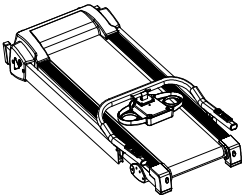




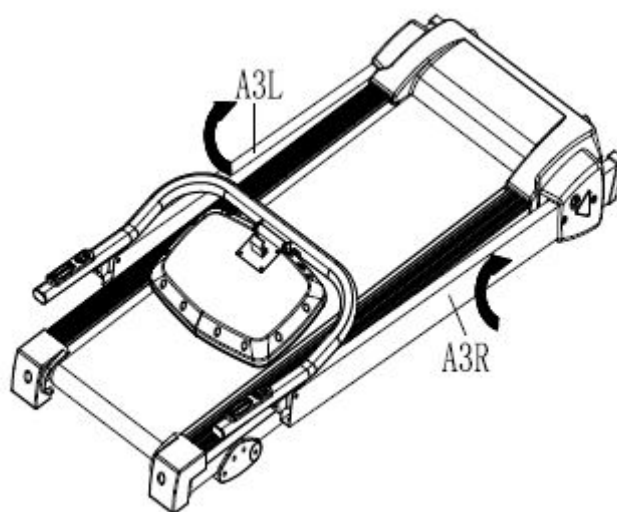
TFK | 155 SLIM

Monteringsvejledning

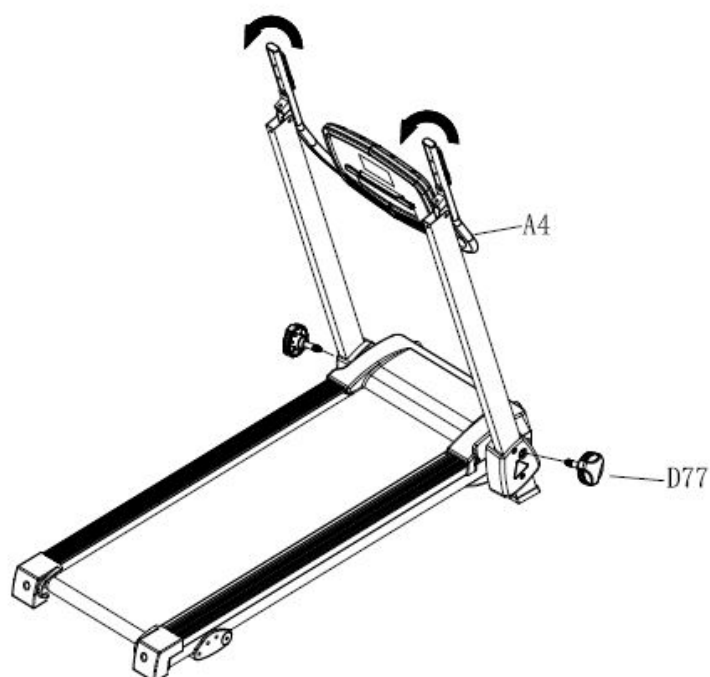
NÅR DU ÅBNER KASSEN, FINDER DU NEDENFOR RESERVEDELE:

Treadmill 1 SET 	D77 Knob M12 2PCS 	D78 Knob M8 2PCS 
C3 Safety key 1PC 	D3 Allen wrench 5MM 1PC 	B18 Silicon oil 1PC 

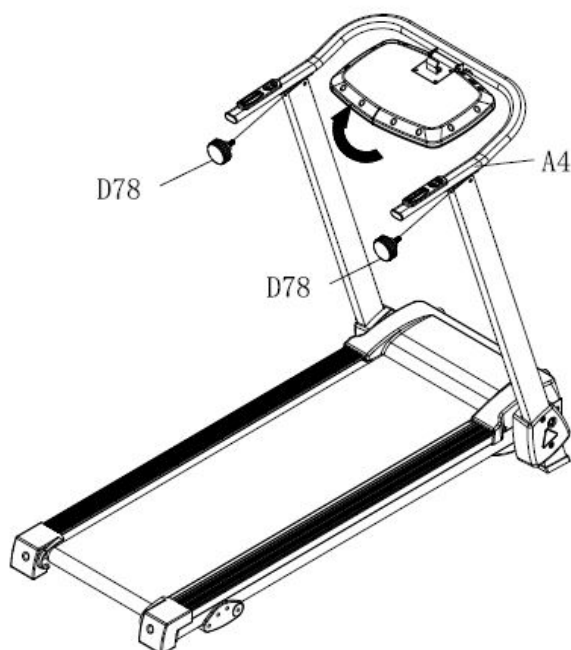
TRIN 1: Løft L/R opretstående rør (A3L/A3R).



