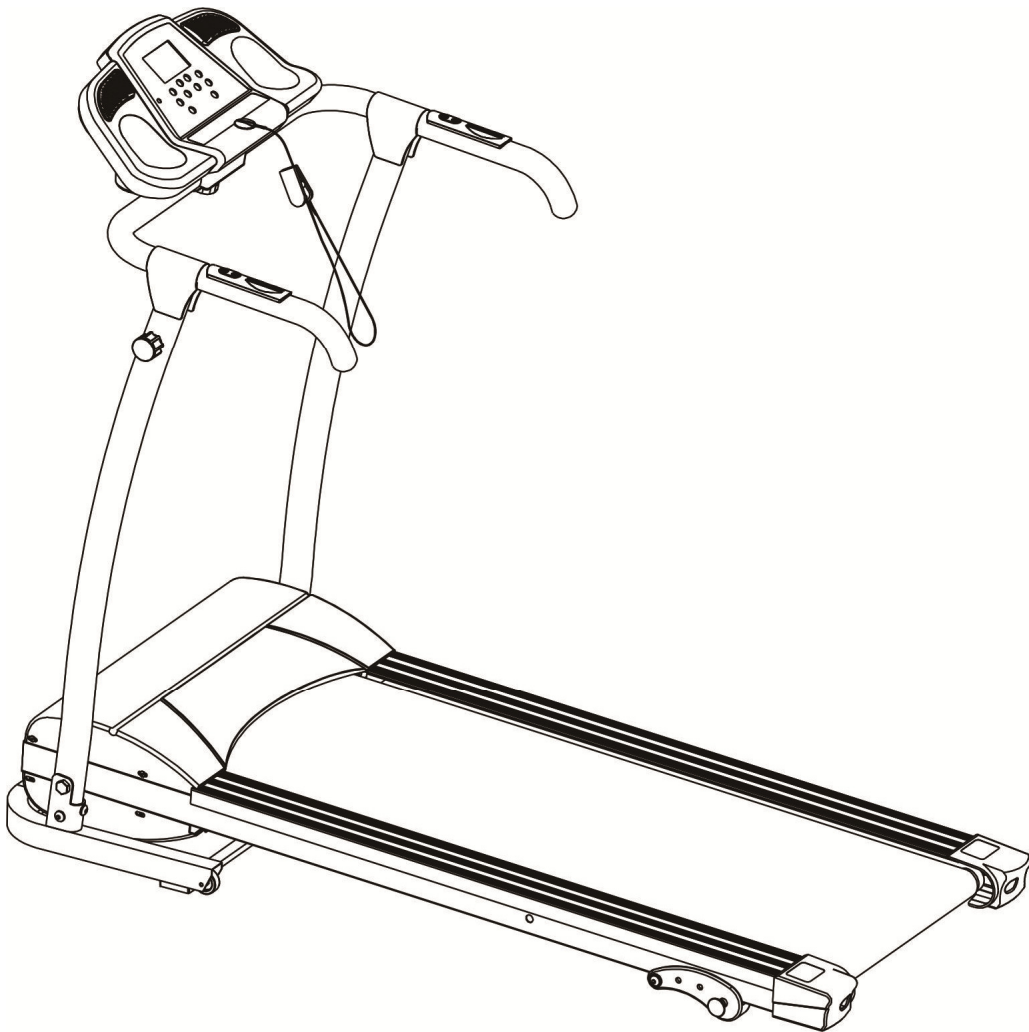


*Trekkrunner*TM

Löpband TR007



BRUKSANVISNING

Läs noggrant igenom bruksanvisningen och säkerhetsanvisningarna innan du använder maskinen.

INNEHÅLL

- 1. FÖRSIKTIGHET**
- 2. SÄKERHETSANVISNINGAR**
- 3. FÖRSIKTIGHET UNDER ANVÄNDNING**
- 4. TEKNISKA DATA**
- 5. MONTERINGSANVISNINGAR & LÅDANS INNEHÅLL**
- 6. KONTROLLPANEL & ANVÄNDARINSTRUKTIONER**
- 7. HOPFÄLLNING & UPPFÄLLNING**
- 8. SMÖRJNING AV LÖPBANDET MED SILIKONOLJA**
- 9. LUTNING**
- 10. JUSTERING AV LÖPBANDET**
- 11. DAGLIGT UNDERHÅLL**

1. FÖRSIKTIGHET

För att undvika skador, läs igenom bruksanvisningen noggrant innan du använder maskinen.



