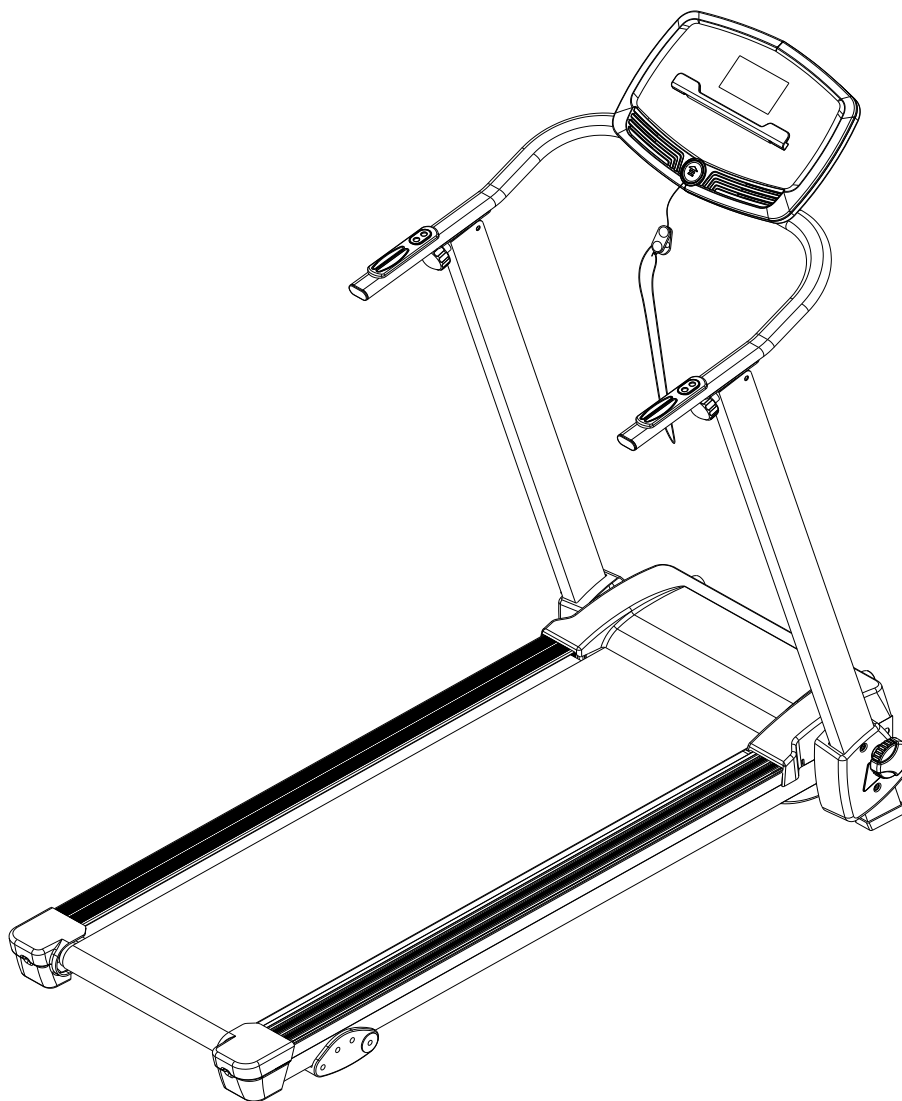


Nordic Walking 400

BENUTZERHANDBUCH DEUTSCH



INHALT

| | |
|---|----|
| INHALT | 1 |
| VERHALTENSREGELN | 2 |
| TECHNISCHE PARAMETER UND PRODUKTÜBERSICHT | 4 |
| MONTAGE | 5 |
| ZUSAMMENKLAPPEN | 9 |
| ERDUNG | 10 |
| BETRIEB | 11 |
| INBETRIEBNAHME | 15 |
| AUFWÄRMEN | 17 |
| WARTUNG UND PFLEGE..... | 18 |
| ANPASSUNG DES GÜRTELS..... | 19 |
| ÜBERSICHTSDIAGRAMM | 20 |
| TEILELISTE | 21 |
| FEHLERCODES..... | 23 |

Wichtige Verhaltensregeln

Hinweis: Sprechen Sie immer mit einem Arzt, bevor Sie mit einem neuen Trainingsprogramm beginnen. Dies ist besonders wichtig, wenn Sie älter als 35 Jahre sind oder wenn Sie bereits früher unter gesundheitlichen Problemen gelitten haben.

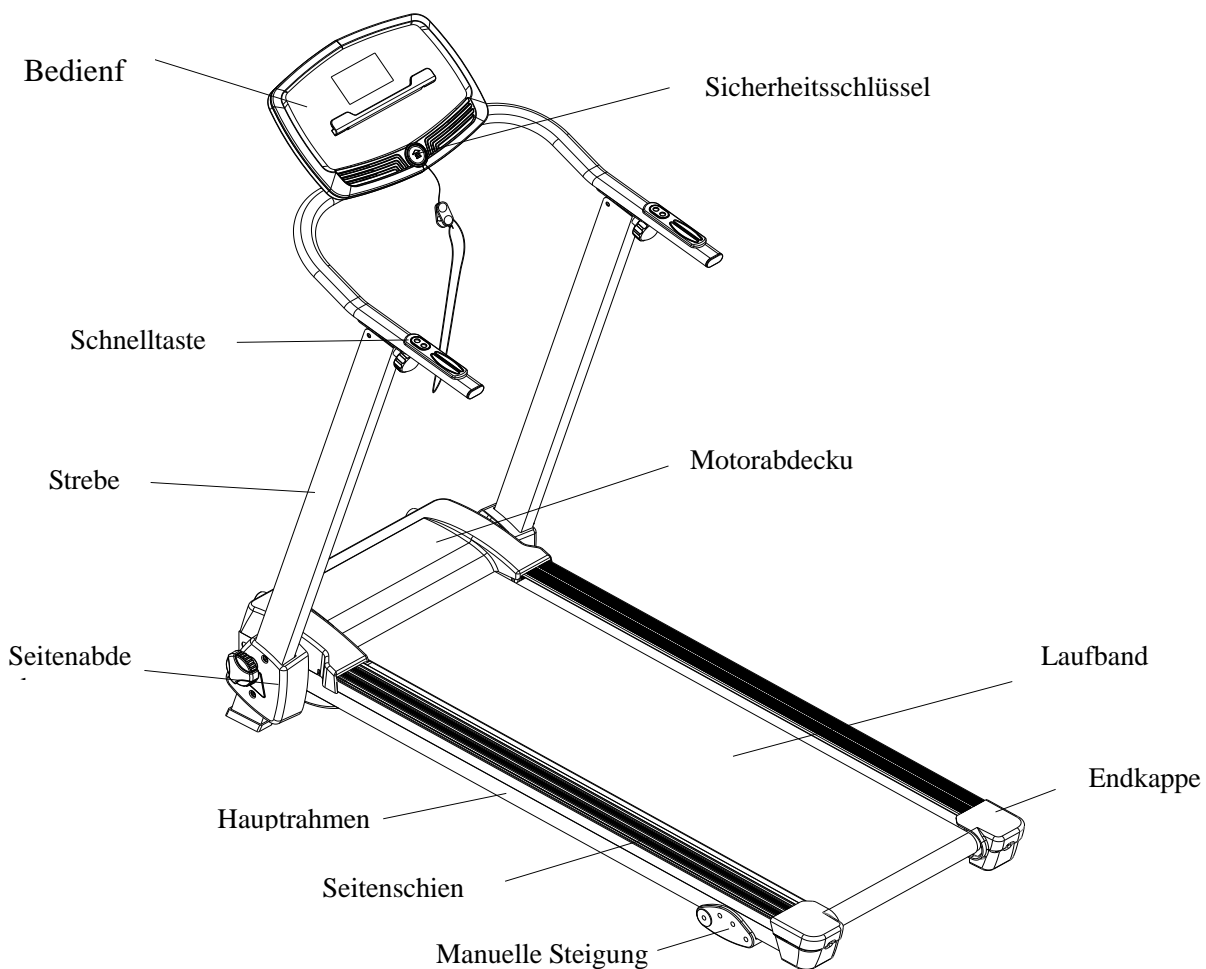
Schalten Sie den Strom erst ein, wenn das Gerät vollständig montiert ist.