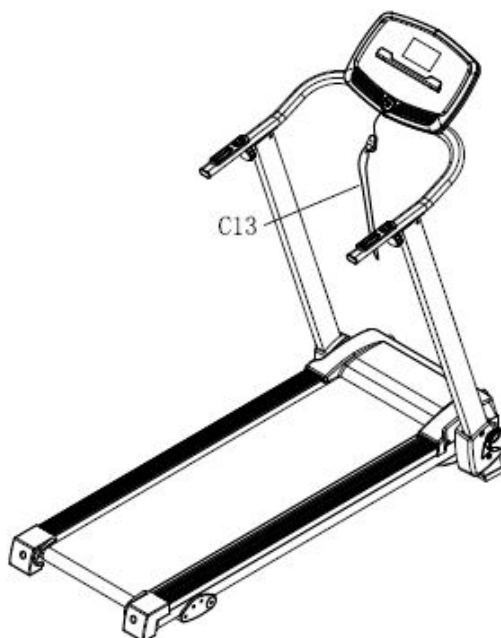
TRIN 2: Lås den nederste del af løbebåndet med Knob M12 (D77), fold derefter gelænderets beslag (A4), som billedet viser.



TRIN 3: Lås oversiden af løbebåndet med Knob M8, og D78) og gelænderrør (A4) og så vend computeren om og sæt dig fast på gelænderrøret.



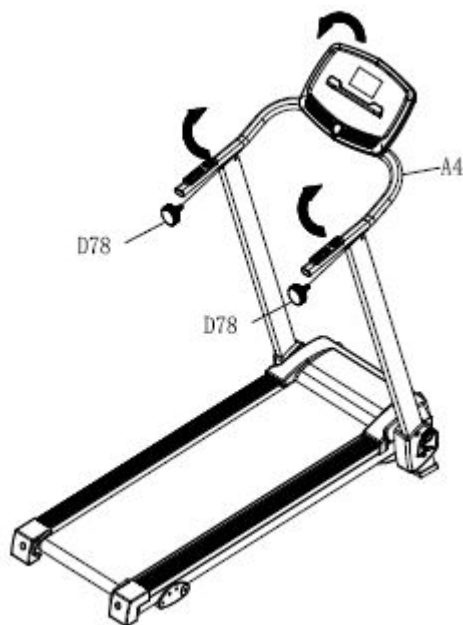
Trin 4: Sæt sikkerhedsnøglen på (C13).



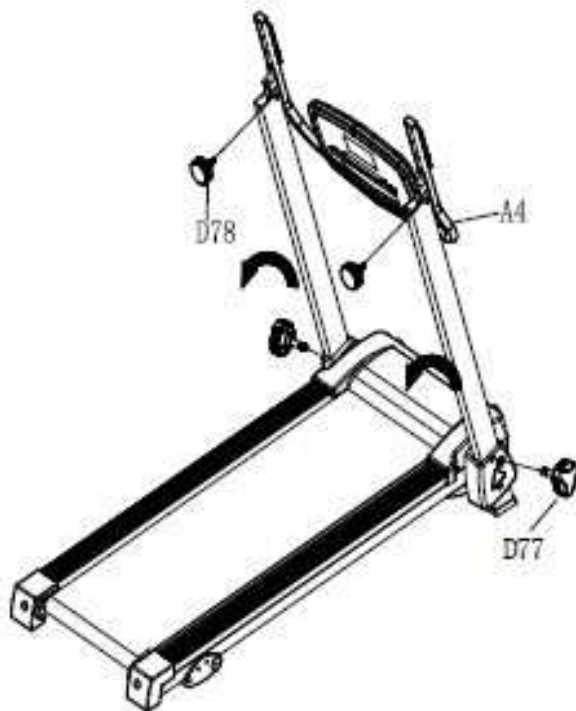
BEMÆRK: Skal bekræfte fuldstændig montering som krævet ovenfor og låse alle bolte. Udfør følgende handlinger efter at have kontrolleret, at alt er OK. Før du bruger løbebåndet, skal du læse instruktionerne omhyggeligt.

