

Laufband / Treadmill / Tapis de course
MARATHON 9

SF-2200



AUFBAU- und BEDIENUNGSANLEITUNG
ASSEMBLY INSTRUCTIONS and USER GUIDE
INSTRUCIONS DE MONTAGE et MODE D'EMPLOI

Inhaltsverzeichnis

Wichtige Sicherheitshinweise.....	3
Checkliste.....	4
Teileliste	5
Explosionszeichnung.....	7
Aufbauanleitung.....	8
Stromanschluss / Einstellungen	12
Der Sicherheitsclip / Wartung.....	13
Auf- und abwärmen.....	14
Computer-Bedienungsanleitung.....	15
Bluetooth® -Übertragung	20
Garantiebedingungen	23

Besuchen Sie auch unsere Webseite
für weitere Informationen

www.skandika.com

Scannen Sie den QR-Code
mit Ihrem Smartphone



WARNUNG

Um die Verletzungsgefahr zu reduzieren, muss diese Anleitung vor dem Gebrauch vollständig gelesen und verstanden werden! Dieses Gerät ist ausschließlich für den Heimgebrauch in Übereinstimmung mit den Anweisungen in dieser Anleitung vorgesehen. Lesen Sie die Gebrauchsanleitung sorgfältig durch, bevor Sie das Gerät einsetzen und bewahren Sie die Gebrauchsanleitung für die weitere Nutzung auf.

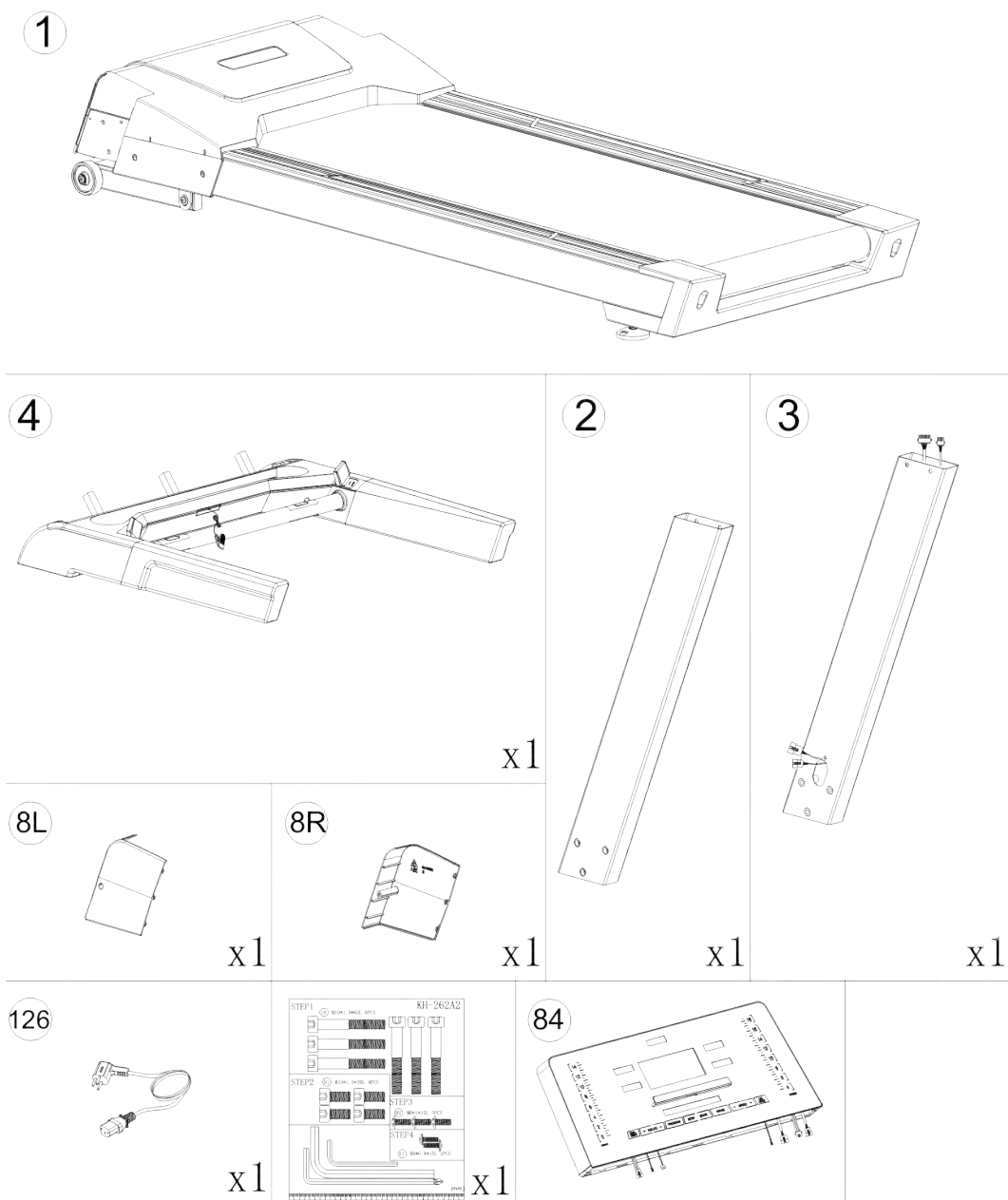
Wichtige Sicherheitshinweise

- Das Sicherheitsniveau des Gerätes kann nur gehalten werden, wenn es regelmäßig auf Schäden und Verschleiß geprüft wird.
- Wenn Sie dieses Gerät weitergeben oder von einer anderen Person benutzen lassen, stellen Sie sicher, dass derjenige den Inhalt dieser Gebrauchsanleitung kennt.
- Dieses Gerät darf immer nur von einer Person zum Trainieren benutzt werden. Die maximale Belastbarkeit dieses Trainingsgerätes beträgt 180 kg.
- Überprüfen Sie vor der ersten Benutzung und dann auch später in regelmäßigen Abständen alle Schrauben, Bolzen und andere Verbindungen auf festen Sitz.
- Entfernen Sie alle scharfkantigen Gegenstände aus dem Umfeld des Gerätes, bevor Sie mit dem Training beginnen.
- Trainieren Sie nur auf dem Gerät, wenn es einwandfrei funktioniert.
- Defekte Teile sind sofort auszutauschen und/oder das Gerät ist bis zur Instandsetzung nicht mehr zu benutzen.
- Eltern und andere Aufsichtspersonen sollten sich Ihrer Verantwortung bewusst sein, da aufgrund des natürlichen Spieltriebes und der Experimentierfreudigkeit der Kinder mit Situationen zu rechnen ist, für die Trainingsgeräte nicht gebaut sind.
- Wenn Sie Kinder an dem Gerät trainieren lassen, sollten Sie deren geistige und körperliche Entwicklung und vor allem deren Temperament berücksichtigen. Sie sollten die Kinder ggf. beaufsichtigen und vor allem auf die richtige Benutzung des Gerätes hinweisen. Als Spielzeug sind die Trainingsgeräte auf keinen Fall geeignet.
- Bitte beachten Sie beim Aufstellen des Gerätes, dass in jede Richtung ausreichend Freiraum vorhanden ist.
- Falls Sie das Gerät in einer **Notsituation** verlassen müssen, ergreifen Sie die Handläufe und setzen beide Füße rechts und links auf die Fußplattform neben das laufende Band. Nun lösen Sie die NOTAUS-Vorrichtung aus, um das Band zu stoppen.
- Bitte beachten Sie, dass inkorrektes und exzessives Training Ihre Gesundheit gefährden kann.
- Bitte beachten Sie, dass Hebel und andere Einstellmechanismen nicht in den Bewegungsbereich während der Übung ragen und den Ablauf stören.
- Beim Aufstellen des Gerätes sollten Sie darauf achten, dass das Gerät stabil steht und evtl. Bodenunebenheiten ausgeglichen werden.
- Tragen Sie immer Trainingskleidung und Schuhe, die für ein Fitnesstraining geeignet sind, wenn Sie auf dem Gerät trainieren. Die Kleidung muss so beschaffen sein, dass diese nicht aufgrund Ihrer Form (z. B. Länge) während des Trainings irgendwo hängen bleiben kann. Die Schuhe sollten passend zum Trainingsgerät gewählt werden, grundsätzlich dem Fuß einen festen Halt geben und eine rutschfeste Sohle besitzen.
- Grundsätzlich sollten Sie vor der Aufnahme eines Trainings Ihren Arzt konsultieren. Er kann Ihnen konkrete Angaben machen, welche Belastungsintensität für Sie geeignet ist und Ihnen Tipps zum Training und zur Ernährung geben.

Wichtige Sicherheitshinweise

- Stellen Sie das Gerät an einem trockenen, ebenen Ort auf und schützen Sie es vor Feuchtigkeit. Sofern Sie den Aufstellort besonders gegen Druckstellen, Verschmutzungen u.ä. schützen wollen, empfehlen wir Ihnen eine geeignete, rutschfeste Unterlage unter das Gerät zu legen.
- Generell gilt, dass Sportgeräte kein Spielzeug sind. Sie dürfen daher nur bestimmungsgemäß und von entsprechend informierten bzw. unterwiesenen Personen benutzt werden.
- Wenn Sie Schwindelgefühle, Übelkeit, Brustschmerzen oder andere abnormale Symptome verspüren, stoppen Sie sofort das Training, und konsultieren Sie Ihren Arzt.
- Personen wie Kinder, Invaliden und behinderte Menschen sollten das Gerät nur im Beisein einer weiteren Person, die eine Hilfestellung und Anleitung geben kann, benutzen.
- Achten Sie darauf, dass Sie und andere Personen sich niemals mit irgendwelchen Körperteilen in den Bereich von sich bewegenden Teilen begeben.
- Beachten Sie bei der Einstellung von verstellbaren Teilen die richtige Position bzw. die markierte, maximale Einstellposition.
- Trainieren Sie nie unmittelbar nach Mahlzeiten.

Checkliste



Teilleiste

Teil Nr.	Bezeichnung	Menge
1	Hauptrahmen	1
2	Linke Griffstütze	1
3	Rechte Griffstütze	1
4	Handlauf	1
5	Vordere Stange	1
6	Standfuß	1
7	Computerhalterung	3
8L	Untere Abdeckung für linke Griffstütze	1
8R	Untere Abdeckung für rechte Griffstütze	1
9L	Seitenabdeckung für Motor, links	1
9R	Seitenabdeckung für Motor, rechts	1
10	Schraube M10*1.5*65L	6
11	Schraube M5*0.8*15L	7
12	CSK Innensechskant-Schraube M8*1.25*35L	8
13	Laufflächenhalterung	1
14	Diffuser	2
15	LED-Streifen	2
16	Kabel für LED-Streifen	2
17	Laufgurt	1
18	Laufflächenabdeckung (2)	2
19	Laufflächenabdeckung (3)	2
20	Laufflächenabdeckung	2
21	Lauffläche	2
22	Laufflächenauflage	2
23	Schraube ST4.2*15L	62
24	Metallclip	8
25	Puffer (4)	2
26	Puffer (3)	2
27	Unterlegscheibe D16*D8.5*1.2T	6
28	Mutter M8*1.25*8T	6
29	Schraube M8*1.25*20L	8
30	Heckrollenset	1
31	Schraube M10*1.5*80L	3
32	Hintere Abdeckung	1
33	Puffer (1)	2
34	Verstellbare Füße	2
35	Frontrollenset	1
36	Schraube M10*1.5*45L	1
37	Keilriemen	1
38	Motor AC3.0HP	1

Teil Nr.	Bezeichnung	Menge
39	Mutter M10*1.5*10T	6
40	Unterlegscheibe D20*D11*2T	12
41	Schraube M10*1.5*30L	4
42	Isolationsstreifen	5
43	Unterlegscheibe D28*D14*2T	4
44	Puffer	4
45	Fixierungsplatte	3
46	Verstellbares Rädchen	2
47	Fixierung für Motorabdeckung	7
48	Kabelbinder	2
49	Schraube ST4*1.41*15L	2
50	Schraube M8*1.25*60L	1
51	Obere Motorabdeckung	1
52	AL Einlage	1
53	Sockel	1
54	Schraube ST2.9x9.5L	10
55	Stromversorgung	1
56	Schalteinheit	1
57	Puffer	2
58	Überspannungsschutz	1
59	Unterlegscheibe D12*D5.2*0.8T	2
60	Mutter M5*0.8*5T	2
61	Untere Motorabdeckung	1
62	Schraube M10*1.5*50L	1
63	Kunststoff-Unterlegscheibe D10*D24*0.4T	4
64	Steigungsmotor	1
65	Schraube M10*1.5*65L	1
66	Rolle	2
67	Schraube M8*1.25*20L	2
68	Unterlegscheibe D21*D8.5*1.5T	2
69	Endkappe	4
70	Achse	2
71	Unterlegscheibe D21*D37*3T	4
72	Unterlegscheibe D25xD8.5x2T	4
73	Puffer	2
74	Obere Handpulsfixierung	2
75	Schraube M8*1.25*45L	2

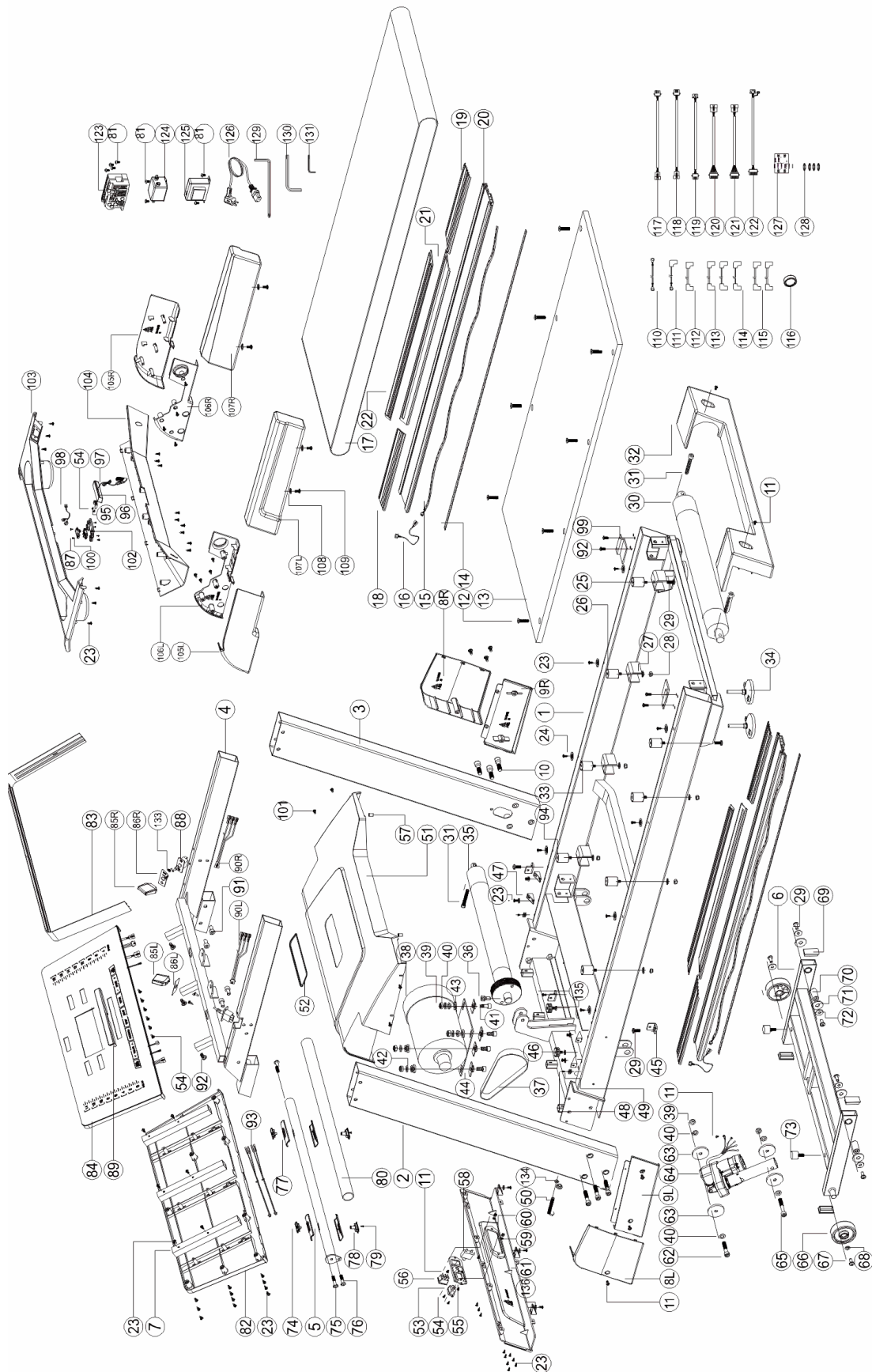
Teileliste / Fortsetzung

Teil Nr.	Bezeichnung	Menge
76	Schraube M8*1.25*40L	1
77	Handpulssensor	4
78	Untere Handpulsfixierung	2
79	Schraube ST4x1.41x15L	2
80	Handgriff	1
81	Schraube M5*0.8*10L	9
82	Untere Computerabdeckung	1
83	Computerrahmen	1
84	Computer	1
85L	Linke Schnellwahltasten	1
86R	Rechte Schnellwahltasten	1
86L	Sticker, links	1
86R	Sticker, rechts	1
87	Schraube ST4*1.41*12L	6
88	Schnellwahltastenbasis	2
89	Tablet-Halterung	1
90L	Unterer Kabelteil für linke Schnellwahltasten	1
90R	Unterer Kabelteil für rechte Schnellwahltasten	1
91	Schraube M10*1.5*20L	4
92	Schraube M6*1*15L	7
93	Handpuls kabel	2
94	Puffer (2)	2
95	Notstopp-Pin	1
96	Sicherheitsschlüssel	1
97	Sicherheitsclip	1
98	Kabel f. Notstopp-Funktion	1
99	Schutzplatte	2
100	Innerer Einschub	2
101	Schraube ST4.2*25L	7
102	Sicherheitsboard	1
103	Obere Rohrabdeckung	1
104	Untere Rohrabdeckung	1
105L	Linke Seitenabdeckung	1
105R	Rechte Seitenabdeckung	1
106L	Innere, linke Seitenabdeckung	1
106R	Innere, rechte Seitenabdeckung	1
107L	Linker Handgriff	1

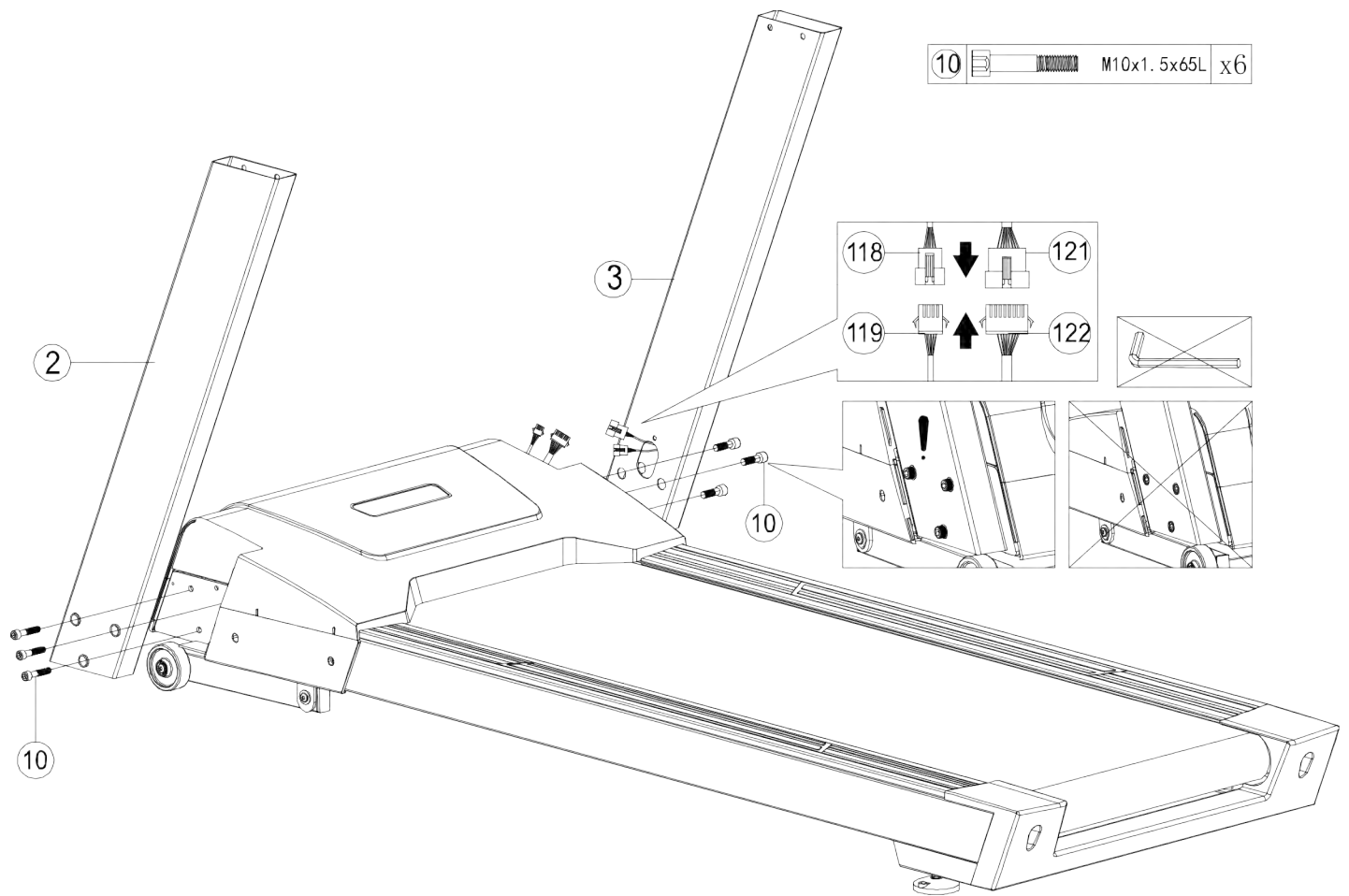
Teil Nr.	Bezeichnung	Menge
107R	Rechter Handgriff	1
108	Schraube M5*0.8*15L	4
109	Unterlegscheibe D15*D5.2*1.0T	4
110	Erdungskabel	1
111	Erdungskabel (2)	1
112	Kabelverbindung 1	1
113	Kabelverbindung 2	2
114	Nullleiter 1	1
115	Nullleiter 2	2
116	Magnetbogen	1
117	Oberes Kabel für LED-Strip	1
118	Mittleres Kabel für LED-Strip	1
119	Unteres Kabel für LED-Strip	1
120	Oberes Computerkabel	1
121	Mittleres Computerkabel	1
122	Unteres Computerkabel	1
123	Inverter	1
124	Filter	1
125	Induktionsgeber	1
126	Stromkabel	1
127	LED Controllerplatte	1
128	PC Abstandsstück	4
129	Schraubenschlüssel M6	1
130	Schraubenschlüssel M8*120L	1
131	Schraubenschlüssel M4*68L	1
133	Schraube ST4*1.41*10L	4
134	Mutter M8*1.25*6T	1
135	Abstandsstück D11.5*D8*3.5T	2
136	Unterlegscheibe D12*D4.3*1T	7

Explosionszeichnung

Bei mechanischen Schwierigkeiten jeglicher Art nutzen Sie bitte nachfolgende Explosionszeichnung. Hier sind alle Teile mit einer spezifischen Nummer gekennzeichnet. Bitte nennen Sie uns diese Nummer, um das Teil gegebenenfalls im Laufe der Garantiezeit kostenlos zu ersetzen. Auch die Versandkosten werden von skandika getragen.



Aufbauanleitung

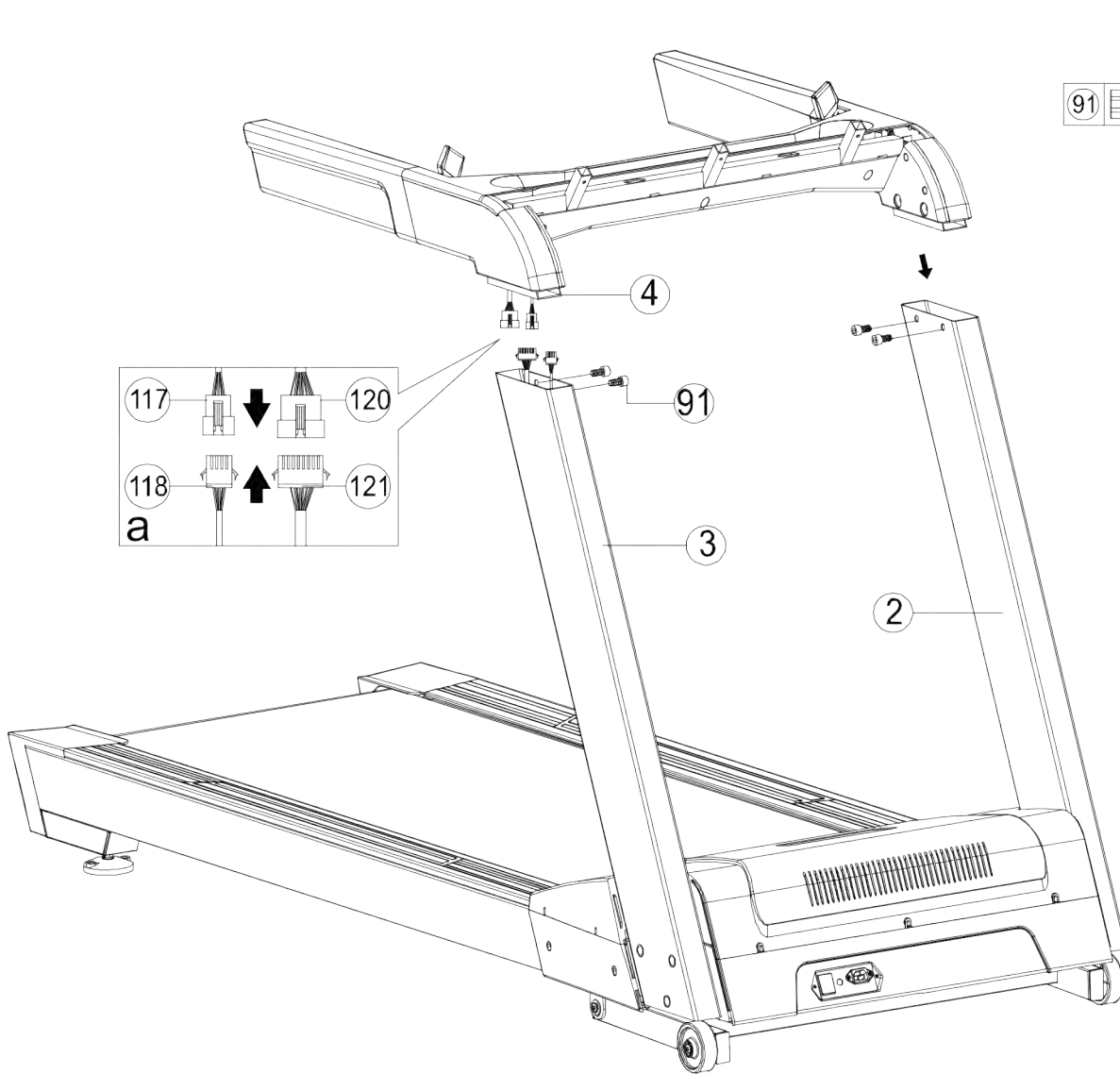
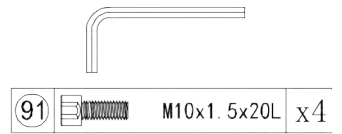


Schritt 1

Wir empfehlen, den Aufbau des Gerätes mit 2 Personen durchzuführen, um Beschädigungen und Verletzungen zu vermeiden.

