RFE International LTD., 8 Clarendon Drive, Wymbush, Milton Keynes, MK8 8ED

UK: RFE Europa Ltd., 8 Clarendon Drive, Wymbush, Milton Keynes, MK8 8ED

techsupport@rfeinternational.com
+44 (0)800 440 2459

Europe: RFE Europa BV, Sarpharti Plaza, Rhijnspoorplein 10 – 38, Amsterdam, 1018 TX, Netherlands

techsupporteu@rfeinternational.com

ES: serviciotecnico@rfeinternational.com
+34 800 600 816

DE: techsupporteu@rfeinternational.com
+44 8006520525

APAC: R.F.E International Limited, K.C. HO & FONG, Solicitors & Notaries, 35th Floor, New World Tower 1, No. 18 Queen's Road Central, Hong Kong

techsupportapac@rfeinternational.com
Australia: techsupportaustralia@rfeinternational.com

China: 中国：迪步体育用品（上海）有限公司，上海市宝山区蕴川路512号4幢3层C座

techsupportchina@rfeinternational.com
021-64209505

USA: RFE Sporting Goods Inc., 1040 Crown Pointe Parkway NE, Suite 900, Atlanta, GA 30338, USA

techsupportusa@rfeinternational.com
+1 (800) 215 6216

ERS510T TREADMILL



RVER-10100

REEBOKFITNESS.INFO

V2_04.2026

(EN) WARNINGS

- The equipment is intended for home use only (HC). Do not use the equipment in any commercial, rental, or institutional setting
- The equipment should be used only by persons weighing **130kg/ 286.61lb** or less
- Use the equipment only as described in this manual. Consult your doctor before performing any exercise program
- Keep children and pets away from the device at all times
- This appliance can be used by children aged from 14 years and above and persons with reduced physical, sensory or mental capabilities or lack of experience and knowledge if they have been given supervision or instruction concerning use of the appliance in a safe way and understand the hazards involved
- Cleaning and user maintenance shall not be made by children under 14 years old
- Ensure the equipment is on a flat, stable and level surface with at least 0.6m of clear area surrounding the equipment
- Always wear appropriate exercise clothing and training shoes
- The safety level of the equipment can only be maintained if it is examined regularly for damage and wear. Replace defective components immediately and/or keep the equipment out of use until repaired. Pay special attention to components most susceptible to wear. All warnings and instructions must be read and followed prior to use
- Keep hair, body, and clothing free and clear of all moving parts
- If at any time during exercise you feel faint, dizzy, or experience pain, stop exercising immediately and consult your physician
- Over exercising may result in serious injury or death
- Keep the equipment indoors, away from moisture and dust. Do not put the equipment in a garage or covered patio, or near water
- If any of the adjustment devices are left projecting, they could interfere with the user's movement
- Heart rate monitoring system may be inaccurate
- Excessive exercise can lead to serious injury or death. Stop exercising immediately
- This equipment is for consumer use only
- Ensure a safety area of at least 2000mm x 1000mm behind the equipment
- A folded treadmill should not be operated
- Allow the running surface to come to a complete stop before folding
- The value of the A-weighted emission sound pressure level at the trainer's ear is around 56 dB(A), noise emission under load is higher than without load
- Obtain a medical exam before beginning any exercise program
- Read, understand, and test the emergency stop procedures before use
- It is recommended to keep the top side of the moving surface clean and dry
- This stationary training equipment is not suitable for high accuracy purposes
- This product is warranted to the original purchaser for two years against possible defects in material and workmanship and will only be covered in the country of purchase. Please retain your receipt as proof of purchase. Further details can be found at: https://www.reebokfitness.info/treadmill-warranty

CAUTION: The user is cautioned that changes or modifications not expressly approved by the party responsible for compliance could void the user's authority to operate the equipment.

IMPORTANT SAFETY INSTRUCTIONS

When using an electrical appliance, basic precautions should always be followed, including the following:

Read all instructions before using (this appliance).