- Försök **ALDRIG** montera motionsbandet medan löpbandet rör sig.
- Försök **ALDRIG** gå av motionsbandet medan löpbandet rör sig.
- Försök **ALDRIG** använda motionsbandet om det är trasigt eller inte fungerar som det ska.
- Överansträng **INTE** dig själv, och träna inte tills du blir helt utmattad. Om du känner av smärta eller några onormala symptom, avbryt träningen omedelbart och kontakta din läkare.
- Starta **INTE** motionsbandet när det är hopfällt.
- Använd **INTE** motionsbandet i eller i närheten av vatten eller värmekällor. Undvik också att placera motionsbandet på någon tjockare matta.
- Använd **INTE** motionsbandet utomhus. Den här produkten ska endast användas inomhus.
- Placera **INTE** några föremål på motionsbandet, varken när det är stillastående eller när det är igång.
- Anslut **ALDRIG** någon extern strömkabel direkt till maskinen. Se till att maskinen är avstängd på ON/OFF-knappen på baksidan, innan du ansluter nätsladden till maskinen. När maskinen är säkert ansluten, kan du först sätta i nätsladden i vägguttaget, och därefter sätta på maskinen på ON/OFF-knappen på maskinens baksida. Att ansluta en extern strömkabel direkt till maskinens uttag på baksidan kan skada elektronikkomponenterna.
- Att förvara motionsbandet i ett kallt och fuktigt utrymme, som t.ex. i ett garage (utan konstant uppvärmning), kommer att öka risken för att elektronikkomponenterna skadas. Vi rekommenderar att du förvarar maskinen i ett torrt utrymme som har konstant uppvärmning.

2. SÄKERHETSANVISNINGAR

- Maskinen är inte lämplig att användas av barn under 14 år.
- Använd endast motionsbandet för dess avsedda ändamål enligt bruksanvisningens beskrivning.
- Barn, äldre och gravida rekommenderas att **INTE** använda motionsbandet.
- Montera och använd motionsbandet på ett stabilt, jämnt underlag. Placera det på minst 60 cm avstånd från väggar och möbler. Undersök maskinen före varje användning för att säkerställa att alla fästen sitter säkert på plats. Var noga med underhållet av motionsbandet och håll det i ett bra skick.
- Fel kan uppstå vid eventuella ostabila nätspänningar. Använd **INTE** annan kraftfull elektrisk utrustning, som t.ex. datorer eller luftkonditioneringsaggregat, i samma vägguttag som det där du har anslutit motionsbandet.
- Använd lämpliga träningskläder och tränings skor när du använder motionsbandet.
- Var försiktig när du faller ihop eller faller upp motionsbandet före och efter användning.
- Försök **INTE** utföra servicearbeten på motionsbandet själv, förutom det underhåll som beskrivs i bruksanvisningen. Motionsbandet innehåller inte några delar som kräver servicearbeten av användaren. Om du demonterar maskinen själv, blir inte bara garantin blir ogiltig, det kan också leda till allvarliga skador.

Håll både maskinen och maskinens nätsladd på avstånd från varma ytor.