Verbinden Sie das untere Kabel des LED-Strips (119) mit dem Mittelteil (118) und das untere Computerkabel (122) mit dem mittleren Computerkabel (121). Befestigen Sie dann beide Griffstützen (2 und 3) am Hauptrahmen mit den Schrauben (10) wie abgebildet.

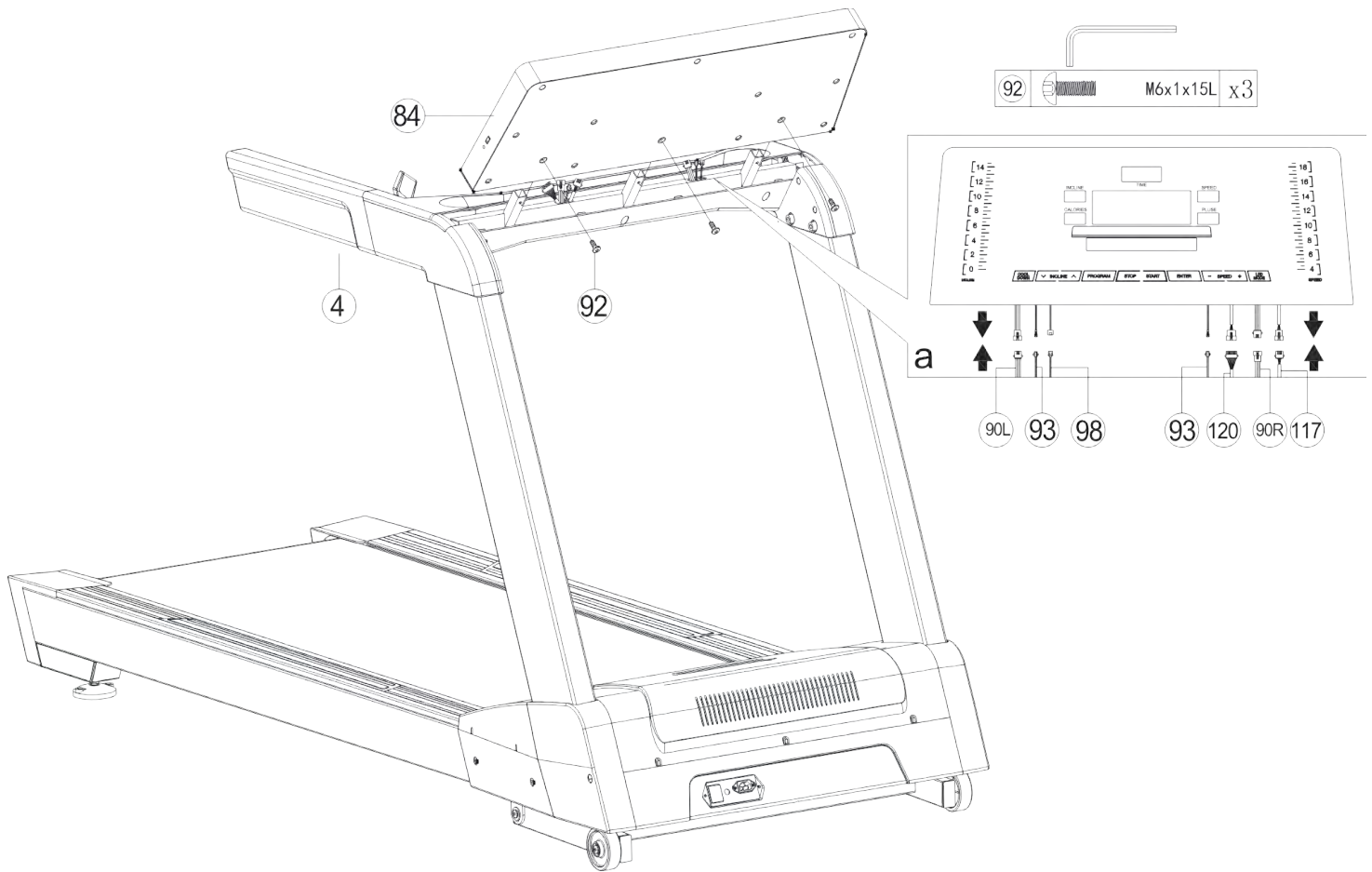
Ziehen Sie die Schrauben nur handfest an!



Schritt 2

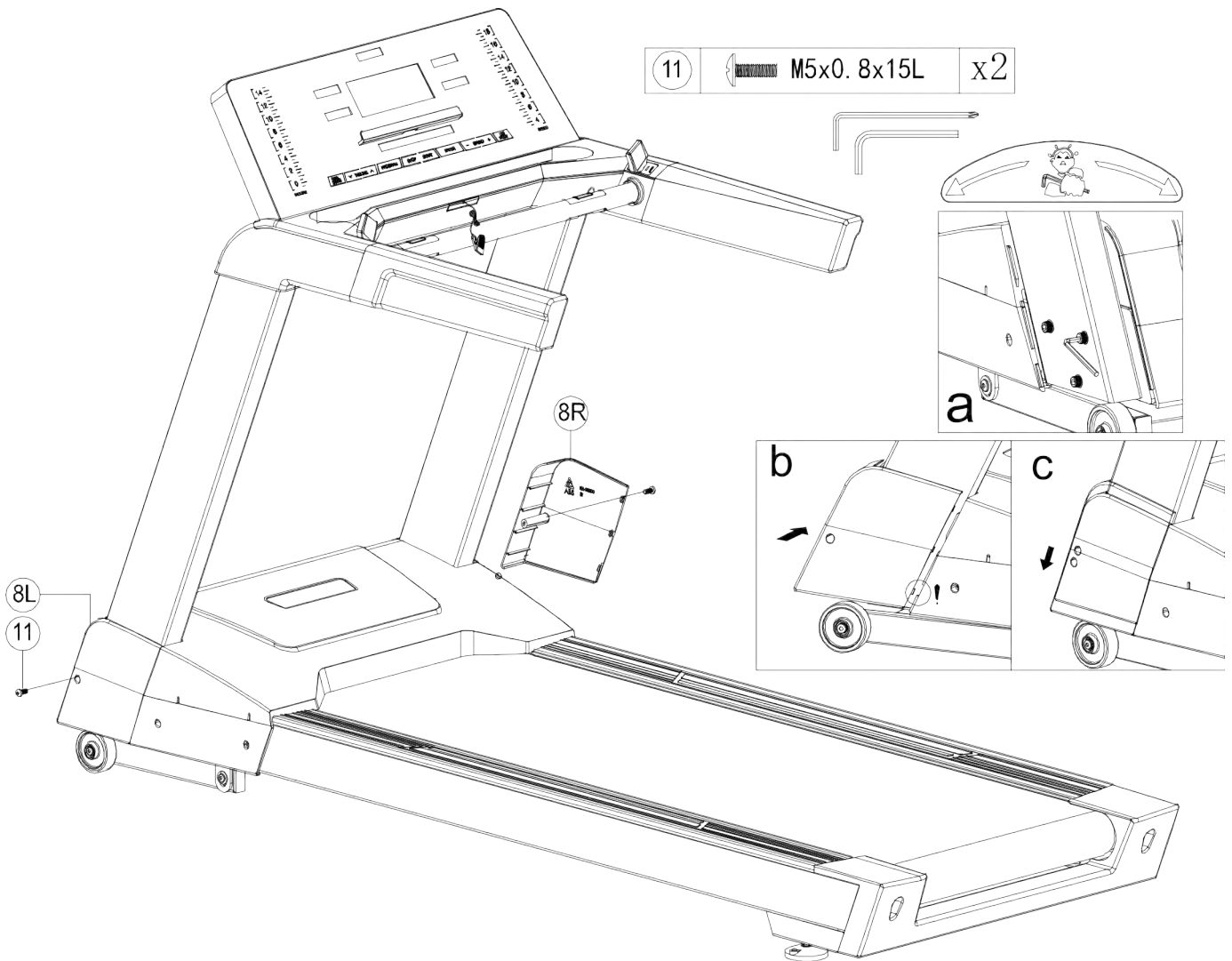
Verbinden Sie das mittlere Kabel für den LED-Strip (118) mit dem Kabeloberteil (117) und das mittlere Computerkabel (121) mit dem oberen Computerkabel (120). Montieren Sie den Handlauf (4) an den Griffstützen wie abgebildet mit Hilfe von 4 Schrauben (91).

Achten Sie darauf, keine Kabel einzuklemmen!



Schritt 3

Verbinden Sie nun alle Kabel des Computers mit den Kabelenden, welche aus dem Handgriff kommen wie abgebildet. Befestigen Sie dann den Computer (84) mit den Schrauben (92) auf dem Handlauf (4).



Schritt 4

Ziehen Sie nun alle Schrauben (10) aus Schritt 1 fest an.

Setzen Sie die Abdeckungen (8L und 8R) auf beiden Seiten der Griffstützen auf wie in Abb. B gezeigt und schieben Sie sie nach unten (Abb. C). Fixieren Sie die Abdeckungen dann mit jeweils einer Schraube (11).

**PRÜFEN SIE VOR DER BENUTZUNG,
OB ALLE SCHRAUBEN UND
MÜTTERN FESTGEZOGEN SIND!**

Stromanschluss

Bevor Sie trainieren können, müssen Sie das Stromkabel mit einer Steckdose verbinden und den Ein-/Aus-Schalter („on / off“) auf Ein („I“) stellen. Der Ein-/Aus-Schalter befindet sich auf der Rückseite der Motorabdeckung.

Zu Ihrer eigenen Sicherheit ist es wichtig, dass der Stromanschluss nur über eine ordnungsgemäß geerdete Steckdose erfolgt.

Einstellungen

Nivellierung des Laufbandes einstellen: Sie können die Nivellierung einstellen, indem Sie die beiden verstellbaren Füße am hinteren Ende des Laufbandes verstellen:



verstellbare Füße

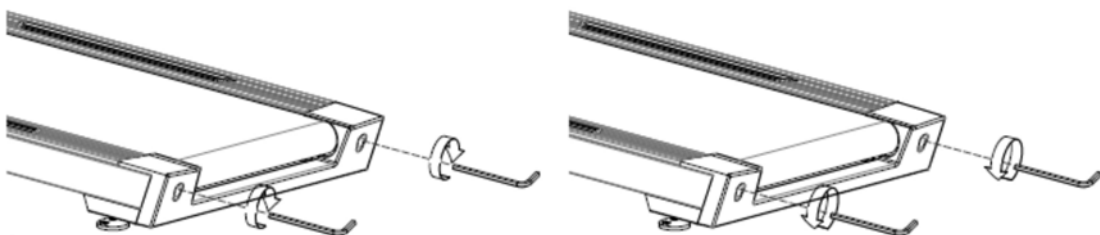
Die korrekte Ausrichtung (Zentrierung) und Spannung des Laufbandes einstellen:

Bevor Sie mit dem Training beginnen können, müssen Sie, um einen reibungslosen Lauf sicherzustellen, überprüfen, ob das Laufband in mittiger Position auf der Lauffläche läuft. Ist dies nicht der Fall, muss das Laufband nachjustiert werden.

Dabei gehen Sie wie folgt vor:

Schalten Sie das Gerät aus und trennen es vom Stromnetz. Wenn das Band zu weit links läuft, drehen Sie die linke Schraube im Uhrzeigersinn, so dass das Band nach rechts nachjustiert wird. Falls es sich hiermit allein nicht korrigieren lässt, drehen Sie bitte die rechte Schraube zusätzlich noch dem Uhrzeigersinn entgegengesetzt, bis das Band mittig läuft.

Läuft das Band zu weit rechts, justieren Sie dieses mit Hilfe der rechten Schraube im Uhrzeigersinn nach, falls dieses nicht ausreicht, analog mit der linken Schraube entgegen dem Uhrzeigersinn. Falls das Band allgemein zu lose („flatterig“) ist, drehen Sie beide Schrauben mit Hilfe des Sechskantschlüssels im Uhrzeigersinn, bis es straffer ist. Stecken Sie den Netzstecker für die Stromversorgung wieder ein und beginnen Sie mit dem Training.



Bandspannung erhöhen

Bandspannung verringern

Hinweis zum Auf- und Absteigen: Um eine zu hohe Belastung des Motors zu vermeiden, gehen Sie bitte wie folgt vor: Schalten SIE ZUERST DAS Laufband ein, und lassen Sie es langsam laufen. Treten Sie dann erst auf das Laufband zum Trainieren. Sollten Sie feststellen, dass das Band während des Trainings nach rechts oder links „wandert“, müssen Sie die Justier-Prozedur wiederholen und neu zentrieren. Dies kann unter Umständen mehrere Male nötig sein. Wenn Sie das Band einmal korrekt justiert haben, genügt es, in regelmäßigen Abständen von mehreren Wochen immer wieder einmal diese Position zu prüfen. Außerdem muss die korrekte Zentrierung nach jedem Klappen und nach jedem Transport überprüft werden.

Der Sicherheitsclip

Der Clip unterbricht sofort vollständig die Stromversorgung des Laufbands. Das Laufband stoppt die Bewegung, wenn der Clip von seinem Platz auf der Computerkonsole entfernt wird.

Wir empfehlen dringend, während des Trainings das eine Ende des Clip an Ihrer Kleidung (z. B. Hosenbund) zu befestigen und das andere Ende wie vorgesehen auf der Konsole zu platzieren. Nur so ist gewährleistet, dass wenn Sie z.B. stolpern, durch den daraus entstehenden Zug am Clip das Laufband abgeschaltet wird. **Dies dient der Verletzungsvermeidung !**

Wartung

Ihr Laufband verlangt keine weitere Wartung, abgesehen von der regelmäßigen Schmierung der Laufbandunterseite. Dies garantiert Ihnen eine lange Lebensdauer sowie beste Leistung.

WICHTIG: Sie sollten diese Hinweise zur Schmierung der Lauffläche unbedingt beachten, da bei zu geringer Gleitfähigkeit der Lauffläche (Laufbrett) durch Reibung eine erhöhte Hitzeentwicklung beim Laufband evtl. zu Verletzungen an der Haut führen kann !

1. Überprüfen des Laufbandes auf korrekte Schmierung

- a. Heben Sie eine Seite des Laufbandes an, und fühlen Sie die Oberfläche des Laufbretts.
- b. Fühlt sich die Oberfläche nass (rutschig) an, ist eine Schmierung nicht erforderlich.
- c. Fühlt sich die Oberfläche sehr trocken an, und/oder macht der Motor unüblich laute Geräusche, muss Schmiermittel aufgetragen werden.

2. Aufgeben des Schmierstoffes

- a. Heben Sie eine Seite des Laufbandes an
- b. Geben/Sprühen Sie Schmiermittel unter die Mitte des Laufbandes, ca. ½ Packung
- c. Gehen Sie 4-5 Minuten langsam auf dem Laufband, um eine gleichmäßige Verteilung des Schmiermittels unter dem Band zu erreichen.

Hinweis: Geben Sie nicht zuviel Schmiermittel auf. An den Seiten austretendes Schmiermittel muss gründlich abgewischt werden, ACHTUNG: RUTSCHGEFAHR!!!

Wann ist zu schmieren?

Falls das Laufband hauptsächlich bei normaler Gehgeschwindigkeit benutzt wird, ist eine Schmierung nur selten erforderlich. Die folgenden Richtlinien verschaffen Ihnen einen Überblick über die durchschnittlichen Abstände, in denen das Band nachgeschmiert werden sollte.

- Nach den ersten 25 Betriebsstunden (1-2 Monate) geben Sie ein halbes Paket/Dose Schmiermittel auf
- Nach jeweils 50 weiteren Betriebsstunden (2-3 Monate) geben Sie ein weiteres halbes Paket/Dose Schmiermittel auf.

Hinweis: Als Schmiermittel kann z.B. ein Silikon-Spray benutzt werden oder ein anderes, geeignetes Schmiermittel aus dem Fachgeschäft oder Baumarkt.

Die Metall- und Kunststoffteile des Gerätes können mit Hilfe von handelsüblichen Reinigern gepflegt werden. Stellen Sie jedoch sicher, dass alle Teile komplett getrocknet sind, bevor Sie das Gerät erneut verwenden.

Wir empfehlen, alle Schraubverbindungen auf regelmäßiger Basis (z. B. alle 6 Wochen) auf sicheren Halt zu überprüfen. Sie können das beiliegende Werkzeug benutzen, um die Schraubverbindungen nachzuziehen.

Dieses Gerät ist ausschließlich für die Verwendung in Innenräumen und trockener Umgebung geeignet.

Auf- und Abwärmen

Ein erfolgreiches Trainingsprogramm besteht aus einer Aufwärmphase, einer Trainingsphase und dem Abkühlen. Die Trainingshäufigkeit sollte für Anfänger bei 2- bis 3-mal die Woche angesetzt werden, immer mit mindestens einem Tag Pause zwischen den Trainingseinheiten. Nach einigen Monaten kann die Häufigkeit auf 4- bis 5-mal wöchentlich gesteigert werden.

Aufwärmen

Die Phase verbessert den Blutfluss und hilft der Muskulatur, richtig zu arbeiten. Durch Aufwärmen wird das Risiko eines Krampfes oder von Muskelverletzungen reduziert. Es ist empfehlenswert, einige Dehnungsübungen auszuführen, wie unten beschrieben. Jede Dehnung sollte für ca. 30 Sekunden gehalten werden, dabei sollte keine Gewalt oder zu starker Druck ausgeübt werden – treten Schmerzen auf, hören Sie auf! Aufwärmübungen können auch Gehen, Joggen, Hampelmänner, Seilsprungsübungen oder das Laufen auf der Stelle beinhalten.

Stretching

Die Muskulatur kann einfacher gedehnt werden, wenn sie warm ist. Dies reduziert das Verletzungsrisiko. Nicht nachfedern!



Seitbeugen



Vorwärtsbeugen



Oberschenkel
Innenseiten



Oberschenkel



Wanddehnung

Denken Sie daran, immer zuerst Ihren Arzt zu kontaktieren, bevor Sie mit einem Trainingsprogramm beginnen.

Cool-Down (Abkühlen)

Diese Phase dient dazu, Ihr kardiovaskuläres System und Ihre Muskeln wieder zu entspannen. Sie können z. B. das Tempo reduzieren und für 5 weitere Minuten trainieren. Wiederholen Sie dann die Dehnungsübungen aus der Aufwärmphase – denken Sie wieder daran, keine Gewalt oder zu starken Druck bei der Dehnung auszuüben.

Computer-Bedienungsanleitung

Bedienoberfläche

Sie können die Bedienoberfläche des Computers für die einfache Navigation durch die Auswahlmenüs nutzen. Die Bedienoberfläche leuchtet nach dem Einschalten des Gerätes auf.

Schnellverstellung STEIGUNG

Berühren Sie eine dieser Tasten um die Steigung direkt zu verstellen.

Schnellverstellung TEMPO

Berühren Sie eine dieser Tasten um das Lauftempo direkt zu verstellen.



COOL DOWN - Aktiviert den Cool Down (Abkühlen) -Modus.

INCLINE - Benutzen Sie diese Tasten, um: - durch Menüs zu navigieren
- Trainingsvorgaben einzugeben oder
- die Steigung zu erhöhen oder zu vermindern

PROGRAM - Wechselt in die Programmauswahl.

START - Ein Training starten oder nach einer Pause weiterführen.

STOP - Ein Training stoppen oder pausieren. Drücken und Halten für 2 Sekunden führt zum Reset.

ENTER - Wird benutzt, um eine Trainingsvorgabe oder einen Menüpunkt zu wählen oder um ein Programm zu starten.

SPEED - Erhöht oder vermindert das Lauftempo.

LED MODE - Im Hauptmenü können hiermit die LED Lauflicht-Einstellungen aufgerufen werden. Während des Trainings können hiermit verschiedene LED-Modi ausgewählt werden.

Schnellversteller

Mit den Schnellverstellern auf beiden Seiten des Handlaufs können Sie auf einfache Weise die Steigung und das Lauftempo kontrollieren. Auf der linken Seite verstellen Sie die Steigung und die rechte Bedieneinheit kontrolliert das Lauftempo. Ziehen Sie den Versteller zu sich heran, um die Steigung zu erhöhen und drücken Sie ihn von sich weg, um die Steigung zu verringern. Wenn Sie den Versteller für einige Sekunden halten, können Sie eine schnellere Verstellung erreichen.

Angezeigte Funktionen

Incline: Die aktuelle Steigungseinstellung.

Distance: Die zurückgelegte oder verbleibende Strecke.

Time: Die vergangene oder verbleibende Trainingszeit.

Pulse: Der Computer zeigt hier die aktuelle Pulsfrequenz an (Schläge je Minute), was durch die Hand-Pulssensoren oder einen optionalen Brustgurt gemessen wird.

Calories: Gibt den ca. Kalorienverbrauch (nicht medizinisch genau) an.

8x16 Punkt-Matrix Fenster: Stellt die Tempo- und Steigungsprofile dar.

Unteres Fenster: Zeigt die Entfernung und ggf. Hinweise an.

Der erste Gebrauch

Stellen Sie den Ein-/Aus-Schalter auf der Rückseite der Motorabdeckung des Laufbandes auf „I“. Stecken Sie dann den Sicherheitsclip in die vorgesehene Halterung auf der Computeroberseite und das andere Ende befestigen Sie an Ihrer Kleidung (z. B. Hosenbund). Während der Computer sich einschaltet, zeigt er die Softwareversion und die bisher zurückgelegte Total-Entfernung und Gebrauchszeit an.

Sie können nun Ihre persönlichen Daten eingeben, wie z. B. Geschlecht, Alter, Größe und Gewicht. Diese Daten benötigt der Computer, um Ihre Maximalherzrate für die herzratenkontrollierten Programme zu kalkulieren und für die Körperfettmessung.

1. Stellen Sie zunächst Ihr Geschlecht mit den Steigungs- oder Tempo-Buttons ein. Bestätigen Sie die Eingabe mit ENTER.
2. Geben Sie dann auf gleiche Weise Ihr Alter, Ihre Größe und Ihr Gewicht ein. Bestätigen Sie die Eingaben jeweils immer mit ENTER.

Sie sind nun bereit für das Training mit dem Gerät.

Standby

Nach 5 Minuten Inaktivität schaltet sich der Computer automatisch in den Standby-Modus. Platzieren Sie den Sicherheitsclip erneut auf der Konsole, um den Computer wieder einzuschalten.

Ein Training beenden oder pausieren

Während eines Trainings können Sie durch Druck auf „STOP“ pausieren. Um das Training fortzusetzen, drücken sie START. Um das Training zu beenden drücken Sie ein zweites Mal auf STOP.

Cool Down (Abkühlen)

Drücken Sie COOL DOWN, um den Abkühl-Modus aufzurufen. Hierbei wird das Bandtempo langsam kontinuierlich abgesenkt, bis es innerhalb von etwa 2 bis 3 Minuten zum Stillstand kommt.

LED Lauflichter

Dieses Gerät besitzt LED Lauflichter auf beiden Seiten der Laufoberfläche. Diese Lichter können auf verschiedene Modi eingestellt werden. Drücken Sie dazu den LED-Button im Hauptmenü oder navigieren Sie zu dieser Option mit den Tempo- oder Steigungs-Buttons. Es existieren 3 verschiedene Modi oder Sie können die Lichter auch komplett ausschalten:

Running mode: Hier wechseln die LEDs die Lichtfarbe je nach Lauftempo:
0-6 km/h - gelb, 6,1-12 km/h - grün, >12 km/h - rot.

Neutral mode: Im neutralen Modus leuchten die LEDs einfach weiß.

Multi-colour mode: Hier können Sie Ihre bevorzugte Farbe selbst wählen, wie rot, blau, grün, orange, pink oder lila.

OFF: Schaltet die LEDs aus.

Während eines Trainings können die Modi durch Antippen des LED-Buttons verändert werden.

MANUELLER MODUS (MANUAL)

Im manuellen Modus können Sie die Tempo- und Steigungseinstellung manuell einstellen. Wählen Sie den manuellen Modus mit den Programm-Tasten oder den Tempo- bzw. Steigungstasten aus. Bestätigen Sie die Eingabe mit ENTER. Sie können die Trainingszeit, die Distanz oder die Kalorien als Zielwert einstellen. Alternativ können Sie auch ohne Voreinstellung einfach mit dem Training beginnen, indem Sie auf START tippen.

1. Wählen Sie mit ENTER zwischen Zeit, Distanz oder Kalorienverbrauch, um diese als Trainingsvorgabe einzustellen.
2. Stellen Sie den gewünschten Zielwert mit den Tempo- oder Steigungstasten ein. Bestätigen Sie die Eingabe mit ENTER.

Das Training startet auf der niedrigsten Tempo- und Steigungseinstellung. Sie können diese Einstellungen jederzeit mit den Schnellverstellern oder den Tempo- oder Steigungstasten verändern. Das Training ist zuende, wenn der eingestellte Zielwert erreicht wurde. Der Computer wechselt dann automatisch in den Abkühl-Modus. Tippen Sie STOP, wenn Sie den Abkühl-Modus verlassen möchten.

PROGRAMME

Es gibt 20 voreingestellte Programme. Die Tempo- und Steigungserstellung erfolgt bei allen Programmen automatisch abhängig vom gewählten Programm. In dieser Anleitung sind die 20 Profile entsprechend abgebildet. Bei einem Trainingsprogramm können Sie zusätzlich eine Trainingszeit oder eine Trainingsdistanz vorgeben. Der Computer wird fortlaufend die ungefähre Restzeit für die verbleibende Strecke anzeigen, abhängig von Ihrem Lauftempo. Drücken Sie die Tempo- oder Steigungstasten, um PROGRAM auszuwählen und bestätigen Sie mit START.

1. Wählen Sie eines der 20 Programme mit den Tempo- oder Steigungstasten. Bestätigen Sie die Eingabe mit ENTER.
2. Wählen Sie mit ENTER zwischen Zeit, Distanz oder Kalorienverbrauch, um diese als Trainingsvorgabe einzustellen.
3. Stellen Sie den gewünschten Zielwert mit den Tempo- oder Steigungstasten ein. Bestätigen Sie die Eingabe mit START.

Während des Trainings können Tempo- und Steigung mit den Tempo- oder Steigungstasten oder den Schnellverstellern verstellt werden, dies geht jedoch nur segmentweise. Das Training ist zuende, wenn der eingestellte Zielwert erreicht wurde. Der Computer wechselt dann automatisch in den Abkühl-Modus. Tippen Sie STOP, wenn Sie den Abkühl-Modus verlassen möchten.