1. Achten Sie darauf, dass der Sicherheitsschlüssel während der Nutzung an Ihrer Kleidung befestigt ist.
2. Führen Sie keine Objekte in das Gerät ein, da dies das Produkt beschädigen könnte.
3. Platzieren Sie das Gerät auf einem ebenen und sauberen Untergrund. Vermeiden Sie Teppichböden, da dies zu Problemen mit der Lüftung führen könnte. Platzieren Sie das Gerät nicht in der Nähe von Wasser oder im Außenbereich.
4. Stehen Sie beim Starten des Geräts nicht auf dem Laufband, sondern immer auf den Fußschiene. Wenn der Strom eingeschaltet und die Geschwindigkeit angepasst wird, kann es einen Moment dauern, bis das Laufband sich zu bewegen beginnt. Stellen Sie sich nicht auf das Laufband, wenn es sich zu bewegen beginnt.
5. Tragen Sie geeignete Kleidung, wenn Sie das Gerät verwenden. Vermeiden Sie locker sitzende Kleidung, die sich im Gerät verfangen könnte. Tragen Sie immer Joggingschuhe mit Gummisohlen.
6. Kinder unter zwölf Jahren und Haustiere dürfen keinen Zugang zu diesem Gerät haben.
7. Warten Sie nach dem Essen mindestens 40 Minuten, bevor Sie trainieren.
8. Dieses Laufband wurde für erwachsene Nutzer entwickelt. Kinder dürfen das Gerät nur unter Aufsicht verwenden.
9. Halten Sie die Handgriffe während der Nutzung fest, bis Sie sich mit dem Gerät vertraut gemacht haben.
10. Ist das Stromkabel beschädigt, bestellen Sie ein neues Kabel bei Mylna Sport. Das Stromkabel ist speziell auf das Gerät abgestimmt und darf ausschließlich durch autorisiertes Fachpersonal ausgetauscht werden.
11. In einer Notsituation können Sie den Schlüssel herausziehen, um das Gerät sofort zu stoppen.
12. Stellen Sie keine Gegenstände auf das Stromkabel, und stellen Sie sicher, dass das Kabel nicht auf erhitzten Oberflächen liegt.
13. Nach der Verwendung entfernen Sie den Schlüssel und trennen immer die Stromversorgung.
14. Dieses Laufband wurde für die persönliche Nutzung entwickelt.
15. Das max. Benutzergewicht: beträgt 90 kg.
16. Übermäßiges Trainieren kann einen gegenteiligen Effekt haben. Beenden Sie Ihr Training immer, solange Sie sich wohlfühlen.

Technische Parameter

| | |
|---|---|
| Eingangsspannung: DC | Betriebstemperatur: 0-40 °C |
| Geschwindigkeitsbereich: 0,8-12 km/h | Steigungsbereich: 3 Stufen (manuelle Steigung) |
| Max. Benutzergewicht: 90 kg | Distanzbereich: 0,00-99,9 km |
| Kalorienbereich: 000-999 | Zeitbereich: 00:00-99:59 (Min.:Sek.) |
| Pulsbereich: 50-200 (Zeit/Minuten) | Lauffläche: 400*1250 mm |
| Produktabmessungen: 1520*720*1390 mm | Abmessungenzusammengeklappt: 180*720*1570 mm |

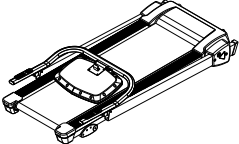

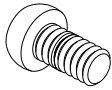

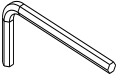
Produktübersicht



Montage

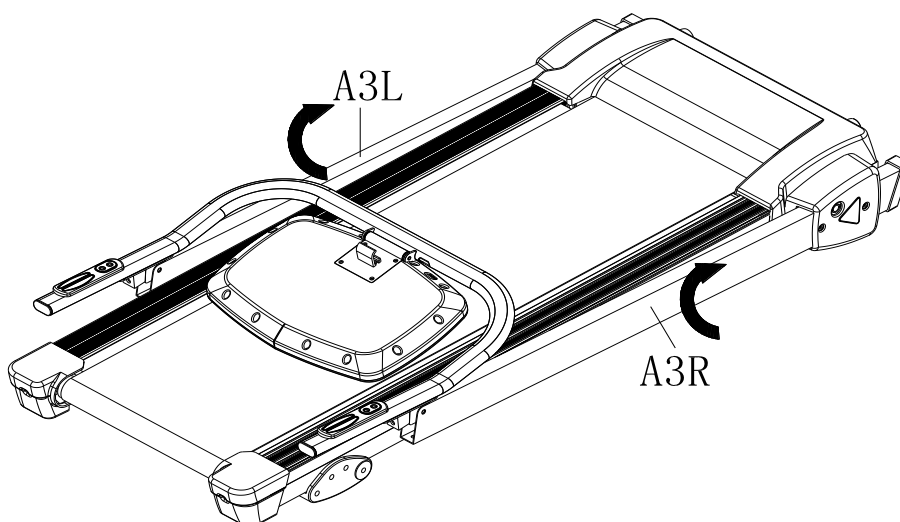
Folgende Teile sind im gelieferten Paket enthalten (auf Englisch):

SCHRITT 1: Öffnen Sie das Paket und überprüfen Sie, ob folgende Teile vorhanden sind.

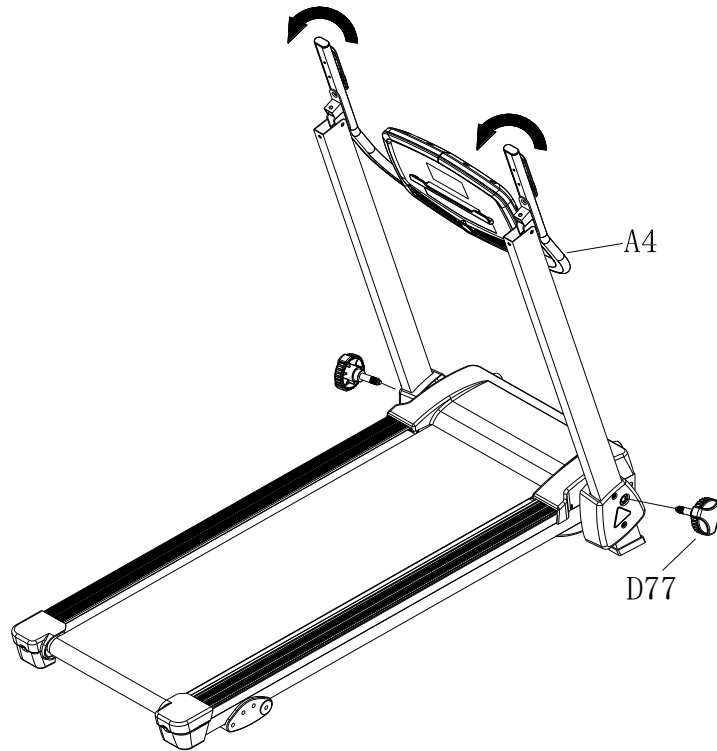
| | | | |
|---|---|---|---|
| Treadmill 1 SET  | D77 Knob M12  | D78 Knob M8  | C13 Safety key 1 SET  |
| D3 Allen wrench T5, 1 Stck.  | | | |

Hinweis: Ziehen Sie die Schrauben nicht in einem Schritt fest.