3. FÖRSIKTIGHET UNDER ANVÄNDNING

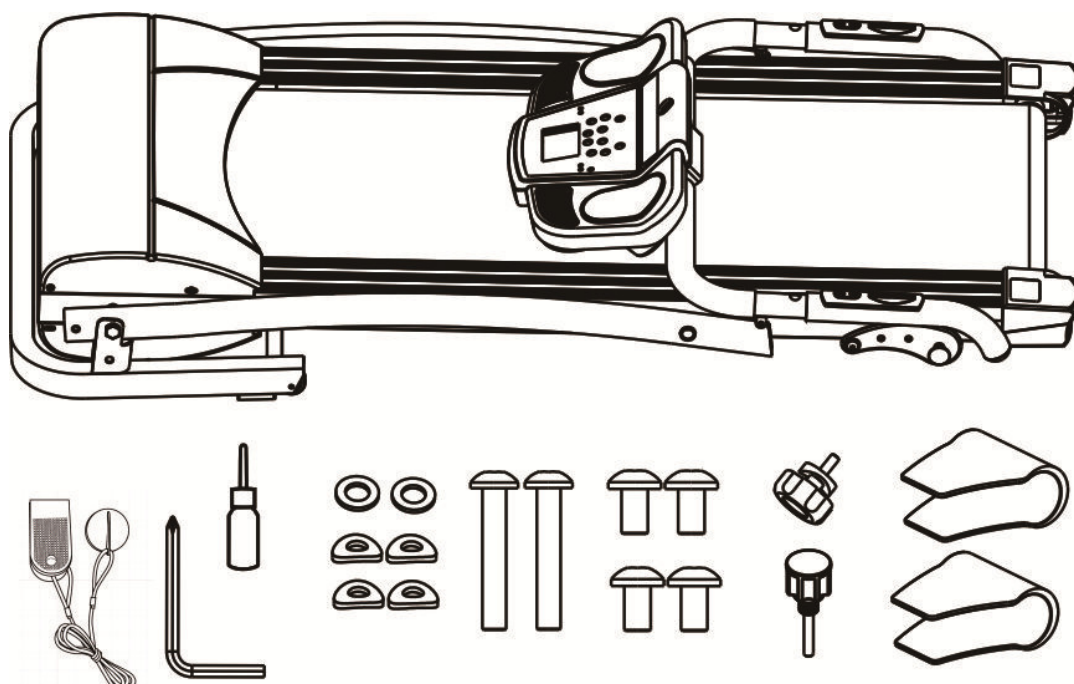
- Använd lämpliga träningskläder och tränings skor under träningen – använd inga löst sittande kläder. Sätt upp långt hår. Håll eventuella handdukar borta från löpytan. Motionsbandet stannar inte omedelbart om något föremål skulle fastna i löpbandet eller i rullarna.
- Om du börjar må dåligt under träningen, avbryt omedelbart och kontakta din läkare eller personliga tränare innan du fortsätter att träna.
- Var försiktig när du justerar hastighetsinställningen, gör det stegvis och försiktigt.
- Säkerhetsbandet måste vara fäst i midjenivå innan du påbörjar träningen. Säkerhetsbandet är anslutet till den gula knappen på konsolen. Om du upplever någon typ av svårighet under användning av motionsbandet, får du motionsbandet att stoppa omedelbart genom att antingen rycka hårt i säkerhetsbandet, eller genom ett snabbt tryck på **ON/OFF**-knappen.
- Kontrollera att maskinens löpband sitter som det ska innan du börjar använda maskinen.
- Justera **INTE** själva löpbandet när maskinen är påslagen eller används.
- Stäng av alla funktioner och dra ut stickkontakten ur vägguttaget efter användning.