USER PROGRAM (Benutzerdefinierte Programme)

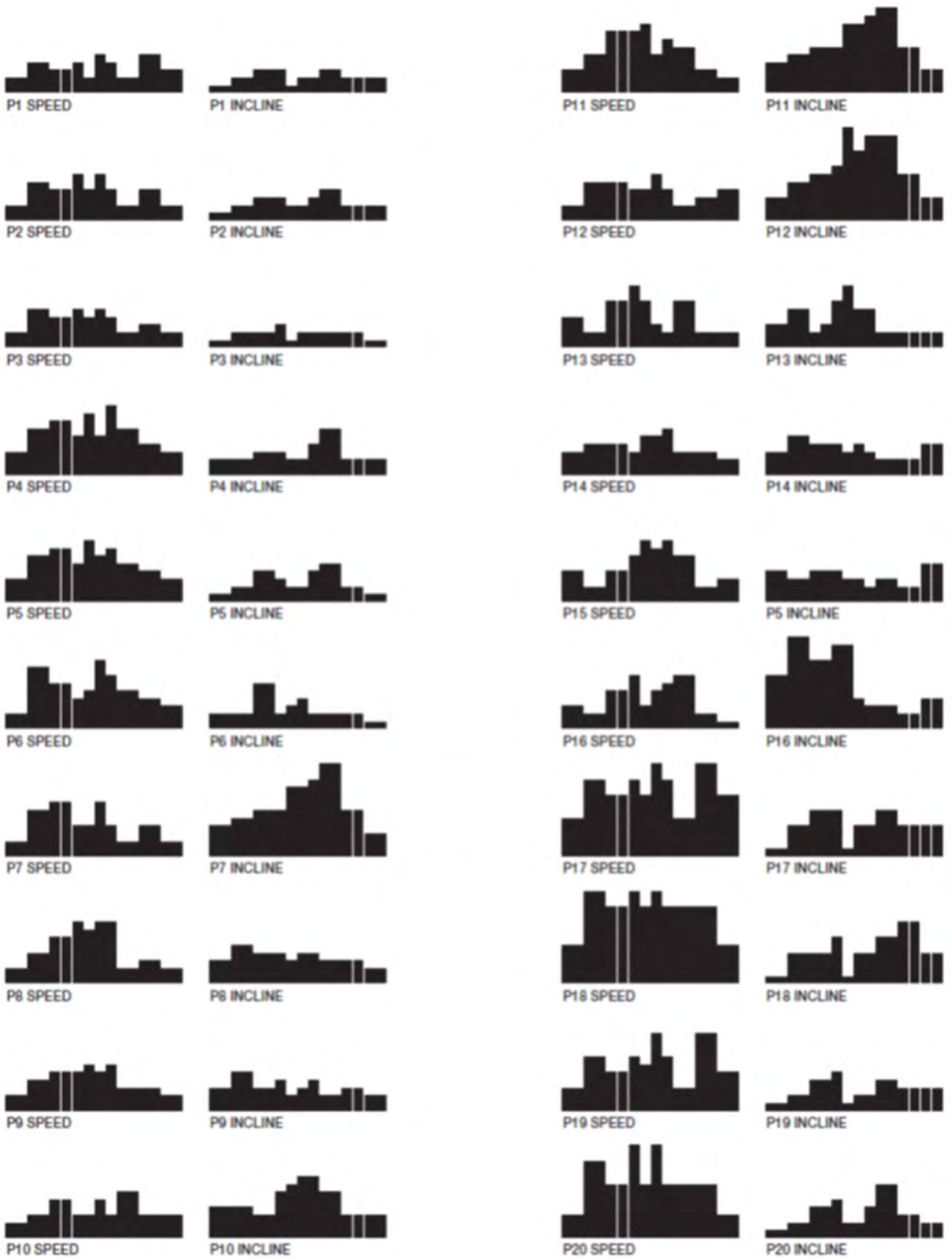
Sie können bis zu 4 (U1-U4) eigene Programme erstellen. Jedes Programm ist unterteilt in 16 Segmente. Für jedes Segment müssen Tempo- und Steigung programmiert werden. Wählen Sie USER im Hauptmenü aus und tippen Sie auf ENTER. Nun können Sie ein Programm erstellen:

1. Wählen Sie eines von 4 möglichen Programmen mit den Tempo- oder Steigungstasten aus, um dieses zu erstellen bzw. zu editieren. Bestätigen Sie die Eingabe mit ENTER.
2. Stellen Sie die Trainingszeit mit den Tempo- oder Steigungstasten ein und bestätigen Sie die Eingabe mit ENTER.
3. Jetzt können Sie die Tempi und Steigungen der einzelnen Segmente einstellen. Das jeweils einzustellende Segment blinkt in der Anzeige. Das Fenster „SPEED“ zeigt die zugehörige Tempo-Einstellung. Stellen Sie die gewünschte Tempovorgabe ein und drücken Sie ENTER. Wiederholen Sie diesen Schritt für jedes Segment.
4. Nun beginnt wieder das erste Segment zu blinken. Das „M“-Fenster zeigt die aktuelle Steigungseinstellung für dieses Segment. Verstellen Sie dies entsprechend für jedes Segment mit den Steigungstasten und drücken Sie jeweils ENTER zur Bestätigung.
5. Drücken Sie nun START, um mit dem Training zu beginnen. Das Programm wird automatisch gespeichert.

Ein zuvor gespeichertes Programm auswählen:

1. Wählen Sie eines der 4 Programme (U1 - U4) mit den Tempo- oder Steigungstasten.
2. Drücken Sie START, um direkt mit dem Programm zu trainieren.

Während des Trainings können Tempo- und Steigung mit den Tempo- oder Steigungstasten oder den Schnellverstellern verstellt werden. Das Training ist zuende, wenn der eingestellte Zielwert erreicht wurde. Der Computer wechselt dann automatisch in den Abkühl-Modus. Tippen Sie STOP, wenn Sie den Abkühl-Modus verlassen möchten.



Speed = Tempo Incline = Steigung

Herzratenkontrolliertes Training (HRC) - Zielherzrate (THR)

Mit diesem Modus können Sie ein Training abhängig von Ihrer Herzfrequenz absolvieren. Das Gerät wird automatisch das Tempo und die Steigung verstellen, um die vorgegebene Herzfrequenz zu erreichen resp. zu halten. Die Herzfrequenz kann auf 60%, 80% oder die kalkulierte Maximalherzrate (HRC) eingestellt werden oder Sie geben manuell eine Frequenz vor (THR). Sie können auch hier wieder eine Zeitvorgabe einstellen. Wählen Sie „PROGRAM“ und wählen Sie „HRC“ mit den Tempo- oder Steigungstasten. Bestätigen Sie die Eingabe mit ENTER.

**60% Ihrer Maximalherzfrequenz
Fettverbrennung**

**80% Ihrer Maximalherzfrequenz
Ausdauertraining**

**THR
Wählen Sie Ihre persönliche
Zielherzrate**

Training bei 60% oder 80% Ihrer maximalen Herzrate:

1. Wählen Sie "HRC 60 PCT" oder "HRC 80 PCT" mit den Tempo- oder Steigungstasten. Bestätigen Sie die Eingabe mit ENTER.
2. Stellen Sie die Trainingszeit mit den Tempo- oder Steigungstasten ein. Bestätigen Sie mit ENTER.
3. Der Computer zeigt nun die kalkulierte Herzfrequenz - tippen Sie START, um zu beginnen.

Zielherzrate

1. Wählen Sie "THR 133" mit den Tempo- oder Steigungstasten. Bestätigen Sie mit ENTER.
2. Stellen Sie die Trainingszeit mit den Tempo- oder Steigungstasten ein. Bestätigen Sie mit ENTER.
3. Stellen Sie die gewünschte Zielherzfrequenz (Voreinstellung 133 Schläge je Minute) mit den Tempo- oder Steigungstasten ein. Bestätigen Sie mit ENTER.
4. Tippen Sie START, um zu beginnen.

Die Herzfrequenz wird während des gesamten Trainings durch die Handpulssensoren gemessen. Die maximale Herzrate wird vom Computer anhand Ihrer persönlichen Daten errechnet.

Das Training ist zuende, wenn der eingestellte Zielwert für die Zeit erreicht wurde. Der Computer wechselt dann automatisch in den Abkühl-Modus. Tippen Sie STOP, wenn Sie den Abkühl-Modus verlassen möchten.

Körperfettmessung

Hiermit können Sie Ihren Körperfettanteil messen. Wählen Sie das Programm „FAT“ mit den Tempo- oder Steigungstasten aus.

1. Tippen Sie auf ENTER, um die Körperfettmessung zu starten.
2. Platzieren Sie beide Hände auf den Handpulssensoren. Der Computer beginnt mit der Messung.
3. Nach einigen Sekunden erscheint Ihr Körperfettanteil im Puls-Fenster und eine Bewertung im „M“-Fenster:

< 19 : UNTERGEWICHTIG

12 - 25 : NORMALGEWICHTIG

26 - 39 : ÜBERGEWICHTIG

30 > : FETTLEIBIG

Für eine korrekte Messung müssen die persönlichen Daten korrekt eingegeben worden sein. Das Ergebnis (Ihr Körperfettanteil) ist lediglich eine Indikation - für eine exakte Messung kontaktieren Sie bitte Ihren Arzt.

TRAINING

Mit dem Trainingsprogramm können Sie eine Zeitvorgabe bei einer bestimmten Distanz vorgeben und versuchen, diese innerhalb der angegebenen Zeit zu absolvieren. Der Computer wird während des Trainings die ungefähre Restzeit bis zum Ziel kalkulieren und anzeigen - abhängig von Ihrem Tempo. Wählen Sie PROGRAM und TRAINING mit den Tempo- oder Steigungstasten. Bestätigen Sie mit ENTER.

1. Stellen Sie die Trainingszeit mit den Tempo- oder Steigungstasten ein. Bestätigen Sie mit ENTER.
2. Stellen Sie die Trainingsdistanz mit den Tempo- oder Steigungstasten ein. Bestätigen Sie mit ENTER.
3. Tippen Sie START, um zu beginnen.

Während des Trainings zeigt der Computer Ihr aktuelles Lauftempo in Minuten / Kilometer (M/L) an.

Zusätzlich wird die ungefähre Zeit bis zur Zielerreichung angezeigt. Das TIME-Fenster zeigt die bisher absolvierte Trainingszeit. Das DISTANCE-Fenster zeigt die bisher gelaufene Distanz. Während des Trainings können Tempo- und Steigung mit den Tempo- oder Steigungstasten oder den Schnellverstellern verstellt werden. Das Training ist zuende, wenn der eingestellte Zielwert für die Distanz erreicht wurde. Der Computer zeigt dann das Resultat: Besser als das Zieltempo, Zieltempo genau erreicht oder langsamer als das Zieltempo.

Bluetooth®-Übertragung

Herunterladbare Apps

Sie können Ihr Smartphone oder Tablet ebenfalls in das Training inkludieren. Hierzu müssen Sie eine der verfügbaren Apps herunterladen (derzeit gibt es 3 Stück):



Fit Hi Way

Die „Fit Hi Way“ App lässt Sie Ihr Trainingsgerät mit Hilfe Ihres Smartphones oder Tablets steuern. Es ist möglich, Ihre persönlichen Trainingsziele zu definieren und zu verfolgen. Virtuelle Trainingskurse rund um den Globus mit Google Maps und Street View sind verfügbar - oder absolvieren Sie ein Rennen mit Ihren Freunden im Mehrspieler-Modus.

Laden Sie die Fit Hi Way App im App Store oder Play Store (siehe Links unten) herunter oder suchen Sie nach 'Fit Hi Way'.

Apple App Store: <https://itunes.apple.com/us/app/fit-hi-way/id1101604612?mt=8>

Google Play Store: https://play.google.com/store/apps/details?id=changyow.giant.com.fit_hi_way

Die Fit Hi Way App mit Ihrem Trainingsgerät verbinden

Für Apple-Geräte:

1. Gehen Sie zu den Einstellungen Ihres Smartphones oder Tablets und aktivieren Sie Bluetooth®.
2. Öffnen Sie die Fit Hi Way App.
3. Ein Pop-Up mit verfügbaren Bluetooth®-Geräten erscheint.
Es kann einige Zeit dauern, bis Ihr Laufband sichtbar wird. Wählen Sie dann „TREADMILL“ aus.
4. Wenn das Pop-Up nicht erscheint, tippen Sie „Connect mode“.
5. Beginnen Sie mit dem Training.

Für Android-Geräte:

1. Gehen Sie zu den Einstellungen Ihres Smartphones oder Tablets und aktivieren Sie Bluetooth®.
2. Öffnen Sie die Fit Hi Way App und tippen Sie auf 'Connect Mode' und 'Searching BT'.
3. Die App sucht nun nach verfügbaren Bluetooth® Geräten. Sobald „TREADMILL“ erscheint, verbinden Sie das Gerät damit. Falls ein Passwort abgefragt wird, geben Sie '0000' ein.
4. Das 'Connection mode' Symbol erscheint - das bedeutet, dass Ihr Gerät SF-2200 nun verbunden ist.
5. Beginnen Sie mit dem Training.

Kinomap Fitness

Verhijft Ihnen zu einem kraftvollen Training, das Spaß macht!

Wählen Sie eines von den Videos der Kinomap und legen Sie los.

Ihre Position wird immer auf der Karte dargestellt - Ihr Ziel ist das Schritthalten mit dem Original-Video. Es gibt zusätzlich einen Mehrspieler-Modus, bei dem bis zu 10 Spieler im gleichen Video teilnehmen können. Die App und eine begrenzte Anzahl Videos sind gratis. Um Zugang zu allen Videos zu bekommen, ist eine Registrierung notwendig.

Laden Sie die Kinomap App im App Store oder Play Store (siehe Links unten) herunter oder suchen Sie nach „Kinomap Fitness“:

Apple App Store: <https://itunes.apple.com/nl/app/kinomap-fitness/id611177969?mt=8>

Google Play Store: <https://play.google.com/store/apps/details?id=com.kinomap.fitness>



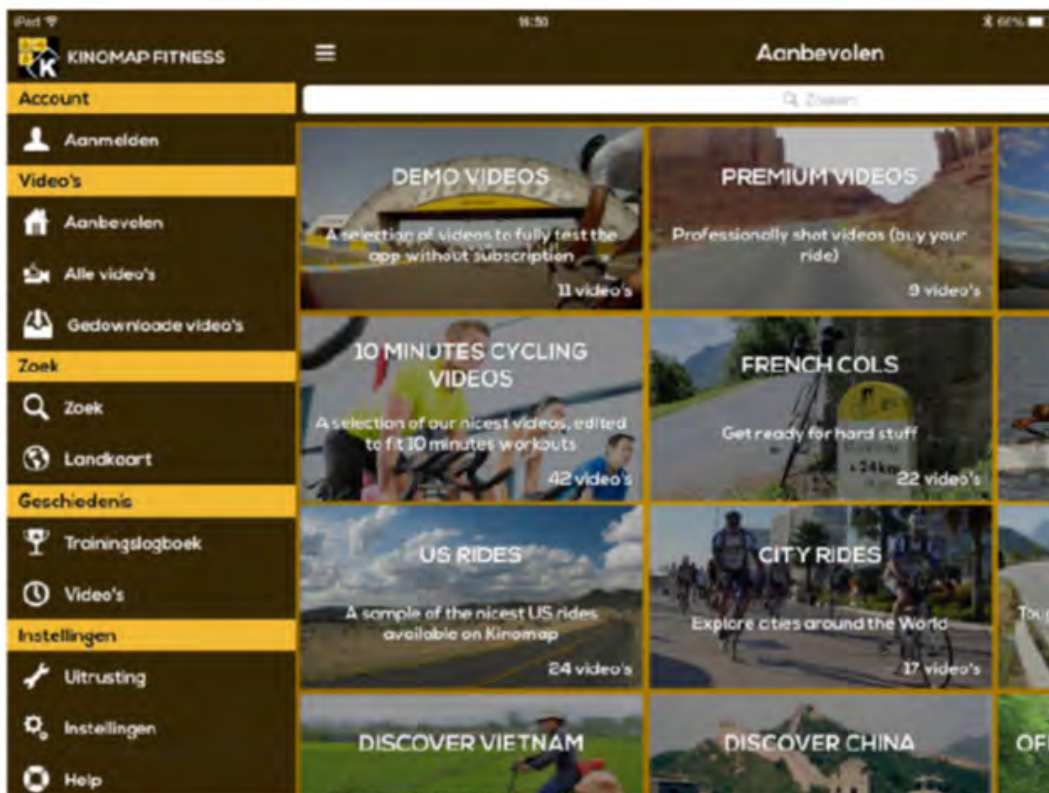
Die Kinomap App mit Ihrem Trainingsgerät verbinden

Für Apple-Geräte:

1. Gehen Sie zu den Einstellungen Ihres Smartphones oder Tablets und aktivieren Sie Bluetooth®.
2. Ihr Smartphone oder Tablet sucht nach verfügbaren Bluetooth®-Geräten.
3. Wählen Sie „TREADMILL“ zur Verbindung aus.
4. Nutzen Sie das Passwort **0000**.
5. Öffnen Sie die Kinomap Fitness App und fügen Sie das SF-2200 zur Geräteliste hinzu. Diesen Schritt müssen Sie nur einmal ausführen.

Tippen Sie auf das Menü-Symbol in der oberen, linken Ecke der App. Es erscheint links ein Menü. Wählen Sie das Gerätemenü mit Hilfe des Schraubenschlüssel-Symbols aus. Nachdem sich das Menü geöffnet hat, tippen Sie auf „add new equipment“. Wählen Sie 'Bluetooth / 30-pin' und Bluetooth® Smart 4.0 aus. Ein blauer Haken erscheint. Tippen Sie auf „Search“ in der oberen, rechten Ecke. Das Laufband erscheint unter „Equipment discovered“. Wählen Sie das Laufband-Symbol aus.

Nun können Sie dem Gerät einen Namen geben. Tippen Sie dann auf „Save“ in der oberen, rechten Ecke. Sie können nun mit dem Training mit einem der vielen Kinomap Videos beginnen.



Für Android-Geräte:

1. Gehen Sie zu den Einstellungen Ihres Smartphones oder Tablets und aktivieren Sie Bluetooth®.
2. Ihr Smartphone oder Tablet sucht nach verfügbaren Bluetooth®-Geräten.
3. Wählen Sie „TREADMILL“ zur Verbindung aus.
4. Nutzen Sie das Passwort **0000**.
5. Öffnen Sie die Kinomap Fitness App und fügen Sie das SF-2200 zur Geräteliste hinzu. Diesen Schritt müssen Sie nur einmal ausführen.

Um ein Profil mit Ihrem Laufband zu erstellen, tippen Sie auf das „Profile“-Symbol in der rechten, oberen Ecke. Tippen Sie „+“, um ein neues Profil zu erstellen. Tippen Sie nun auf „Discovery Bluetooth“ und das Laufband wird unter der Schaltfläche erscheinen. Wählen Sie „TREADMILL“. Ein blauer Punkt erscheint, um die Auswahl zu bestätigen. Tippen Sie auf „Next“. Wählen Sie das Laufband-Symbol und drücken Sie „OK“.

Nun können Sie dem Gerät einen Namen geben. Tippen Sie dann auf „Profile details“, um zum Hauptmenü zurückzukehren.

iRunning+

Die iRunning+ App ermöglicht die Kontrolle Ihres Laufbandes über Ihr Tablet.

Sie können Ihr Training protokollieren und virtuelle Trainingskurse rund um den Globus mit Google Maps und Street View absolvieren. Die iRunning+ App ist komplett kostenfrei.

Laden Sie die iRunning+ App im App Store oder Play Store (siehe Links unten) herunter oder suchen Sie nach 'irunning':

Apple App Store: <https://itunes.apple.com/nl/app/irunning+/id738391162?mt=8>

Google Play Store: <https://play.google.com/store/apps/details?id=com.appdevice.irunningplus>

Diese App unterstützt nur Tablet-Geräte mit iPads iOS 9.0 oder neuer sowie Android 4.3 oder neuer - Smartphones werden nicht unterstützt!



Die iRunning+ App mit Ihrem Trainingsgerät verbinden

Für Apple-Geräte:

1. Gehen Sie zu den Einstellungen Ihres Tablets und aktivieren Sie Bluetooth®.
2. Öffnen Sie die iRunning+ App
3. Wählen Sie das dreieckige Bluetooth®-Symbol in der rechten oberen Anzeigeecke. Es erscheint eine Liste mit Bluetooth®-Geräten.
4. Wählen Sie „TREADMILL“ aus. Das Bluetooth®-Symbol erscheint nun, um die erfolgreiche Verbindung zum Laufband zu signalisieren.

Für Android-Geräte:

1. Gehen Sie zu den Einstellungen Ihres Tablets und aktivieren Sie Bluetooth®.
2. Öffnen Sie die iRunning+ App
3. Wählen Sie das dreieckige Bluetooth®-Symbol in der rechten oberen Anzeigeecke. Es erscheint eine Liste mit Bluetooth®-Geräten.
4. Ein Pop-up fragt nach Erlaubnis, sich mit dem Gerät zu verbinden. Bestätigen Sie dies.
5. Wählen Sie „TREADMILL“ aus. Das Bluetooth®-Symbol erscheint nun, um die erfolgreiche Verbindung zum Laufband zu signalisieren.

Garantiebedingungen

Für unsere Geräte leisten wir Garantie gemäß nachstehenden Bedingungen:

1. Wir beheben kostenlos nach Maßgabe der folgenden Bedingungen (Nummern 2-5) Schäden oder Mängel am Gerät, die nachweislich auf einen Fabrikationsfehler beruhen, wenn Sie uns unverzüglich nach Feststellung und innerhalb von 24 Monaten nach Lieferung an den Endabnehmer gemeldet werden. Die Garantie erstreckt sich nicht auf leicht zerbrechliche Teile, wie z. B. Glas oder Kunststoff. Eine Garantiepflicht wird nicht ausgelöst: durch geringfügige Abweichungen der Soll-Beschaffenheit, die für Wert und Gebrauchstauglichkeit des Gerätes unerheblich sind; durch Schäden aus chemischen und elektrochemischen Einwirkungen; durch Eindringen von Wasser sowie allgemein durch Schäden höherer Gewalt.
2. Die Garantieleistung erfolgt in der Weise, dass mangelhafte Teile nach unserer Wahl unentgeltlich instand gesetzt oder durch einwandfreie Teile ersetzt werden. Die Kosten für Material und Arbeitszeit werden von uns getragen. Instandsetzungen am Aufstellungsort können nicht verlangt werden. Der Kaufbeleg mit Kauf- und/oder Lieferdatum ist vorzulegen. Ersetzte Teile gehen in unser Eigentum über.
3. Der Garantieanspruch erlischt, wenn Reparaturen oder Eingriffe von Personen vorgenommen werden, die hierzu von uns nicht ermächtigt sind oder wenn unsere Geräte mit Ergänzungs- oder Zubehörteilen versehen werden, die nicht auf unsere Geräte abgestimmt sind. Ferner wenn das Gerät durch den Einfluss höherer Gewalt oder durch Umwelteinflüsse beschädigt oder zerstört ist, bei Schäden, die durch unsachgemäße Behandlung - insbesondere Nichtbeachtung der Betriebsanleitung - oder Wartung aufgetreten sind oder falls das Gerät mechanische Beschädigungen irgendwelcher Art aufweist. Der Kundendienst kann Sie nach telefonischer Rücksprache zur Reparatur bzw. zum Tausch von Teilen, welche Sie zugesandt bekommen, ermächtigen. In diesem Fall erlischt der Garantieanspruch selbstverständlich nicht.
4. Garantieleistungen bewirken weder eine Verlängerung der Garantiefrist noch setzen sie eine neue Garantiefrist in Gang.
5. Weitergehende oder andere Ansprüche, insbesondere auf Ersatz außerhalb des Gerätes entstandener Schäden, sind - soweit eine Haftung nicht zwingend gesetzlich angeordnet ist - ausgeschlossen.
6. Unsere Garantiebedingungen, welche die Voraussetzungen und den Umfang unserer Geschäftsbedingungen beinhalten, lassen die vertraglichen Gewährleistungsverpflichtungen des Verkäufers unberührt.
7. Verschleißteile unterliegen nicht den Garantiebedingungen.
8. Der Garantieanspruch erlischt bei nicht bestimmungsgemäßem Gebrauch, insbesondere in Fitness-Studios, Rehabilitationszentren und Hotels. Selbst wenn die meisten unserer Geräte qualitativ für den professionellen Einsatz geeignet sind, erfordert dies gesonderter gemeinsamer Vereinbarungen.

Hinweise zum Umweltschutz



Dieses Produkt darf am Ende seiner Lebensdauer nicht über den normalen Haushaltsabfall entsorgt werden, sondern muss an einem Sammelpunkt für das Recycling von elektrischen und elektronischen Geräten abgegeben werden. Das Symbol auf dem Produkt, der Gebrauchsanleitung oder der Verpackung weist darauf hin. Die Werkstoffe sind gemäß ihrer Kennzeichnung wieder verwertbar. Mit der Wiederverwendung, der stofflichen Verwertung oder anderen Formen der Verwertung von Altgeräten leisten Sie einen wichtigen Beitrag zum Schutze unserer Umwelt. Bitte erfragen Sie bei der Gemeindeverwaltung die zuständige Entsorgungsstelle.

Für Ersatzteile kontaktieren Sie bitte folgende E-Mail-Adresse: info@skandika.com

Service durch: MAX Trader GmbH, Wilhelm-Beckmann-Straße 19, 45307 Essen, Deutschland

Im Zuge ständiger Produktverbesserungen behalten wir uns technische und gestalterische Änderungen vor.

Table of contents

Important safety notice	25
Check list.....	26
Parts list.....	27
Exploded diagram	29
Assembly instructions.....	30
Power supply / Adjustments	34
The safety clip / Maintenance.....	35
Warm-up and cool-down.....	36
Computer operation manual.....	37
Transfer via Bluetooth ®	42
Guarantee Conditions.....	45

Visit our website
for further information
www.skandika.com

Scan the QR code
with your smartphone



WARNING

To reduce risk of injury, read and understand this instruction manual before using the device!
This machine is intended for home use only in accordance with the instructions provided in this manual. Read the instruction manual carefully before using this device and keep the instruction manual for future use.