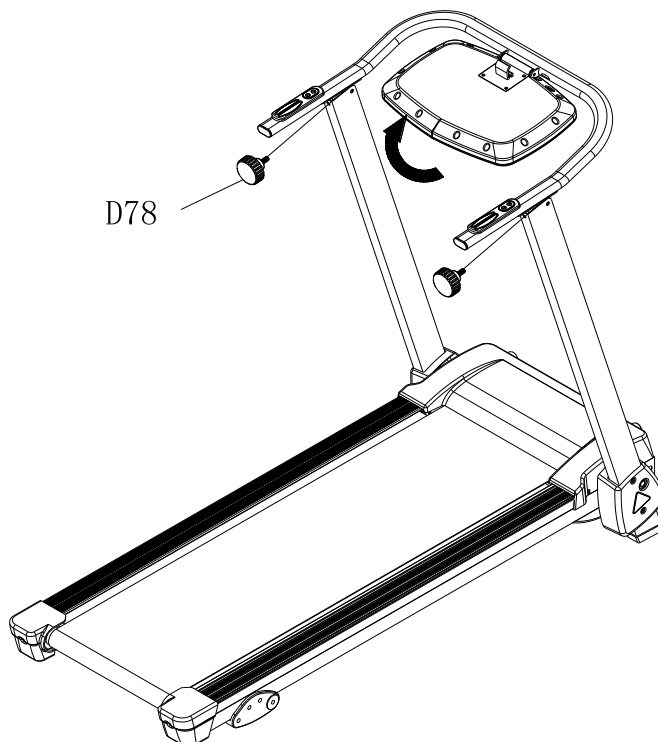
SCHRITT 2: Heben Sie die Streben an (A2/A3).



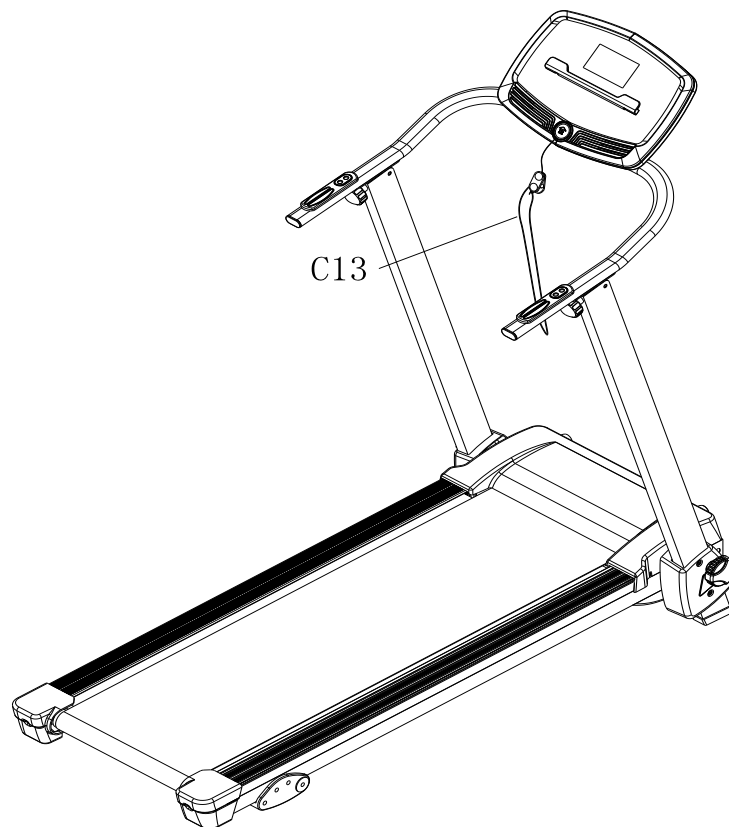
SCHRITT 3: Befestigen Sie den unteren Teil des Laufbandes mit der Einstellschraube M12 (D77), und klappen Sie anschließend die Handgriffhalterung (A4), wie auf der nachfolgenden Abbildung dargestellt.



SCHRITT 4 : Befestigen Sie die Streben und die Handgriffhalterung (A4) mit der Einstellschraube M8 (D78) am Laufband. Drehen Sie anschließend den Computer, und befestigen Sie ihn an der Handgriffstange.



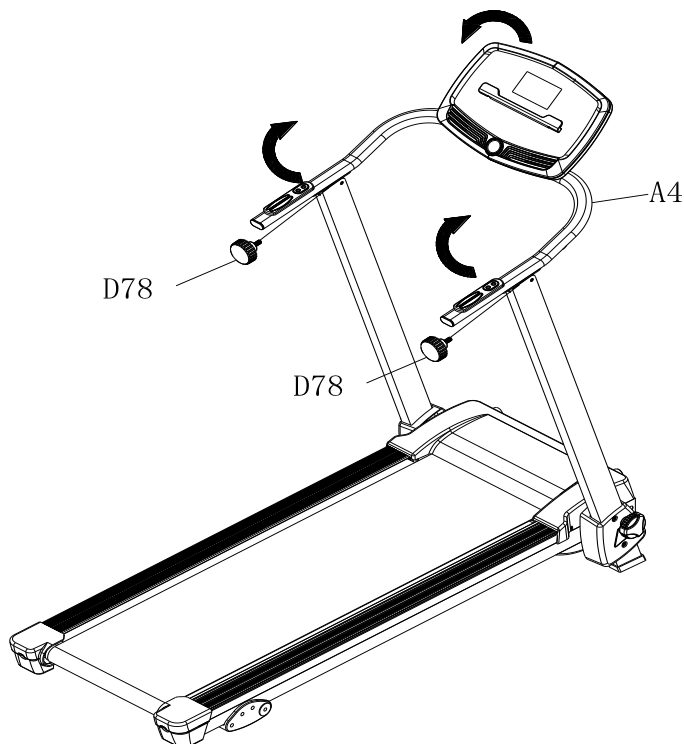
SCHRITT 5: Schließen Sie den Sicherheitsschlüssel (C2) an.



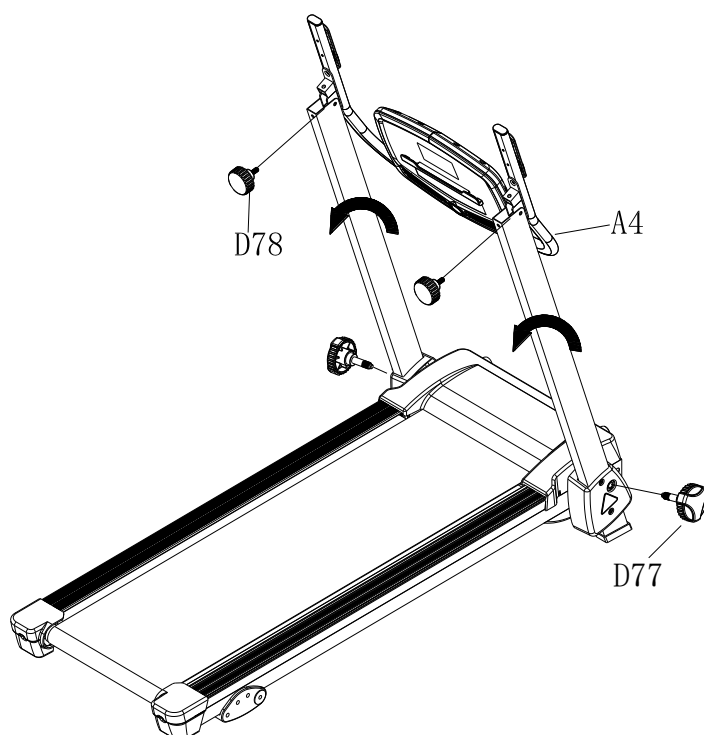
SCHRITT 7: Stellen Sie das zusammengeklappte Laufband auf, und ziehen Sie alle Schrauben fest. Testen Sie anschließend das Laufband, indem Sie es sich bei 3 km/h bewegen lassen, um zu sehen, ob Probleme auftreten.