DANGER

– To reduce the risk of electric shock and the injury from moving parts:

Always unplug this appliance from the electrical outlet immediately after using and before cleaning or servicing.

WARNING

- To reduce the risk of burns, fire, electric shock, or injury to persons:

1. **This appliance is not intended for use by persons with reduced physical, sensory or mental capabilities, or lack of experience and knowledge, unless they have been given supervision or instruction concerning use of the appliance by a person responsible for their safety. Keep children under the age of 13 away from this machine**
2. **Use this appliance only for its intended use as described in this manual. Do not use attachments not recommended by the manufacturer**
3. **Never operate the appliance with the air openings blocked. Keep the air openings free of lint, hair, and the like**
4. **Never drop or insert any object into any opening**
5. **Do not use outdoors. Household use only**
6. **Do not operate where aerosol (spray) products are being used or where oxygen is being administered**
7. **An appliance should never be left unattended when plugged in. Unplug from outlet when not in use, and before putting on or taking off parts**
8. **Never operate this appliance if it has a damaged cord or plug, if it is not working properly, if it has been dropped or damaged, or dropped into water. Return the appliance to a service center for examination and repair**
9. **Keep the cord away from heated surfaces**
10. **To disconnect, turn all controls to the off position, then remove plug from outlet**
11. **CAUTION: Risk of Injury to Persons – To Avoid Injury, use extreme caution when stepping onto or off of a moving belt.**
    READ INSTRUCTION MANUAL BEFORE USING
12. **Connect this appliance to a properly grounded outlet only. See GROUNDING INSTRUCTIONS**
13. **REMOVE CONTROL BOX (OR KEY, OR SAFETY PIN, AS APPLICABLE) WHEN NOT IN USE, AND STORE OUT OF REACH OF CHILDREN**
14. **Do not carry this appliance by supply cord or use cord as a handle**

SAVE THESE INSTRUCTIONS.

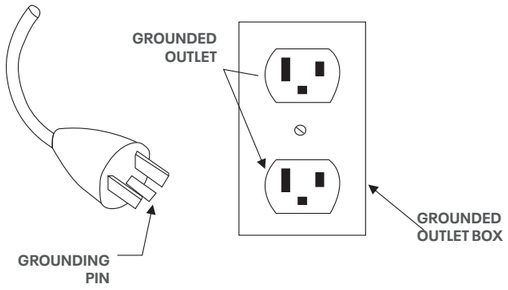
GROUNDING INSTRUCTIONS

This product must be grounded. If it should malfunction or breakdown, grounding provides a path of least resistance for electric current to reduce the risk of electric shock. This product is equipped with a cord having an equipment-grounding conductor and a grounding plug. The plug must be plugged into an appropriate outlet that is properly installed and grounded in accordance with all local codes and ordinances.

DANGER – Improper connection of the equipment-grounding conductor can result in a risk of electric shock. Check with a qualified electrician or serviceman if you are in doubt as to whether the product is properly grounded. Do not modify the plug provided with the product – if it will not fit the outlet, have a proper outlet installed by a qualified electrician.

This product is for use on a nominal 120-V circuit and has a grounding plug that looks like the plug illustrated in sketch A in Figure. Make sure that the product is connected to an outlet having the same configuration as the plug. No adapter should be used with this product.