Folde- og udfoldningsinstruktion

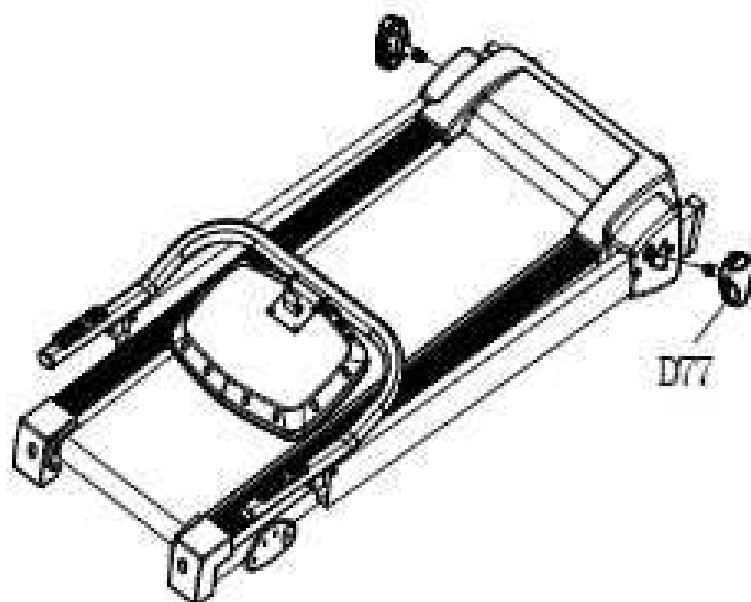
TRIN 1: Drej først konsollen ned og skru knappen M8(D78) ud og skru derefter ned gelænderbeslag (A4)



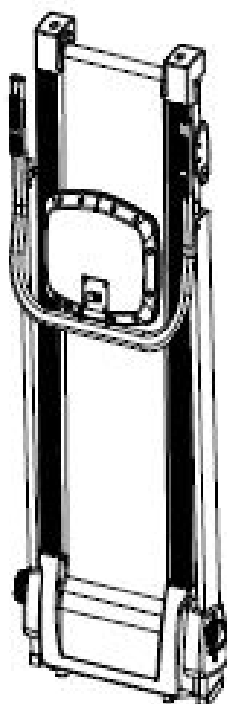
TRIN 2: Lås knappen M8 (D78) på det opretstående rør, og skru derefter knappen M12 (D77) ud. og fold det L/R opretstående rør (A3L/A3R) .



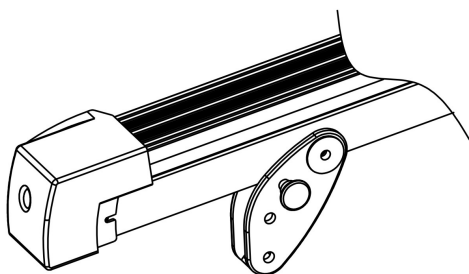
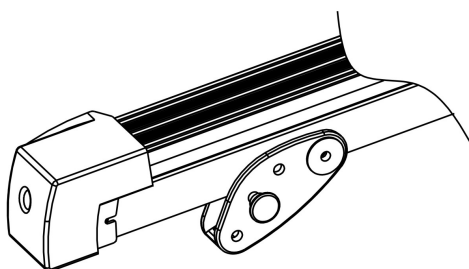
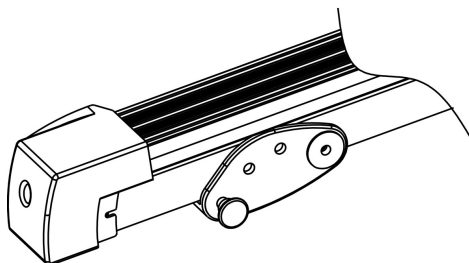
TRIN 3: Lås knappen M12 (D77) til sidedækslet som vist på billedet.



TRIN 4: Løft det foldede løbebånd op og opbevar det på den flade overflade.



Instruktion om hældning



Som ovenstående tegning kan du justere løftevinklen ved at ændre stiftens position. Der er 3 sektioner justeringstast, der skal bruges.

Betjeningsvejledning



1.2. STARTE

Normal start efter 5 sekunders nedtælling

1.3 PROGRAM

1 manuel tilstand, 12 forudindstillede programmer, 1 kropsfedtprogram, 3 nedtællingsfunktion

1.4. SIKKERHEDSLÅSFUNKTION

Vinduet viser "---", når du fjerner sikkerhedslåsen, og løbebåndet stopper hurtigt med "did!" alarmstøj. Og sæt sikkerhedslåsen på, computeren vil vise i 2 sekunder, og datoen tæller ned til "0"

1.5.KNAPFUNKTION

1.5.1. START/STOP

"START"--Når løbebåndet ikke kører, tryk på denne knap for at starte, hastigheden er "0,8"

"STOP"--Når løbebåndet kører, skal du trykke på denne knap for at stoppe, derefter indstille programmets standard og derefter vende tilbage til manuel tilstand efter standsning.