Zusammenklappen

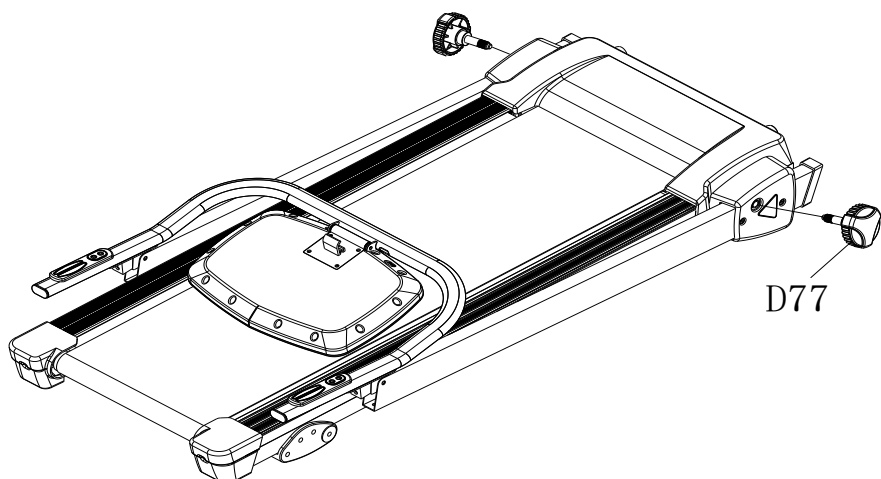
Schritt 1: Schrauben Sie die Einstellschraube M8 (D78) heraus, und drehen Sie die Handgriffhalterung (A4) nach unten.



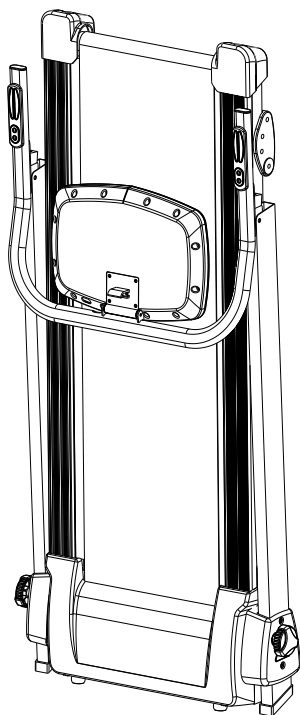
Schritt 2: Befestigen Sie die Einstellschraube M8 (D26) am Strebenrohr, und lösen Sie die Einstellschraube M12 (D25). Klappen Sie anschließend das linke und rechte Strebenrohr (A2/A3).



Schritt 3: Befestigen Sie die Schraube M12 (D77) an der vorderen Abdeckung, und drehen Sie den Computer nach hinten, wie auf der Abbildung dargestellt.



Schritt 4: Heben Sie das zusammengeklappte Laufband zur Aufbewahrung hoch.



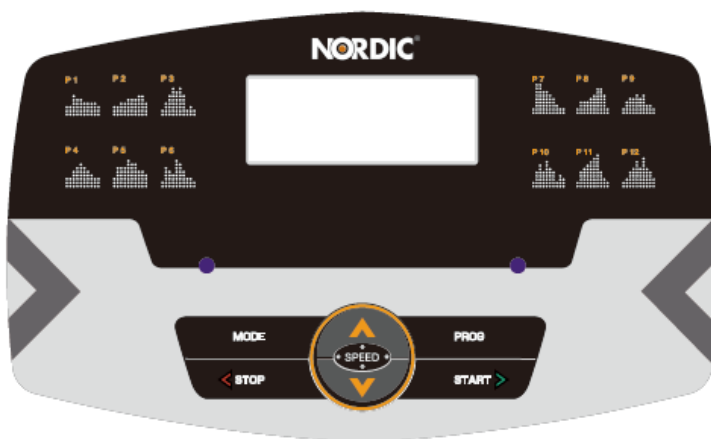
Erdung

Das Gerät muss geerdet sein. Bei einem Ausfall sorgt die Erdung dafür, dass der Strom den Weg des geringsten Widerstands nimmt und reduziert so das Risiko eines elektrischen Schlags. Dieses Gerät ist mit einem Stromkabel mit Erdungsleiter und Erdungsstecker ausgestattet.

Hinweis: Eine fehlerhafte Installation des Erdungsleiters kann das Risiko eines elektrischen Schlags erhöhen. Konsultieren Sie einen qualifizierten Servicetechniker, wenn Sie nicht sicher sind, ob das Gerät geerdet ist. Modifizierungen am Stromkabel dürfen ausschließlich durch einen qualifizierten Elektriker vorgenommen werden.

Betrieb

1.1 Bildschirm



1.2 Start

Der manuelle Modus wird gestartet, nachdem das Gerät von 5 heruntergezählt hat.

1.3 Programm

3 Zielwertfunktionen, 12 voreingestellte Programme und 1 Fettverbrennungsprogramm,

1.4 Sicherheitsschlüssel

Wird der Sicherheitsschlüssel aus dem Laufband gezogen, gibt der Bildschirm die Meldung "---" sowie ein Tonsignal aus, und das Laufband hält an. Wird der Sicherheitsschlüssel wieder eingesteckt, wird der Bildschirm nach zwei Sekunden wieder aktiviert und beginnt, von 10 herunterzuzählen.

1.5. TASTENFUNKTIONEN

1.5.1. Start/Stop

"START" Drücken Sie diese Taste, um das Laufband zu starten. Die Geschwindigkeit wird automatisch auf die niedrigste Stufe eingestellt.

"STOP" Drücken Sie diese Taste, um das Laufband zu stoppen.

1.5.2 Program

Drücken Sie die P-Taste mehrmals, um das Trainingsprogramm auszuwählen. Sie können den manuellen Modus, die Trainingsprogramme P1 bis P12 oder das Fettverbrennungsprogramm auswählen.

1.5.3 Mode

Drücken Sie die M-Taste, um Zielwertfunktionen auszuwählen. H1 ist zeitbasiert, H2 ist distanzbasiert und H3 ist kalorienbasiert. Drücken Sie "SPEED +/-", um die Werte anzupassen. Drücken Sie anschließend die Taste "START", um das Laufband zu starten.

1.5.4 Speed +/-

Mit dieser Taste stellen Sie die Geschwindigkeit des Geräts ein. Die Geschwindigkeit ändert sich pro Tastendruck um 0,1 km/h. Halten Sie die Taste mindestens zwei Sekunden lang gedrückt, um die Geschwindigkeit schneller zu ändern.

1.5.5 Schnellwahl der Geschwindigkeit

Es gibt vier Möglichkeiten zur Schnellauswahl der Geschwindigkeit: 4 km/h, 8 km/h, 12 km/h und 16 km/h.

1.6 Bildschirmfunktionen

1.6.1 TIME

Zeigt entweder die Zeit der Trainingseinheit oder die verbleibende Zeit bis zum Ablauf des Programms an.

1.6.2 SPEED

Zeit die Geschwindigkeit des Laufbands an.

1.6.3 PULSE

Zeigt Pulsinformationen an, sofern verfügbar. Wenn keine Daten verfügbar sind, zeigt der Bildschirm die Meldung "P".