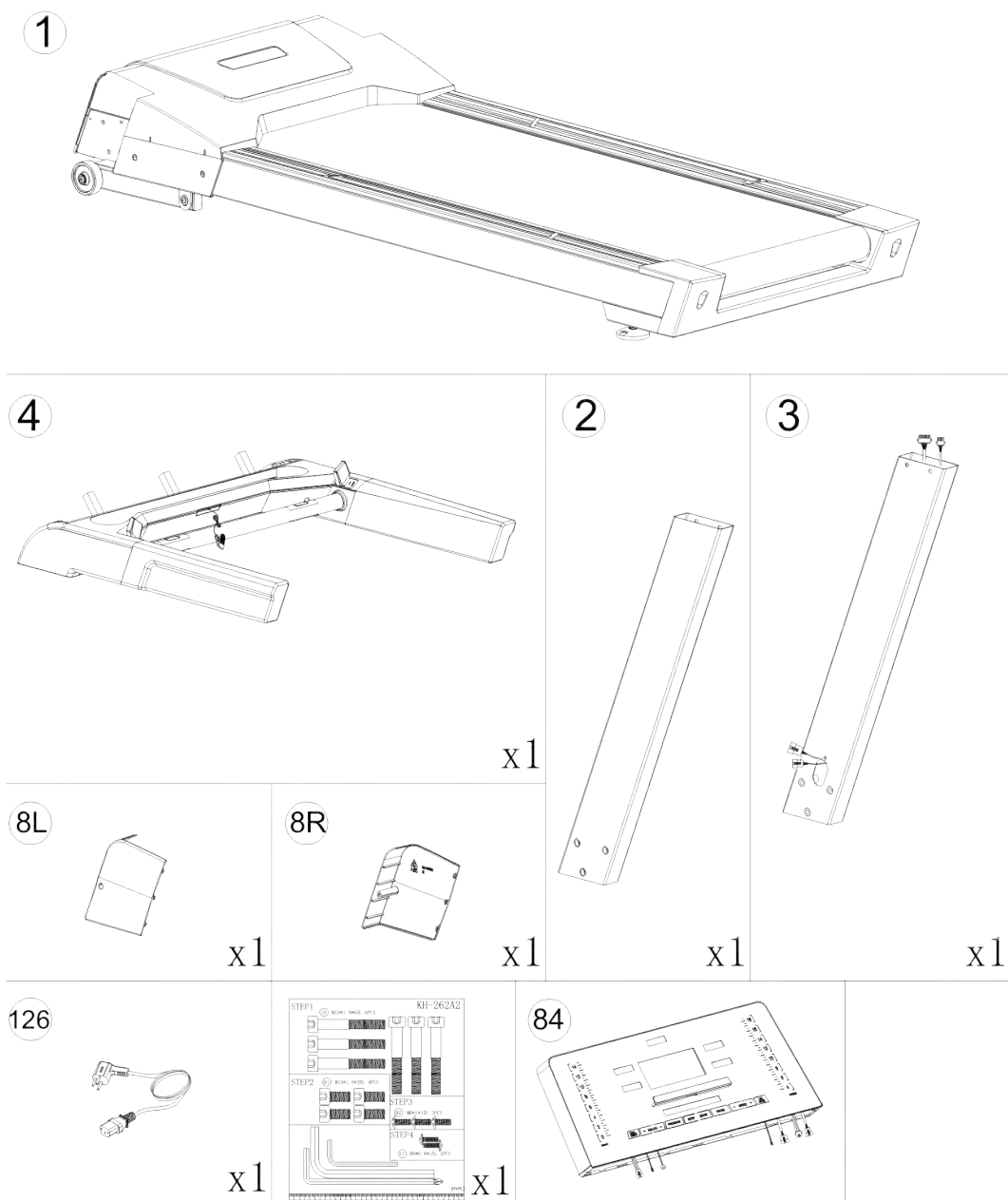
IMPORTANT SAFETY NOTICE

- To ensure the best safety of the device, regularly check it on damages and worn parts.
- If you pass on this device to another person or if you allow another person to use it, make sure that that person is familiar with the content and instructions in these instructions.
- Only one person should use the exerciser at a time. The maximum load of this device is 180 kg.
- Before the first use and regularly make sure that all screws, bolts and other joints are properly tightened and firmly seated.
- Before you start your work-out, remove all sharp-edged objects around the equipment.
- Only use the exercise for your work-out if it works flawlessly.
- Any broken, worn or defective part must immediately be replaced and/or the device must no longer be used until it has been properly maintained and repaired.
- Parents and other supervisory persons should be aware of their responsibility, due to situations which may arise for which the device has not been designed and which may occur due to children's natural play instinct and interest in experimenting.
- If you do allow children to use this device, be sure to take into consideration and assess their mental and physical condition and development, and above all their temperament. Children should use the device only under adult supervision and be instructed on the correct and proper use of the device. The device is not a toy.
- Make sure there is sufficient free space around the appliance when you set it up.
- If there is the need to leave the item in a **case of emergency**, grasp the handlebars and put your feet onto the platform on right and left side of the item. Now pull the safety-clip to stop the belt.
- Please note that an improper and excessive work-out may be harmful to your health.
- Please note that levers and other adjustment mechanisms are not projecting into the area of movement during the workout.
- When setting up the device, please make sure that the device is standing in a stable way and that any possible unevenness of the floor is evened out.
- Always wear appropriate clothing and shoes which are suitable for your work-out on the device. The clothes must be designed in a way so that they will not get caught in any part of the device during the work-out due to their form (for example, length). Be sure to wear appropriate shoes which are suitable for the work-out, firmly support the feet and which are provided with a non-slip sole.
- Be sure to consult a physician before you start any device program. He may give you proper hints and advice with respect to the individual intensity of stress for you, your workout and sensible eating habits.

IMPORTANT SAFETY NOTICE

- Be sure to set up the device in a dry and even place and always protect it from humidity. If you wish to protect the place particularly against pressure points, contamination, etc., it is recommended to put a suitable, non-slip mat under the device.
- The general rule is that devices and training devices are no toys. Therefore, they must only be used by properly informed or instructed persons.
- Stop your workout immediately in case of dizziness, nausea, chest pain or any other physical symptoms. In case of doubt, consult your physician immediately.
- Children, disabled and hadicapped persons should use the device only under supervision and in presence of another person who may give support and useful instructions.
- Be sure that your body parts and those of other persons are never close to any moving parts of the device during its use.
- When adjusting the adjustable parts, make sure they are adjusted properly and note the marked, maximum adjusting position, for example of the saddle support, respectively.
- Do not work out immediately after meals!

Check list



Parts list

No.	Description	QTY
1	Main frame	1
2	Left handlebar post	1
3	Right handlebar post	1
4	Handlebars set	1
5	Front handling tube	1
6	Stabilizer	1
7	Computer supporting tube (2)	3
8L	Lower cover for handlebar post (left)	1
8R	Lower cover for handlebar post (right)	1
9L	Side cover for motor (left)	1
9R	Side cover for motor (right)	1
10	Allen screw M10*1.5*65L	6
11	Cross bolt M5*0.8*15L	7
12	CSK inner hexagon screw M8*1.25*35L	8
13	Running deck plate	1
14	Diffuser	2
15	Led strip	2
16	Led strip cable	2
17	Running belt	1
18	Running board plate(2)	2
19	Running board plate(3)	2
20	Running board plate	2
21	Running board	2
22	Running board grip	2
23	Cross screw ST4.2*15L	62
24	Metal clip	8
25	Buffer (4)	2
26	Buffer (3)	2
27	Flat washer D16*D8.5*1.2T	6
28	Nylon nut M8*1.25*8T	6
29	Allen bolt M8*1.25*20L	8
30	Rear roller set	1
31	Allen screw M10*1.5*80L	3
32	Rear cover	1
33	Buffer (1)	2
34	Adjusting feet	2
35	Front roller set	1
36	Allen screw M10*1.5*45L	1
37	Multi-groove belt	1
38	Motor AC3.0HP	1

No.	Description	QTY
39	Nylon nut M10*1.5*10T	6
40	Flat washer D20*D11*2T	12
41	Allen screw M10*1.5*30L	4
42	Insulating sleeve (1)	5
43	Flat washer D28*D14*2T	4
44	Buffer	4
45	Fixing plate	3
46	Adjustable round wheel	2
47	Fixing plate for motor cover	7
48	Cable tie base	2
49	Cross screw ST4*1.41*15L	2
50	Hex bolt M8*1.25*60L	1
51	Upper motor cover	1
52	AL bandage	1
53	Socket	1
54	Cross screw ST2.9x9.5L	10
55	Power supply board	1
56	Switching mode power supplier	1
57	Buffer	2
58	Overcurrent protector	1
59	Flat washer D12*D5.2*0.8T	2
60	Nylon nut M5*0.8*5T	2
61	Lower motor cover	1
62	Allen screw M10*1.5*50L	1
63	Plastic flat washer D10*D24*0.4T	4
64	Incline motor	1
65	Allen bolt M10*1.5*65L	1
66	Wheel	2
67	Allen bolt M8*1.25*20L	2
68	Flat washer D21*D8.5*1.5T	2
69	End cap	4
70	Axle	2
71	Nylon washer D21*D37*3T	4
72	Flat washer D25xD8.5x2T	4
73	Buffer	2
74	Upper fixing plate for handle pulse	2
75	Allen bolt M8*1.25*45L	2
76	Allen bolt M8*1.25*40L	1
77	Handpulse sensor	4
78	Lower fixing plate for handle pulse	2

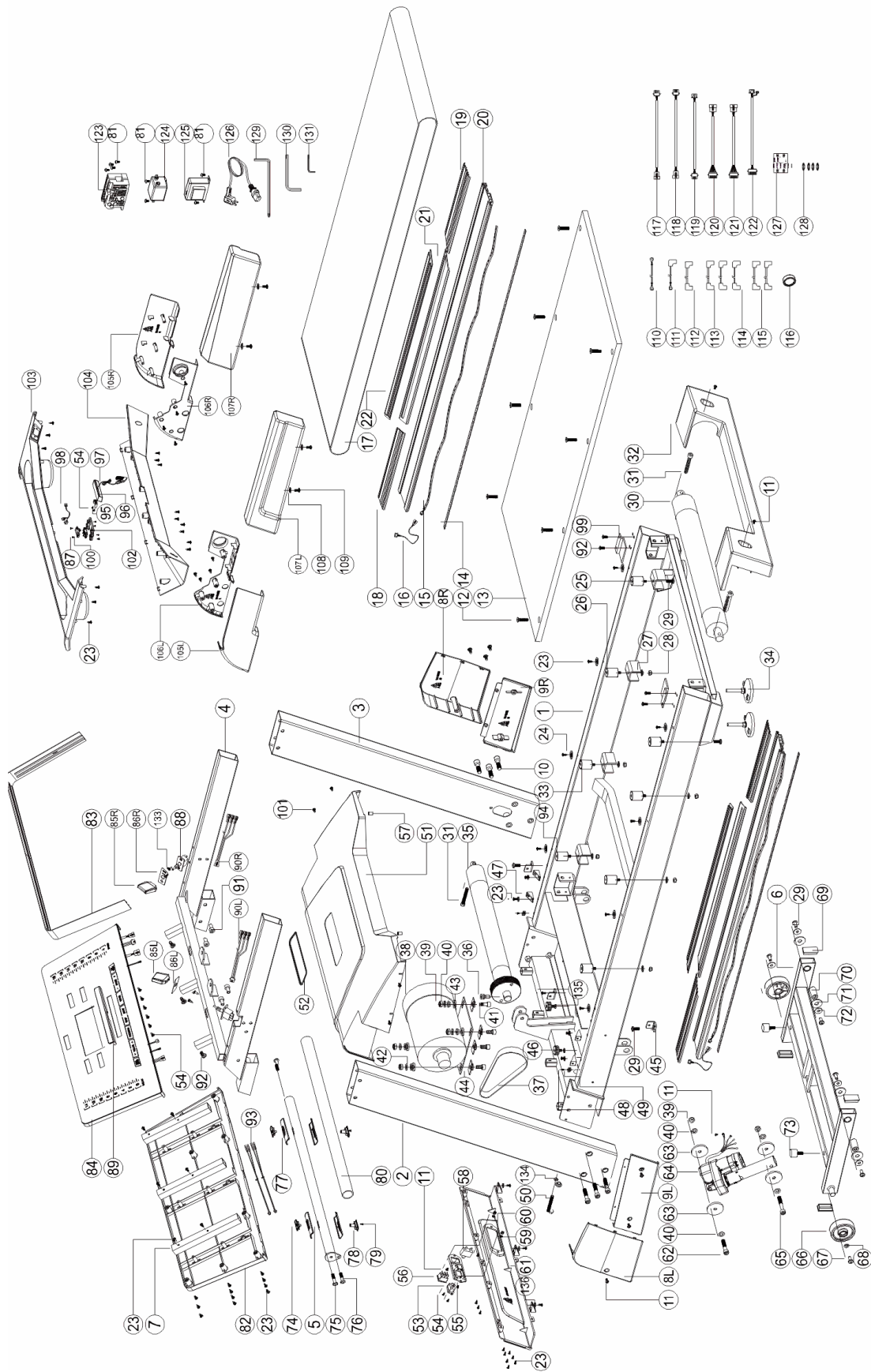
Parts list / continued

No.	Description	QTY
79	Screw ST4x1.41x15L	2
80	Handle grip	1
81	Bolt M5*0.8*10L	9
82	Lower computer cover	1
83	Al frame computer outside	1
84	Computer	1
85L	Left Rapid shift Paddle	1
86R	Right Rapid shift Paddle	1
86L	Sticker under left Rapid Shift Paddle	1
86R	Sticker under right Rapid Shift Paddle	1
87	Screw ST4*1.41*12L	6
88	Rapid shift paddle base	2
89	Tablet holder	1
90L	Lower cable of left Rapid Shift Paddle	1
90R	Lower cable of right Rapid Shift Paddle	1
91	Allen screw M10*1.5*20L	4
92	Allen bolt M6*1*15L	7
93	Handle pulse cable	2
94	Buffer(2)	2
95	Emergency stop pin	1
96	Safety key	1
97	Safety clip	1
98	Cable for emergency stop function	1
99	Protecting plate	2
100	Inner case of safety key	2
101	Screw ST4.2*25L	7
102	Safety key board	1
103	Upper cover for handling tube	1
104	Lower cover for handling tube	1
105L	Side cover for handling tube(left)	1
105R	Side cover for handling tube(right)	1
106L	Inner side cover for handling tube(left)	1
106R	Inner side cover for handling tube(right)	1
107L	Left handlebar grips	1

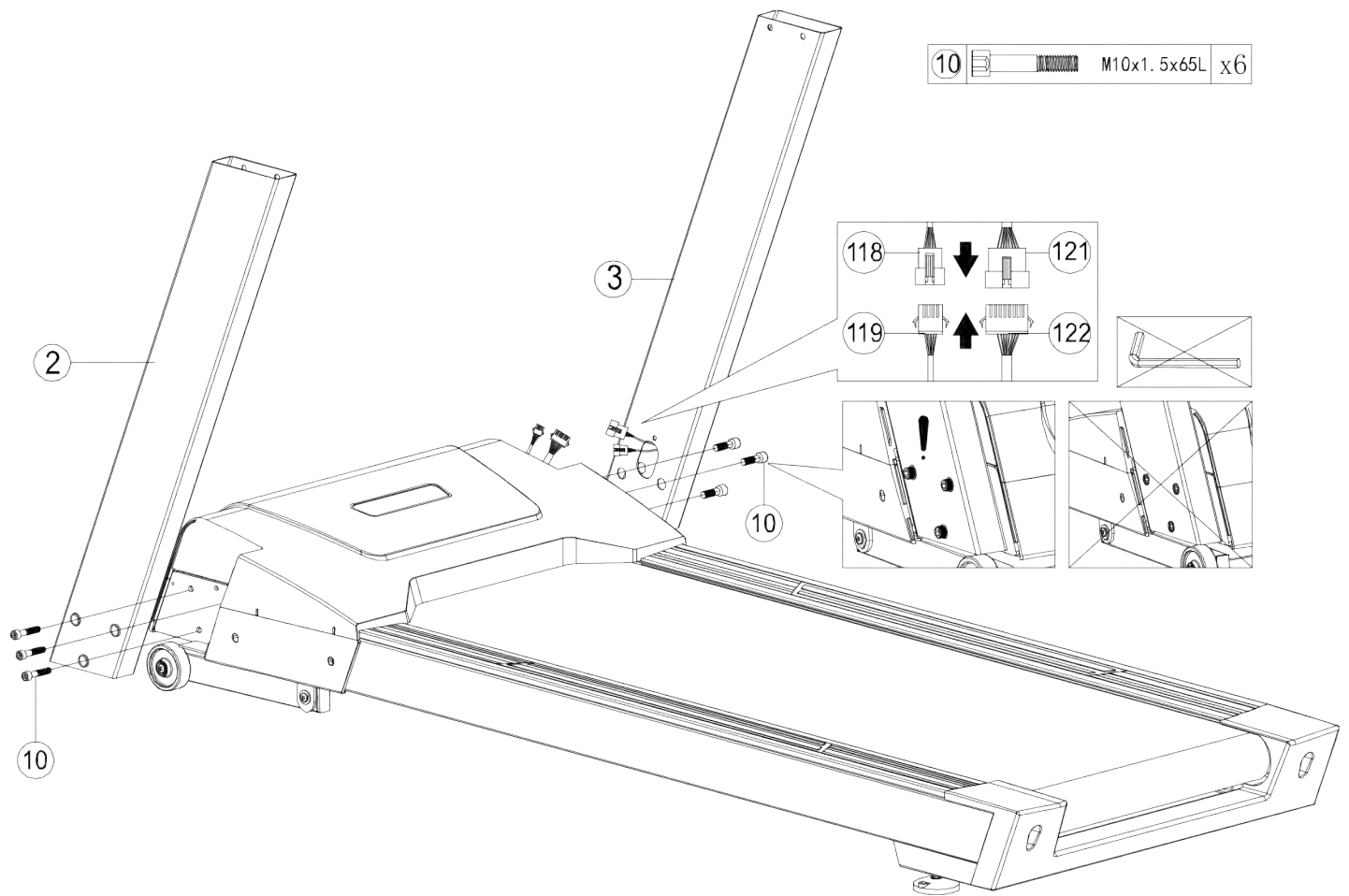
No.	Description	QTY
107R	Right handlebar grips	1
108	Bolt M5*0.8*15L	4
109	Flat washer D15*D5.2*1.0T	4
110	Grounding cable	1
111	Grounding cable (2)	1
112	Live wire 1	1
113	Live wire 2	2
114	Neutral wire 1	1
115	Neutral wire 2	2
116	Magnetic loop	1
117	Upper LED strip cable	1
118	Middle LED strip cable	1
119	Lower LED strip cable	1
120	Upper computer cable	1
121	Middle computer cable	1
122	Lower computer cable	1
123	Inverter	1
124	Filter	1
125	Inductance	1
126	Power cable	1
127	Controller board for LED	1
128	PC spacer	4
129	Allen spanner M6	1
130	Allen spanner M8*120L	1
131	Allen spanner M4*68L	1
133	Sink cross screw ST4*1.41*10L	4
134	Nut M8*1.25*6T	1
135	Spacer D11.5*D8*3.5T	2
136	Flat washer D12*D4.3*1T	7

Exploded diagram

In case of mechanical problems use this explosion drawing. All parts are marked with a specific part number in it. Tell us this number in order to replace the respective part (within warranty time this service may be free of charge).



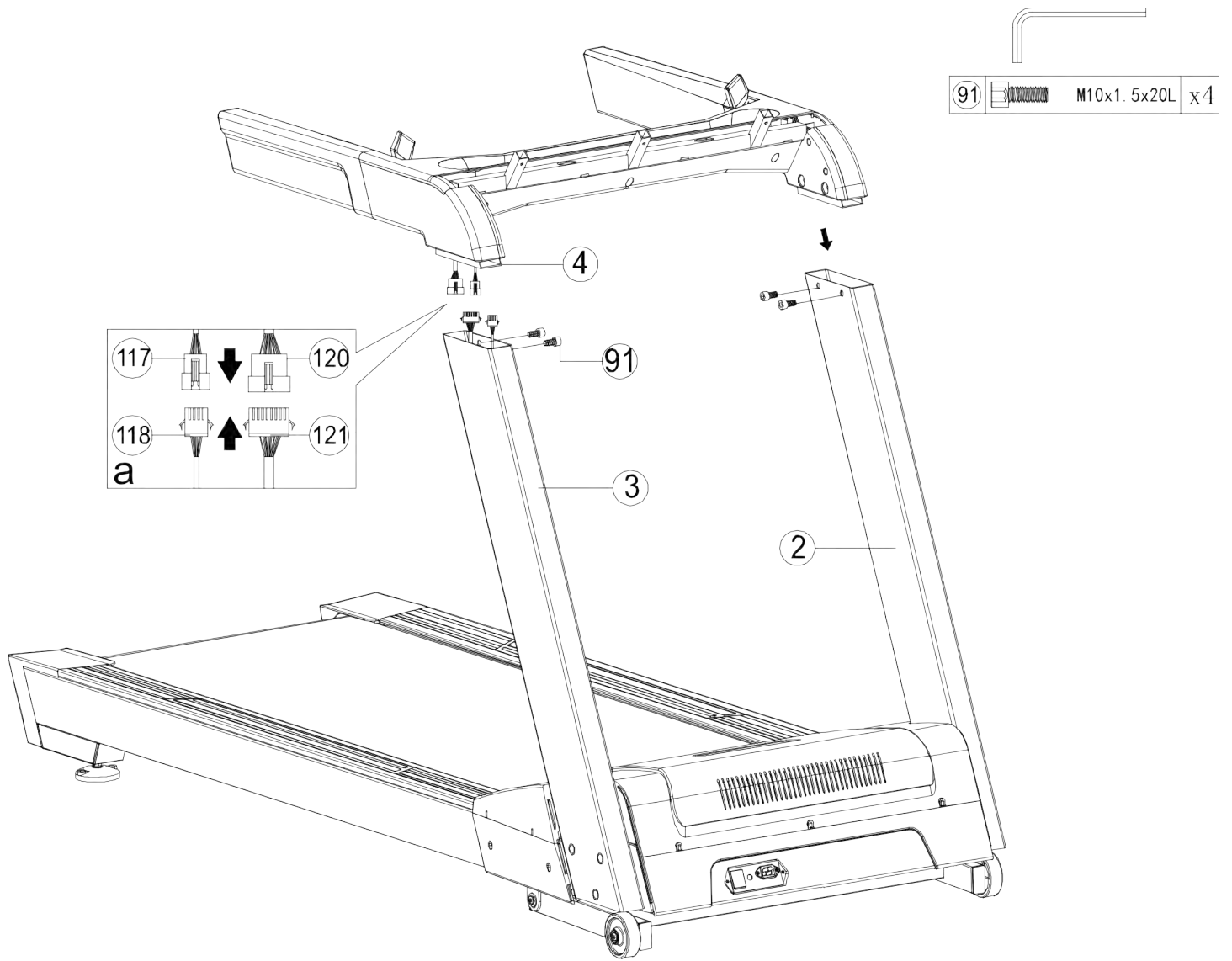
Assembly instructions



Step 1

We recommend to set-up the device with the assistance of a second person to avoid injuries and damages.

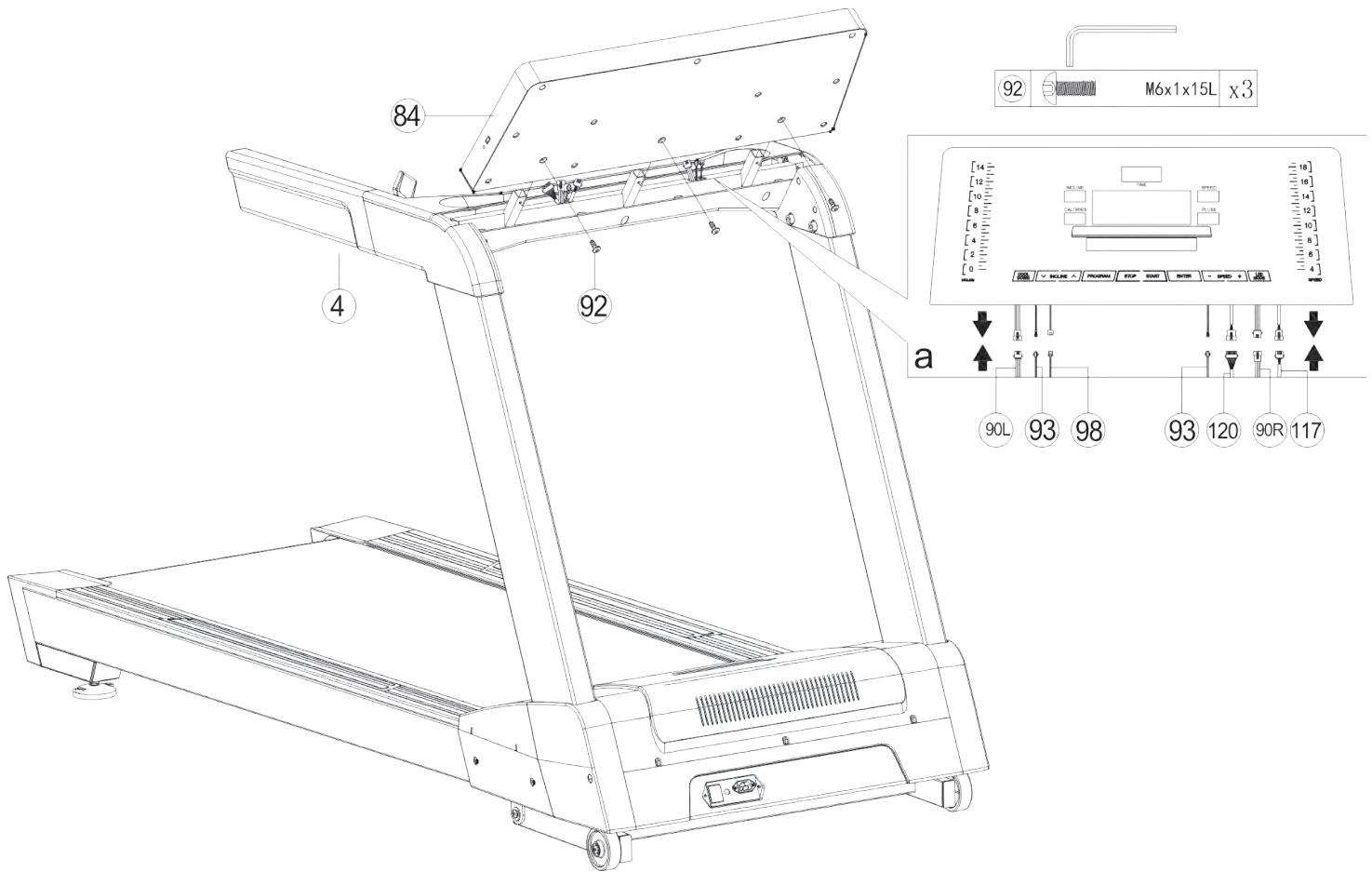
Connect lower LED cable (119) with middle LED cable (118) and lower computer cable (122) with middle computer cable (121). Then fix both handlebar posts (2 and 3) on main frame with Allen bolts (10) as shown. Do not tighten these bolts fully at this time!



Step 2

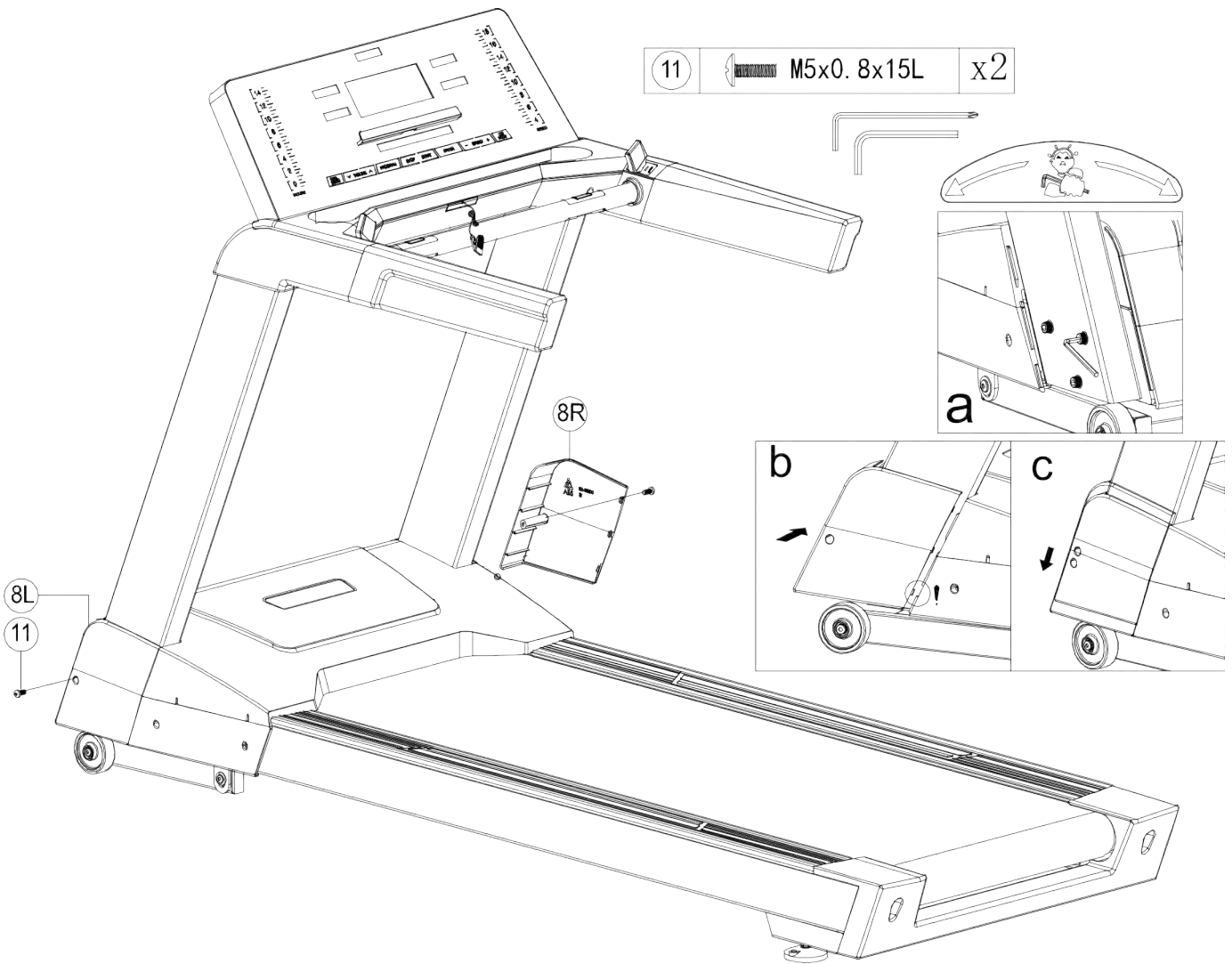
Connect middle LED cable (118) with upper LED cable (117) and middle computer cable (121) with upper computer cable (120). Fix handlebars set (4) onto handlebar posts as shown with 4 screws (91).