GROUNDING METHODS



(FR) MISE EN GARDE

- Cet équipement est conçu pour un usage domestique uniquement (classe HC). N'utilisez pas cet équipement dans un environnement commercial, locatif ou institutionnel
- La machine ne doit être utilisée que par des personnes pesant **130kg/ 286.61lb** ou moins
- Conformez-vous aux instructions d'utilisation de ce manuel Consultez votre médecin avant de commencer un programme d'entraînement
- Tenez les enfants et les animaux domestiques éloignés de l'appareil à tout moment
- Cet appareil peut être utilisé par des enfants à partir de 14 ans et des personnes ayant des capacités physiques, sensorielles ou mentales réduites ou ayant un manque d'expérience et de connaissances s'ils ont été supervisés ou ont reçu des instructions concernant l'utilisation de l'appareil en toute sécurité et s'ils comprennent les dangers encourus
- Le nettoyage et l'entretien par l'utilisateur ne doivent pas être effectués par des enfants de moins de 14 ans
- Veiller à installer l'équipement sur une surface plane et stable en laissant au moins 0,6 m d'espace dégagé autour de l'appareil
- Portez toujours des vêtements et chaussures de sport appropriés
- Le niveau de sécurité de l'équipement ne peut être maintenu que si une inspection régulière est effectuée pour détecter les dommages et l'usure. Remplacez immédiatement les pièces défectueuses et/ou arrêtez d'utiliser l'équipement tant qu'il n'a pas été réparé. Accordez une attention particulière aux pièces les plus sujettes à l'usure. Tous les avertissements et instructions doivent être lus et suivis avant l'utilisation
- Gardez les cheveux, le corps et les vêtements à l'écart de toute pièce mobile
- Si pendant la séance vous ressentez une faiblesse, un étourdissement ou une douleur, cessez immédiatement tout effort et consultez votre médecin
- Un entraînement excessif peut provoquer des blessures graves, voire mortelles
- Installez la machine à l'intérieur, à l'abri de l'humidité et de la poussière. Ne l'installez pas dans un garage, sur une terrasse couverte ou à proximité de l'eau
- Si l'un des dispositifs d'ajustement est laissé saillant, il pourrait entraver les mouvements de l'utilisateur
- Le système de cardiofréquenc ression acoustique d'émission pondérée A à l'oreille du formateur est d'environ 56 dB(A), Le bruit est plus important avec que sans charge
- Passez un examen médical avant de commencer un programme d'exercices
- Lisez, comprenez et testez les procédures d'arrêt d'urgence avant utilisation
- Recommandations pour maintenir le dessus de la surface mobile propre et sec
- Cet équipement d'entraînement fixe n'est pas adapté à des fins de haute précision
- Ce produit est garanti à l'acheteur d'origine pendant deux ans contre d'éventuels défauts de matériaux et de fabrication et ne sera couvert que dans le pays d'achat. Veuillez conserver votre reçu comme preuve d'achat. De plus amples informations sont disponibles à l'adresse suivante: https://www.reebokfitness.info/treadmill-warranty

MISE EN GARDE: L'utilisateur est avisé que tout changement ou modification non expressément autorisés par la partie responsable de la conformité pourraient faire perdre à l'utilisateur son droit d'utiliser cet appareil.

CONSIGNES DE SÉCURITÉ IMPORTANTES

Lors de l'utilisation d'un appareil électronique, il faut toujours prendre des précautions de base, comme celles-ci:
Lire toutes les consignes avant l'utilisation (de cet appareil).

DANGER

- Pour réduire le risque de choc électrique et de blessure par des pièces mobiles:

Toujours débrancher l'appareil de la prise électrique immédiatement après utilisation et avant le nettoyage ou le service.

AVERTISSEMENT

- Pour diminuer le risque de brûlures, d'incendie, de décharge électrique ou de blessure au corps:

