diseñada para operar en una red eléctrica de corriente alterna de 220 V 50 Hz.**

- 1) NUNCA operar la caminadora con fuentes de alimentación de generador o de UPS.
- 2) NUNCA retire las cubiertas sin desconectar primero la alimentación de CA.
- 3) NUNCA exponga esta caminadora a la lluvia o la humedad.
- 4) Esta cinta no está diseñado para su uso al aire libre, cerca de una piscina, o en cualquier otro ambiente de alta humedad.

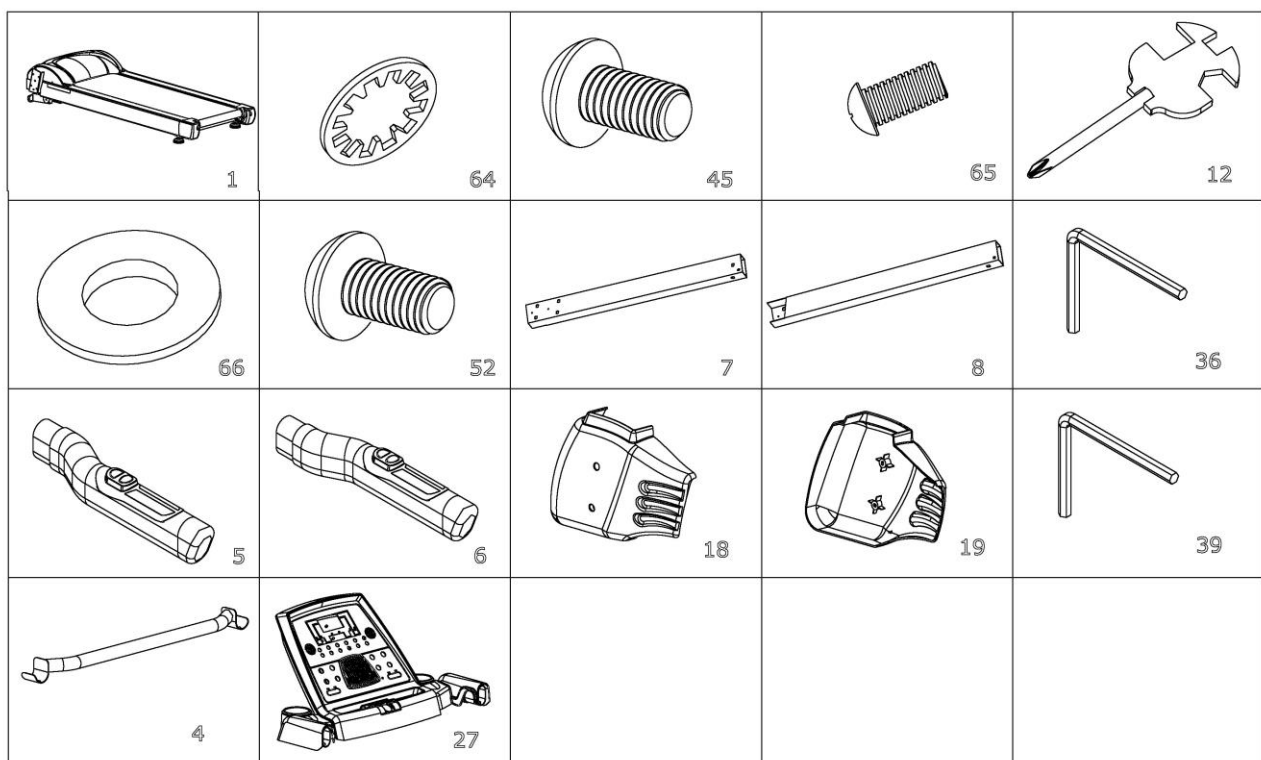
## INSTRUCCIONES IMPORTANTES DE OPERACION

- 1) Inserte el enchufe directamente en la toma de corriente.
- 2) Asegúrese de leer todo el manual antes de operar la máquina.
- 3) Entender que los cambios en la velocidad y la inclinación no se presentan inmediatamente. Ajuste la velocidad deseada en la consola del ordenador y suelte la tecla de ajuste. El ordenador obedecer el mandato de forma gradual.
- 4) Tenga cuidado durante su participación en otras actividades mientras camina en la caminadora; como ver la televisión, leer, etc. Estas distracciones pueden hacer que pierda el equilibrio o se aparte del centro de la banda; lo que puede provocar lesiones graves.
- 5) Con el fin de evitar la pérdida de equilibrio y de sufrir lesiones inesperadas, NUNCA montar o desmontar la máquina para correr mientras la cinta está en movimiento. Esta unidad se inicia con una velocidad muy baja. Pararse sobre la banda durante la aceleración lenta es recomendable después de haber aprendido a operar esta máquina.
- 6) Siempre aferrarse a la barandilla mientras hace los cambios de control.
- 7) Una llave de seguridad se proporciona con esta máquina. Retire la llave de seguridad se detendrá la banda para caminar de inmediato; la cinta se apagará automáticamente. Inserte la llave de seguridad se restablecerá la pantalla.
- 8) No use presión excesiva sobre las teclas de control de la consola. Se encuentran precisión para funcionar correctamente con poca presión de los dedos.
- 9) Este aparato no está diseñado para ser utilizado por personas (incluidos niños) con física reducida, sensoriales o mentales, o la falta de experiencia y conocimiento, a menos que hayan recibido supervisión o instrucciones relativas al uso del aparato por una persona responsable de su seguridad, los niños deben ser supervisados para asegurarse de que no jueguen con el aparato.
- 10) Por favor, consulte a su médico antes de ejecutar en un primer momento, si usted tiene una de las siguientes enfermedades:  
Cardiopatía, hipertensión, diabetes, enfermedades respiratorias, tabaquismo, y otras enfermedades crónicas.  
Si usted tiene más de 35 años de edad y más pesado que el peso común.  
Las mujeres embarazadas o en periodo de lactancia.
- 11) Por favor, deje de hacer ejercicio inmediatamente y consulte a su médico cuando se siente mareado, hartazgo, dolor de tórax u otros síntomas.
- 12) Por favor, beber agua adecuada después de ejercitar en nuestra cinta de correr durante más de 20 minutos.

**Advertencia:** Ahora aquí sugerimos que usted debe consultar con su médico o profesional de la salud antes de comenzar su entrenamiento, No nos hacemos responsables de cualquier problema o perjuicio su usted no sigue nuestra especificación. La cinta de correr deberá ser montada cuidadosamente y el motor debe estar cubierto, a continuación, conectarse a la alimentación.

## INSTRUCCIONES DE ENSAMBLADO

Al abrir la caja, y se encuentra por debajo de las partes en la caja de cartón.