Make sure not to squeeze any cables!



Step 3

Now connect all cables from computer with the cables out of the handlebars set as shown. Then fix the computer (84) on handlebars set (4) with Allen bolts (92).



Step 4

Tighten all the bolts (10) from step 1 now.

Place the post covers (8L and 8R) on both sides of handlebar posts as shown in figure B and slide it downwards (fig. C). Fix the covers with one screw (11) each.

CHECK IF ALL BOLTS AND NUTS ARE TIGHTENED BEFORE USING THE DEVICE!

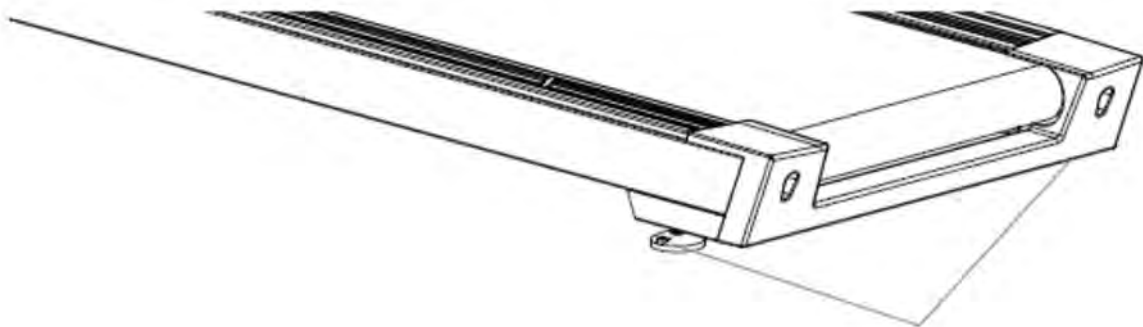
Power supply

Before start exercising, make sure the power cord is plugged in and the on / off switch is switched to "I". The on / off switch is located at the back of the motor cover.

For your own safety it is important that the power cord is plugged into a grounded outlet!

Adjustments

Levelling the treadmill: You are able to level the treadmill by turning the two adjustable feet located at the rear end of the treadmill:



Adjustable feet

Correct alignment (centering) and tension of treadmill:

Before starting your training, check whether the treadmill runs centered on the running surface in order to ensure that it runs without friction. If this is not the case, readjust the treadmill.

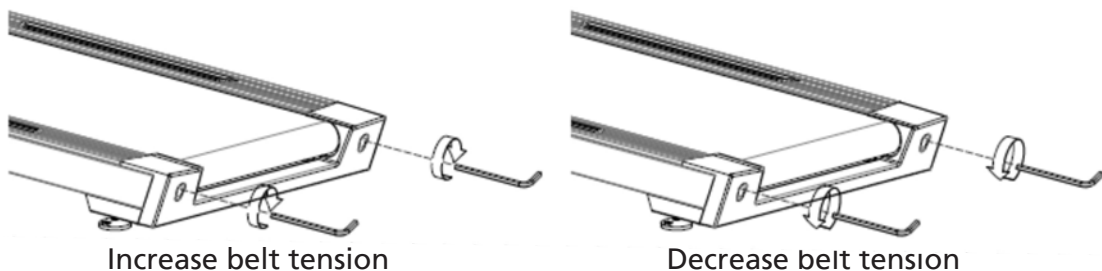
Proceed as follows:

Switch off the unit and disconnect the electrical power. If the belt runs too far to the left, turn the left bolt clockwise to adjust the belt to the right. If it cannot be corrected with this adjustment alone, also turn the right bolt counterclockwise until the belt runs in the middle.

If the belt runs too far to the right, adjust it by turning the right bolt clockwise. If this is not sufficient, turn the left bolt counterclockwise analog to the other side.

If the belt is generally too loose („flatters“), turn both bolts clockwise with the aid of the Allen wrench until it is tighter.

Reconnect to the electrical power to start your training session.



Notes on getting on and off: Proceed as follows to avoid excessive load to the motor:

FIRST switch on the treadmill and allow it to run slowly. Then get on the treadmill to start your training session. If you find that the belt „creeps“ to the left or right while training, repeat the adjustment procedure and recenter. It may be necessary to perform this readjustment a number of times. Once you have adjusted the belts correctly, it is sufficient to check this position at regular intervals of several weeks. Also, check for correct centering each time the unit is folded up and/or transported.

The safety clip

The SAFETY CLIP immediately interrupts the power supply to the treadmill completely if pulled away from the console. The treadmill stops all motion. Place the other end of the clip at your clothes, so the clip will be pulled away from console in case you tumble or fall.

This is a safety precaution in order to prevent hurts!

Maintenance

There is no other regular maintenance except the lubrication. You should check on regular bases, if the bottom side of the tread belt has got enough lubrication. This ensures a long life and good performance.

IMPORTANT: Please observe the following points for the lubrication of your treadbelt carefully, because a not or not correct lubricated tread belt may cause a very hot walking surface, which may lead to injury!

1. Check, if the tread belt needs lubrication

- a. Carefully lift one side of the walking belt and touch the surface of the platform.
- b. Does the platform feel slippery or wet, no lubrication is necessary.
- c. If the platform should be very dry, lubrication needs to be done.

2. Lubrication procedure

- a. Carefully lift one side of the walking belt.
- b. Put some lubricant under the middle part of the belt onto the platform.
- c. Walk slowly for app. 4 to 5 minutes with slow speed in order to disperse the lubricant well.

Hint: Do not use too much lubricant. Lubricant, which may flow out on the sides, has to be wiped away. Otherwise there is danger of slipping or falling!

When to lubricate?

If you should use your treadmill only with normal walking speed lubrication needs only to be done once or twice a year. If you should use it for endurance and running training, you need to lubricate more often. Please observe these general hints:

- After the first 25 hours of use (1-2 months) please lubricate for the first time.
- After each 50 hours of use (2-3 months) you need to do the lubrication again.

Hint: As lubricant you can use e.g. a silicone-spray or another suitable lubricant. Please observe the instructions for the lubricant.

The metal and plastic parts of the product can be cleaned by using standard cleaning products. However, make sure that all parts are completely dry before they are used again.

We advise to fasten nuts and bolts, check and fasten pivot points once every six weeks. For fastening use the tool supplied with the product.

This appliance must only be used indoors and in a dry environment!

WARM-UP and COOL-DOWN

A successful exercise program consists of a warm-up, aerobic exercise and a cool-down. Exercise for at least two or preferably three times a week, resting for a day between workouts. After several months, you may increase the frequency to four or five times per week.

WARM-UP

This stage helps to improve the blood circulation and prepares the muscles for your workout. It additionally helps to reduce the risk of injury or cramps. It is recommended to do some stretching exercises as shown here below. Hold each stretching position for approximately 30 seconds. Never force or jerk yourself into a stretching position – if you feel pain, STOP immediately. Warm-up exercises may also include brisk walking, jogging, jumping jacks, jump rope exercises or running in place.

STRETCHING

Muscles can be stretched more easily when these are warm. This reduces the risk of injury. DO NOT BOUNCE.



Side Stretch



Toe Touch



Inner Thigh Stretch



Hamstring Stretch



Calf-Achilles Stretch

Remember always to check with your physician before starting any exercise program.

COOL-DOWN

This stage helps to soothe your muscles and your cardiovascular system after your workout.

At the end of your workout, reduce the speed and exercise for approximately 5 minutes at this lower speed level. Afterwards, repeat the warm-up exercises as described above.

Computer operation manual

Control panel

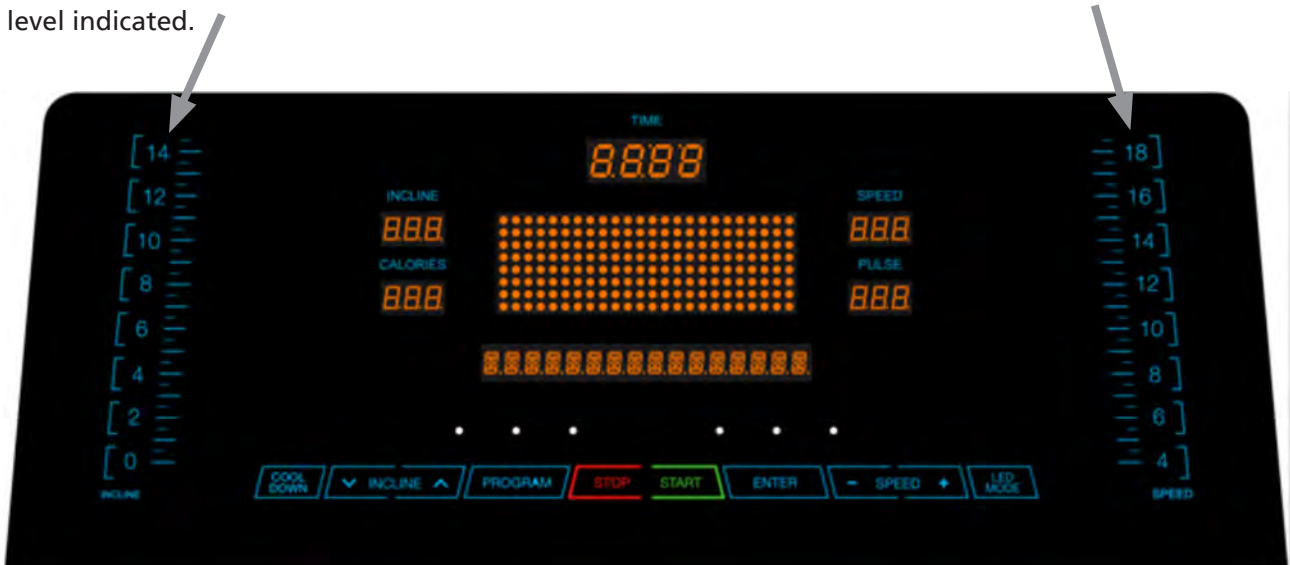
You can use the touch control panel to navigate through the menus. The control panel of this item will light up after you turn on the device.

QUICK INCLINE KEYS

By pressing one of these keys the computer will directly adjust the incline level indicated.

QUICK SPEED KEYS

By pressing one of these keys the computer will directly adjust the speed indicated



COOL DOWN - Press this key to activate cool down mode.

INCLINE - Use these keys to: - navigate through the menu or

- set training values or

- increase or decrease the current incline level during workout

PROGRAM - Press this key to directly go to the program section.

START - Start or resume a trainings session.

STOP - Stop or pause a training session. Press and hold for two seconds to reset the computer.

ENTER - Press to confirm a training value, menu item or start a program.

SPEED - Use these keys to increase or decrease the current speed level during workout.

LED MODE - Use this key in main menu to go to the LED running guides settings.

During workout this key can be used to toggle between LED modes.

Rapid Shift Paddles

With the Rapid Shift Paddles located at both sides of the handle rail you are able to easily change the speed and incline levels. With the left Rapid Shift Paddle you can set the incline level and with the right Rapid Shift Paddle you can set the speed. Pull the Rapid Shift Paddle towards you to increase the incline level and press the Rapid Shift Paddle away from you to decrease the level. When holding the Rapid Shift Paddle for a few seconds you are able to quickly decrease on increase the values.

Display Values

Incline: The current incline level.

Distance: The elapsed or remaining distance.

Time: The elapsed or remaining time.

Pulse: The computer is showing the user's heart rate in beats per minute measured by the hand pulse sensors or by an optional chest belt.

Calories: An indication of the burned calories.

8x16 point matrix window: Display the current speed and incline profile.

Bottom M window: Display operating distance and notification.

First use

Set the on / off switch on the back of the treadmills motor cover to "I". Then place the safety key into the provided slot at the front of the computer and attach the clip on the other end to your clothes. During the start-up of the computer it will show the current software version together with the total distance and exercise time. Now you are able to setup your user profile by entering personal information; gender, age, height and weight. These settings are used for calculating your maximum heart rate needed for the heart rate controlled programs and for the body fat test.

1. First set your gender by pressing the incline or speed keys. Confirm by pressing the ENTER key.
2. Set your age, then your height and your weight by pressing the incline or speed keys. Always confirm by pressing the ENTER key.

You are now ready to start your workout.

Standby

After five minutes of inactivity the computer will automatically switch to standby mode. Re-insert the safety key to wake up the computer.

Pause or Stop a training session

During a training session you can pause the session by pressing the STOP key on the control panel. To resume the training press the START key, to quit the training press the STOP button again.

Cool Down

By pressing the COOL DOWN key during a training session the cool down mode will start. The speed of the belt will slowly decrease to a full stop within 2 to 3 minutes.

LED running guide lights

The device features LED lights at both sides of the running deck. You can set these lights into different modes and colours. Setup the running guide lights by pressing the LED key within the main menu or navigate to this option by using the incline or speed keys. The LED running guides can be set to 3 different modes or can be turned off completely:

Running mode: The LEDs change colour according to the selected speed.
0-6 km/h - yellow, 6,1-12 km/h - green, >12 km/h - red.

Neutral mode: The LEDs light up in neutral white colour.

Multi-colour mode: Select your own preferred colour, like red, blue, green, orange, pink or purple.

OFF: The running guide LED will be completely off.

During a training session the different LED modes can be toggled by pressing the LED key.

MANUAL MODE

With the manual mode you can set the preferred speed and incline level during the entire workout manually. Press program key or use the incline or speed keys to select MANUAL. Confirm by pressing the ENTER key.

You are able to set time, distance or burned calories as one of the target values. Or you can start directly by pressing the START button.

1. Choose between time, distance or burned calories to set as one target value by pressing the ENTER key.
2. Set the chosen target value by pressing the incline or speed keys. Confirm by pressing the START key.

The training will start at the lowest incline level and speed. During the training session the speed and incline can be changed with the incline or speed keys or by the Rapid Shift Paddles in the hand rail. The training session is finished when the set target value is reached. The computer will now automatically switch into cool down mode. Press STOP if you want to cancel the cool down mode.

PROGRAM

There are 20 preset programs. Speed and incline levels will automatically be adjusted according to the selected program. In this manual you can find an overview of the speed and incline profiles of all the 20 preset programs. With a training program you can set your target time at a set distance and try to finish the course within this set time. The computer will constantly update the estimated finishing time depending on your current speed. Press program key and use the incline or speed keys to select PROGRAM. Confirm by pressing the START key.

1. Select one of the 20 preset programs by pressing the incline or speed keys. Confirm by pressing the ENTER key.
2. Choose between time, distance or burned calories to set as one of target values by pressing ENTER key.
3. Set the chosen target value by pressing the incline or speed keys. Confirm by pressing the START key.

During the training session the speed and incline level of the current segment can be changed with the incline or speed keys or by the Rapid Shift Paddles in the hand rail. The training is finished the set target value is reached. The computer will now automatically go into cool down program. Press STOP if you want to cancel the cool down program.

USER PROGRAM

You are able to create and save four (U1-U4) own programs. Each program is divided into 16 segments. For each segment the Speed and Incline level can be set. Select the USER program in the main menu by pressing the incline or speed keys. Confirm by pressing the enter key. Create a new program:

1. Select one of the four user programs to edit our creation by pressing the incline or speed keys. Confirm by pressing the ENTER key.
2. Set the desired training duration by pressing the incline or speed keys. Confirm by pressing ENTER.
3. Now you are able to set the speed and incline level of all segments. The selected segment will flash and the speed window will show SPEED. Set the desired speed for this segment by pressing the speed keys. Confirm and move to the next segment by pressing the enter key. Repeat this step for all segments.
4. After setting the speed for all segments. The display will now flash the first segment again. Now the bottom **M** window shows INCLINE and you are able to set the incline level of all segments by pressing the incline keys. Confirm by pressing ENTER.
5. After all segments are set to your liking, press START to start the training session. The program will be saved automatically.

Selecting a previously saved program

1. Select the desired user program by pressing the incline or speed keys.
2. Now press START to directly start the program.

During workout, speed and incline of the current segment can be changed with the incline or speed keys or by the Rapid Shift Paddles in the hand rail. The training session is finished when the set time has been elapsed. The computer will now automatically switch into cool down mode. Press STOP if you want to cancel the cool down mode.



Heart Rate Controlled HRC - Target Hart Rate THR

With the HRC and THR programs you can exercise depending on your heart rate. The treadmill computer will automatically and gradually change the incline and speed levels to maintain the set heart rate. The heart rate can be set at 60% or 80% of your calculated maximum heart rate (HRC). You are also able to set your own target heart rate (THR). With the training program you can set your target time at a set distance and try to finish within this set time. The computer will constantly update the estimated finishing time depending on your current speed. Press program key and use the incline or speed keys to select the HRC program. Confirm by pressing ENTER.

60% of your maximum heart rate
Fat burning

80% of your maximum heart rate
Improve stamina

THR
Select your own target heart rate

Training at 60% or 80% of your maximum heart rate:

1. Select "HRC 60 PCT" or "HRC 80 PCT" by pressing the incline or speed keys. Confirm by pressing ENTER.
2. Set the desired training duration by pressing the incline or speed keys. Confirm by pressing ENTER.
3. The computer now shows the calculated target heart rate, press START to start the training session.

Target Heart rate

1. Select "THR 133" by pressing the incline or speed keys. Confirm by pressing ENTER.
2. Set the desired training duration by pressing the incline or speed keys. Confirm by pressing ENTER.
3. Set the desired target heart rate (default 133 BPM) by pressing the incline or speed keys. Confirm by pressing ENTER.
4. Press START to start the training session.

The heart rate can be measured by holding the hand pulse sensors during the complete workout. The computer will calculate your maximum heart rate according to the settings entered in your user profile.

The training is finished when the set time has elapsed. The computer will now automatically go into cool down program. Press STOP if you want to cancel the cool down program.

Body Fat Test

With the body fat test you can measure your body fat percentage. Press program key and use the incline or speed keys to select the FAT program.

1. Press the enter key to start the body fat test.
2. Place both hands on the hand pulse sensors. The computer will start its measurement.
3. After a few seconds your fat percentage will appear on the pulse window and the result will be in the bottom **M** window:

< 19 : UNDER WEIGHT

12 - 25 : NORMAL WEIGHT

26 - 39 : OVER WEIGHT

30 > : OBESITY

For a correct measurement the personal data in the user profile needs to be entered correctly. The measured fat percentage is an indication of your fat percentage. For an exact value please consult a physician.

TRAINING

With the training program you can set your target time at a set distance and try to finish within this set time. The computer will constantly update the estimated finishing time depending on your current speed. Press program key and use the incline or speed keys to select the TRAINING program. Confirm by pressing ENTER.

1. Set your target time by pressing the incline or speed keys. Confirm by pressing ENTER.
2. Set the desired running distance by pressing the incline or speed keys. Confirm by pressing ENTER.
3. Press START to start the training session.

During exercise, the LED window will show your current pace in Minutes / Kilometer (M/L). Also, the expected finishing time calculated on your current speed and pace is displayed. The time window on top will show the elapsed time. The distance window will show the remaining distance. During workout the speed and incline can be changed with the incline or speed keys or by the Rapid Shift Paddles in the hand rail. The training session is finished when the set distance is reached. The computer will now show your result: Better than target pace, achieved the target pace or slower than the target pace.

Transfer via **Bluetooth®**

Download apps

For exercising with your smart phone or tablet you need to download one of the available apps.

Currently there are three compatible apps available for this device:



Fit Hi Way

The Fit Hi Way app lets you control your treadmill with your smart phone or tablet. It is also possible to set your personal fitness goals and keep them logged. Virtual training courses across the globe with Google maps and street view are available - or race with your friends in the multiplayer race mode.

Download the Fit Hi Way app in the app or play store by searching for 'Fit Hi Way' or follow one of the links below.

Apple App store: <https://itunes.apple.com/us/app/fit-hi-way/id1101604612?mt=8>

Google Play Store: https://play.google.com/store/apps/details?id=changyow.giant.com.fit_hi_way

Connect Fit Hi Way app to your training device

For Apple devices:

1. Go to the settings of or your smartphone or tablet and turn Bluetooth® on.
2. Open the Fit Hi Way app.
3. Once opening, a pop-up window will appear with a list of available Bluetooth® devices. It may take some time before your treadmill is visible. Once visible select TREADMILL.
4. If the pop-up does not appear, tap „Connect mode“.
5. Start exercising.

For Android devices:

1. Go to the settings of or your smartphone or tablet and turn Bluetooth® on.
2. Open the Fit Hi Way App and press 'Connect Mode' . Then press 'Searching BT'.
3. The app is now searching for available Bluetooth® devices. Once TREADMILL appears connect to it. Enter password '0000'.
4. The 'Connection mode' symbol now indicates that the app has been connected with your SF-2200.
5. Start exercising.

Kinomap Fitness

Turn your device into a powerful and fun fitness product!

Choose from the geotagged video on Kinomap and go! Your position is shown in the video and icon on the map and in the altitude graph: your goal is to keep pace with the original video. A multiplayer mode is also available - up to 10 players may exercise in the same video. The Kinomap Fitness app and a limited amount of videos are free. To have access to all videos a Kinomap subscription is needed.



Download the Kinomap Fitness app in the app or play store by searching for 'Kinomap Fitness' or follow one of the links below.

Apple App store: <https://itunes.apple.com/nl/app/kinomap-fitness/id611177969?mt=8>

Google Play Store: <https://play.google.com/store/apps/details?id=com.kinomap.fitness>

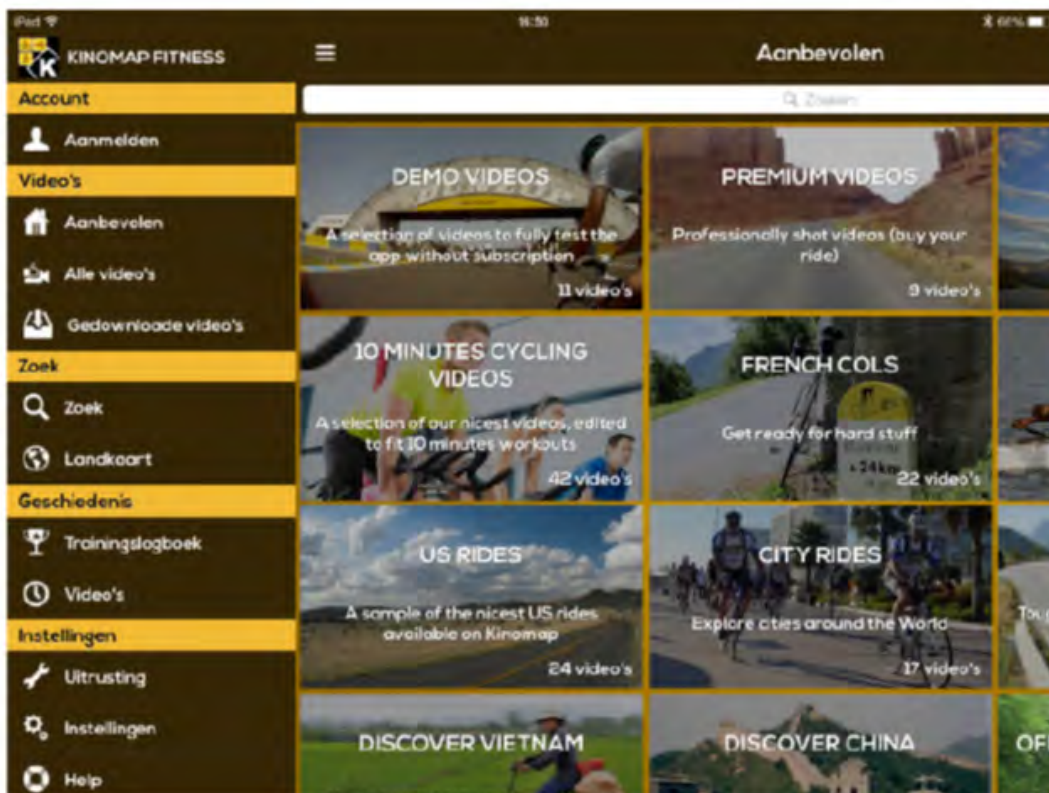
Connect Kinomap app to your training device

For Apple devices:

1. Go to the settings of your smartphone or tablet and turn Bluetooth® on.
2. Your smartphone or tablet will search for available Bluetooth® devices.
3. Select TREADMILL to connect both devices.
4. Use the password **0000**.
5. Open the Kinomap Fitness app and add the SF-2200 to app device list. You only need to do this step once.

In the app press menu icon in the top left corner of the screen. A menu on the left side will appear. Select equipment with the wrench icon. Now the equipment menu will open. Within this menu press "add new equipment". Now select 'Bluetooth / 30-pin' and Bluetooth® Smart 4.0. A blue check mark will appear. Press search in the top right corner. The treadmill will appear under the section 'equipment discovered'. Now select the treadmill icon.

Now you are able to name your equipment. After naming the equipment press "Save" in the top right corner. You can now start exercising with one of the many Kinomap Fitness videos.



For Android devices:

1. Go to the settings of your smartphone or tablet and turn Bluetooth® on.
2. Your smartphone or tablet will search for available Bluetooth® devices.
3. Select TREADMILL to connect both devices.
4. Use the password **0000**.
5. Open the Kinomap Fitness app and add the SF-2200 to app device list. You only need to do this step once.

To create a profile containing your equipment, press the 'Profile' icon in the top right corner. Press the "+" icon in the top right corner to create a new profile. Press the 'Discovery Bluetooth' button and the product will appear below the button. Now select TREADMILL and a blue dot will appear to confirm the selection. After selecting the treadmill press next. Select the treadmill icon depending on your product. Then press OK.

Now you can name your profile. After naming your profile you can return to the main menu by selecting the arrow "Profile details" in the top left corner of the screen.

iRunning+

The iRunning+ app lets you control the treadmill with your tablet.

You can also log your training results or train virtually anywhere in the world using the google maps and street view on iRoute. The iRunning+ app is completely free.

Download the iRunning+ app in the app or play store by searching for 'irunning' or follow one of the links below.

Apple App store: <https://itunes.apple.com/nl/app/irunning+/id738391162?mt=8>

Google Play Store: <https://play.google.com/store/apps/details?id=com.appdevice.irunningplus>

This app is only available for tablets: iPad running iOS 9.0 or higher or Android 4.3 or higher - Smartphones are not supported!