1. **Cet appareil n'est pas destiné à être utilisé par des personnes dont les capacités physiques, sensorielles ou mentales sont réduites, ou qui manquent d'expérience et de connaissances, à moins qu'elles ne soient surveillées et qu'elles reçoivent des instructions concernant l'utilisation de l'appareil par une personne responsable de leur sécurité. Garder les enfants de moins de 13 ans loin de cette machine**
2. **Utiliser cet appareil uniquement selon l'usage prévu décrit dans ce manuel. Ne pas utiliser d'accessoires non recommandés par le fabricant**
3. **Ne jamais utiliser cet appareil si les ouvertures d'air sont obstruées. Garder les ouvertures d'air libre de poussières, de cheveux et d'autres débris**
4. **Ne pas laisser tomber ni insérer d'objets dans toute ouverture**
5. **Ne pas utiliser à l'extérieur. Usage domestique seulement**
6. **Ne pas faire fonctionner où des produits en aérosol sont utilisés ou là où de l'oxygène est administré**
7. **Un appareil ne doit jamais être laissé sans surveillance lorsqu'il est branché. Débrancher la prise lorsqu'elle n'est pas utilisée, et avant de mettre ou d'enlever des pièces**
8. **Ne jamais utiliser cet appareil si le cordon ou la fiche sont endommagés, si l'appareil ne fonctionne pas correctement, s'il est tombé ou est abimé, ou s'il est tombé dans l'eau. Retourner l'appareil à un centre de service pour examen et réparation**
9. **Maintenir le cordon à l'écart des surfaces chauffées**
10. **Pour débrancher, mettre toutes les commandes en position d'arrêt, puis retirer la fiche de la prise**
11. **ATTENTION: Risque de blessure: Pour éviter toute blessure, soyez extrêmement prudent lorsque vous montez ou descendez d'une bande en mouvement. LIRE LE GUIDE D'INSTRUCTIONS AVANT DE L'UTILISER**
12. **Brancher uniquement l'appareil sur une prise de courant correctement mise à la terre. VOIR LES INSTRUCTIONS DE MISE À LA TERRE**
13. **RETIRER LE BOÎTIER DE COMMANDE (OU LA CLÉ, OU L'ÉPINGLE DE SÛRETÉ, SELON LE CAS) LORSQU'IL N'EST PAS UTILISÉ, ET LE RANGER HORS DE PORTÉE DES ENFANTS.REACH OF CHILDREN**
14. **Ne transportez pas cet appareil par le cordon d'alimentation et n'utilisez pas le cable comme poignée**

CONSERVER SES CONSIGNES.

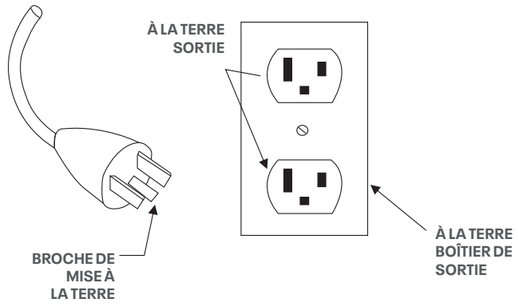
INSTRUCTIONS DE MISE À LA TERRE

Ce produit doit être mis à la terre. En cas de dysfonctionnement ou de panne, la mise à la terre fournit un chemin de moindre résistance pour le courant électrique afin de réduire le risque de choc électrique. Ce produit est équipé d'un cordon comportant un conducteur de mise à la terre et une fiche de mise à la terre. La fiche doit être branchée dans une prise appropriée, correctement installée et mise à la terre, conformément à tous les codes et ordonnances locaux.

DANGER – Une connexion incorrecte du conducteur de mise à la terre de l'équipement peut entraîner un risque de choc électrique. En cas de doute sur la mise à la terre de l'appareil, consultez un électricien ou un réparateur qualifié. Ne pas modifier la fiche fournie avec le produit : si elle ne convient pas à la prise, faites installer une prise appropriée par un électricien qualifié.

Ce produit est destiné à être utilisé sur un circuit nominal de 120V et possède une fiche de mise à la terre qui ressemble à la fiche illustrée dans le croquis A de la figure. S'assurer que le produit est connecté à une prise ayant la même configuration que la fiche. Aucun adaptateur ne doit être utilisé avec ce produit.