### LISTADO DE PARTES:

NO.	DES.	Especificación	Nos.	NO.	DES.	Especificación	Nos.
1	Cuadro Principal		1	52	Tornillo	M8*15	4
64	Arandela de Seguridad	10	14	18	Cubierta de tubo vertical izq.		1
45	Tornillo	M10*15	14	19	Cubierta de tubo vertical der		1
65	Tornillo	M5*12	4	36	5# Llave Allen	5mm	1
66	Arandela	8	4	39	6# Llave Allen	6mm	1
7	Tubo vertical izquierdo		1	8	Tubo vertical derecho		1
4	Barra de Protección		1	27	Consola		1
12	Llave c/ destornillador	S=13, 14, 15	1	5	Manillar izquierdo		1
				6	Manillar derecho		1

**FIJACIÓN DE HERRAMIENTAS:**

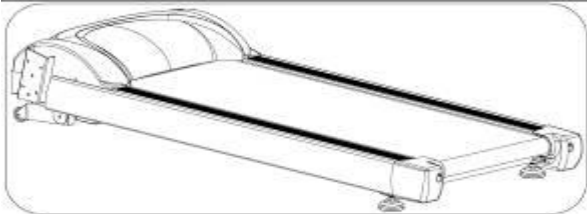
**5 # 1pcs de 5 mm Llave Allen**

**6 # 1pcs 6 mm Llave Allen**

**Llave s / destornillador S = 13, 14, 15 1pc**

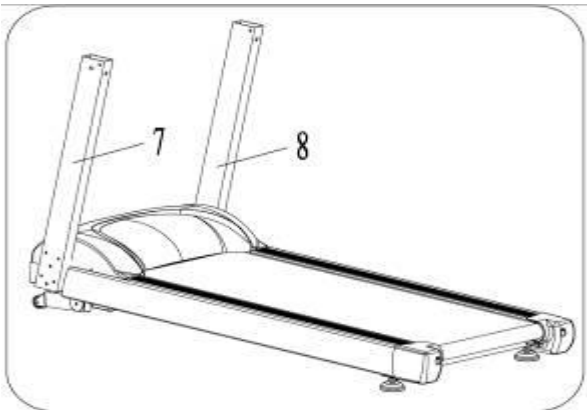
**Aviso: No conseguir a través de la alimentación antes de montaje completo**

**PASO 1:**



Abra la caja de cartón, y quite las piezas anteriores, y poner el cuadro principal en el nivel del suelo.

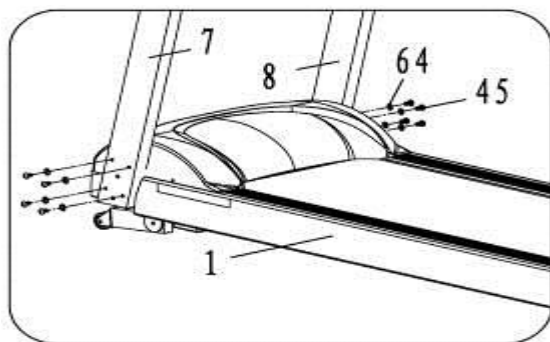
**PASO 2:**



Montar los tubos verticales izquierdo y derecho en el cuadro principal.

**Aviso: Cuando se ensambla, asegúrese de no apretar los cables en posición vertical**

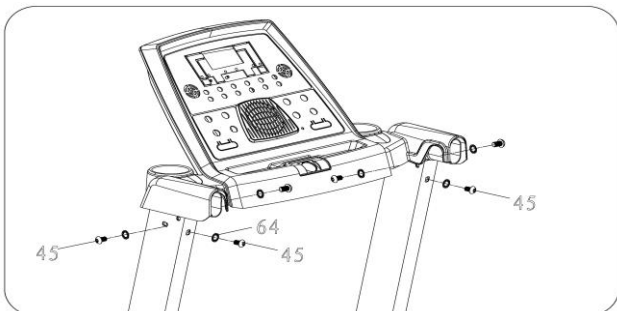
**PASO 3:**



Use la llave Allen #6, pasar el perno (45) M10 \* 15 a través de la arandela de seguridad (64), luego ajustar el Tubo Vertical Izquierdo (7) y el tubo vertical derecho (8) sobre el cuadro principal.

**Nota: soportar el tubo vertical con la mano izquierda, no dejar caer hacia abajo para evitar daños.**

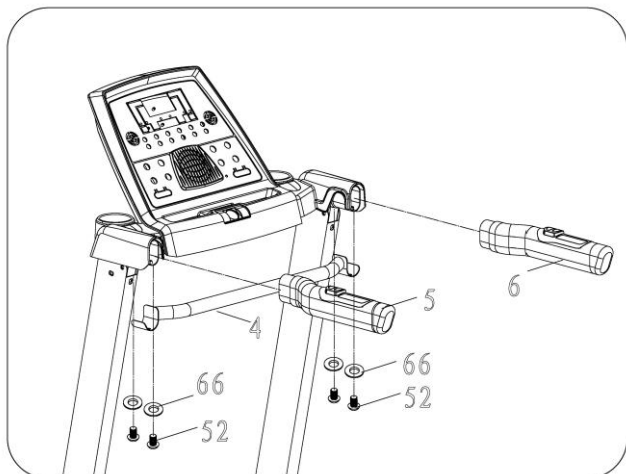
**PASO 4:**



Utilice la llave Allen # 6, sujetar la consola a izquierda y derecha verticales Tubos con el tornillo (45) M10 \* 15, la arandela de bloqueo (64).

**Aviso: Por favor, conecte el cable de señal antes de montar la consola.**

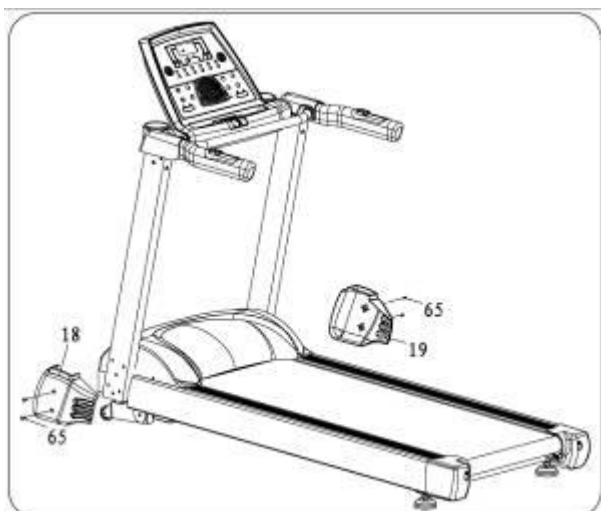
### PASO 5:



Utilice la llave Allen de 5 # (36), perforar el perno (52) a través de la arandela curva (66), luego fijar el manillar izquierdo y derecho en la consola.

Ajustar la barra de protección (4) a la izquierda y tubos verticales correctamente.