1.5.2 "PROGRAM"-KNAP

Når løbebåndet ikke kører, tryk på denne knap kan vælge mellem manuel tilstand til forudindstillet tilstand P1-P12 og kropsfedt;

1.5.3 "TILSTAND"-KNAP

Når løbebåndet ikke kører, skal du trykke på denne knap for at vælge nedtælling tilstande: "H-1", "H-2", "H-3"; "H-1" er tidsnedtællingstilstanden, og "H-2" er afstandsnedtællingstilstanden, "H-3" er kalorie nedtællingstilstand; tryk på knappen "SPEED+/-" for at justere dataene.

Tryk derefter på "START"-knappen for at starte dette løbebånd

1.5.4 "HASTIGHED +/-" -KNAP

SPEED +/- --Juster hastigheden, når løbebåndet starter, stigningen er 0,1 km/tid i kilometer. Tryk på knappen i mere end 2 sekunder, og den vil automatisk gå op eller ned.

1.6. DISPLAYFUNKTION

1.6.1 HASTIGHED Vis kørehastighed

1.6.2 TID Vis køretiden eller nedtællingstiden

1.6.3 AFSTAND Vis den samlede løbsdistance eller distancen nedtælling.

1.6.4 KALORIE Vis nedtællingen af kalorier eller kalorier

1.6.5 PULS Vis pulldata

1.6.6 DATAOMRÅDE FOR ALLE VINDUESVISNING

TIME: 0:00 – 99.59(MIN)

DISTANCE: 0.00 – 99.9(KM)

CALORIES: 0.0 – 999 (C)

SPEED: 0.8 – 14(km/h)

PULSE: 50 – 200 (BPM)

1.7 PULSFUNKTION

Når løbebåndet kører, hold håndpulsen i ca. 5 sekunder, den vil vise pulldata. Pulsdataområdet er 50-200 gange/minut. Den har hjerteformet grafik ved test af puls. Disse data er kun til reference, kan ikke være som medicinske data.

1.8 PROGRAM TRÆNINGSKEMA

TIME INTERVAL PROG		SET TIME/10=EVERY GRADE TIME									
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
P1	SPEED	3	3	6	5	5	4	4	4	4	3
P2	SPEED	3	3	4	4	5	5	5	6	6	4
P3	SPEED	2	4	6	8	7	8	6	2	3	2
P4	SPEED	3	3	5	6	7	6	5	4	3	3
P5	SPEED	3	6	6	6	8	7	7	5	5	4
P6	SPEED	2	6	5	4	8	7	5	3	3	2
P7	SPEED	2	9	9	7	7	6	5	3	2	2
P8	SPEED	2	4	4	4	5	6	8	8	6	2
P9	SPEED	2	4	5	5	6	5	6	3	3	2
P10	SPEED	2	5	7	5	8	6	5	2	4	3
P11	SPEED	2	5	6	7	8	9	10	5	3	2
P12	SPEED	2	3	5	6	8	6	9	6	5	3

1.9 Manuel modelbetjening

1.9.1 Tryk på starttasten, tiden tæller ned 5 sekunder, så begynder løbebåndet at arbejde med

starthastigheden 0,8 km/t. 1.9.2 Tryk på hastigheden +/-, du kan justere hastigheden

1.9.3 Tryk på stop, du kan stoppe løbebåndet i arbejdstilstand

1.9.4 Tryk på hurtig hastighedstast, du kan hurtigt justere den ønskede hastighed

1.10 3 NEDTÆLLINGSFUNKTIONSPARAMETERDATA

Nedtællingstid indledende indstilling 10:00 minutter, indstillingsområde 5:00---99:00 minutter, hvert trin

1:00. Countdown kalorie startindstilling 50 therm, indstillingsområde 20---990 term, hvert trin 10.

Nedtællingsafstand indledende indstilling 1,0 km, indstillingsområde 1,0---99,9 km, hvert trin 0,1

Cykluskontaktrækkefølgen er: manuel, tid, distance, kalorier.