Connect iRunning+ app to your training device

For Apple devices:

1. Go to the settings menu of your tablet device and turn Bluetooth® on.
2. Open the iRunning+ app
3. Select the triangular Bluetooth® icon at the top right of the screen. Now a list of Bluetooth® devices will appear on screen.
4. Select TREADMILL in the list of devices. The Bluetooth® icon will now indicate that you are connected with the treadmill.

For Android devices:

1. Go to the settings menu of your tablet device and turn Bluetooth® on.
2. Open the iRunning+ app
3. Select the triangular Bluetooth® icon at the top right of the screen. Now a list of Bluetooth® devices will appear on screen.
4. A pop-up may ask permission to connect to this treadmill. Confirm to continue.
5. Select TREADMILL in the list of devices. The Bluetooth® icon will now indicate that you are connected with the treadmill.

Guarantee conditions

For our devices we provide a warranty as defined below.

1. In accordance with the following conditions (numbers 2-5) we repair defect or damage to the device free of charge, if the cause is a manufacturing defect. Therefore, these defects / damages need to be reported to us without delay after appearance and within the warranty period of 24 months after delivery to the end user. The warranty does not cover parts, which easily break (e. g. glass or plastic). The warranty does not cover slight deviations of the product, which are insignificant for usability and value of the device and damage caused by chemical or electrochemical effects and damages caused by penetration of water or generally force majeure damage.
2. The warranty achievement is the replacement or repair of defective parts, depending on our decision. The cost of material and labor will be borne by us. Repairs at customer site cannot be demanded. The proof of purchase along with the date of purchase and / or delivery is required. Replaced parts become our property.
3. The warranty is void if repairs or adjustments are made, which are not authorized by us or if our devices are equipped with additional parts or accessories that are not adapted to our devices. Furthermore, the warranty is void if the device is damaged or destroyed by force majeure or due to environmental influences and in case of improper handling / maintenance (e.g. due to non-observance of the instruction manual) or mechanical damages. The customer service may authorize you to replace or repair defective parts after telephone consultation. In this case, the warranty is not void.
4. Warranty services do not extend the warranty period nor do they initiate a new warranty period.
5. Further demands, especially claims for damages which occurred outside the device, are excluded as long as a liability is not obligatory legal.
6. Our warranty terms - which cover the requirements and scope of our warranty conditions - do not affect the contractual warranty obligations of the seller.
7. Parts of wear and tear are not included in the warranty.
8. The warranty is void if not used properly or if used in gyms, rehabilitation centers and hotels. Even if most of our units are suitable for a professional use, this requires a separate agreement.

Environmental protection



At the end of its life cycle, this product must not be disposed of with household waste but must be taken to a collection unit for the recycling of electric and electronic equipment. The symbol on the product, the instructions for use or the packaging express mention of this. The basic materials can be recycled as specified on the labelling.

When recycling the materials and finding other utilisation for used equipment, you are making a significant contribution towards protecting our environment. Ask at your council about the respective local disposal sites.

For service, accessories and spare parts, please contact: info@skandika.com

Service centre: MAX Trader GmbH, Wilhelm-Beckmann-Straße 19, 45307 Essen, Germany

In accordance with our policy of continual product improvement, we reserve the right to make technical and visual changes without notice.

Contenu

Informations de sécurité importantes	47
Aide-mémoire.....	48
Liste des pièces	49
Vue explosée	51
Instructions de montage.....	52
Alimentation électrique / Ajustements.....	56
Clip de sécurité / Maintenance	57
Échauffement et récupération	58
Mode d'emploi de l'ordinateur.....	59
Transmission via Bluetooth ®	64
Conditions de garantie	67

Rendez-vous sur notre site internet
pour plus d'informations
www.skandika.com

Scannez ce QR-Code
avec votre smartphone





AVERTISSEMENT

Pour réduire les risques de blessures, veuillez lire attentivement ce mode d'emploi avant d'utiliser la plate-forme vibrante! Cet appareil est uniquement destiné à une utilisation domestique conformément aux instructions contenues dans ce mode d'emploi. Lisez attentivement le mode d'emploi avant d'utiliser l'appareil et conservez bien ce mode d'emploi.

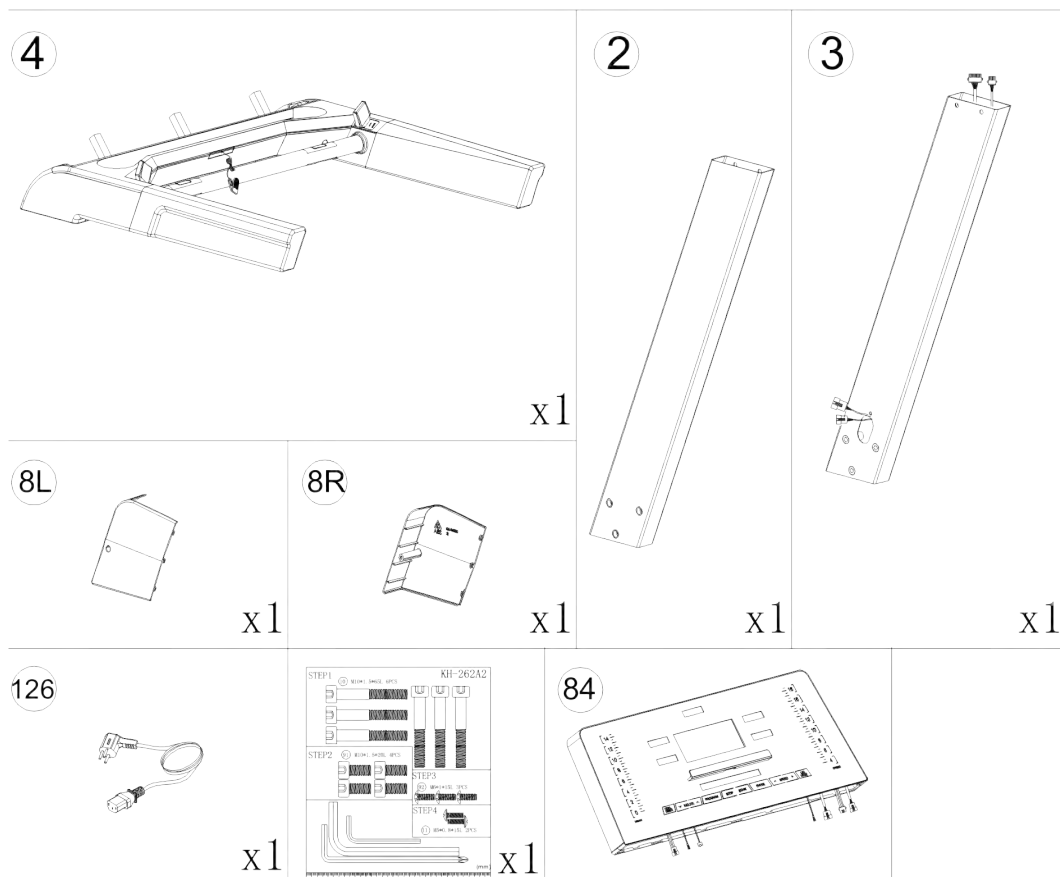
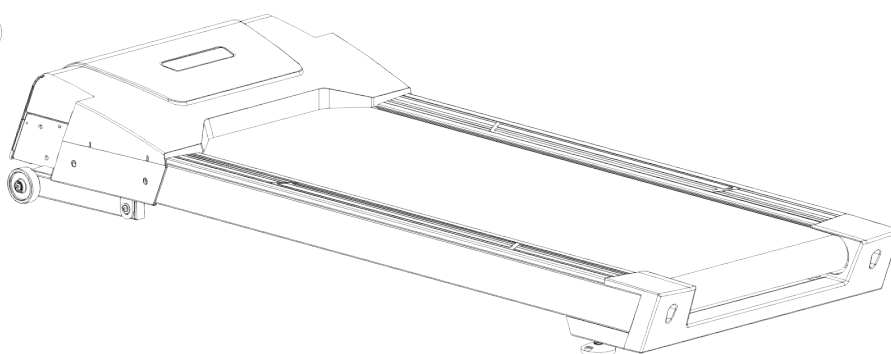
AVIS DE SÉCURITÉ IMPORTANT

- La sécurité de l'appareil ne peut être garantie sur la durée, qu'en contrôlant régulièrement qu'il ne présente aucun dommage ou aucune trace d'usure. Accordez une attention particulière aux bouillons de fermeture/roulettes des stabilisateurs, aux pédales, aux poignées et aux éléments mobiles.
- Lorsque l'appareil est remis à ou utilisé par une autre personne, assurez-vous que celle-ci s'est familiarisée avec le contenu de ce mode d'emploi.
- Cet appareil ne doit être utilisé que pour l'entraînement d'une personne à la fois. Cet appareil d'entraînement est conçu pour un poids d'utilisateur maximal de 180 kg.
- Avant la première utilisation puis ultérieurement à intervalles réguliers, contrôlez que toutes les vis, tous les boulons et tous les autres raccords sont bien serrés.
- Eloignez tous les objets à bords tranchants autour de l'appareil, avant de commencer à vous entraîner.
- Entraînez-vous uniquement sur l'appareil, lorsque celui-ci fonctionne de manière irréprochable.
- Les pièces défectueuses doivent être immédiatement remplacées et/ou l'appareil ne doit plus être utilisé jusqu'à la remise en état.
- Les parents et autres surveillants doivent être conscients de leur responsabilité, car l'instinct naturellement joueur et la soif d'expérimentation des enfants peut être à l'origine de situations pour lesquelles les appareils d'entraînement n'ont pas été conçus.
- Si vous laissez des enfants s'entraîner sur l'appareil, vous devez tenir compte de leur développement intellectuel et physique et surtout de leur tempérament. Vous devez surveiller les enfants si nécessaire et surtout attirer leur attention sur l'utilisation correcte de l'appareil. Les appareils d'entraînement ne sont en aucun cas conçus pour être utilisés comme des jouets.
- Lors de la mise en place de l'appareil, assurez-vous qu'il y ait suffisamment d'espace libre dans toutes les directions.
- Si vous devez quitter l'appareil dans une **situation d'urgence**, saisissez les poignées et placez les deux pieds à droite et à gauche sur la plateforme à côté du tapis. Tirez maintenant la fiche de sécurité pour stopper le tapis.
- Tenez compte du fait qu'un entraînement inapproprié et excessif peut nuire à votre santé.
- Veillez à ce que le levier et les autres mécanismes de réglage ne dépassent pas durant vos exercices et en entravent le déroulement.
- Lors de la mise en place de l'appareil, vous devez veiller à ce qu'il soit stable. Vous devez éventuellement compenser les inégalités du sol.
- Portez toujours des vêtements de sport et des chaussures adaptés à un entraînement de fitness. Les vêtements doivent être tels qu'ils ne restent pas accrochés en raison de leur forme (ex. longueur) durant l'entraînement. Les chaussures choisies doivent convenir à un appareil d'entraînement : elles doivent bien tenir le pied et être dotées d'une semelle antidérapante.
- Il est par principe impératif de consulter votre médecin avant d'entamer un entraînement. Il peut vous fournir des indications concrètes concernant l'intensité d'effort qui vous convient le mieux et vous donner des conseils d'exercices et d'alimentation.

AVIS DE SÉCURITÉ IMPORTANT

- Placez l'appareil dans un endroit sec et plan et protégez-le de l'humidité. Afin de protéger le lieu d'installation des saletés, des marques de pression etc., nous vous recommandons de placer un support adapté et antidérapant sous l'appareil.
- Une règle générale : les appareils de sport ne sont pas des jouets. Ils doivent par conséquent être utilisés uniquement de façon conforme aux dispositions prévues et par des personnes correctement informées et instruites.
- Si vous ressentez des vertiges, des nausées, des douleurs abdominales ou d'autres symptômes anormaux, arrêtez immédiatement l'entraînement et consultez votre médecin.
- Les personnes, comme les enfants, les invalides et les personnes handicapées, ne sont autorisées à utiliser l'appareil qu'en présence d'une autre personne pouvant leur prêter assistance et leur fournir des instructions.
- Il est impératif de ne jamais introduire la moindre partie du corps dans les zones des pièces en mouvement.
- Veillez à bien placer les pièces réglables dans la bonne position ou dans la position de réglage maximale
- Ne vous entraînez jamais immédiatement après un repas !

Aide-mémoire ①



Liste des pièces

No.	Description	Qté
1	Cadre principal	1
2	Bras de support gauche	1
3	Bras de support droite	1
4	Poignées	1
5	Barre avant	1
6	Pied	1
7	Support pour ordinateur	3
8L	Cache arrière gauche	1
8R	Cache arrière droite	1
9L	Couvercle latéral pour moteur, gauche	1
9R	Couvercle latéral pour moteur, droite	1
10	Boulon Allen M10*1.5*65L	6
11	Vis M5*0.8*15L	7
12	CSK Vis M8*1.25*35L	8
13	Support pour bande de roulement	1
14	Diffuseur	2
15	Bande LED	2
16	Câble pour bande LED	2
17	Tapis roulant	1
18	Couverture de bande de roulement (2)	2
19	Couverture de bande de roulement (3)	2
20	Couverture de bande de roulement	2
21	Bande de roulement	2
22	Tread support	2
23	Vis ST4.2*15L	62
24	Clip en métal	8
25	Tampon (4)	2
26	Tampon (3)	2
27	Rondelle D16*D8.5*1.2T	6
28	Écrou M8*1.25*8T	6
29	Vis M8*1.25*20L	8
30	Set avec des rouleaux, arrière	1
31	Vis M10*1.5*80L	3
32	Capot arrière	1
33	Tampon (1)	2
34	Pieds réglables	2
35	Set avec des rouleaux, avant	1

No.	Description	Qté
36	Vis M10*1.5*45L	1
37	Courroie trapézoïdale	1
38	Moteur AC3.0HP	1
39	Écrou M10*1.5*10T	6
40	Rondelle D20*D11*2T	12
41	Vis M10*1.5*30L	4
42	Bandes isolantes	5
43	Rondelle D28*D14*2T	4
44	Tampon	4
45	Plaque de fixation	3
46	Roue réglable	2
47	Fixation pour capot moteur	7
48	Attaches de câble	2
49	Vis ST4*1.41*15L	2
50	Vis M8*1.25*60L	1
51	Capot moteur supérieur	1
52	Insert AL	1
53	Douille	1
54	Vis ST2.9x9.5L	10
55	Source de courant	1
56	Unité de commutation	1
57	Tampon	2
58	Surtensions protection	1
59	Rondelle D12*D5.2*0.8T	2
60	Écrou M5*0.8*5T	2
61	Capot moteur inférieur	1
62	Vis M10*1.5*50L	1
63	Rondelle en plastique D10*D24*0.4T	4
64	Moteur pour réglage de l'inclinaison	1
65	Vis M10*1.5*65L	1
66	Rôle	2
67	Vis M8*1.25*20L	2
68	Rondelle D21*D8.5*1.5T	2
69	Embout	4
70	Axe	2
71	Rondelle D21*D37*3T	4
72	Rondelle D25xD8.5x2T	4
73	Tampon	2
74	Fixation du poulx à la main supérieure	2
75	Vis M8*1.25*45L	2

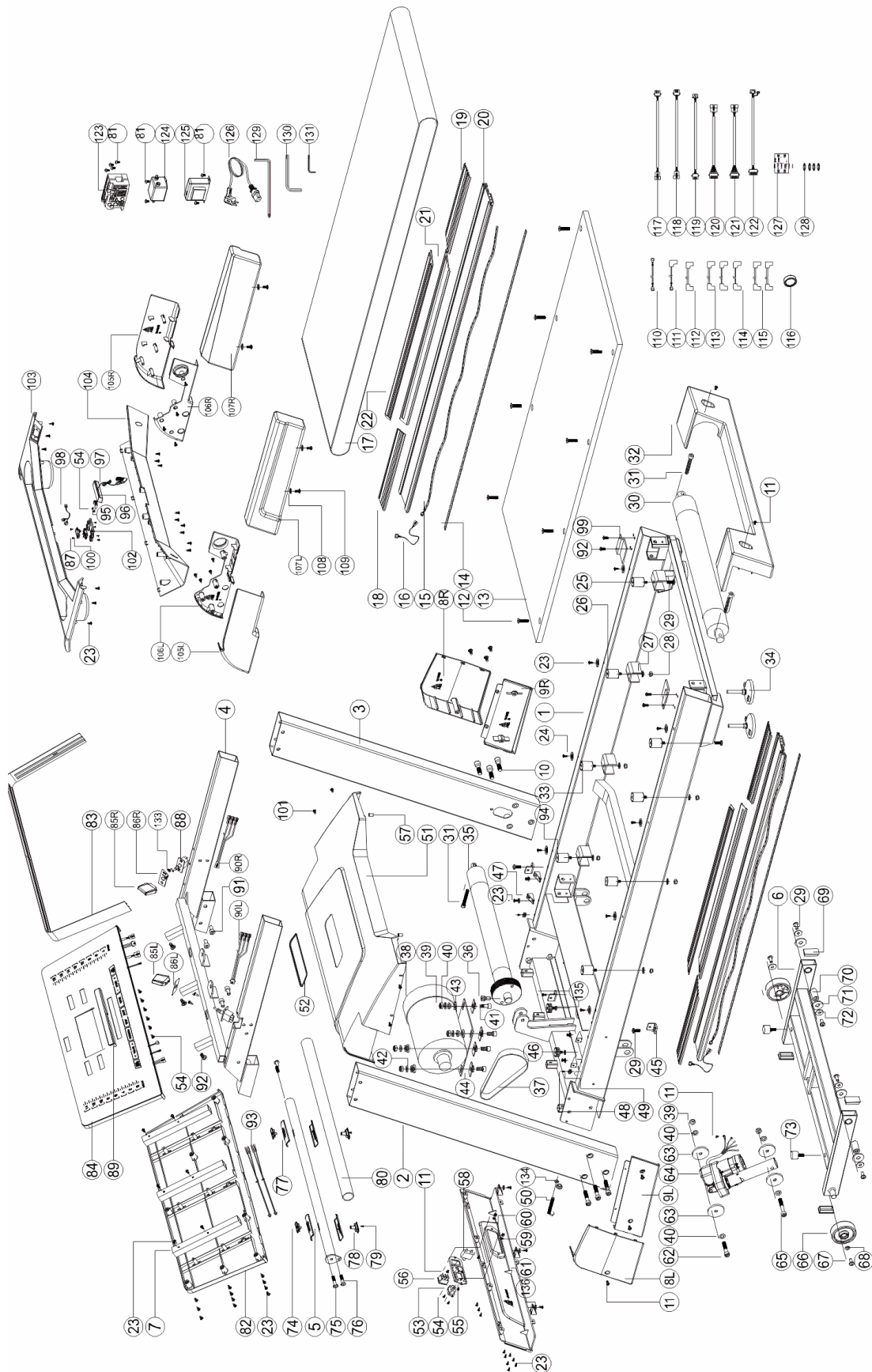
Liste des pièces / suite

No.	Description	Qté
76	Vis M8*1.25*40L	1
77	Capteur d'impulsions de main	4
78	Fixation du pouls à la main inférieure	2
79	Vis ST4x1.41x15L	2
80	Poignée	1
81	Vis M5*0.8*10L	9
82	Couverture inférieure	1
83	Cadre pour l'ordinateur	1
84	Ordinateur	1
85L	Touches rapides à gauche	1
86R	Touches rapides à droite	1
86L	Autocollant gauche	1
86R	Autocollant droite	1
87	Vis ST4*1.41*12L	6
88	Base pour touches rapides	2
89	Porte-tablette	1
90L	Partie inférieure du câble pour les touches rapides à gauche	1
90R	Partie inférieure du câble pour les touches rapides à droite	1
91	Vis M10*1.5*20L	4
92	Boulon Allen M6*1*15L	7
93	Câble d'impulsion à la main	2
94	Tampon (2)	2
95	Goupille d'arrêt d'urgence	1
96	Clé de sécurité	1
97	Clip de sécurité	1
98	Câble pour fonction d'arrêt d'urgence	1
99	Plaque de protection	2
100	Slot intérieur	2
101	Vis ST4.2*25L	7
102	Carte de sécurité	1
103	Couvercle du tuyau supérieur	1
104	Couvercle du tuyau inférieur	1
105L	Couvercle latéral gauche	1
105R	Couvercle latéral droite	1

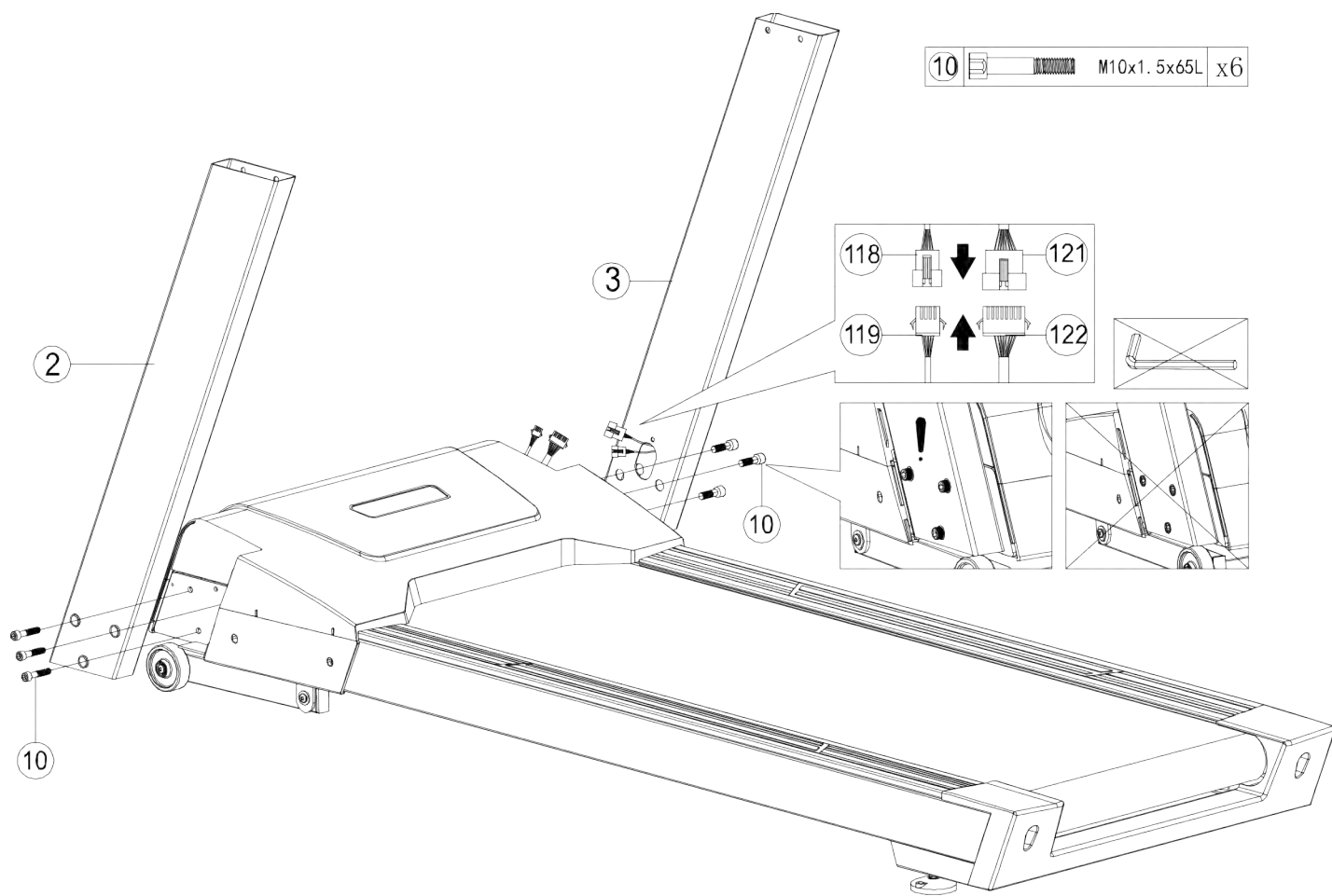
No.	Description	Qté
106L	Couvercle latéral gauche à l'intérieur	1
106R	Couvercle latéral droite à l'intérieur	1
107L	Poignée gauche	1
107R	Poignée droite	1
108	Vis M5*0.8*15L	4
109	Rondelle D15*D5.2*1.0T	4
110	Fil de terre	1
111	Fil de terre (2)	1
112	Connexion par câble 1	1
113	Connexion par câble 2	2
114	Zéro conducteur 1	1
115	Zéro conducteur 2	2
116	Feuille magnétique	1
117	Câble LED du haut	1
118	Câble LED du milieu	1
119	Câble LED du bas	1
120	Câble d'ordinateur du haut	1
121	Câble d'ordinateur du milieu	1
122	Câble d'ordinateur du bas	1
123	Onduleur	1
124	Filtre	1
125	Source d'induction	1
126	Câble d'alimentation électrique	1
127	Contrôleur de LED	1
128	Spacer	4
129	Clé M6	1
130	Clé M8*120L	1
131	Clé M4*68L	1
133	Vis ST4*1.41*10L	4
134	Écrou M8*1.25*6T	1
135	Spacer D11.5*D8*3.5T	2
136	Rondelle D12*D4.3*1T	7

Vue explosée

Lors de difficultés mécaniques de toute nature, veuillez consulter les schémas éclatés suivants. Ici, toutes les pièces sont marquées d'un numéro spécifique. Veuillez nous indiquer ce numéro afin de remplacer la pièce pendant la période de garantie gratuitement. Les frais d'expédition seront à la charge de SKANDIKA.



Instructions de montage

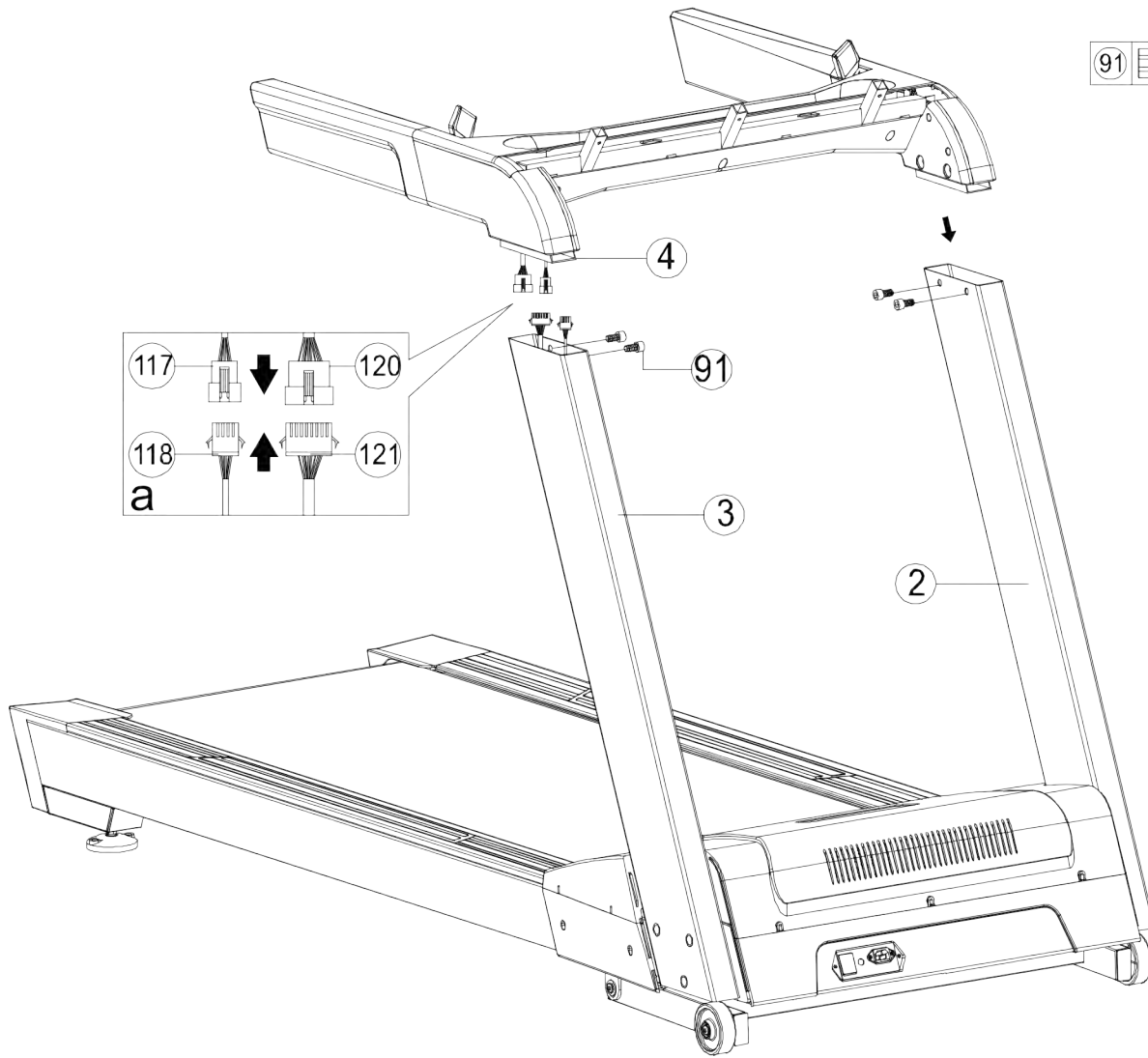
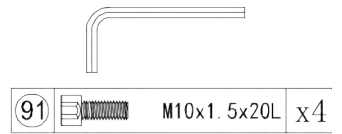


Étape 1

Nous recommandons d'installer l'appareil avec l'aide d'une deuxième personne afin d'éviter les blessures et les dommages éventuels.