### PASO 6:



Utilice la llave Allen de 5 # (12), perforar el perno (65), y luego fijar la cubierta izquierda y la derecha en posición vertical del tubo (18,19) al marco inferior.

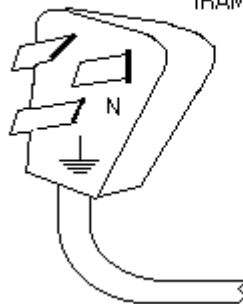
**ATENCIÓN:** Por favor confirme conjunto completo tal como la requieren arriba y ajustar todos los pernos. Hacer la siguiente operación después de comprobar que todo está bien. Antes de utilizar la cinta de correr, por favor, lea las instrucciones cuidadosamente.

# METODOS DE PUESTA A TIERRA

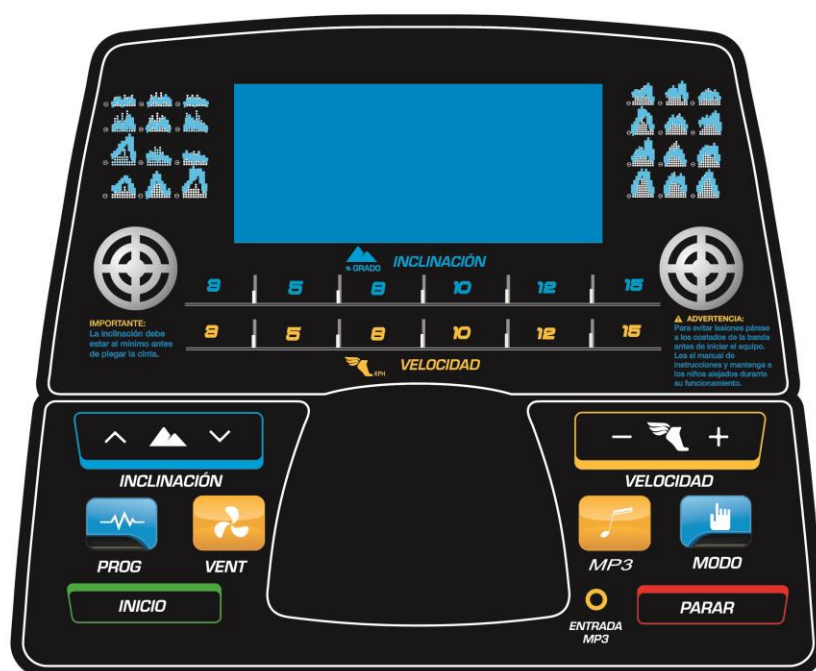
Este producto debe estar conectado a tierra. Si funciona mal o esta averiada, la conexión a tierra ofrece un camino de menor resistencia para la corriente eléctrica para reducir el riesgo de descarga eléctrica. Este producto está equipado con un cable que tiene un conductor de conexión a tierra y un la conexión a tierra del enchufe. El enchufe debe estar conectado a un enchufe que esté apropiadamente instalado y conectado a tierra de acuerdo con todos los códigos y ordenanzas locales.

**PELIGRO** - La conexión incorrecta del conductor de conexión a tierra puede resultar en un riesgo de descarga eléctrica. Consulte a un electricista o técnico calificado si tiene dudas en cuanto a si el producto está correctamente conectado a tierra. No modifique el enchufe suministrado con el producto - si no entra en el tomacorriente, un contacto adecuado por un electricista cualificado. Este producto es para uso en un circuito nominal de 220 voltios y tiene un enchufe de conexión a tierra que se parece al enchufe ilustrado en un croquis en el siguiente gráfico. Hacer que el producto es conectado a una salida que tiene la misma configuración que el enchufe. Ningún adaptador debe usarse para este producto.

FICHA CON TOMA DE TIERRA  
SEGUN NORMA  
IRAM 2073



# GUIA DE OPERACION



## DISPLAY:

1. "VELOCIDAD": Muestra la velocidad, el rango de velocidad es 1,0 a 20 km / h,
2. "INCLINACION" Muestra la inclinación, el rango es de 0-15 sección, 1 rejilla significa 1 sección.
3. "PULSO" Muestra el latido del corazón del corredor. Cuando el corredor sostiene los sensores de pulso con ambas manos, el sistema puede calcular los latidos del corazón del corredor y mostrar en esta ventana, el rango es de 50-200 latidos / min (esta información es sólo para referencia, no puede ser que los datos médicos).
4. "TIEMPO": Muestra el tiempo de funcionamiento. Cuando se cuenta de 0: 00-99: 59, cuando el recuento de 99:59, la máquina se detendrá sin problemas y mostrará 'Fin', a continuación, se restablecerá a la situación inicial después de 5 segundos;
5. "DISTANCIA": Muestra el funcionamiento de la distancia, se contará a partir de 0.00 a 99.9, cuando hasta llegue a 99,9, contará de nuevo desde 0; Cuando la cuenta llegue a 0, la máquina se detendrá sin problemas y mostrará 'Fin', entrará en la situación inicial después de 5 segundos.
6. "CALORIAS" Muestra las calorías teóricas quemadas del corredor. Contará de 0 a 999, cuando llegue hasta 999, contará de nuevo desde 0, cuando se reduce a 0, la máquina se detendrá sin problemas y mostrará 'Fin', y se restablecerá a la espera para la operación después de 5 segundos.
7. Ventana Central: En estado de ajuste, se mostrará P1-P24, U1-U3, FAT; Cuando la máquina está en funcionamiento, se mostrará 400 metros pista de atletismo, y mostrar el círculo de ejecución y porcentaje completado; Cuando se complete la distancia en cada 400 metros, se mostrará los círculos con el sonido 'BI'