1.11 KROPSTESTER (FED)

I starttilstanden, tryk på "PROGRAM" konstant for at gå ind i "FAT" kropsfedttest, vinduesdisplay

"FEDT". Tryk på "MODE" for at gå ind (F1 KØN, F2 ALDER, F3 HØJDE, F4 VÆGT). Tryk på "SPEED+",

"SPEED-" for at indstille. Efter indstilling vil computeren vise F5 og fatte håndpuls, vinduet

vil vise dit kropskvalitetsindeks.

Kropskvalitetsindekset skal teste sammenhængen mellem højde og vægt ikke kropsvægten.

Body FAT passer til enhver mand og kvinde for at justere vægten i overensstemmelse med andre kropskvalitetsindeks. Det ideelle fedt bør være mellem 20-25, hvis under 19, betyder det for tyndt. Hvis mellem 25 og 29 betyder det overvægt, hvis over 30 betyder det fedme.

(Dataene er kun til reference og kan ikke være medicinske data)

01 Køn 01 Mand 02

02 Kvinde Alder 10-----99

03 Højde 100----220 Vægt

04 20-----150

05 FAT $\leq$ 19 Under weight

FED = (20---25) Normalvægtig

FEDT = (25---29) Overvægt

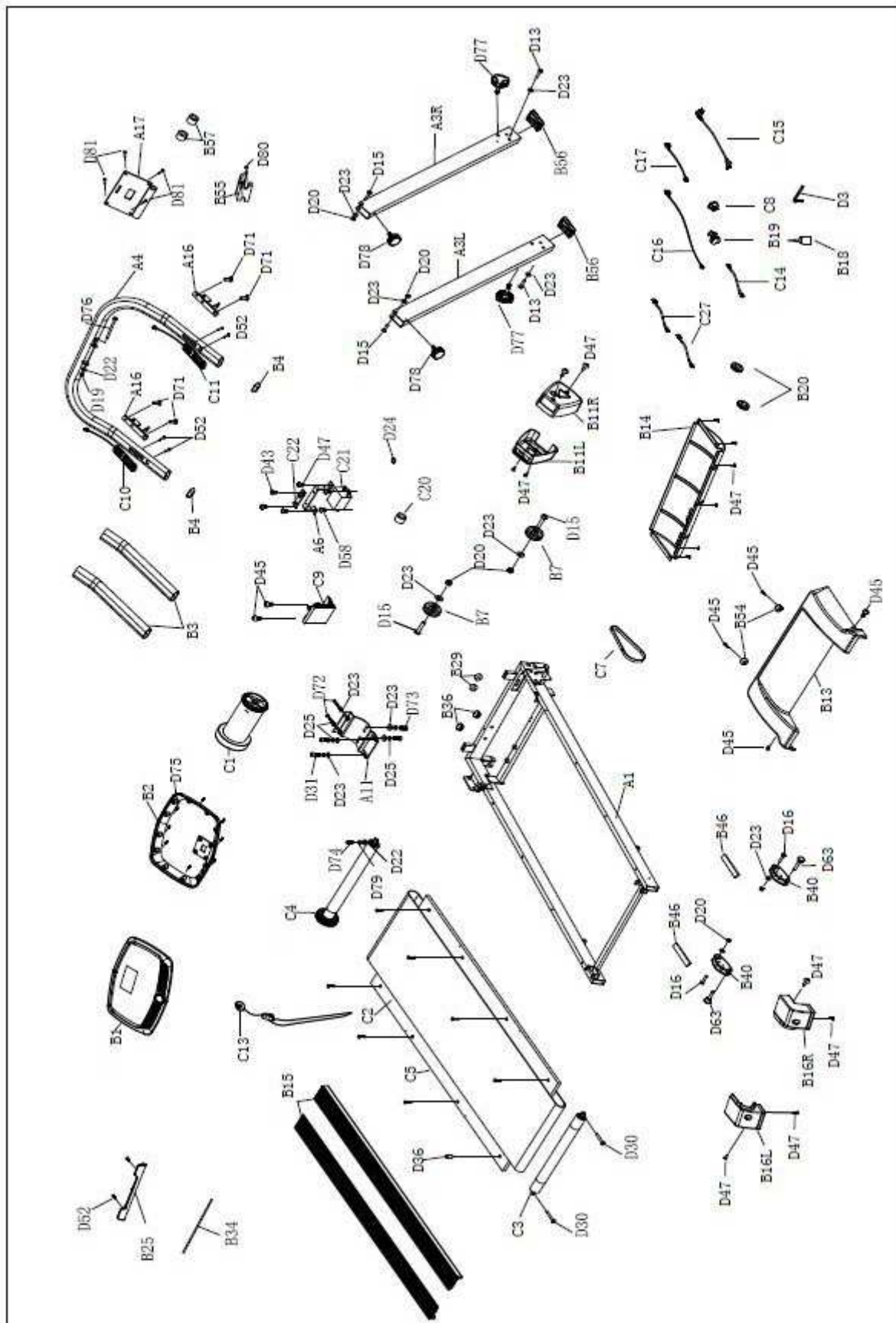
FED $\geq$ 30 Fedme

1.13 ANDRE

1.13.1 Systemet går automatisk i strømbesparende tilstand, hvis der ikke er nogen handling inden for 10 minutter under INDLØS-TILSTAND, og der ikke er noget display og baggrundsbelysning på computeren. Tryk på en vilkårlig tast for at genoptage systemet.

1.13.2 Nedtællingstid, nedtælling af kalorier og nedtællingsdistance, du kan bare indstille en af dem på én gang, tryk på sidste punkt for at indstille løb, indstillingsparameteren er nedtælling, andre viser normale data

Exploded Drawing



Parts list

A-Welding parts

No.	Description	Qty		No.	Description	Qty
A1	Main frame	1		A6	Filter supporter	1
A3L	Left upright tube	1		A11	Motor bracket	1
A3R	Right upright tube	1		A16	Handrail connecting tube	2
A4	Handrail bracket	1		A17	Computer supporter	1

B-Plastic parts

No.	Description	Qty		No.	Description	Qty
B1	Computer chip	1		B16R	Right rear cover	1