Connectez le câble LED du bas (119) avec le câble LED du milieu (118) et le câble d'ordinateur du bas (122) avec le câble d'ordinateur du milieu (121). Montez ensuite les deux bras de support (2 et 3) sur la structure principale à l'aide de boulons Allen (10) comme illustré.

Ne les serrez pas entièrement pour le moment.

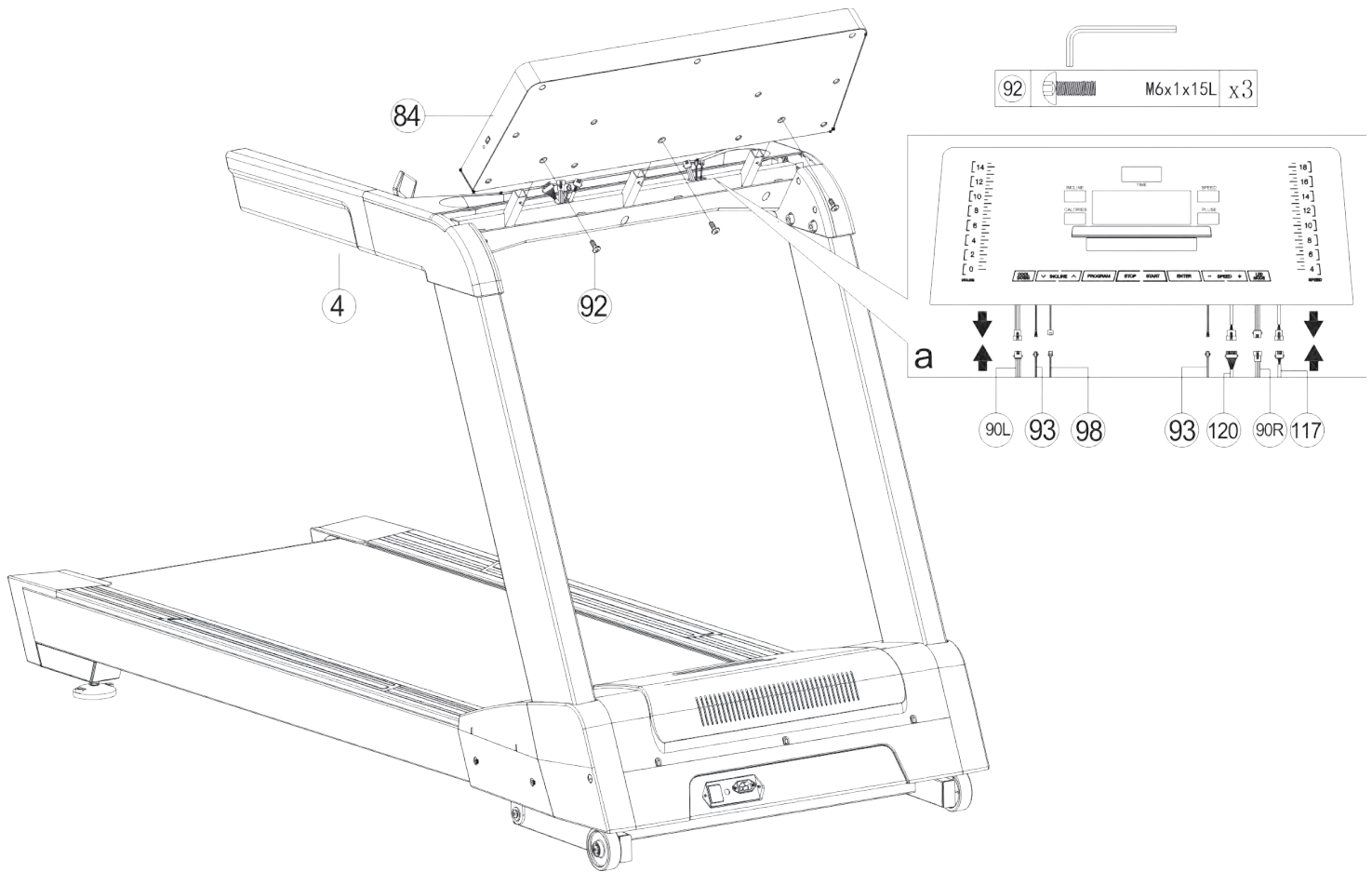


FR

Étape 2

Connectez le câble LED du milieu (118) avec le câble LED du haut (117) et le câble d'ordinateur du milieu (121) avec le câble d'ordinateur du haut (120). Montez les poignées (4) sur les bras du support à l'aide des vis (91), comme illustré.

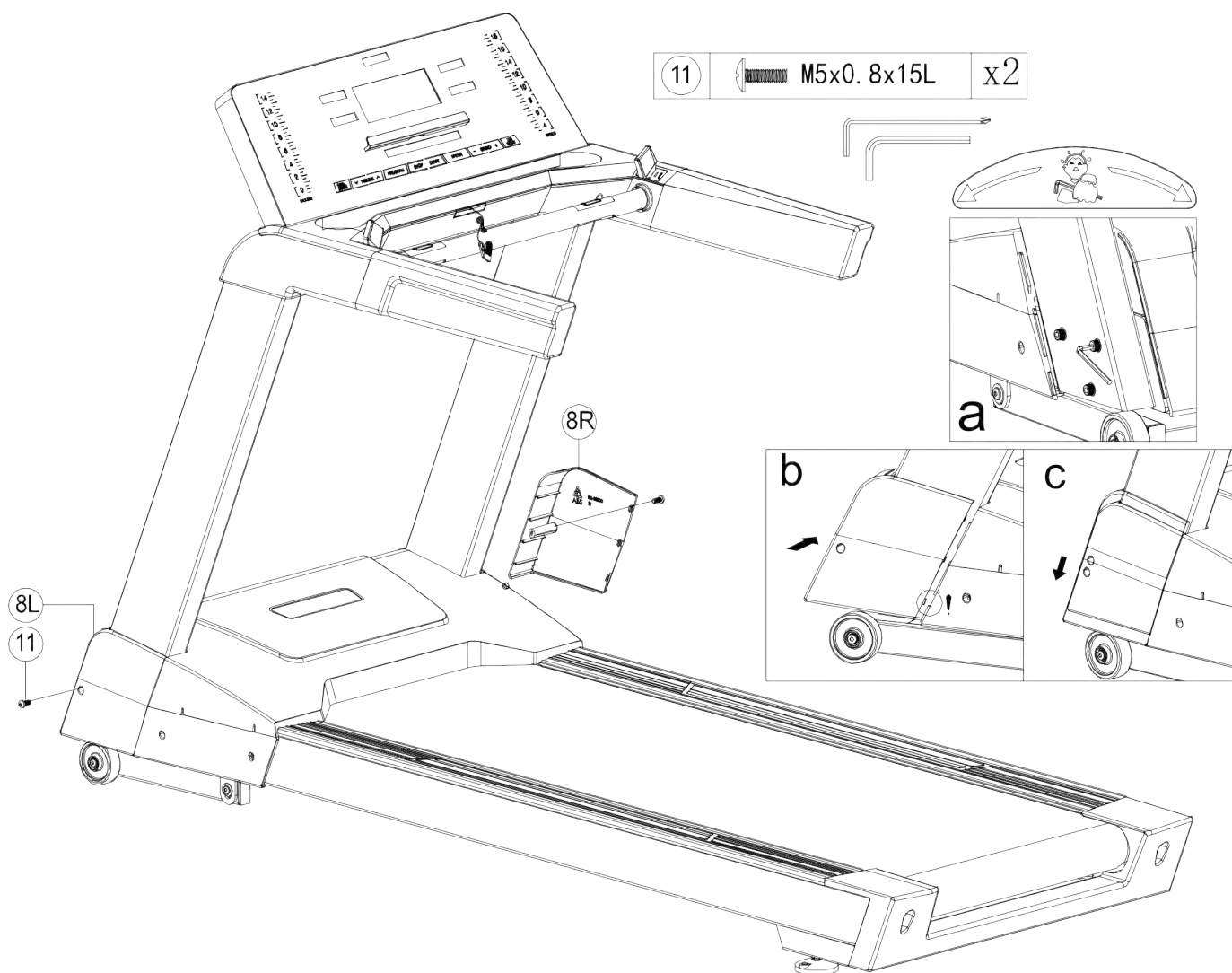
Assurez-vous de ne pincer aucun câble !



Étape 3

Connectez maintenant tous les câbles de l'ordinateur avec les câbles sortant des poignées, comme illustré.

Montez ensuite l'ordinateur (84) sur les poignées (4) à l'aide de boulons Allen (92).



Étape 4

Serrez tous les boulons (10) de l'étape 1.

Placez les caches arrières (8L et 8R) des deux côtés des extrémités arrières, comme illustré à la figure B et glissez-les vers le bas (Fig. C). Fixez chaque cache à l'aide d'une vis (11).

**AVANT L'UTILISATION, VÉRIFIEZ QUE
LES VIS, BOULONS ET AUTRES RAC-
CORDS SONT SOLIDEMENT FIXÉS!**

Alimentation électrique

Avant de commencer à faire de l'exercice, assurez-vous que le câble d'alimentation est branché et que l'interrupteur marche/arrêt est en position « I ». L'interrupteur marche/arrêt est situé sur l'arrière du capot du moteur.

Pour votre sécurité, il est essentiel que le câble d'alimentation soit branché à une prise de courant reliée à la terre !

Ajustements

Nivellement du tapis de course : Vous avez la possibilité de niveler le tapis de course en tournant les deux pieds d'ajustage situés à l'extrémité arrière du tapis de course :



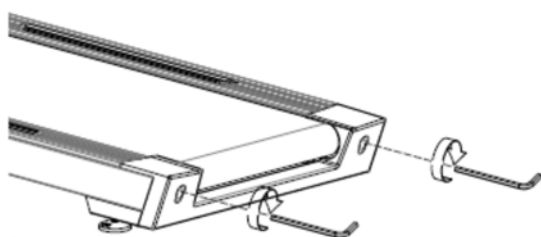
pieds d'ajustage

Régler le centrage correct et la tension du tapis de course :

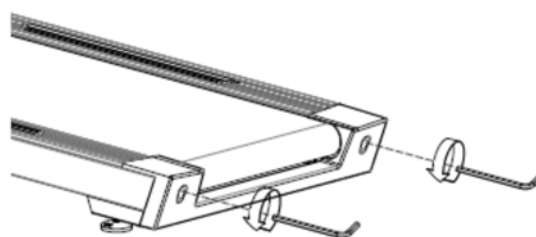
Avant de pouvoir commencer votre entraînement, vous devez vérifier si le tapis de course tourne en position centrée sur la surface de course pour assurer une course sans frottement. Si cela n'est pas le cas, il faut recentrer le tapis de course.

Procédez de la manière suivante :

Veillez débrancher l'appareil et retirer la fiche du courant secteur. Si le tapis se déplace trop à gauche, tournez la vis de gauche dans le sens des aiguilles d'une montre de sorte que le tapis s'ajuste vers la droite. Si cela ne suffit pas pour corriger le mouvement, veuillez tourner en plus la vis de droite dans le sens inverse des aiguilles d'une montre jusqu'à ce que le tapis se déplace au centre. Si le tapis se déplace trop à droite, ajustez-le en tournant la vis de droite dans le sens des aiguilles d'une montre, si cela ne suffit pas, procédez de la même manière avec la vis de gauche dans le sens inverse des aiguilles d'une montre. Si le tapis est en général trop lâche (« flottant »), vissez les deux vis à l'aide de la clé à fourche dans le sens des aiguilles d'une montre jusqu'à ce qu'il soit plus tendu. Introduisez à nouveau la fiche pour alimenter l'appareil en courant et commencez votre entraînement.



Augmenter la tension de la courroie



Réduire la tension de la courroie

Remarque importante quand vous montez et descendez du tapis - pour éviter une trop forte surcharge du moteur, veuillez procéder de la manière suivante :

Mettez D'ABORD LE TAPIS de course en route et laissez-le marcher lentement. Ne montez sur le tapis de course qu'après pour faire votre entraînement. Si vous constatez que le tapis « se déplace » vers la gauche ou la droite durant l'entraînement, vous devez répéter la procédure de centrage. Ceci peut être nécessaire à plusieurs reprises selon les circonstances. Si vous avez une fois centré le tapis correctement, il suffit de vérifier à intervalles réguliers de quelques semaines si cette position est encore correcte. Par ailleurs il faut vérifier si le centrage est correct après chaque pliage et chaque transport.

Clip de sécurité

L'enlèvement du clip de sécurité de la console de l'ordinateur donne lieu à la coupure de l'alimentation du tapis de course. Le tapis de course s'immobilise. Lorsqu'un cas d'urgence survient sur le tapis de course, vous pouvez ainsi assurer l'arrêt des fonctions et la coupure immédiate de l'alimentation en courant.

Maintenance

Votre tapis de course n'exige aucun autre entretien, à l'exception du graissage régulier de la face inférieure du tapis. Ceci vous garantit une longue durée de vie et les meilleurs services de votre appareil.

Important: Vous devriez respecter impérativement ces indications concernant le graissage des surfaces de course, car si la surface de course (planche de course) ne coulisse pas assez, ceci peut entraîner un développement de chaleur élevé sur le tapis suite aux frottements et à des blessures de la peau !

1. Vérifier si le tapis de course est correctement graissé

- a) Soulevez un côté du tapis de course et touchez la surface de la planche de course.
- b) Si la surface semble être mouillée (glissante), il n'est pas nécessaire de graisser.
- c) Si la surface semble très sèche et/ou si le moteur fait des bruits inhabituels, il faut appliquer un lubrifiant.

2. Application du lubrifiant

- a) Soulevez un côté du tapis de course.
- b) Mettez/pulvérisez le lubrifiant sous le milieu du tapis de course.
- c) Marchez lentement durant 4-5 minutes sur le tapis de course pour répartir régulièrement le lubrifiant sous le tapis.

Remarque : Ne mettez pas trop de lubrifiant. Il faut parfaitement enlever le lubrifiant qui sort des côtés, ATTENTION : RISQUE DE GLISSER !!!

Quant faut-il lubrifier ?

Si vous utilisez le tapis de course surtout à vitesse normale, un graissage n'est nécessaire que très rarement. Les directives suivantes vous fourniront une vue d'ensemble sur les intervalles de re-graissage du tapis.

- Au bout des 25 premières heures de service (1 à 2 mois d'utilisation), appliquez un paquet/bidon de produit lubrifiant.
- Au bout des 50 prochaines heures de service (2 à 3 mois d'utilisation), appliquez un autre paquet/bidon de produit lubrifiant.

Remarque : Se prête comme produit lubrifiant un spray silicone par exemple ou un autre produit de graissage approprié disponible dans le commerce spécialisé ou dans un magasin de construction et de bricolage.

Les parties métalliques et plastiques du produit peuvent être nettoyées à l'aide de produits de nettoyage standard. Cependant, assurez-vous que toutes les parties sont entièrement sèches avant de les utiliser à nouveau.

Nous recommandons de serrer les écrous et les boulons et de vérifier et de serrer les points de pivots toutes les six semaines. Pour le serrage, utilisez l'outil fourni avec le produit.

Cet appareil doit uniquement être utilisé à l'intérieur et dans un environnement sec !

ÉCHAUFFEMENT et RÉCUPÉRATION

Un programme d'exercices réussi consiste en un échauffement, un exercice aérobique et une récupération. Entraînez-vous de préférence au moins deux ou trois fois par semaine, avec une pause d'un jour entre les séances d'entraînement. Après plusieurs mois, vous pouvez augmenter la fréquence à quatre ou cinq fois par semaine.

Échauffement

La phase améliore la circulation sanguine et aide les muscles à travailler correctement - le risque de crampe musculaire ou des blessures est réduit. Nous recommandons d'effectuer des exercices d'étirement comme décrit ci-dessus. Maintenez chaque étirement pendant environ 30 secondes - étirez seulement si loin que aucune douleur s'apparaît. Les exercices de réchauffement peuvent également inclure la marche rapide, le jogging, les sauts à la corde, les exercices de saut ou la course sur place.

ÉTIRAGE

Les muscles peuvent être étirés plus facilement lorsqu'ils sont chauds. Cela permet de réduire le risque de blessures. ÉVITEZ LES À-COUPS.



Étirez-vous latéralement



Touchez les orteils



Étirez l'intérieur de la cuisse



Étirez les muscles ischio-jambiers



Étirez le tendon d'Achille

Parlez toujours à votre médecin avant de commencer un programme d'exercices.

Récupération

Afin d'assister le métabolisme après la phase d'entraînement et d'éviter l'apparition de courbatures ou de claquages musculaires, une « phase de refroidissement » doit être observée après la « phase d'entraînement ». Vous pouvez - par exemple - réduire la vitesse et encore courir pendant 5 minutes. Ensuite, répétez les exercices d'étirement de la phase d'échauffement.

Mode d'emploi de l'ordinateur

Panneau de commande

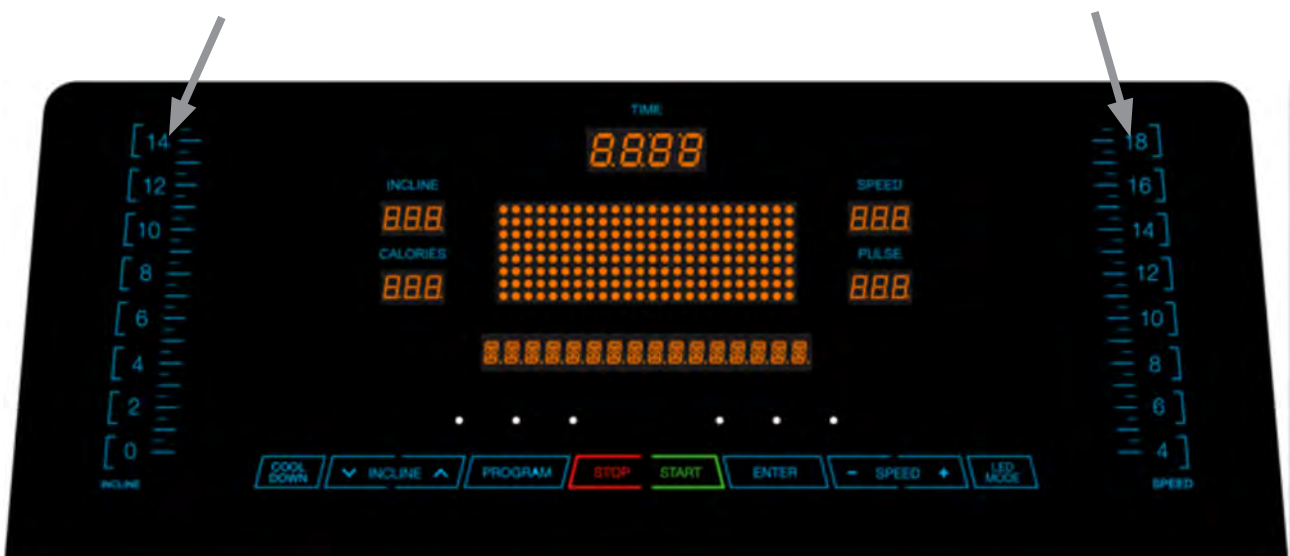
Vous pouvez utiliser le panneau de commande tactile pour naviguer dans les menus. Le panneau de commande de cette rubrique s'allumera une fois que vous aurez démarré l'appareil.

TOUCHES DE RÉGLAGE RAPIDE DE L'INCLINAISON

Lorsque vous appuyez sur l'une de ces touches, l'ordinateur ajuste directement le niveau d'inclinaison indiqué.

TOUCHES DE RÉGLAGE RAPIDE DE LA VITESSE

Lorsque vous appuyez sur l'une de ces touches, l'ordinateur ajuste directement la vitesse indiquée.



COOL DOWN - Appuyez sur cette touche pour activer le mode Récupération.

INCLINE - Utilisez ces touches pour :
- naviguer dans le menu,
- définir les valeurs d'entraînement,
- augmenter ou diminuer l'inclinaison actuelle pendant la séance d'entraînement

PROGRAM - Appuyez sur cette touche pour accéder directement à la section Programme.

START - Démarrer ou reprendre une séance d'entraînement

STOP - Arrêter ou interrompre une séance d'entraînement. Maintenez cette touche appuyée pendant 2 secondes pour redémarrer l'ordinateur.

ENTER - Appuyez sur cette touche pour confirmer une valeur d'entraînement, une rubrique du menu ou démarrer un programme.

SPEED - Utilisez ces touches pour augmenter ou diminuer le niveau de vitesse pendant la séance d'entraînement.

LED MODE - Utilisez cette touche du menu principal pour accéder aux réglages des guides de course LED. Pendant l'entraînement, cette touche peut être utilisée pour basculer entre les différents modes LED.

Leviers de changement rapide

À l'aide des leviers de changement rapide situés des deux côtés des poignées, vous pouvez modifier facilement la vitesse et le niveau d'inclinaison. Le levier de changement rapide situé à gauche vous permet de régler le niveau d'inclinaison et le levier de changement rapide situé à droite vous permet de régler la vitesse. Tirez le levier de changement rapide vers vous pour augmenter le niveau d'inclinaison et poussez le levier de changement rapide pour diminuer le niveau d'inclinaison. Vous pouvez diminuer ou augmenter rapidement les valeurs en maintenant la position du levier de changement rapide pendant quelques secondes.

Valeurs d'affichage

Incline : Le réglage actuel de la inclinaison.

Distance : La distance parcourue ou restante.

Time : Le temps d'exercice passé ou restant.

Pulse : L'ordinateur affiche la fréquence cardiaque théorique (Battements par minute), qui sont mesurés par des capteurs de pouls ou une ceinture pectorale (en option).

Calories : Indique la consommation calorique approximative (non médicalement exacte).

Fenêtre d'affichage par matrice 8 x 16 points : Indique la vitesse et le profil d'inclinaison actuels.

Fenêtre du bas : Affiche la distance de fonctionnement et les notifications.

Première utilisation

Positionnez l'interrupteur marche/arrêt situé à l'arrière du capot du moteur du tapis de course sur « I ». Placez ensuite la clé de sécurité dans la fente prévue à cet effet, située sur l'avant de l'ordinateur et attachez la pince située à l'autre extrémité sur vos vêtements.

Pendant le démarrage de l'ordinateur, celui-ci affichera la version actuelle du logiciel ainsi que la distance totale parcourue et la durée totale d'entraînement. Vous pouvez maintenant configurer votre profil utilisateur en entrant vos informations personnelles : genre, âge, taille et poids. Ces réglages sont utilisés pour calculer votre fréquence cardiaque maximale, nécessaire pour les programmes contrôlés par la fréquence cardiaque et pour le test de masse adipeuse corporelle.

1. Commencez par configurer votre genre en appuyant sur les touches d'inclinaison ou de vitesse. Confirmez votre sélection en appuyant sur la touche Enter.
2. Configurez votre âge, puis votre taille et votre poids en appuyant sur les touches d'inclinaison ou de vitesse. Confirmez à chaque fois en appuyant sur la touche Enter.

Vous êtes maintenant prêt à démarrer votre entraînement.

Veille

Au bout de 5 minutes d'inactivité, l'ordinateur passe automatiquement en mode veille. Insérez à nouveau la clé de sécurité pour rallumer l'ordinateur.

Interrompre ou arrêter une séance d'entraînement

Pendant une séance d'entraînement, vous pouvez interrompre la séance en appuyant sur la touche STOP située sur le panneau de commande. Pour reprendre l'entraînement, appuyez sur la touche START, pour quitter la séance d'entraînement, appuyez à nouveau sur la touche STOP.

Cool Down (Récupération)

En appuyant sur la touche COOL DOWN pendant une séance d'entraînement, vous activez le mode Récupération. La vitesse du tapis diminue alors progressivement jusqu'à l'arrêt complet en 2 à 3 minutes.

Guides de course LED

L'appareil comporte des lumières LED des deux côtés de la surface de course. Vous pouvez configurer ces lumières dans différents modes et couleurs. Configurez les lumières de guide de course en appuyant sur la touche LED située dans le menu principal ou accédez à cette option à l'aide des touches de vitesse ou d'inclinaison. Les guides de course LED peuvent être configurés en trois modes ou être éteints complètement :

Mode course : Les LED changent de couleur en fonction de la vitesse sélectionnée.
0 - 6 km/h : jaune, 6,1 - 12 km/h : vert, >12 km/h : rouge.

Mode neutre : Les LED s'allument dans une couleur blanche neutre.

Mode multicolore : Sélectionnez votre couleur préférée : rouge, bleu, vert, orange, rose ou violet.

OFF : Le guide de course LED est complètement éteint.

Pendant une séance d'entraînement, il est possible de basculer entre les différents modes des LED en appuyant sur la touche LED.

MANUEL

Le programme manuel vous permet de régler manuellement votre vitesse et votre inclinaison préférées pendant toute la durée de l'entraînement. Appuyez sur la touche PROGRAM ou utilisez les touches d'inclinaison ou de vitesse pour sélectionner MANUAL. Confirmez votre sélection en appuyant sur la touche ENTER.

Vous pouvez sélectionner la durée, la distance ou le nombre de calories brûlées comme valeur-cible. Vous pouvez également commencer directement en appuyant sur le bouton START.

1. Choisissez entre la durée, la distance ou le nombre de calories brûlées afin de définir cette valeur comme valeur-cible en appuyant sur la touche ENTER.
2. Réglez la valeur-cible choisie en appuyant sur la touche inclinaison ou vitesse. Confirmez votre sélection en appuyant sur la touche START.

L'entraînement démarre au niveau d'inclinaison et de vitesse le plus bas. Au cours de la séance d'entraînement, la vitesse et l'inclinaison peuvent être modifiées à l'aide des touches d'inclinaison ou de vitesse ou des leviers de changement rapide situés sur la barre d'appui. La séance d'entraînement est terminée lorsque la valeur-cible est atteinte. L'ordinateur passe alors automatiquement en mode Récupération. Appuyez sur STOP si vous souhaitez annuler le mode Récupération.