## **FUNCIONES:**

1. "PROGRAMA": Cuando se comienza, pulse este botón para elegir el programa, "0:00", "P1 ... ..- P10- ... ..- ... P15- -P24 - U1-U2-U3- FAT "28 del programa; El modo manual es el programa predeterminado, la velocidad por defecto es de 1,0 km / h. ("0:00" es el programa manual, P1-P24 es interno programa de instalación, U1-U3 es el programa de auto definido, la función FAT es el calculador de grasa corporal)
2. "MODO": Pulse este botón para elegir cíclicamente "0:00", "15:00", "1.0", "50" ("0:00" es el modo manual, "15:00" es el conteo de tiempo modo de abajo, "1.0" es el modo de cuenta regresiva de distancia, "50" es el modo de cuenta regresiva de calorías). Al configurar cada modo, puede pulsar la velocidad y la inclinación +/- +/- para ajustar los datos, pulse el botón "Inicio" para iniciar la máquina
3. "INICIO": Al conseguir a través de la tecla de encendido y de seguridad unido, pulse este botón en cualquier momento para iniciar la máquina. Si inicio desde el modo manual, la máquina funcionará a la velocidad más baja 1,0 km/h, inclinar 0.
4. "PARAR": Cuando la máquina está en funcionamiento, pulse este botón para detener cualquier momento y todos los datos serán los datos iniciales.
5. "VELOCIDAD +", "VELOCIDAD -" botón: situación inicial, establece los datos con este botón. Cuando la máquina está en funcionamiento, pulse el botón para ajustar la velocidad, 0.1 KM en cada prensa, cuando se pulse el botón de más de 0,5 segundos, la velocidad aumentará o disminuirá continuamente.
6. "INCLINACION +", "INCLINACION-" botón: situación inicial, establece la inclinación por el botón. Cuando la máquina está en funcionamiento, pulse el botón para ajustar la inclinación, 1 en cada sección de prensa, cuando se pulse el botón de más de 0,5 segundos, la velocidad aumentará o disminuirá continuamente.
7. "INCLINACION: 3, 5, 8, 10, 12,15" botón de acceso directo para ajustar la inclinación de la pendiente.
8. "VELOCIDAD: 3, 5, 8, 10, 12,15" botón acceso directo de velocidad para fijar la velocidad rápidamente.
9. Botón de función del ventilador: detener o iniciar el ventilador (la función del ventilador es opcional).
10. MP3 de encendido / apagado: Pulse este botón para abrir o cerrar el MP3 (MP3 es opcional).
11. Botón de emergencia: Pulse este botón para detener la máquina rápidamente.

## **PUESTA EN MACHA RAPIDA (MANUAL)**

1. Abra el interruptor de encendido, conecte el extremo del imán de la tira de la cuerda de seguridad al ordenador.
2. Pulse el botón INICIO, el sistema entrará en 3 segundos de cuenta atrás, el zumbador hará que la visualización de la ventana de tiempo del sonido y la cuenta atrás, la velocidad se ejecutará 1,0 kilómetros / hora después de 3 segundos.
3. Después de la puesta en marcha, puede utilizar "VELOCIDAD +", "VELOCIDAD -" para ajustar la velocidad arriba o hacia abajo; utilizar "INCLINACION +", "INCLINACION-" para ajustar la inclinación hacia arriba o hacia abajo.

## **EL FUNCIONAMIENTO DEL PROCESO DE EJERCICIO:**

1. Pulse la velocidad hacia abajo reducirá la velocidad de carrera.
2. Pulse aceleración aumentará la velocidad de funcionamiento.
3. Pulse inclinación hacia abajo reducirá la sección de inclinación.
4. Pulse inclinación arriba aumentará la sección de inclinación.

5. Pulse el botón de acceso directo de velocidad se ajustará la velocidad de funcionamiento.
6. Pulsar el botón de atajo inclinación se ajustará la sección de inclinación.
7. Pulse el botón de parada se detendrá la máquina.
8. Sosteniendo sensor de pulso con ambas manos cerca de 5 segundos se mostrarán los datos de pulso.

### **MODO MANUAL:**

1. Si no hace ningún ajuste y presiona el botón INICIO directamente, la caminadora comenzará a correr desde la velocidad de 1,0 km / h, inclinación 0. Los otros displays empezarán a contar en aumento por defecto, presione "VELOCIDAD+", VELOCIDAD- " para cambiar la velocidad, presione "INCLINACION + "," INCLINACION - "para variar la inclinación;
2. Configurar el tiempo, pulsar el botón "MODO" para entrar en la cuenta atrás del tiempo, la ventana TIEMPO mostrará "15:00" y brillará. Presione "VELOCIDAD +", "VELOCIDAD -", "INCLINACION +", "INCLINACION -" para configurar el tiempo que necesita. El rango de ajuste es 5: 00-99: 00.
3. En el modelo de ajuste de tiempo, presione el botón "MODO" para entrar en la cuenta atrás de la distancia, la ventana de DISTANCIA mostrará "1.0" y brillará. Presione "VELOCIDAD+", "VELOCIDAD-", "INCLINACION +", "INCLINACION -" para configurar la distancia que necesita. El rango de ajuste es de 0,5 a 99,9.
4. Para configurar la distancia, pulse el botón "MODO" para entrar en la cuenta regresiva de calorías, la ventana CAL mostrará "50" y brillante. Presione "VELOCIDAD+", "VELOCIDAD-", "INCLINACION +", "INCLINACION -" para configurar las calorías que necesita. El rango de ajuste es 10-999.
5. Para configurar las Calorías, presione el botón "MODO" para entrar en el modo de caminata, la ventana de velocidad muestra 3,0 km / h, la ventana de tiempo muestra "15:00" y brillo, pulse "INCLINACION+", "INCLINACION-", "VELOCIDAD + , "VELOCIDAD-" para ajustar el tiempo de funcionamiento, el rango es de 5: 00-99: 00 (en el modo de caminar, la velocidad es de 3,0 km / h, no se puede ajustar la velocidad y la inclinación)
6. Una vez finalizado el ajuste, presione el botón "INICIO" para arrancar, la cinta correrá después de 3 segundos, presione "VELOCIDAD+", "VELOCIDAD-", "INCLINACION +", "INCLINACION -" para ajustar la velocidad y la inclinación; Presione PARAR, la máquina para correr se detendrá.

### **PROGRAMA PRE ESTABLECIDO**

Presione el botón "PROGRAMA" La ventana VELOCIDAD mostrará P1-P24 para elegir el programa que desee. Ajuste del tiempo de funcionamiento, entonces la ventana de TIEMPO brilla. Muestre el tiempo de ajuste de avance 10: 00, presione "VELOCIDAD+", "VELOCIDAD-", "INCLINACION +", "INCLINACION -" para configurar el tiempo de ejercicio deseado. Presione el botón "INICIO" para iniciar el programa pre establecido, el programa interno se divide en 10 secciones. Cada tiempo de ejercicio = el tiempo establecido / 10. Cuando el sistema entra en la siguiente sección hará 3 sonidos "B-B-" y la velocidad cambiará de acuerdo con el programa de ajuste, luego presione "VELOCIDAD+", "VELOCIDAD-", "INCLINACION +", "INCLINACION -" Cambiar la VELOCIDAD e INCLINAR, Cuando el programa entra en la siguiente sección volverá a la velocidad actual e inclinará, y ejecutará un programa, el sistema hará 3 sonidos "B-B-" y cambiará al programa manual automáticamente.

### **CARTA DE EJERCICIOS**

Cada programa se dividirá en 10 secciones para el tiempo de ejercicio y cada sección de tiempo tiene

la velocidad y la inclinación en consecuencia.