B1-1	Overlay	1		B18	Silicon oil	1
B1-2	Membrane key	1		B19	Power buckle	1
B1-3	Computer panel	1		B20	Lin protect plug	2
B2	Computer lower cover	1		B25	Bookshelf	1
B3	Foam	2		B29	Cushion	2
B4	Inner plug	2		B34	Rubber pad	1
B7	Transport wheel	2		B36	Inner plug	2
B11L	Left side cover	1		B40	3 section adjust sheet	2
B11R	Right side cover	1		B46	Rubber pad	2
B13	Motor upper cover	1		B54	Cushion	2
B14	Motor lower cover	1		B55	Computer limitation pivot	1
B15	Side rails	2		B56	Inner plug	2
B16L	Left rear cover	1		B57	Plastic bushing	2

C-Drive parts

No.	Description	Qty		No.	Description	Qty
C1	DC motor	1		C13	Safety key	1
C2	Running belt	1		C14	Single line (Red) 300	1
C3	Rear roller	1		C15	Power line	1
C4	Front roller	1		C16	Upper line	1
C5	Running board	1		C17	Lower line	1
C7	Motor belt	1		C20	Magnetic ring	1
C8	Power switch	1		C21	Choke	1
C9	Controller	1		C22	filter	1
C10	Left handrail button	1		C27	Single line (black) 300	2

C11	Right handrail button	1				
D-Hardware parts						
No.	Description	Qty		No.	Description	Qty
D3	Allen wrench T5	1		D52	Screw ST4.2X16	6
D13	Bolt M8X15	2		D58	Screw ST3.5X16	2
D15	Bolt M8X40	4		D63	Pin□9.8X45	2
D16	Bolt M8X45	2		D71	Bolt M8X15	4
D19	Nylon nut M6	1		D72	Bolt M8X25	2
D20	Nylon nut M8	6		D73	Bolt M8X12	2
D22	Washer M6	2		D74	Bolt M6X25	1
D23	Washer M8	14		D75	Screw ST4.2X8	8
D24	Spring washer M5	1		D76	Bolt M6X110	1
D25	Spring washer M8	6		D77	Knob M12	2
D30	Bolt M6X60	2		D78	Knob M8	2
D31	Bolt M8X20	2		D79	Spring washer M6	1
D36	Bolt M6X25	8		D80	Bolt M5X8	2
D43	Bolt M4X20	2		D81	Bolt M6X16	4
D44	Bolt M5X12	1				
D45	Bolt M5X15	6				
D47	Screw ST4.2X16	19				
Remark: if the customer need the PCB board, they should buy it separately.						



GARLANDO SPA

Via Regione Piemonte, 32 - Zona Industriale D1

I 5068 - Pozzolo Formigaro (AL) - Italy

www.everfit.it - info@everfit.it