4. TEKNISKA DATA

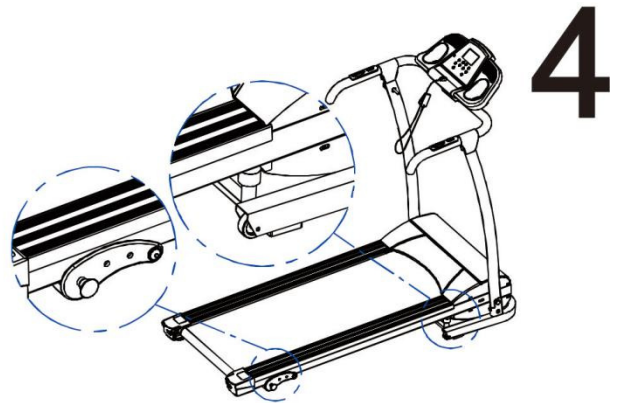
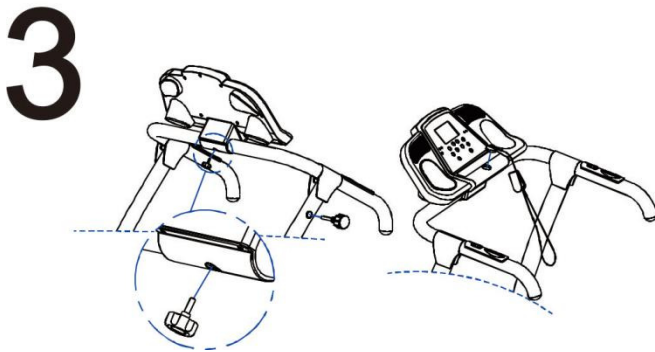
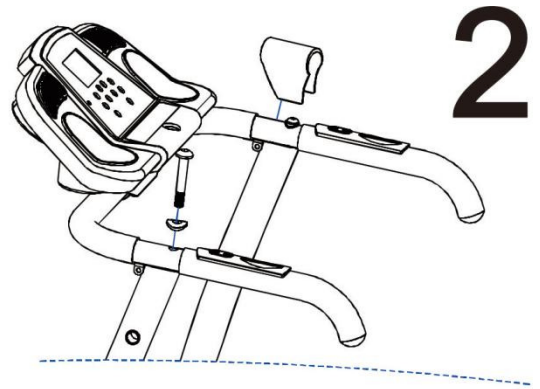
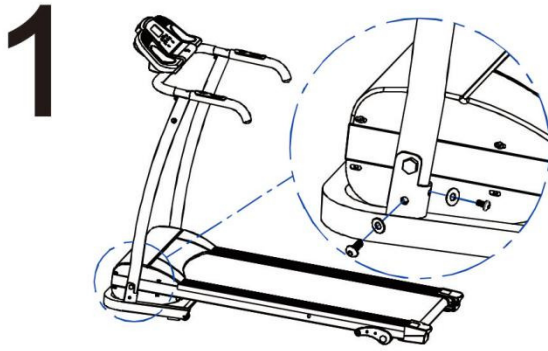
Produkt	TR007
Motoreffekt	0,85 hk
Spänning	230 V
Frekvens	50 Hz
Hastighetsområde	12 km/h
Användarens max. vikt	120 kg

5. MONTERINGSANVISNINGAR & LÅDANS INNEHÅLL

Kontrollera att allt innehåll finns med, innan du påbörjar monteringen av maskinen.



Monteringsanvisningar 1–4:



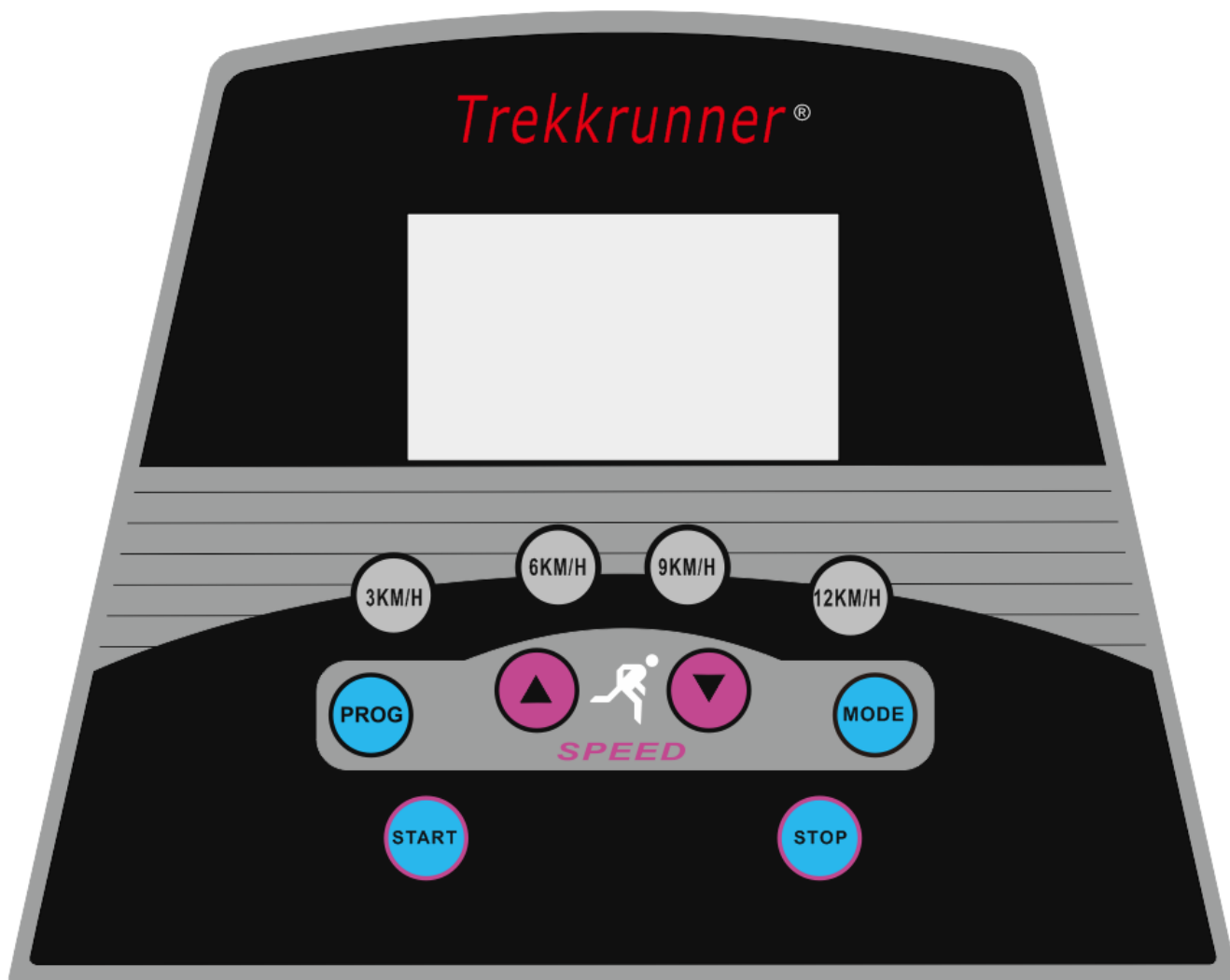
1. Ta fram de 4 korta skruvarna och brickorna ur reservdelspåsen. Sätt fast vänster och höger stolpe på basramen med skruvarna. Dra inte åt skruvarna förrän monteringen är klar.

2. Ta fram de 2 långa skruvarna och brickorna. Sätt fast panelen med skärmen på de upprättstående stolparna med skruvarna. Dra åt de långa skruvarna. Sätt därefter på skydden på handtagen. Innan du drar åt skruvarna, kontrollera att kablarna i den upprättstående stolpen inte kläms av skruvarna.

3. Sätt fast skärmen i en lämplig vinkel med M6-vredet och plastpackningen. Dra åt M6-vredet på den vänstra upprättstående stolpen. Sätt därefter fast säkerhetsbandet i skärmen.

4. Det fasta vredet längst ner på ramen kan vridas, baserat på hur ramen justeras. Se till att det fasta vredet håller fast ramen ordentligt. Avsluta därefter monteringen.

6. KONTROLLPANEL & ANVÄNDARINSTRUKTIONER



1. Kontrollera att den röda strömbrytaren på maskinens baksida är avstängd.
2. Sätt i stickkontakten i vägguttaget och i maskinens baksida.
3. Sätt på maskinen på den röda strömbrytaren.
4. Sätt i säkerhetsbandet framtill i skärmen. Fäst den andra änden av säkerhetsbandet i dina kläder och ställ dig på löpbandet med ansiktet mot konsolen.
5. Tryck på START-knappen, och maskinen startar vid hastigheten 1,0 km/h efter 3 sekunder.
6. Tryck på ▲-knappen för att öka hastigheten, och på ▼-knappen för att sänka hastigheten. Den högsta hastigheten är 12 km/h, och den lägsta är 1,0 km/h.
7. Tryck på MODE-knappen, och skärmen visar Distans, Tid och Kalorier.
8. Det finns 12 program (P1–P12). I läget PROG, tryck på PROG-knappen för att ställa in vilket program du vill använda. Tryck därefter på START-knappen för att starta maskinen.
9. Tryck på pulssensorerna och skärmen visar din puls.
10. Vänster handtag har START/STOPP-knappar. Höger handtag har snabbvalsknapparna - och + för att justera hastigheten.