### Carta de ejercicios

Tiempo \ Programa		INTERVALO DE TIMEPO=TIEMPO PROGRAMADO/10									
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
P1	VELOCIDAD	2	4	3	4	3	5	4	2	5	3
	INCLINACION	1	2	3	3	1	2	2	3	2	2
P2	VELOCIDAD	2	5	4	6	4	6	4	2	4	2
	INCLINACION	1	2	3	3	2	2	3	4	2	2
P3	VELOCIDAD	2	5	4	5	4	5	4	2	3	2
	INCLINACION	1	2	2	3	1	2	2	2	2	1
P4	VELOCIDAD	3	6	7	5	8	5	9	6	4	3
	INCLINACION	2	2	3	3	2	2	4	6	2	2
P5	VELOCIDAD	3	6	7	5	8	6	7	6	4	3
	INCLINACION	1	2	4	3	2	2	4	5	2	1
P6	VELOCIDAD	2	8	6	4	5	9	7	5	4	3
	INCLINACION	2	2	6	2	3	4	2	2	2	1
P7	VELOCIDAD	2	6	7	4	4	7	4	2	4	2
	INCLINACION	4	5	6	6	9	9	10	12	6	3
P8	VELOCIDAD	2	4	6	8	7	8	6	2	3	2
	INCLINACION	3	5	4	4	3	4	4	3	3	2
P9	VELOCIDAD	2	4	5	5	6	5	6	3	3	2
	INCLINACION	3	5	3	4	2	3	4	2	3	2
P10	VELOCIDAD	2	3	5	3	3	5	3	6	3	3
	INCLINACION	4	4	3	6	7	8	8	6	3	3
P11	VELOCIDAD	2	5	8	10	6	9	5	3	2	2
	INCLINACION	1	3	5	8	10	7	6	3	2	3
P12	VELOCIDAD	2	5	5	4	4	6	4	2	3	4
	INCLINACION	3	5	6	7	12	9	11	11	6	3
P13	VELOCIDAD	2	7	4	7	8	9	4	5	3	2
	INCLINACION	5	6	6	4	6	5	8	9	4	2
P14	VELOCIDAD	2	6	5	4	8	6	5	2	3	3
	INCLINACION	5	6	5	8	4	5	5	10	6	3
P15	VELOCIDAD	2	6	5	4	8	7	5	3	3	2
	INCLINACION	3	4	5	6	3	5	5	6	4	3
P16	VELOCIDAD	2	5	7	5	8	6	5	2	4	2
	INCLINACION	1	5	6	8	12	9	10	9	5	3
P17	VELOCIDAD	2	5	6	7	8	9	10	5	3	4
	INCLINACION	3	5	6	8	6	5	8	7	5	3
P18	VELOCIDAD	2	3	5	6	8	6	9	6	5	2
	INCLINACION	5	7	5	8	6	5	9	10	6	2
P19	VELOCIDAD	3	7	6	5	9	7	6	3	5	2
	INCLINACION	3	5	6	8	5	6	5	12	8	3
P20	VELOCIDAD	3	7	9	10	11	12	10	8	5	2
	INCLINACION	2	5	6	7	6	5	8	6	3	2
P21	VELOCIDAD	3	6	8	7	9	10	5	8	3	2

	INCLINACION	3	6	8	9	9	6	8	10	6	3
P22	VELOCIDAD	3	5	8	6	9	10	8	12	6	3
	INCLINACION	2	6	8	10	12	10	12	8	5	2
P23	VELOCIDAD	3	5	9	11	12	8	6	5	3	2
	INCLINACION	2	6	8	10	9	7	8	10	6	3
P24	VELOCIDAD	3	8	10	11	12	10	10	8	5	3
	INCLINACION	3	6	8	9	10	12	9	6	3	2

## PROGRAMA AUTO DEFINIDO

Además de los 24 programas internos, hay 3 autodefinidos por el usuario: U1, U2, U31.

Configuración del programa de autodefinición del usuario:

1. En la situación inicial, pulsar "PROGRAMA" continuamente hasta que U1, U2, U3, y la ventana "TIEMPO" brillen, mostrara la hora 15:00, pulse "INCLINACION +", "INCLINACION-", "VELOCIDAD+", "VELOCIDAD-" para ajustar el tiempo de funcionamiento; Presione "MODO" para ajustar los datos del programa, ajuste el primer intervalo de tiempo, presione "VELOCIDAD+", "VELOCIDAD" o presione el botón de atajo de velocidad para ajustar la velocidad; Presione "INCLINACION +", "INCLINACION-" o INCLINACION botón de acceso directo para establecer la INCLINACION; A continuación, pulse el botón "MODO" para terminar el primer intervalo de tiempo y entrar en el segundo intervalo de tiempo, hasta el final 10 intervalo de tiempo. Los datos se mantendrán hasta el siguiente ajuste, los datos no se perderán cuando se apague el equipo.

2. Programa de autodefinición del usuario:

Cuando la máquina esté esperando el funcionamiento, presione el botón "PROGRAMA" continuamente hasta U1, U2, U3, ajuste el tiempo de funcionamiento y luego presione "INICIO" para iniciar la máquina.

3. Instrucción del programa de autodefinición del usuario:

Cada programa se dividirá en 10 secciones de tiempo, establezca la velocidad e inclinación en cada intervalo de tiempo, luego presione "INICIO" para comenzar el ejercicio.

## RANGO DE PROGRAMAS

	inicial	Datos iniciales	Establecer rango	Rango de visualización
TIEMPO(MIN:SEGUNDOS)	0:00	15:00	5:00-99:00	0:00 - 99:59
INCLINACION(SECCIONES)	0	0	0-15	0-15
VELOCIDAD(K/h)	1.0	1.0	1.0-20	1.0-20
DISTANCIA(KM)	0	1.0	0.5-99.9	0.00 - 99.9
PULSO(hypo/min)	P	N/A	N/A	50-200
CALORIAS(THERM)	0	50	10-999	0 - 999

## TESTER DEL CUERPO:

En el estado inicial, presione "PROGRAMA" continuamente ingresando el medidor de grasa corporal FAT, presione "MODO" ingrese F-1, F-2, F-3, F-4, F-5 (F-1 SEXO, F-2 EDAD, F-3 ALTURA, PESO F-4, F-5 MEDIDOR DE GRASA), presione "VELOCIDAD+", "VELOCIDAD-" para ajustar F-1 - F4 (ver tabla siguiente), luego presione "MODO" para ajustar F-5, agarre el sensor de pulso, Después de 3 segundos, el índice de calidad corporal se mostrara en el display. El objetivo es ver la relación entre la altura y el peso. FAT se adapta a cualquier hombre y mujer, para ajustar el peso de acuerdo con el índice de calidad corporal. El valor ideal de FAT debe ser 20-25, si es menor de 19, significa demasiado delgado.