MÉTHODES DE MISE À LA TERRE



(ES) PRECAUCIÓN

- Este equipo está diseñado únicamente para ser utilizado en el hogar (uso doméstico - clase C). No utilice el equipo en ningún entorno comercial, institucional ni de alquiler
- El equipo solo debería ser utilizado por personas con un peso igual o inferior a **130kg/ 286.6lb**
- Utilice el equipo solo como se describe en este manual. Consulte con su médico antes de realizar cualquier programa de ejercicios
- Mantenga a los niños y mascotas alejados del dispositivo en todo momento
- Este aparato puede ser utilizado por niños a partir de los 14 años y personas con capacidades físicas, sensoriales o mentales reducidas o con falta de experiencia y conocimiento si han recibido supervisión o instrucciones sobre el uso del aparato de forma segura y comprenden los peligros que conlleva
- Los menores de 14 años no deben realizar tareas de limpieza y mantenimiento del usuario
- Asegúrese de que el equipo quede ubicado sobre una superficie plana, estable y nivelada, manteniendo despejada la zona alrededor del mismo en un radio de al menos 0,6 m
- Utilice siempre zapatillas de deporte y ropa de entrenamiento adecuadas
- Puede mantenerse el nivel de seguridad del equipo únicamente si se revisa de forma periódica en cuanto a daños y desgaste. Sustituya de inmediato los componentes defectuosos o mantenga el equipo fuera de servicio hasta que sea reparado. Preste especial atención a los componentes más propensos al desgaste. Se deben leer y seguir todas las advertencias e instrucciones antes de su uso
- Mantenga el pelo, el cuerpo y la ropa libres y despejados de todas las partes móviles
- Si en cualquier momento al hacer ejercicio se siente débil, mareado o siente dolor, deje de hacer ejercicio de inmediato y consulte con su médico
- Hacer ejercicio en exceso puede provocar lesiones graves o la muerte
- Mantenga el equipo en interiores, lejos de la humedad y del polvo. No coloque el equipo en un garaje o patio techado ni cerca del agua
- Si se deja sobresaliendo cualquiera de los dispositivos de ajuste, estos podrían interferir con el movimiento del usuario.
- El sistema de monitorización de la frecuencia cardíaca puede ser inexacto. El ejercicio excesivo puede provocar lesiones graves o la muerte. Interrumpa el ejercicio inmediatamente
- Este equipo es de uso exclusivo para el consumidor
- Asegúrese de que haya una zona de seguridad de al menos 2 m x 1 m detrás del equipo
- No se debe utilizar la caminadora si está plegada
- Deje que la superficie para caminar o correr se detenga por completo antes de plegarla
- El valor del nivel de presión acústica de emisión ponderada A en la oreja del formador es de unos 56 dB(A), El nivel de ruido es mayor con carga que sin ella
- Sométase a un examen médico antes de comenzar cualquier programa de ejercicios
- Lea, comprenda y pruebe los procedimientos de parada de emergencia antes de su uso
- Recomendaciones para mantener limpia y seca la parte superior de la superficie móvil
- Este equipo de entrenamiento fijo no es adecuado para fines que requieran una alta precisión
- Este producto tiene una garantía de dos años para el comprador original contra posibles defectos en los materiales y la fabricación, y solo estará cubierta en el país de compra. Conserve su recibo como prueba de compra. Encontrará más información en: https://www.reebokfitness.info/treadmill-warranty

PRECAUCIÓN: Se advierte al usuario de que los cambios o modificaciones no aprobados expresamente por la parte responsable del cumplimiento normativo podrían invalidar la autoridad del usuario para utilizar el equipo.

INSTRUCCIONES IMPORTANTES DE SEGURIDAD

Cuando se utiliza un aparato eléctrico, siempre deben seguirse las precauciones básicas, entre las que se incluyen las siguientes:
Lee todas las instrucciones antes de utilizar (este aparato).

PELIGRO

- Para reducir el riesgo de descarga eléctrica y lesiones por piezas móviles:
Siempre desenchufe el aparato de la toma de corriente inmediatamente después de utilizarlo y antes de limpiarlo o realizarle una reparación.