1.6.4 DISTANCE

Zeigt entweder die insgesamt zurückgelegte Distanz oder die verbleibende Anzahl Kilometer bis zum Ablauf des Programms.

1.6.5 CALORIE

Zeigt entweder die insgesamt verbrannten Kalorien oder die verbleibende Anzahl Kalorien bis zum Ablauf des Programms.

1.6.6 GESCHWINDIGKEITSDIAGRAMM

Zeigt ein Diagramm basierend auf der aktuellen Geschwindigkeit.

1.6.7 Datenbereich

TIME (Zeit): 0:00-99:59 Minuten

DISTANCE (Distanz) 0,00-99,9 Kilometer

CALORIES (Kalorien) 0,0-999 kcal

SPEED (Geschwindigkeit): 0,8-12,0 Kilometer pro Stunde

PULSE (Puls): 50-200 Pulsschläge pro Minute (BPM)

1.7 Pulsfunktion

Wenn Sie Ihren Puls während des Trainings kennen möchten, umfassen Sie die Handpulsempfänger etwa fünf Sekunden lang. Der Wertebereich liegt bei 50-200 Pulsschlägen pro Minute (BPM). Während der Verwendung wird ein Herzsymbol auf dem Bildschirm angezeigt. Diese Messergebnisse dienen lediglich als allgemeiner Anhaltspunkt und dürfen nicht als medizinische Information gewertet werden.

1.8 Programmübersicht

Jedes Programm besteht aus zehn Intervallen mit der gleichen Dauer. Das nachfolgende Diagramm zeigt die zehn Programme:

| PROG | ZEIT | SET TIME/10 =EACH INTERVAL IN OPERATION | | | | | | | | | |
|------|-------|---|---|---|---|---|---|----|---|---|----|
| | | 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 |

1.8.3 Parameter für Zielwerte

Standardwert, Zeit: 10:00 Minuten
Bereich: 5.00-99:00 Minuten
Schritte: 01:00

Standardwert, Kalorien: 50 Cal
Bereich: 20-990 Cal
Schritte: 10

Standardwert, Distanz: 1,0 km
Bereich: 1,0-99.0 km
Schritte: 0,1

Der Bildschirm wechselt in folgender Reihenfolge: manueller Modus, Zeit, Distanz, Kalorien.

1.9 Überprüfung des Körperfettanteils (FAT)

Nachdem Sie das Laufband eingeschaltet haben, drücken Sie mehrmals die Taste "PROG", um zur Überprüfung des Körperfettanteils zu gelangen. Drücken Sie "MODE" um die erforderlichen Eingaben vorzunehmen (F1 GESCHLECHT, F2 ALTER, F3 GRÖSSE, F4 GEWICHT). Drücken Sie "SPEED+" oder "SPEED-", um die Werte einzugeben. Nachdem Sie die Werte eingegeben haben, gibt das Bedienfeld die Meldung "F5" aus. Umfassen Sie die Handpulssensoren. Auf dem Bildschirm wird nun ein Wert angezeigt. Dieser Wert stellt den Zusammenhang zwischen Gewicht und Körpergröße dar. Der ideale Wert liegt zwischen 20 und 25. Werte unter 19 bedeuten Untergewicht, zwischen 25 und 29 Übergewicht und Werte über 30 bedeuten Adipositas.

- 01 Geschlecht 01-Mann 02-Frau
- 02 Alter 10-99
- 03 Größe 100-220
- 04 Gewicht 20-150
- 05 FAT ≥19 Untergewichtig
 - FAT = (20-25) Normalgewichtig
 - FAT = (25-29) Übergewichtig
 - FAT ≤30 Adipös

1.10 Sonstiges

1.10.1 Wenn der Zielwert heruntergezählt und das Programm beendet ist, wird die Meldung "END" auf dem Bildschirm angezeigt und ein Tonsignal ausgegeben. Daraufhin hält das Laufband an, und das Programm wird im manuellen Modus auf Null zurückgesetzt.

1.10.2 Sie können Werte so einstellen, dass neu begonnen wird, sobald diese den Höchstwert erreichen. Wenn Sie beispielsweise eine Trainingszeit zwischen 5:00 und 99:00 eingestellt haben, können Sie die Taste "(+)" drücken, um erneut bei 5:00 zu beginnen.

1.10.3 Sie können immer nur einen Zielwert einstellen.

1.10.4 Geschwindigkeitssteuerung: Beschleunigung und Verlangsamung werden in Schritten von 0,5 km/s geändert

ÜBUNGEN

VORBEREITUNGEN

Wenn Sie älter als 35 Jahre sind oder an gesundheitlichen Problemen leiden, sprechen Sie mit einem Arzt, bevor Sie ein neues Trainingsprogramm beginnen.

Machen Sie sich mit der Funktionsweise des Laufbandes vertraut, bevor Sie mit dem Training beginnen. Stellen Sie sich mit den Füßen auf die Fußschiene und befassen Sie sich damit, wie Sie das Laufband starten und stoppen und wie Sie Geschwindigkeit und Steigung einstellen.

TRAINING

Wenn Sie wissen, wie Sie das Laufband bedienen, können Sie es bei geringer Geschwindigkeit betreten. Machen Sie sich mit dem Laufband vertraut, indem Sie schrittweise bei höherem Tempo bewegen. Steigern Sie die Geschwindigkeit erst, wenn Sie sich mit der aktuellen Laufbandgeschwindigkeit wohlfühlen. Tasten Sie sich außerdem an veränderte Steigungen heran.

TRAININGSUMFANG

Schnelles Training

Wärmen Sie sich zwei Minuten lang auf, indem Sie bei 4,8 km/h laufen, bevor Sie die Geschwindigkeit auf 5,3 km/h und dann schrittweise auf 5,8 km/h steigern. Steigern Sie das Tempo alle zwei Minuten um 0,3 km/h, bis Sie außer Atem sind. Fahren Sie fort, solange Sie sich wohlfühlen. Wenn Sie eine Geschwindigkeit erreichen, die Ihnen unangenehm ist, verringern Sie die Geschwindigkeit um 0,3 km/h. Trainieren Sie 15-20 Minuten auf diese Weise, und nutzen Sie die letzten vier Minuten, um die Geschwindigkeit schrittweise zu verringern. Wenn Ihnen unterschiedliche Geschwindigkeiten Schwierigkeiten bereiten, können Sie stattdessen auch die Steigung verändern.

Intensives Training

Wärmen Sie sich fünf Minuten lang auf, indem Sie bei 4 bis 4,8 km/h laufen, bevor Sie die Geschwindigkeit schrittweise alle zwei Minuten um 0,3 km/h erhöhen. Finden Sie eine Geschwindigkeit, bei der Sie komfortabel 45 Minuten lang laufen können. Wenn Sie eine größere Herausforderung suchen, trainieren Sie bei dieser Geschwindigkeit eine Stunde lang. Achten Sie darauf, am Ende der Übungseinheit vier Minuten lang die Geschwindigkeit schrittweise zu verringern.

ANZAHL DER TRAININGSEINHEITEN

Versuchen Sie, drei bis fünf Mal pro Woche 15-60 Minuten lang zu trainieren. Es ist sinnvoll, einen Trainingsplan mit festen Zeiten zu erstellen, statt nur dann zu trainieren, wenn Ihnen danach ist. Sprechen Sie mit einem Arzt, bevor Sie mit einem neuen Trainingsprogramm beginnen. Der Arzt kann Sie hinsichtlich der für Sie optimalen Intensität beraten. Wenn während der Trainingseinheit Schmerzen oder Unwohlsein auftreten, sollten Sie die Trainingseinheit sofort beenden und einen Arzt aufsuchen.