Si entre 25 y 29, significa sobrepeso, si es mayor de 30, significa obesidad. (Los datos son sólo para referencia, no puede ser usados como datos medicinales)

F-1	Sexo	01 Hombre	02 Mujer
F-2	Edad	10-----99	
F-3	Altura	100----200	
F-4	Peso	20-----150	
F-5	FAT	≤19	Bajo del peso
	FAT	=(20---25)	Pero normal
	FAT	=(26---29)	Sobrepeso
	FAT	≥30	Obesidad

### **FUNCIÓN DE BLOQUEO DE SEGURIDAD:**

Si retira el cordón de seguridad la caminadora parará inmediatamente. Todas las ventanas muestran "---", el zumbador hará 3 sonidos "B-B -", ahora la caminadora debe ser parada. Conecte el extremo del imán del cordón de seguridad a la computadora, la caminadora estará lista para su funcionamiento.

### **FUNCIÓN DE AHORRO DE ENERGÍA:**

El sistema está con la función de ahorro energético, en espera para el funcionamiento, si no hay ninguna operación, la función de ahorro de energía comenzará después de 10 minutos, la pantalla se apagará. Puede pulsar cualquier botón para activar la pantalla.

### **FUNCIÓN MP3 (OPCIONAL, SI LA TUVIESE)**

Cuando se enciende, y se conecta un dispositivo MP3 externo, la reproducción comenzará. El volumen es ajustable desde el equipo externo MP3, el volumen debe ajustarse en la sección apropiada para proteger el parlante de la computadora.

### **PRECAUCIÓN:**

1. Le recomendamos que mantenga una velocidad lenta al comienzo de una sesión y mantenga los pasamanos hasta que se sienta cómodo y familiarizado con la caminadora.
2. Conecte el extremo del imán de la cuerda de seguridad a la computadora y también adjunte el clip del cordón de seguridad a su ropa.
3. Para terminar su entrenamiento con seguridad, presione el botón de PAUSA o tire del cordón de seguridad, después la caminadora parará inmediatamente.

# INSTRUCCIONES DE EJERCICIO

## ETAPA DE CALENTAMIENTO

Si tiene más de 35 años de edad, o no es muy saludable, también si es su primera vez ejercitando, consulte con su médico o profesional.

Antes de usar la caminadora motorizada, por favor aprenda cómo controlar la máquina, sepa cómo comenzar, parar, ajustar la velocidad y así sucesivamente, no se pare en la máquina en este momento. Después de eso, puede utilizar la máquina. Póngase sobre el cojín antideslizante en ambos lados y maneje el manillar con ambas manos. Mantenga la máquina a baja velocidad alrededor de 1,6 ~ 3,2 km / h, luego pruebe la máquina en marcha de a un pie, después de acostumbrarse a la velocidad, entonces se puede ejercitar en la máquina y se puede agregar la velocidad entre 3 y 5 km / h. Mantenga la velocidad unos 10 minutos, luego pare la máquina.

## ETAPA DE EJERCICIO

Aprenda cómo ajustar la velocidad e inclinación antes de usar. Camine alrededor de 1 km a velocidad estable y anote el tiempo, le tomará unos 15-25 minutos. Si camina a 4,8 km / h, le llevará unos 12 minutos en 1 km. Si te sientes cómodo a la velocidad estable, puedes añadir la velocidad e inclinación después de 30 minutos, puedes hacer buen ejercicio. En esta etapa, no se puede subir la velocidad o inclinación de golpe al mismo tiempo, debe mantenerte cómodo.

## INTENSIDAD DEL EJERCICIO

Caliente a la velocidad de 4,8 km / h por 2 minutos, luego añadir la velocidad a 5,3 km / h y seguir caminando dos 2 minutos, luego añadir a 5,8 km / h y caminar por 2 minutos. Después de eso, agregue 0,3 km / h cada 2 minutos, hasta que la sea respiración rápida, pero siéntase cómodo

Quema de calorías --- la manera más efectiva

Caliente por 5 min a la velocidad: 4-4.8KM / H, a continuación, aumentar lentamente la velocidad de 0.3KM / H / 2Mints, hasta llegar a la velocidad estable que se siente cómodo para 45 Min. Para mejorar la comodidad del movimiento, Usted puede mantener la velocidad durante 1H mientras mira un programa de TV, después aumentar la velocidad por 0.3KM / H cada tiempo del intervalo del anuncio, después de que vuelva a la velocidad original. Usted puede familiarizarse con la mejor eficiencia de entrenamiento para la quema de calorías durante el tiempo de anuncio y la frecuencia cardíaca posterior aumento de tiempo. Por último, debe reducir la velocidad paso a paso para 4Mints.

## FRECUENCIA DE EJERCICIO

El tiempo del ciclo: es de 3 a 5 veces por semana, 15-60mints / por vez. Haga su rutina de entrenamiento metódica, no sólo como pasatiempo.

Se puede controlar la intensidad de carrera mediante el ajuste de la velocidad e inclinación de la cinta. Sugerimos que no establezca inclinación al principio; subir la inclinación es la manera efectiva de fortalecer la intensidad del ejercicio.

Consulte con su médico o profesional de la salud antes de comenzar su entrenamiento. La gente profesional puede ayudarle a componer el horario de ejercicio adecuado de acuerdo a su edad y

estado de salud, determinar la velocidad del movimiento, la intensidad del ejercicio. Por favor, deténgase de inmediato, si siente opresión en el pecho, dolor en el pecho, latido irregular del corazón, dificultad para respirar, mareos u otras molestias durante el ejercicio. Usted debe consultar con su médico o profesional de la salud como seguir adelante.

Usted puede elegir la velocidad de caminar normal o la velocidad de jogging, si usted siempre entrenamiento con caminadoras.

Si no tiene suficiente experiencia o quiere hacer pruebas de velocidad, puede seguir las instrucciones:

Velocidad 1-3.0KM/H estado físico bajo

Velocidad 3.0-4.5KM/H poco ejercicio aeróbico

Velocidad 4.5-6.0KM/H caminata normal

Velocidad 6.0-7.5KM/H caminata rápida

Velocidad 7.5-9.0KM/H trote

Velocidad 9.0-12.0KM/H velocidad de caminata intermedia

Velocidad 12.0-14.5M/H corredor bien entrenado

Velocidad 14.5-16.0KM/H corredor excelente

Atención: Las velocidades de movimiento  $\leq 6$ KM/H, **caminata normal**; Velocidades de movimiento  $\geq 8$ .0KM/H, **corredor**.

## AJUSTE DE LA BANDA DE CAMINAR

Advertencia: SIEMPRE DESENCHUFE LA CAMINADORA DE LA TOMA DE CORRIENTE ELÉCTRICA ANTES DE LIMPIAR O REPARAR LA UNIDAD.

Limpieza: La limpieza general de la unidad prolongará en gran medida la vida de la caminadora.

Mantenga la cinta de correr limpiándola con regularidad. Asegúrese de limpiar la parte expuesta de la cubierta a ambos lados de la banda para caminar y también los rieles laterales. Esto reduce la acumulación de material extraño por debajo de la banda, para caminar use los zapatos adecuados y limpios.