PROGRAMMES

Il existe 20 programmes prédéfinis. La vitesse et le niveau d'inclinaison sont ajustés automatiquement en fonction du programme sélectionné. Ce manuel comprend une vue d'ensemble des profils de vitesse et d'inclinaison de chacun des 20 programmes prédéfinis. Avec un programme d'entraînement, vous pouvez régler votre temps-cible pour une distance définie et essayer de terminer votre course dans le temps imparti. L'ordinateur met à jour en permanence le temps d'arrivée estimé en fonction de votre vitesse actuelle. Appuyez sur la touche PROGRAM et utilisez les touches d'inclinaison ou de vitesse pour sélectionner le programme. Confirmez votre choix en appuyant sur la touche START.

1. Sélectionnez l'un des 20 programmes prédéfinis en appuyant sur les touches d'inclinaison ou de vitesse. Confirmez votre sélection en appuyant sur la touche ENTER.
2. Choisissez entre la durée, la distance ou le nombre de calories brûlées comme valeur-cible en appuyant sur la touche ENTER.
3. Réglez la valeur-cible sélectionnée en appuyant sur les touches d'inclinaison ou de vitesse. Confirmez votre sélection en appuyant sur la touche START.

Pendant la séance d'entraînement, la vitesse et le niveau d'inclinaison du segment actuel peuvent être modifiés à l'aide des touches d'inclinaison ou de vitesse ou à l'aide des leviers de changement rapide situés sur la barre d'appui. L'entraînement est terminé lorsque la valeur-cible sélectionnée est atteinte. L'ordinateur passe alors automatiquement en mode Récupération. Appuyez sur STOP si vous souhaitez annuler le mode Récupération.

USER PROGRAM (PROGRAMME UTILISATEUR)

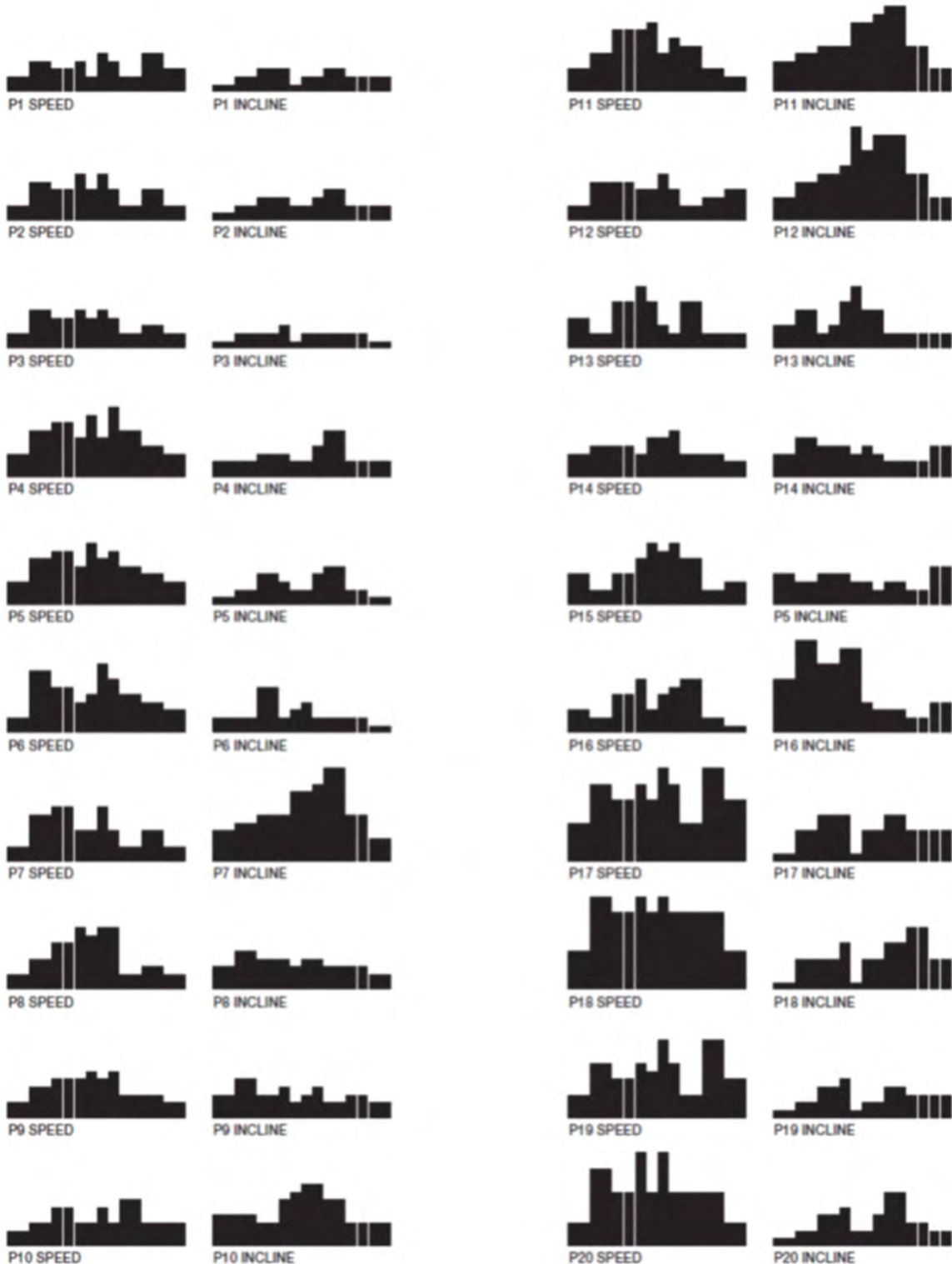
Vous pouvez créer et sauvegarder quatre (U1-U4) programmes personnalisés. Chaque programme est divisé en 16 segments. La vitesse et le niveau d'inclinaison peuvent être réglés pour chaque segment. Sélectionnez le programme USER dans le menu principal en appuyant sur les touches d'inclinaison ou de vitesse. Confirmez votre sélection en appuyant sur la touche ENTER. Créez un nouveau programme :

1. Sélectionnez l'un des quatre programmes personnalisés pour modifier votre création en appuyant sur les touches inclinaison ou vitesse. Confirmez votre sélection en appuyant sur la touche ENTER.
2. Réglez la durée d'entraînement souhaitée en appuyant sur les touches d'inclinaison ou de vitesse. Confirmez votre sélection en appuyant sur la touche ENTER.
3. Vous pouvez maintenant régler la vitesse et l'inclinaison de chaque segment. Le segment sélectionné clignote et la fenêtre vitesse affiche SPEED. Configurez la vitesse souhaitée pour ce segment en appuyant sur la touche vitesse. Confirmez votre sélection et passez au segment suivant en appuyant sur la touche ENTER. Répétez cette opération pour chacun des segments.
4. Après avoir réglé la vitesse pour tous les segments, le premier segment clignote à nouveau sur l'écran. La fenêtre du bas affiche désormais INCLINE et vous pouvez régler le niveau d'inclinaison de chaque segment en appuyant sur la touche inclinaison. Confirmez votre sélection en appuyant sur la touche ENTER.
5. Une fois que tous les segments sont réglés selon vos préférences, appuyez sur START pour démarrer la séance d'entraînement. Le programme est sauvegardé automatiquement.

Sélectionner un programme précédemment sauvegardé :

1. Sélectionnez le programme personnalisé souhaité en appuyant sur les touches d'inclinaison ou de vitesse.
2. Appuyez ensuite sur START pour démarrer le programme directement.

Pendant la séance d'entraînement, la vitesse et le niveau d'inclinaison du segment actuel peuvent être modifiés à l'aide des touches d'inclinaison ou de vitesse ou à l'aide des leviers de changement rapide situés sur la barre d'appui. L'entraînement est terminé lorsque la durée définie est écoulée. L'ordinateur passe alors automatiquement en mode Récupération. Appuyez sur STOP si vous souhaitez annuler le mode Récupération.



Speed = Vitesse Incline = Inclinaison

Fréquence cardiaque calculée (HRC) – fréquence cardiaque cible (THR)

Les programmes HRC et THR vous permettent de faire de l'exercice en fonction de votre fréquence cardiaque. L'ordinateur du tapis de course modifie automatiquement et progressivement la vitesse et le niveau d'inclinaison afin de maintenir la fréquence cardiaque sélectionnée. La fréquence cardiaque peut être réglée à 60 % ou 80 % de votre fréquence cardiaque maximale calculée (HRC). Vous pouvez également régler votre propre fréquence cardiaque cible (THR). Avec ce programme d'entraînement, vous pouvez régler votre temps-cible pour une distance définie et essayer de finir votre course dans le temps imparti. L'ordinateur met à jour en permanence le temps d'arrivée estimé en fonction de votre vitesse actuelle. Appuyez sur la touche PROGRAM et utilisez les touches d'inclinaison ou de vitesse pour sélectionner le programme HRC. Confirmez votre sélection en appuyant sur la touche ENTER.

**60 % de votre fréquence
cardiaque maximale
Combustion des graisses**

**80 % de votre fréquence
cardiaque maximale
Amélioration de l'endurance**

**THR
Sélectionnez votre fréquence
cardiaque cible**

Entraînement à 60 % ou 80 % de votre fréquence cardiaque maximale :

1. Sélectionnez « HRC 60 PCT » ou « HRC 80 PCT » en appuyant sur les touches d'inclinaison ou de vitesse. Confirmez votre sélection en appuyant sur la touche ENTER.
2. Réglez la durée d'entraînement désirée en appuyant sur les touches d'inclinaison ou de vitesse. Confirmez votre sélection en appuyant sur la touche ENTER.
3. L'ordinateur affiche maintenant la fréquence cardiaque cible calculée. Appuyez sur START pour démarrer la séance d'entraînement.

Fréquence cardiaque cible :

1. Sélectionnez « THR 133 » en appuyant sur les touches d'inclinaison ou de vitesse. Confirmez votre sélection en appuyant sur la touche ENTER.
2. Réglez la durée d'entraînement souhaitée en appuyant sur les touches d'inclinaison ou de vitesse. Confirmez votre sélection en appuyant sur la touche ENTER.
3. Réglez la fréquence cardiaque cible désirée (par défaut 133 BPM) en appuyant sur les touches d'inclinaison ou de vitesse. Confirmez votre sélection en appuyant sur la touche ENTER.
4. Appuyez sur START pour démarrer la séance d'entraînement.

La fréquence cardiaque peut être mesurée en tenant les capteurs tactiles de fréquence cardiaque pendant la totalité de l'entraînement. L'ordinateur calcule votre fréquence cardiaque maximale en fonction des réglages entrés dans votre profil utilisateur.

L'entraînement est terminé lorsque la durée définie est écoulée. L'ordinateur passe alors automatiquement en mode Récupération. Appuyez sur STOP si vous souhaitez annuler le mode Récupération.

Test de masse adipeuse corporelle

Le test de masse adipeuse corporelle vous permet de mesurer votre pourcentage de masse adipeuse. Appuyez sur la touche PROGRAM et utilisez les touches d'inclinaison ou de vitesse pour sélectionner le programme FAT.

1. Appuyez sur la touche ENTER pour démarrer le test de masse adipeuse.
2. Placez vos deux mains sur les capteurs tactiles de fréquence cardiaque. L'ordinateur commence à effectuer ses mesures.
3. Au bout de quelques secondes, votre pourcentage de masse adipeuse apparaîtra sur la fenêtre Fréquence cardiaque et le résultat s'affichera dans la fenêtre du bas

< 19 : POIDS INSUFFISANT

12 - 25 : POIDS NORMAL

26 - 39 : SURPOIDS

30 > : OBÉSITÉ

Pour obtenir des mesures exactes, les données personnelles du profil utilisateur doivent être entrées correctement. Le pourcentage de masse adipeuse mesuré est une indication de votre pourcentage de masse adipeuse. Si vous souhaitez obtenir une valeur exacte, veuillez consulter un médecin.

TRAINING

Le programme Entraînement vous permet de régler votre temps-cible pour une distance définie et d'essayer de terminer votre course dans le temps imparti. L'ordinateur met à jour en permanence le temps d'arrivée estimé en fonction de votre vitesse actuelle. Appuyez sur la touche PROGRAM et utilisez les touches d'inclinaison ou de vitesse pour sélectionner le programme TRAINING. Confirmez votre sélection en appuyant sur la touche ENTER.

1. Réglez votre temps-cible en appuyant sur les touches d'inclinaison ou de vitesse. Confirmez votre sélection en appuyant sur la touche ENTER.
2. Réglez la distance de course souhaitée en appuyant sur les touches d'inclinaison ou de vitesse. Confirmez en appuyant sur la touche ENTER.
3. Appuyez sur START pour démarrer la séance d'entraînement.

Pendant l'entraînement, la fenêtre LED affiche votre allure actuelle en minutes/kilomètre (M/L). Le temps d'arrivée estimé calculé à partir de votre vitesse et de votre allure actuelles est également affiché. La fenêtre de temps située en haut indique la durée écoulée. La fenêtre de distance indique la distance restante. Pendant la séance d'entraînement, la vitesse et le niveau d'inclinaison du segment actuel peuvent être modifiés à l'aide des touches d'inclinaison ou de vitesse ou à l'aide des leviers de changement rapide situés sur la barre d'appui. L'entraînement est terminé lorsque la distance définie est atteinte. L'ordinateur affiche alors votre résultat : plus rapide que l'allure-cible, allure-cible atteinte, ou plus lent que l'allure-cible.

Transmission via Bluetooth®

Télécharger des applications

Pour faire de l'exercice avec votre smartphone ou votre tablette, vous devez télécharger l'une des applications disponibles. Il existe actuellement trois applications compatibles avec cet appareil :



Fit Hi Way

L'application Fit Hi Way vous permet de contrôler votre tapis de course à l'aide de votre smartphone ou de votre tablette. Il est également possible de définir vos objectifs fitness personnalisés et de les conserver. Des entraînements virtuels dans le monde entier sont disponibles avec Google Maps et Street View. Vous pouvez également courir avec vos amis dans le mode course multi-joueurs.

Téléchargez l'application Fit Hi Way dans l'App Store ou le Play Store en recherchant « Fit Hi Way » ou en cliquant sur l'un des liens ci-dessous.

Apple App Store: <https://itunes.apple.com/us/app/fit-hi-way/id1101604612?mt=8>

Google Play Store: https://play.google.com/store/apps/details?id=changyow.giant.com.fit_hi_way

Connectez l'application Fit Hi Way à votre SF-2200

Pour les appareils Apple :

1. Rendez-vous dans les réglages de votre smartphone ou de votre tablette et activez le Bluetooth®.
2. Ouvrez l'application Fit Hi Way.
3. Une fois que l'application s'ouvre, une fenêtre pop-up s'affiche et indique tous les appareils Bluetooth® disponibles. Le tapis de course peut mettre un certain temps à apparaître. Une fois que l'option apparaît, sélectionnez TREADMILL.
4. Si la fenêtre pop-up ne s'affiche pas, appuyez sur « Connect mode ».
5. Commencez votre séance d'entraînement.

Pour les appareils Android :

1. Rendez-vous dans les réglages de votre smartphone ou de votre tablette et activez le Bluetooth®.
2. Ouvrez l'application Fit Hi Way App et appuyez sur « Connect Mode ». Appuyez ensuite sur « Searching BT ».
3. L'application cherche alors les appareils Bluetooth® disponibles. Lorsque l'option TREADMILL s'affiche, connectez-vous au tapis de course. Entrez le mot de passe « 0000 ».
4. Le symbole « Connection mode » indique désormais que l'application a été connectée.
5. Commencez votre séance d'entraînement.

Kinomap Fitness

Transformez votre appareil en un produit fitness amusant et puissant.

Choisissez parmi les vidéos géolocalisées disponibles sur Kinomap et c'est parti !

Votre position est indiquée dans la vidéo, ainsi qu'à l'aide d'une icône sur la carte et sur le graphique d'altitude : votre objectif est de suivre le rythme de la vidéo d'origine.

Un mode multi-joueurs est également disponible : jusqu'à 10 joueurs peuvent faire de l'exercice dans la même vidéo. L'application Kinomap Fitness et certaines vidéos sont gratuites. Pour accéder à toutes les vidéos disponibles, un abonnement Kinomap est nécessaire.



Téléchargez l'application Kinomap Fitness dans l'App Store ou le Play Store en recherchant « Kinomap Fitness » ou en cliquant sur l'un des liens ci-dessous.

Apple App Store: <https://itunes.apple.com/nl/app/kinomap-fitness/id611177969?mt=8>

Google Play Store: <https://play.google.com/store/apps/details?id=com.kinomap.fitness>

Connectez l'application Kinomap à votre SF-2200

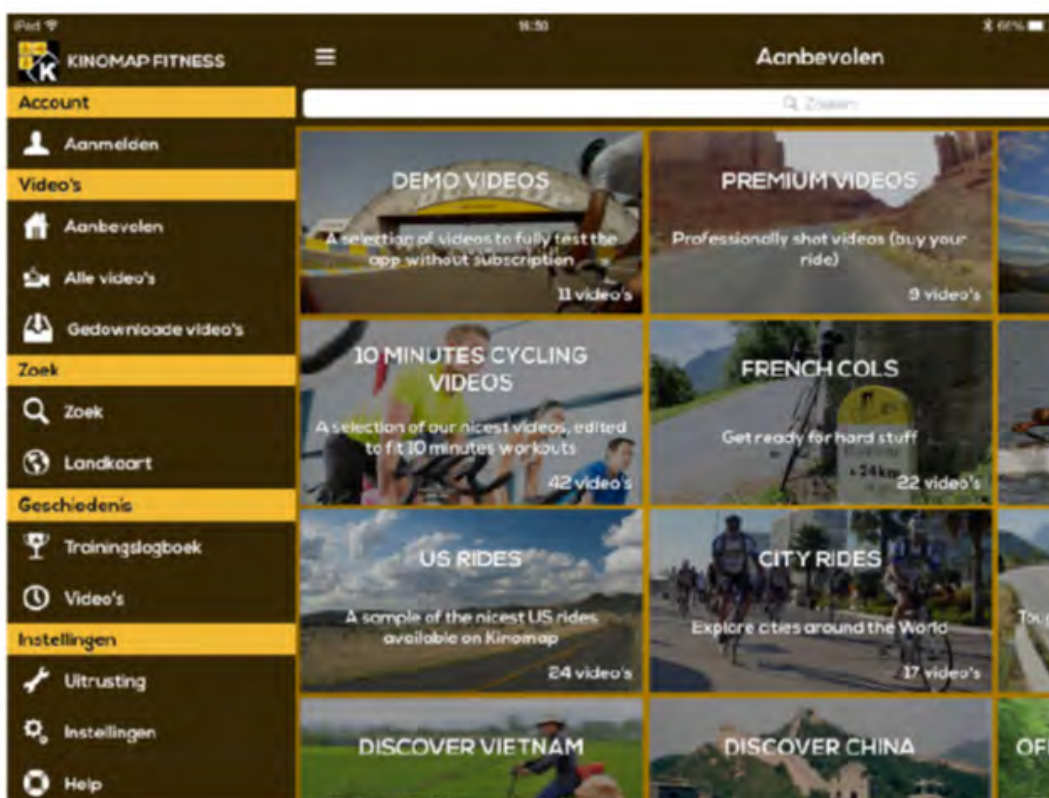
Pour les appareils Apple :

1. Rendez-vous dans les réglages de votre smartphone ou de votre tablette et activez le Bluetooth®.
2. Votre smartphone ou votre tablette recherche les appareils Bluetooth® disponibles.
3. Sélectionnez l'option TREADMILL pour connecter les appareils.
4. Utilisez le mot de passe **0000**.
5. Ouvrez l'application Kinomap Fitness et ajoutez le SF-2200 à la liste d'appareils de l'application.
Vous avez seulement besoin d'effectuer cette manipulation une seule fois.

Dans l'application, appuyez sur l'icône Menu située en haut à gauche de l'écran. Un menu s'affiche alors sur le côté gauche. Sélectionnez la rubrique Équipement avec une icône de clé. Le menu Équipement s'ouvre. Dans ce menu, appuyez sur « add new equipment » (Ajouter un nouvel équipement).

Sélectionnez ensuite « Bluetooth / 30-pin » et Bluetooth® Smart 4.0. Une coche bleue apparaît. Appuyez sur Recherche en haut à droite de l'écran. Le tapis de course apparaît dans la section « Equipment discovered ». Sélectionnez l'icône tapis de course.

Vous pouvez maintenant attribuer un nom à votre équipement. Après avoir renommé votre équipement, appuyez sur « Save » en haut à droite de l'écran. Vous pouvez maintenant commencer à faire de l'exercice avec l'une des nombreuses vidéos Kinomap Fitness.



Pour les appareils Android :

1. Rendez-vous dans les réglages de votre smartphone ou de votre tablette et activez le Bluetooth®.
2. Votre smartphone ou votre tablette recherche les appareils Bluetooth® disponibles.
3. Sélectionnez l'option TREADMILL pour connecter les appareils.
4. Utilisez le mot de passe **0000**.
5. Ouvrez l'application Kinomap Fitness et ajoutez le SF-2200 à la liste d'appareils de l'application.
Vous avez seulement besoin d'effectuer cette manipulation une seule fois.

Pour créer un profil contenant votre équipement, appuyez sur l'icône « Profile » en haut à droite de l'écran pour créer un nouveau profil. Appuyez sur l'icône « + » en haut à droite de l'écran pour créer un nouveau profil. Appuyez sur le bouton « Discovery Bluetooth » et le produit apparaîtra en-dessous du bouton. Sélectionnez ensuite TREADMILL et un point bleu apparaît pour confirmer votre sélection. Après avoir sélectionné le tapis de course, appuyez sur « Next ». Sélectionnez l'icône tapis de course en fonction de votre produit. Appuyez ensuite sur OK.

Vous pouvez maintenant attribuer un nom à votre profil. Après avoir renommé votre profil, vous pouvez retourner au menu principal en sélectionnant la flèche « Profile details » en haut à gauche de l'écran.

iRunning+



L'application iRunning+ vous permet de contrôler votre tapis de course à l'aide de votre tablette. Vous pouvez également entrer vos résultats d'entraînement ou vous entraîner quasiment partout dans le monde à l'aide de Google Maps et Street View sur iRoute. L'application iRunning+ est entièrement gratuite.

Téléchargez l'application iRunning+ dans l'App Store ou le Play Store en recherchant « irunning » ou en cliquant sur l'un des liens ci-dessous.

Apple App Store: <https://itunes.apple.com/nl/app/irunning+/id738391162?mt=8>

Google Play Store: <https://play.google.com/store/apps/details?id=com.appdevice.irunningplus>

Cette application est uniquement disponible sur tablette : iPad sous iOS 9.0 ou versions ultérieures, Android 4.3 ou versions ultérieures. Cette application ne fonctionne pas sur smartphone !

Connectez l'application iRunning+ à votre SF-2200

Pour les appareils Apple :

1. Rendez-vous dans les réglages de votre tablette et activez le Bluetooth®.
2. Ouvrez l'application iRunning+
3. Sélectionnez l'icône Bluetooth® triangulaire en haut à droite de l'écran. Une liste d'appareils Bluetooth® apparaît alors à l'écran.
4. Sélectionnez TREADMILL dans la liste des appareils. L'icône Bluetooth® indique maintenant que vous êtes connecté au tapis de course.

Pour les appareils Android :

1. Rendez-vous dans les réglages de votre tablette et activez le Bluetooth®.
2. Ouvrez l'application iRunning+
3. Sélectionnez l'icône Bluetooth® triangulaire en haut à droite de l'écran. Une liste d'appareils Bluetooth® apparaît alors à l'écran.
4. Une fenêtre pop-up peut demander la permission de se connecter à ce tapis de course. Confirmez pour continuer.
5. Sélectionnez TREADMILL dans la liste des appareils. L'icône Bluetooth® indique maintenant que vous êtes connecté au tapis de course.

Conditions de garantie et de réparations

Pour nos appareils, nous proposons la garantie suivant les termes ci-dessous.

1. Selon les conditions suivantes (numéros 2 à 5) nous réparons tout défaut ou dommage sur l'appareil gratuitement, s'il s'agit d'un défaut de fabrication. Par conséquent, ces défauts et dommages doivent nous être signalés sans délai après leur apparition et pendant la période de garantie de 24 mois à compter de la date de livraison à l'utilisateur. La garantie ne couvre pas les pièces de protection qui se cassent facilement (le verre ou le plastique, par exemple). La garantie ne couvre pas les petites anomalies du produit qui ne nuisent pas à l'utilisation du produit ou à sa valeur. La garantie ne couvre pas non plus les dommages d'origine chimique ou électrochimique ou les dommages due à une pénétration d'eau ou à des cas de force majeure.
2. La garantie prévoit le remplacement des pièces défectueuses, en fonction de notre décision. Les coûts des pièces et de la main d'œuvre seront à notre charge. Une réparation au domicile du consommateur ne peut être exigée. La preuve et la date d'achat, ou de livraison, sont obligatoires. Les pièces changées deviennent notre propriété.
3. La garantie est nulle si des réparations ou des réglages ont été effectués, sans notre accord, ou si les appareils sont équipés de pièces ou accessoires additionnels qui ne sont adaptés à nos appareils. De plus, la garantie est nulle si l'appareil est endommagé ou détruit par un cas de force majeure ou en raison de facteurs environnementaux, en cas de mauvaise utilisation ou d'un entretien mal réalisé (non-respect du manuel d'utilisation) ou de dommages mécaniques. Le service clients peut vous autoriser à remplacer ou réparer des pièces défectueuses après consultation téléphonique. Dans ce cas-là, la garantie n'est pas nulle.
4. Les services de garantie ne s'étendent pas au-delà de la durée de la garantie. Elle n'entame pas non plus une nouvelle période de garantie.
5. Toute demande, particulièrement pour les dommages survenant en dehors de l'appareil, est exclue de la garantie tant que la responsabilité n'est pas ordonnée par la loi.
6. Nos conditions de garantie, qui couvrent les exigences et l'étendue de nos conditions de garantie, n'affectent pas les obligations de garantie contractuelles du revendeur.
7. Les pièces touchées par une usure normale ne sont pas couvertes par la garantie.
8. La garantie est nulle si l'appareil n'est pas utilisé correctement, s'il est utilisé dans des salles de gym, des centres de rééducation ou des hôtels. Même si la majorité de nos appareils est destinée à un usage professionnel, un accord distinct est obligatoire.

Instructions pour la protection de l'environnement



A la fin de sa durée de vie, ce produit ne peut pas être mélangé aux déchets ménagers, mais doit être remis dans un point de rassemblement pour recyclage de produits électriques et électroniques. Le symbole figurant sur le produit, l'emballage ou la notice d'utilisation en fait part.

Les matières sont réutilisables dépendant de leur marquage. Avec la réutilisation, le recyclage ou autres formes de valorisation de produits usagés, vous contribuez de manière importante à la protection de l'environnement. Veuillez vous informer auprès de votre municipalité quant aux centres de reprise.

Pour toute demande de réparations, d'accessoires ou de pièces de rechange, veuillez contacter :
info@skandika.com

Centre de service clients : MAX Trader GmbH, Wilhelm-Beckmann-Str. 19, 45307 Essen, Allemagne

Dans le cadre du travail continu d'amélioration des produits, nous nous réservons le droit de procéder à des modifications techniques et de design.

Vertrieb & Service durch:
MAX Trader GmbH
Wilhelm-Beckmann-Straße 19
45307 Essen
Deutschland



CE RoHS

WEE-Reg. Nr.
DE81400428