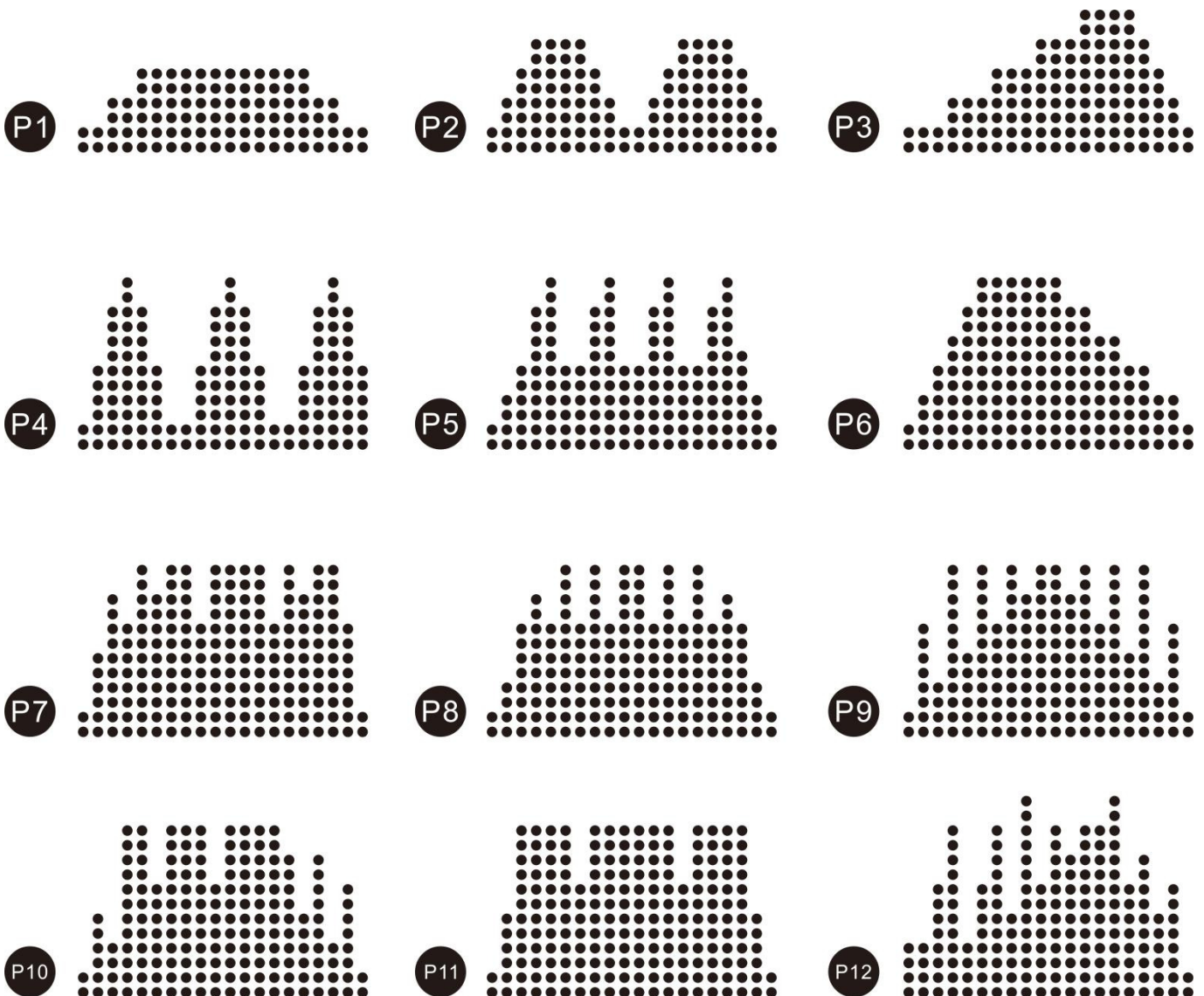
11. Vid nödsituationer, dra ut säkerhetsbandet. Maskinen kommer då att stanna väldigt långsamt.