Advertencia: Desenchufe siempre la máquina de correr de la toma eléctrica antes de retirar la cubierta del motor. Al menos una vez al año retire la tapa del motor y vacíe debajo de la tapa del motor.

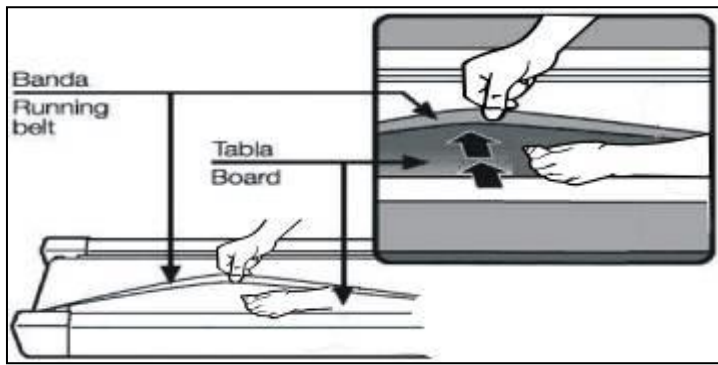
### LUBRICACION DE LA BANDA Y EL DECK

Esta caminadora está equipada con un sistema pre-lubricado de bajo mantenimiento. La fricción de la correa / cubierta puede desempeñar un papel importante en la función y la vida de su caminadora, requiriendo así una lubricación periódica. Recomendamos una inspección periódica de la cubierta. Usted necesita el contacto con nuestro centro de servicio si encuentra el daño de la cubierta.

Recomendamos la lubricación de la cubierta según el siguiente calendario:

Uso liviano (menos de 3 horas / semana)	Anualmente
Uso medio (3-5 horas / semana)	Cada 6 meses
Uso intensivo (más de 5 horas / semana)	Cada 3 meses

**Atención:** Cualquier reparación debe hacerla un profesional



1, Le sugerimos que apagar por 10 Minutos el equipo después de usarla por 2 horas, esto ayuda a mantener la vida útil de la caminadora.

2, Para evitar el deslizamiento durante el funcionamiento, la banda no debe estar demasiado floja; Para evitar la mayor abrasión entre el rodillo y la correa y mantener la buena marcha de la máquina, la banda no debe estar demasiado apretada. Usted puede ajustar la distancia entre las placas y la banda, la correa estar lejos de las placas de alrededor de 50-75mm en ambos lados, lo mejor es que este perfectamente centrada

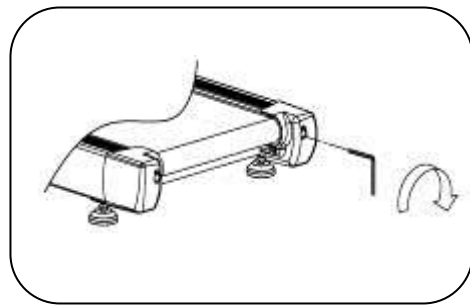
### **Centrado de la banda:**

- Coloque la caminadora sobre una superficie nivelada. Encienda la caminadora a aproximadamente 6-8KM / H, comprobando el funcionamiento.

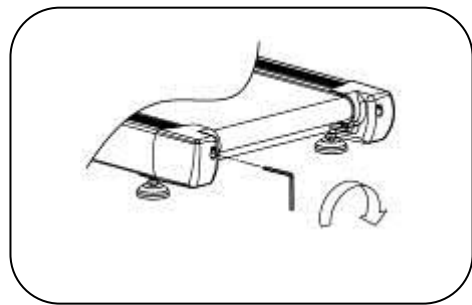
Si la banda se ha desplazado hacia la derecha, ajuste el tornillo 1/4 de vuelta en el sentido horario y luego empezará a correr hasta el centrado de la banda. Imagen A

Si la banda se desplazado hacia la izquierda ajuste el tornillo 1/4 de vuelta en el sentido anti horario, luego la banda empezará a correr hasta el centrarse. Imagen B

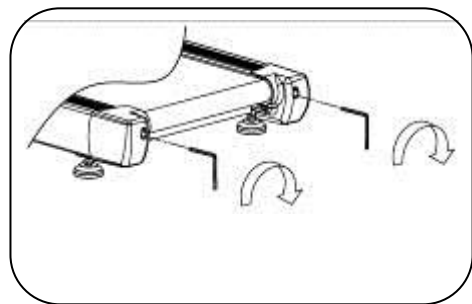
Revise la tirantez de la banda periódicamente, para después de un período de tiempo de funcionamiento. Gire el tornillo de ajuste izquierdo y derecho 1/4 de vuelta en el sentido de las agujas del reloj, luego vuelva a encender el equipo, confirme la tensión hasta que la banda esté correctamente tensionada. Imagen C