VERHALTENSREGELN, ÜBUNGEN

Sprechen Sie mit einem Arzt, bevor Sie mit einem neuen Trainingsprogramm beginnen. Er oder sie kann Ihnen wertvolle Tipps zur Häufigkeit und Intensität des Trainings für Ihr Alter und Ihren Gesundheitszustand geben. Wenn während der Trainingseinheit Schmerzen oder Unwohlsein auftreten, sollten Sie die Trainingseinheit sofort beenden und einen Arzt aufsuchen, bevor Sie das Training wieder aufnehmen. Wenn Sie mit dem Laufband vertraut sind, können Sie normale Geh- oder Jogging-Geschwindigkeiten wählen. Die nachfolgende Tabelle dient als Anhaltspunkt für Ihre persönliche Geschwindigkeit.

| | |
|-----------------------|---|
| 0,8 bis 3 km/h | Optimal für Nutzer in schlechter Form. |
| 3 bis 4,5 km/h | Optimal für Nutzer, die nicht so häufig trainieren. |
| 4,5 bis 6 km/h | Optimal für schnelles Gehen. |
| 6 bis 7,5 km/h | Optimal für sehr schnelles Gehen. |
| 7,5 bis 9 km/h | Jogging. |
| 9 bis 12 km/h | Laufen. |
| Schneller als 12 km/h | Optimal für hervorragende Läufer. |

WARTUNG/PFLEGE

HINWEIS:

Stellen Sie sicher, dass der Stecker herausgezogen ist, bevor Sie das Produkt reinigen oder warten.

REINIGUNG:

Die regelmäßige Reinigung des Geräts verlängert seine Lebensdauer. Reinigen Sie das Gerät, indem Sie es regelmäßig von Staub befreien. Achten Sie darauf, die sichtbaren Teile der Plattform auf beiden Seiten des Laufbandes und auf den Fußschiene zu reinigen. Auf diese Weise wird die Ansammlung von Staub verringert, sodass weniger Partikel unter das Laufband gelangen.

Überprüfen Sie immer, ob Ihre Joggingschuhe sauber sind, bevor Sie das Gerät verwenden. Die äußere Seite des Laufbands kann mit einem feuchten Seifenlappen abgewischt werden. Achten Sie darauf, dass keine Flüssigkeit in die Innenseite der Laufbandrahmens und auf die Unterseite des Laufbands gelangt.

HINWEIS:

Ziehen Sie immer den Stecker, bevor Sie die Motorabdeckung entfernen. Sie müssen die Motorabdeckung mindestens einmal im Jahr entfernen, und den Motor mit einem Staubsauger reinigen.

Laufband und die Plattform des Geräts sind ab Werk geschmiert. Reibung bei Laufband und Plattform kann einen großen Einfluss auf die Lebensdauer Ihres Produkts haben, daher müssen Sie diese Teile regelmäßig schmieren, um das Produkt in einem einwandfreien Zustand zu halten. Es wird empfohlen, die Plattform regelmäßig zu überprüfen.

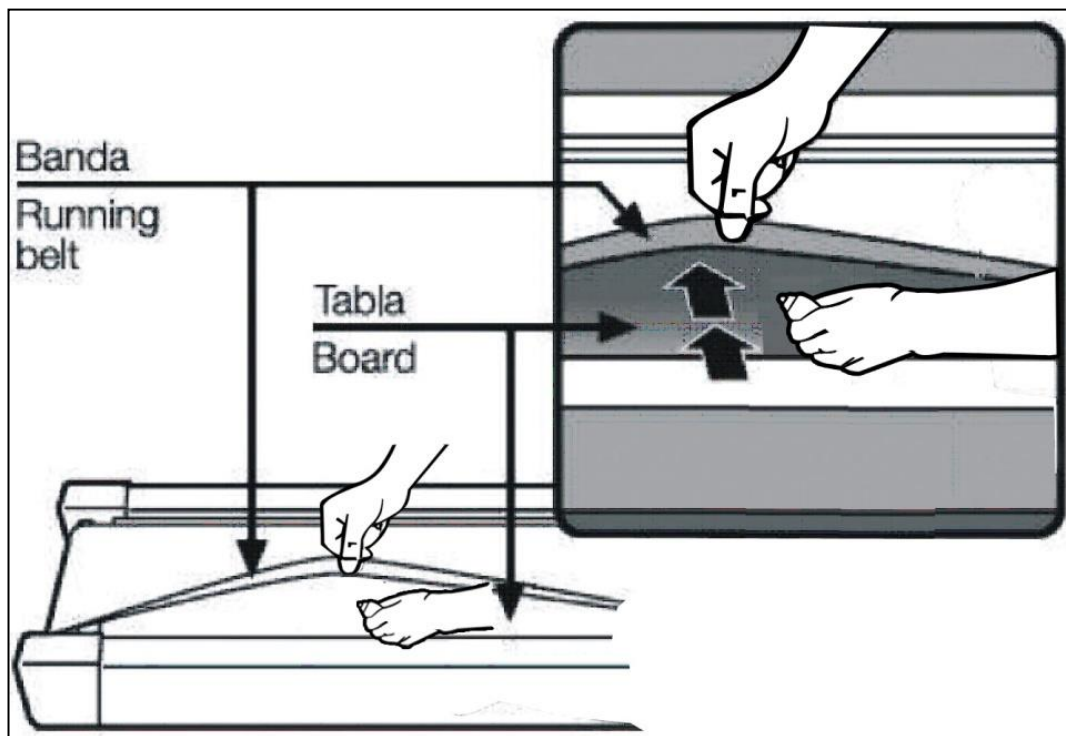
Empfohlene Überprüfungsintervalle:

Bei Nutzung des Geräts drei Mal pro Woche oder seltener: 60 Tage

Bei Nutzung des Geräts drei bis fünf Mal pro Woche: 45 Tage

Bei Nutzung des Geräts mindestens fünf Mal pro Woche: 30 Tage

Informationen zum verwendenden Schmiermitteltyp sowie entsprechenden Bezugsquellen erhalten Sie bei Ihrem Händler oder in den Serviceinformationen auf der letzten Seite.