12. För att få maskinen att stanna, kan du också trycka på STOPP.

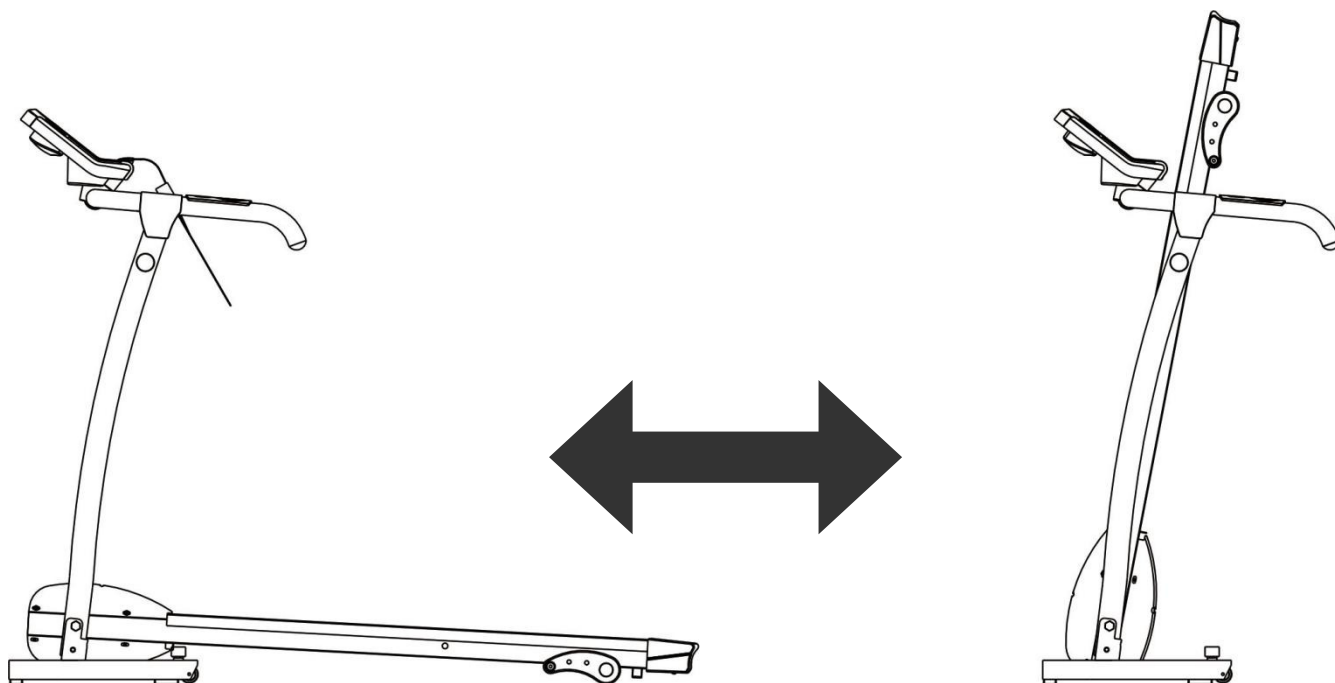
FÖRINSTÄLLDA PROGRAM X 12

Hastigheten och tiden för de förinställda programmen är fasta och går inte att ändra.

Standardtiden för de förinställda programmen är 30 minuter.



7. HOPFÄLLNING & UPPFÄLLNING



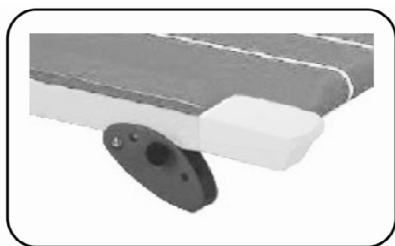
FÄLLA IHOP MASKINEN:

Kontrollera att maskinen är avstängd och att nätsladden är utdragen ut väggkontakten. Vrid på det fasta vredet och lyft därefter i löpbandsdelen för att fälla ihop maskinen. Dra ut plattformens spänningsskruv och släpp den igen för att låsa maskinen. Nu går maskinen att flytta för förvaring.