A



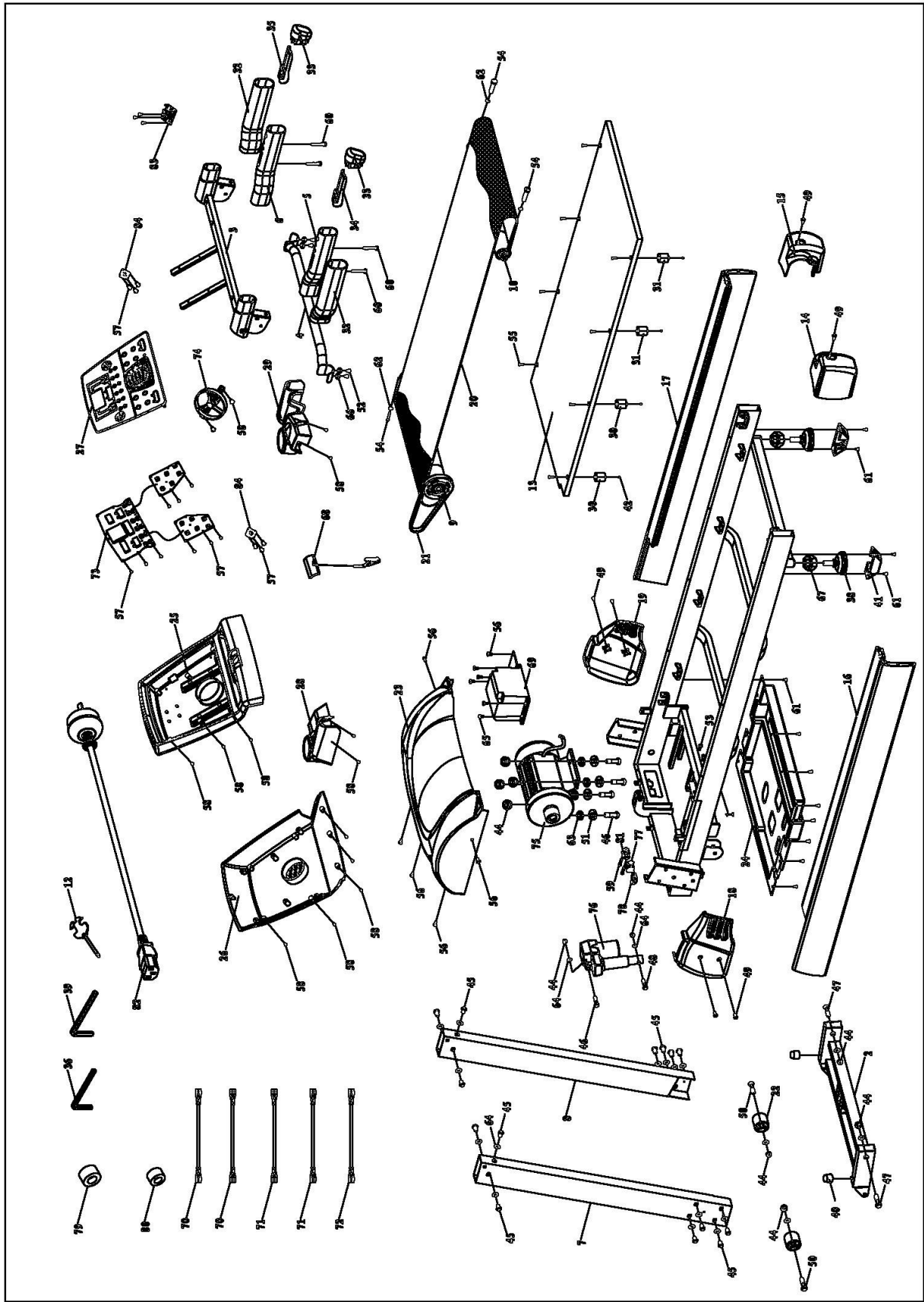
B



C



# DESPIECE



## LISTADO DE PARTES

#.	DESCRIPCION	NOTA	CAN	#.	DESCRIPCION	NORA	CAN
1	Marco principal		1	43			
2	Soporte de inclinación		1	44	Perno	M10	10
3	Soporte de la computadora		1	45	Perno	M10*15	14
4	Barra de protección		1	46	Perno	M10*45	5
5	Manillar izquierdo		1	47	Perno	M10*50	2
6	Manillar derecho		1	48	Perno	M10*105	1
7	Tubo vertical izquierdo		1	49	Perno	M5*12	6
8	Tubo vertical derecho		1	50	Perno	M10*65	2
9	Rodillo delantero		1	51	Arandela	10	4
10	Rodillo trasero		1	52	Perno	M8*15	4
				53	Perno	M8*35	2
12	Llave con destornillador	S=13、14、15	1	54	Perno	M6*55	3
13	Tabla de correr		1	55	Perno	M6*25	8
14	Cubierta del extremo trasero izquierdo		1	56	Perno	M5*8	7
15	Cubierta del extremo posterior derecho		1	57	Perno	ST2.9*6.5	28
16	Riel izquierdo		1	58	Perno	ST4.2*12	19
17	Riel derecho		1	59	Perno	ST2.9*8	2
18	Gancho de la banda		1	60	Perno	ST4.2*65	4
19	Cubierta vertical izquierda del tubo		1	61	Perno	ST4.2*12	18
20	Banda		1	62	Arandela	6	3
21	Motor		1	63	Arandela	10	4
22	Rueda		2	64	Arandela	10	20
23	Cubierta sup motor		1	65	Perno	M5*16	4
24	Cubierta inf motor		1	66	Arandela curva	Φ8	4
25	Cubierta superior de la computadora		1	67	Tornillo	M16*P2.0	2
26	Cubierta inferior de la computadora		1	68	Llave de seguridad		1
27	Panel		1	69	Inversor		1
28	Cubierta izquierda		1	70	Cable simple		2
29	Cubierta derecha		1	71	Cable simple		2
30	Cojín azul		4	72	Cable de puesta a tierra		1
31	Cojín negro		4	73	Tarjeta de la computadora		1
32	Espuma		2	74	Ventilador		1
33	Ficha oval		2	75	Motor de corriente alterna		1



1. La computadora no funciona después de que el suministro de energía llegue
  - A. Por favor, compruebe si el protector de sobrecarga ha “saltado”, si es así, por favor presiónelo. Y deje que siga funcionando
  - B. Compruebe si los cables del interruptor de encendido, protección contra sobrecarga, placa de control y el transformador se conectan bien, asegúrese de que se conecten perfectamente
  - C. Compruebe si el cable de la computadora al tablero de control se conecta bien, quite el tubo vertical y compruebe la conexión entre cada cable, asegúrese de que cada núcleo de cable se aisló completamente, si uno los cables se averió, por favor conecte bien o cambie el cable
  - D. Compruebe que el transformador está bien, si está roto, cámbielo
  
2. Pantalla E01: Error de mensaje. Razón probable: Los cables de la computadora y el panel de control inferior no se conectaron bien, compruebe cada cable. Si el cable fue destruido, cambie uno bueno.
  
3. Pantalla E03: Protector de sobre corriente. Cuando hay sobrecarga, el sistema se auto protege, reinicie la máquina; Si la máquina se atasca en algunas partes, y el motor no puede moverse, esto llevará a la sobrecarga de la fuente, la máquina se protegerá de sí misma, encuentra por favor la razón y ajusta la máquina o agrega un poco de aceite en la pieza atascada, después reinicie la máquina ; Compruebe si el motor tiene el sonido de sobre corriente o el olor a quemado, si es así, cambie el motor; Compruebe si el tablero de control tiene el olor de a quemado, si es así, cámbielo.
  
4. Pantalla E04: motor de inclinación averiado, compruebe que el cable de VR del motor de inclinación conecta bien. Si no es así, vuelva a conectar VR para hacerlo firme; Compruebe el cable de la CA del motor si conecta bien, y el cable de la CA del motor si insertan bien con la ficha correcta de la tarjeta de control; Compruebe la línea de conexión del motor si se destruye, cambie o motor inclinación. Y pulse el botón de "aprendizaje" de la placa de control inferior para volver a aprender después de que todo esté bien.
  
5. Pantalla E05: Protección de sobrecarga. Cuando se sobrecarga, el sistema se auto protege, reinicie la máquina; La máquina se atasca en algunas partes, el motor no puede moverse, él conducirá la sobrecarga y la corriente fuerte, la máquina se protegerá de sí misma, encuentra por favor la razón y ajusta la máquina o agrega un poco de aceite en la pieza atascada, después reinicie la máquina ; Compruebe si el motor tiene el sonido de sobre corriente o el olor a quemado, si es así, cambie el motor; Compruebe si el tablero de control tiene el olor a quemado, si es así, cámbielo.
  
6. Pantalla E06: El inventor está demasiado caliente.
  
7. Pantalla E08: El inventor no puede recibir la señal de la placa.
  
8. Pantalla E09 o E10: Problema de la señal interna del inversor.