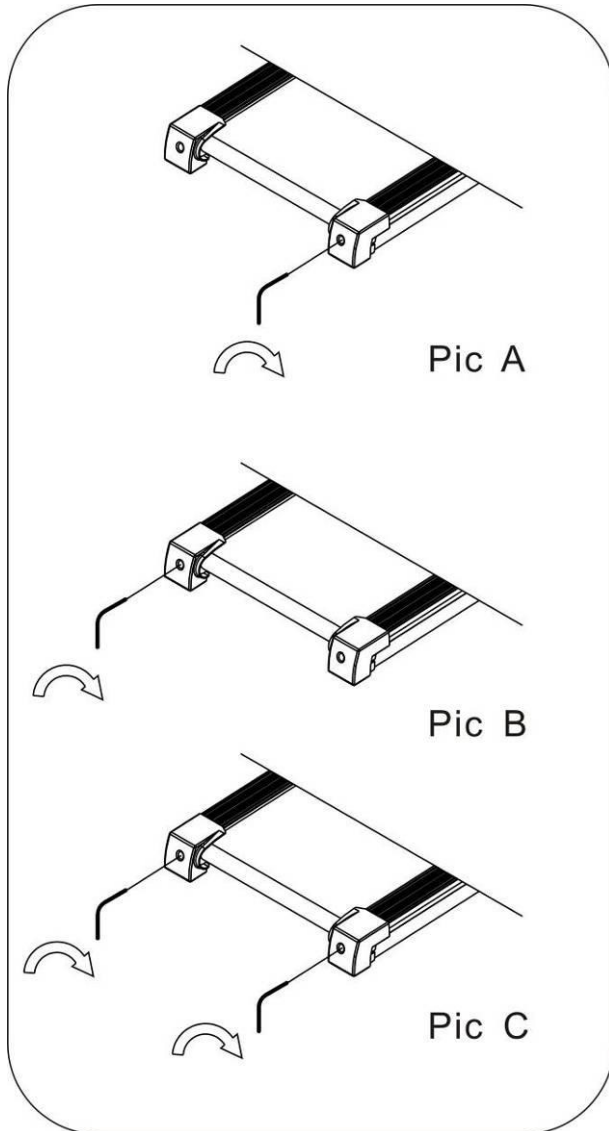


| Teil | Empfohlene Wartung | Wie häufig? | Reinigung | Schmiermittel |
|-------------------------|--|---------------------|-----------|---------------|
| Display | Mit einem weichen und sauberen Tuch abwischen. | Nach der Verwendung | Nein | Nein |
| Rahmen | Reinigung mit einem weichen, sauberen und feuchten Tuch. | Nach der Verwendung | Wasser | Nein |
| Laufband | Reinigung mit einem weichen, sauberen und feuchten Tuch. Stellen Sie sicher, dass das Laufband keine Verschleißschäden aufweist, ausreichend gespannt und in der richtigen Position ist. | Wöchentlich | Nein | Nein |
| Laufplatte | Mit einem weichen und sauberen Tuch reinigen. Stellen Sie sicher, dass sich ausreichend Schmiermittel darauf befindet und dass die Oberfläche glatt ist. | Wöchentlich | Nein | Ja* |
| Antriebsriemen | Überprüfen Sie, ob die Spannung des Antriebsriemens ausreichend und der Riemen korrekt positioniert ist, und prüfen Sie den Riemen auf Verschleiß. | Monatlich | Nein | Nein |
| Schrauben, Muttern etc. | Alle Bolzen, Muttern und Schrauben sind zu überprüfen und bei Bedarf nachzuziehen. | Monatlich | Nein | Nein |

*Verwenden Sie immer das vom Hersteller empfohlene Schmiermittel.

JUSTIERUNG DES LAUFBANDS

Platzieren Sie das Gerät auf einem ebenen Untergrund. Lassen Sie das Laufband bei ca. 6-8 km/h laufen und beobachten Sie dabei, wie es sich bewegt.

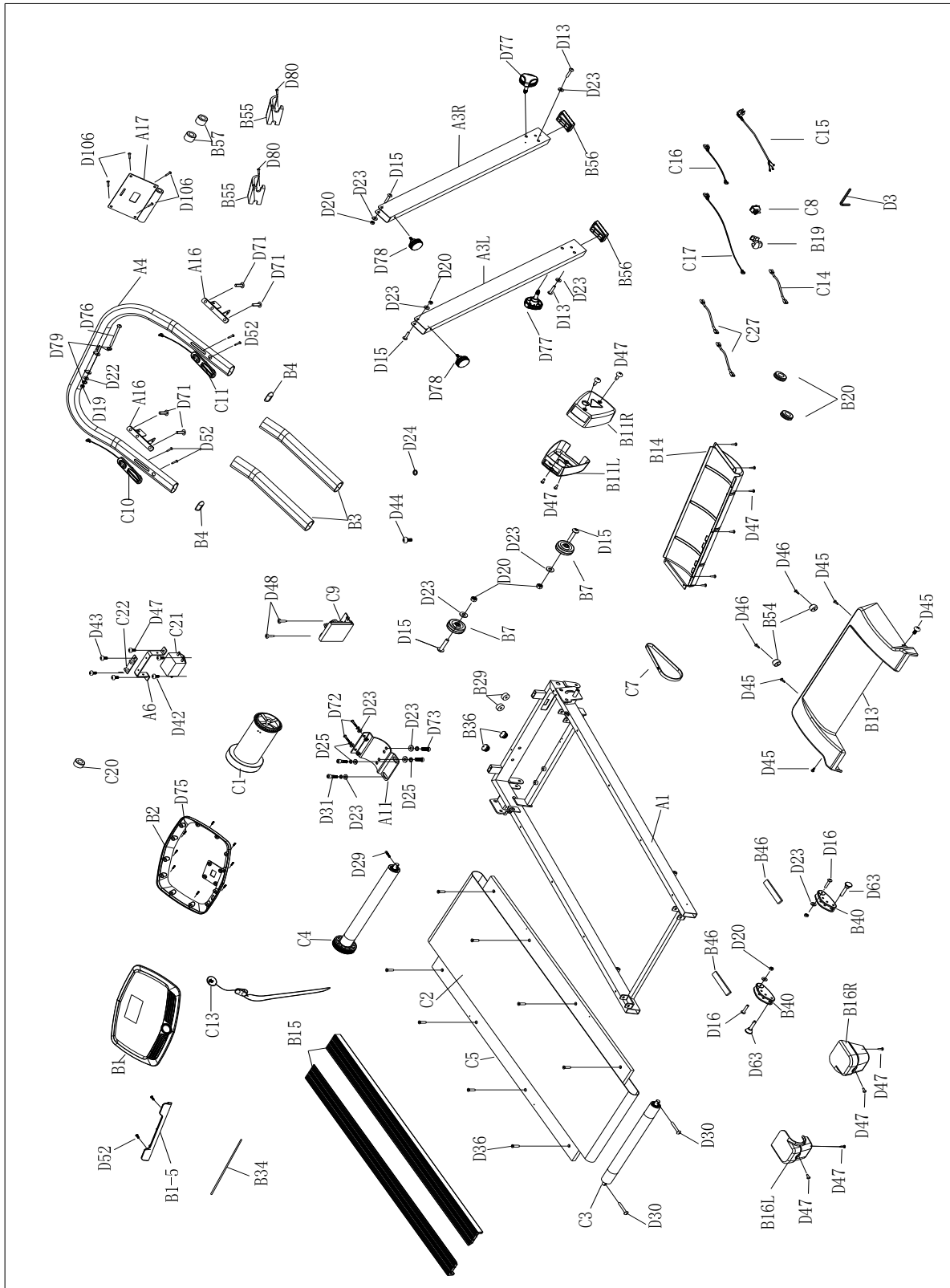


Wenn sich das Laufband nach rechts bewegt hat, entfernen Sie Sicherheitsschlüssel und Stromkabel, und drehen Sie die rechte Einstellschraube eine Viertelumdrehung im Uhrzeigersinn. Verschrauben Sie das Gerät wieder, und überprüfen Sie das Laufband erneut. Wiederholen Sie diesen Schritt, bis das Laufband mittig auf der Plattform bleibt.

Wenn sich das Laufband nach links bewegt hat, entfernen Sie Sicherheitsschlüssel und Stromkabel, und drehen Sie die linke Einstellschraube eine Viertelumdrehung im Uhrzeigersinn. Verschrauben Sie das Gerät wieder, und überprüfen Sie das Laufband erneut. Wiederholen Sie diesen Schritt, bis das Laufband mittig auf der Plattform bleibt.

Wenn das Laufband sich nach den oben beschriebenen Schritten oder nach längerem Gebrauch gelockert hat, entfernen Sie Sicherheitsschlüssel und Stromkabel, und ziehen beide Einstellschrauben um eine Viertelumdrehung im Uhrzeigersinn fest. Verschrauben Sie das Gerät wieder, und überprüfen Sie das Laufband erneut. Wiederholen Sie diesen Schritt, bis das Laufband wieder ausreichend gespannt ist.