FÄLLA UPP MASKINEN:

Dra ut spänningsskruven, fäll därefter ner löpbandsdelen och lås maskinen med det fasta vredet. Nu kan du följa punkt **6. KONTROLLPANEL & ANVÄNDARINSTRUKTIONER** för att börja använda maskinen.

8. LUTNING



Motionsbandet har 3 manuella lutningsnivåer.

Justera lutningen med det fasta vredet innan du börjar träna.

9. SMÖRJNING AV LÖPBANDET MED SILIKONOLJA



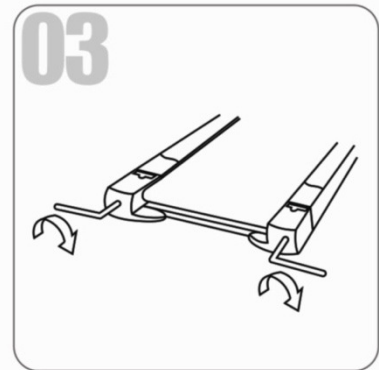
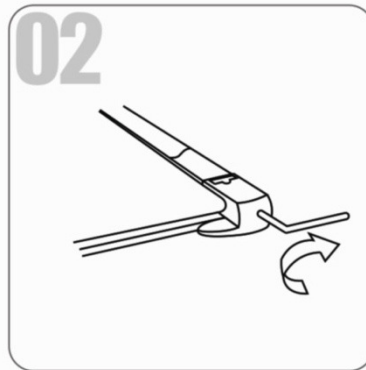
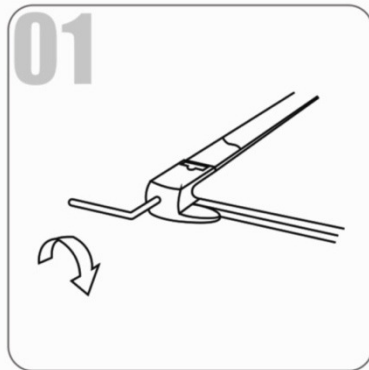
Lyft upp själva löpbandet. Applicera sedan silikonolja direkt på löpbandets undersida. Starta nu maskinen och låt den köra i 3 minuter utan någon last (stå alltså inte på maskinen). Vi rekommenderar att du smörjer löpbandet efter var 30:e arbetstimme.

Regelbundet underhåll förlänger livslängden på motionsbandet och förebygger skaderisken!

Vi rekommenderar starkt att du gör följande:

1. Stäng av maskinen och dra ut nätsladden ur vägguttaget efter varje användning, särskilt om det finns barn i hemmet.
2. Rengör ditt motionsband efter varje användning.
3. Använd en torr trasa för att torka av kontrollpanelen och områdena runt strömbrytaren. Använd en mjuk, ren trasa och ett mildt rengöringsmedel vid envisa fläckar och smuts på löpbandet.
4. Spänn löpbandet en gång i månaden.
5. Förvara ditt motionsband på en torr och säker plats på avstånd från värme och vatten.

10. JUSTERING AV LÖPBANDET



(1) Löpbandet drar åt vänster - Starta maskinen, ställ in hastigheten på 2–3 km/h utan last. Använd insexnyckeln för att vrida skruven 1/4 varv (se bild 1). Låt därefter maskinen gå utan last i 1–2 minuter. Upprepa proceduren tills löpbandet är centrerat.

(2) Löpbandet drar åt höger - Starta maskinen, ställ in hastigheten på 2–3 km/h utan last. Använd insexnyckeln för att vrida skruven 1/4 varv (se bild 2). Låt därefter maskinen gå utan last i 1–2 minuter. Upprepa proceduren tills löpbandet är centrerat.

(3) Löpbandet har fastnat - Om löpbandet inte rör sig, använd insexnyckeln för att vrida skruven 1/2 varv på både vänster och höger sida, tills löpbandet kommer loss och går att röra igen (se bild 3).

11. DAGLIGT UNDERHÅLL

1. Dra ut nätsladden ur vägguttaget innan du undersöker maskinen eller rengör den.
2. Rengör löpbandet och panelen efter användning och minst en gång i veckan.
3. Kontrollera och dra åt skruvar och vred om det behövs.
4. Häng inte kläder eller annat på maskinen.