ÜBERSICHTSZEICHNUNG



TEILE-VERZEICHNIS (ENGLISCH)

| A. Stahl | | | | | | |
|---------------|-----------------------|------|--|------|---|------|
| Nr. | Englische Bezeichnung | Anz. | | Nr. | Englische Bezeichnung | Anz. |
| A1 | Main frame | 1 | | A6 | Filter bracket | 1 |
| A3L | Left upright | 1 | | A11 | Motor bracket | 1 |
| A3R | Right upright | 1 | | A16 | Handrail connecting tube | 2 |
| A4 | Handrail bracket | 1 | | A17 | Console connecting tube | 1 |
| B. Kunststoff | | | | | | |
| Nr. | Englische Bezeichnung | Anz. | | Nr. | Englische Bezeichnung | Anz. |
| B1 | Console set | 1 | | B16L | Left end cap | 1 |
| B1-1 | Overlay | 1 | | B16R | Right end cap | 1 |
| B1-2 | Membrane key | 1 | | B19 | Cable organizer | 1 |
| B1-3 | Bedienfeld | 1 | | B20 | Round plug | 2 |
| B1-5 | Ipad holder | 1 | | B29 | Cushion | 2 |
| B2 | Console cover | 1 | | B34 | EVA pad (für iPad-Halterung) | 1 |
| B3 | Protecting foam | 2 | | B36 | Round plug | 2 |
| B4 | Handrail plug | 2 | | B40 | Manual incline holder | 2 |
| B7 | Transporting wheel | 2 | | B46 | Rubber pad (für manuelle Neigungshalterung) | 2 |
| B11L | Left side cover | 1 | | B54 | Console Stopper | 2 |
| B11R | Right side cover | 1 | | B55 | Motor plastic bracket | 2 |
| B13 | Motor upper cover | 1 | | B56 | Outer plug | 2 |
| B14 | Motor lower cover | 1 | | B57 | Plastic bearing | 2 |
| B15 | Side rail | 2 | | | | |
| C. Elektronik | | | | | | |
| Nr. | Englische Bezeichnung | Anz. | | Nr. | Englische Bezeichnung | Anz. |
| C1 | DC motor | 1 | | C13 | Safety key | 1 |
| C2 | Running belt | 1 | | C14 | Single cord (brown) | 1 |
| C3 | Rear roller | 1 | | C15 | Power cable | 1 |
| C4 | Front roller | 1 | | C16 | Upper cord | 1 |
| C5 | Running deck | 1 | | C17 | Lower cord | 1 |
| C7 | Drive belt | 1 | | C20 | Magnetic ring | 1 |
| C8 | Power switch | 1 | | C21 | Inductor | 1 |
| C9 | Drive board | 1 | | C22 | Filter | 1 |

| | | | | | | |
|----------------------|-------------------------------|-------------|--|------------|--|-------------|
| C10 | Left quick button | 1 | | C27 | Single cord (blue) | 1 |
| C11 | Right quick button | 1 | | | | |
| D. Kleinteile | | | | | | |
| Nr. | Englische Bezeichnung | Anz. | | Nr. | Englische Bezeichnung | Anz. |
| D3 | Allen wrench T5 | 1 | | D45 | Crossing head bolt M5*15, washer | 4 |
| D13 | Round hex bolt M8*15 | 2 | | D46 | Cross head bolt M5*20, washer | 2 |
| D15 | Round hex bolt M8*40 | 4 | | D47 | Cross self-tapping bolt ST4.2*16, washer | 17 |
| D16 | Round hex bolt M8*45 | 2 | | D48 | Cross self-tapping bolt ST4.2*19, washer | 2 |
| D19 | Nylon nut M6 | 1 | | D52 | Cross self-tapping bolt ST4.2*16 | 6 |
| D20 | Nylon nut M8 | 6 | | D63 | Flat head pin | 2 |
| D22 | Flat washer M6 | 1 | | D71 | Hex head bolt M8*15 | 4 |
| D23 | Flat washer M8 | 14 | | D72 | Hex round head bolt M8*25 | 2 |
| D24 | Spring washer M5 | 1 | | D73 | Hex round head bolt M8*12 | 2 |
| D25 | Spring washer M8 | 6 | | D75 | Cross self-tapping bolt ST4.2*8 | 8 |
| D29 | Hex round head bolt M6*45 | 1 | | D76 | Hex round head bolt M6*110 | 1 |
| D30 | Hex round head bolt M6*60 | 2 | | D77 | Knob M12 | 2 |
| D31 | Hex round head bolt M8*20 | 2 | | D78 | Knob M8 | 2 |
| D36 | Crossing head bolt M6*25 | 8 | | D79 | Spring washer M6 | 2 |
| D42 | Cross head bolt M4*10, washer | | | D80 | Cross head bolt M5*8, washer | 4 |
| D43 | Cross head bolt M4*20, washer | | | D106 | Cross head bolt M6*16 | 4 |
| D44 | Crossing head bolt M5*12 | 2 | | | | |

Fehlercodes

| Fehlercode | Beschreibung | Lösung |
|-----------------------------------|---|--|
| E1 | Kommunikationsfehler zwischen Regler und Bedienteil | <ol style="list-style-type: none"> Überprüfen Sie, ob das Bedienteil mit den richtigen Leitungen an den Regler angeschlossen ist, überprüfen Sie die Verbindung, untersuchen Sie die Kabel auf Schäden, schließen Sie das Kabel neu an. Tauschen Sie den Regler aus und wiederholen Sie die Überprüfung. |
| E2 | Motorproblem | <ol style="list-style-type: none"> Überprüfen Sie, ob das Motorkabel korrekt angeschlossen ist. Überprüfen Sie den Regler auf ungewöhnliche Geruchsbildung. Bei Bedarf austauschen. |
| E3 | Überlastungsschutz | <ol style="list-style-type: none"> Der Schutz wird aktiviert, wenn der Regler überlastet ist oder wenn der Motor nicht einwandfrei funktioniert. Ist der Motor die Ursache, überprüfen Sie das Laufband und starten Sie es erneut. Überprüfen Sie, ob es zu ungewöhnlicher Geruchsbildung kommt. Ist dies der Fall, tauschen Sie den Regler aus. Überprüfen Sie, ob die elektrische Spannung im richtigen |
| E6 | Überspannungsschutz | Überprüfen Sie, ob es zu ungewöhnlicher Geruchsbildung kommt. Ist dies der Fall, tauschen Sie den Regler aus. |
| — — | Das Bedienteil erkennt keinen Sicherheitsschlüssel. | <ol style="list-style-type: none"> Überprüfen Sie, ob der Sicherheitsschlüssel-Unterbrecher, die Anschlussleitung und der eingebaute Magnet einwandfrei funktionieren. Der Sicherheitsschlüssel ist nicht korrekt eingesteckt. Der Sicherheitsschlüssel ist beschädigt. |
| Am Computer kommt kein Signal an. | | <ol style="list-style-type: none"> Überprüfen Sie, ob das Stromkabel mit dem Gerät verbunden ist, oder tauschen Sie den Stecker aus. Testen Sie den Stromschalter, indem Sie ihn ein- und ausschalten. Wenn der Stromschalter defekt ist, muss er ausgetauscht werden. Überprüfen Sie die Verbindung zwischen Bedienteil und Regler. Tauschen Sie Adapter oder Bedienteil aus. |

WICHTIGE INFORMATIONEN ZUM SERVICE

Im Falle jeglicher Probleme bitten wir Sie, Mylna Service zu kontaktieren. Bitte kontaktieren Sie uns, bevor Sie sich an die Geschäftsfiliale wenden, damit wir Ihnen die bestmögliche Hilfestellung geben können.

Auf unserer Website www.mylناسport.com finden Sie Informationen zu unseren Produkten, Bedienungsanleitungen und ein Kontaktformular, über das Sie uns erreichen können. Über das Kontaktformular können Sie auch Ersatzteile bestellen.. Indem Sie das Kontaktformular ausfüllen, erhalten wir alle erforderlichen Informationen, um Ihnen so effektiv wie möglich weiterzuhelfen.