ADVERTENCIA

- A fin de disminuir el riesgo de que las personas sufran quemaduras, incendios, descargas eléctricas o lesiones se debe hacer lo siguiente:

1. **Este aparato no está diseñado para que lo utilicen personas con capacidades físicas, sensoriales o mentales reducidas, o con falta de experiencia y conocimientos, a menos que las supervise o instruya una persona responsable de su seguridad. Se debe mantener a los niños menores de 13 años alejados de esta máquina**
2. **Este aparato solo se debe utilizar para el uso previsto, tal y como se describe en este manual. No se deben usar accesorios no recomendados por el fabricante**
3. **No se debe poner en marcha el aparato si las salidas de aire están bloqueadas. Estas se deben mantener sin pelusas, pelos u elementos obstructores similares**
4. **No se debe dejar caer ni introducir ningún objeto en ninguna abertura**
5. **No se debe utilizar en ambientes al aire libre. Está destinado únicamente al uso doméstico**
6. **No se debe operar donde se utilicen productos en aerosol (espray) o donde se administre oxígeno**
7. **Nunca debe dejar el aparato desatendido cuando está enchufado. Desenchúfelo de la toma de corriente cuando no lo utilice y antes de agregarle o quitarle piezas**
8. **Nunca utilice el aparato si el cable o el enchufe están dañados, si no funciona correctamente, si se ha caído o averiado, o si se ha caído al agua. Lleve el aparato a un centro de servicio para que puedan examinarlo y repararlo**
9. **Mantenga el cable alejado de las superficies calientes**
10. **Para desconectar el aparato, gire todos los controles a la posición de apagado y, a continuación, desconecte el enchufe de la toma de corriente**
11. **PRECAUCIÓN: Riesgo de lesiones en personas. Para evitar lesionarse, extreme las precauciones al subir o bajar de una cinta en movimiento. Lea el manual de instrucciones antes de usar el aparato**
12. **Conecte este aparato únicamente a una toma de corriente con conexión a tierra. Consulte las instrucciones de conexión a tierra**
13. **RETIRE LA CAJA DE CONTROL (O LA LLAVE O EL PASADOR DE SEGURIDAD, SEGÚN CORRESPONDA) CUANDO NO LA UTILICE, Y GUÁRDELA FUERA DEL ALCANCE DE LOS NIÑOS**
14. **No transporte este aparato por el cable de alimentación ni utilice el cable como asa**

SE DEBEN GUARDAR ESTAS INSTRUCCIONES.

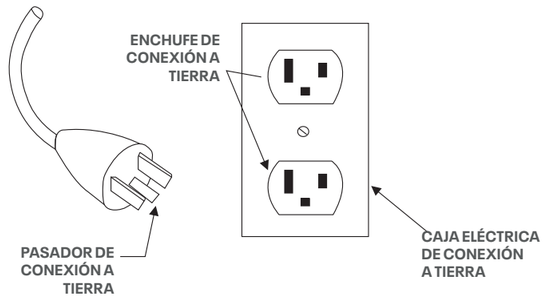
INSTRUCCIONES DE CONEXIÓN A TIERRA

Este producto debe estar conectado a tierra. En caso de mal funcionamiento o avería, la conexión a tierra proporciona una vía de menor resistencia a la corriente eléctrica para reducir el riesgo de una descarga eléctrica. Este producto cuenta con un cable con un conductor de conexión a tierra para el equipo y un enchufe de conexión a tierra. El enchufe debe conectarse a una toma de corriente adecuada que esté correctamente instalada y conectada a tierra de acuerdo con todos los códigos y ordenanzas locales.

PELIGRO – Si la conexión del conductor de conexión a tierra del equipo es incorrecta, puede provocar un riesgo de descarga eléctrica. Consulte a un electricista o técnico capacitado si tiene dudas sobre si el producto está correctamente conectado a tierra.
No modifique el enchufe provisto con el producto; si no encaja en la toma de corriente, pídale a un electricista capacitado que instale una toma de corriente adecuada.

Este producto debe utilizarse en un circuito nominal de 120 V y dispone de un enchufe de conexión a tierra similar al enchufe ilustrado en el esquema A de la figura. Asegúrese de que el producto esté conectado a una toma de corriente con la misma configuración que el enchufe. No debe utilizarse ningún adaptador con este producto.

MÉTODOS DE CONEXIÓN A TIERRA



(DE) ACHTUNG

- Das Gerät ist nur für den Heimgebrauch geeignet (Verwendungsklasse H, Genauigkeitsklasse C). Verwenden Sie das Gerät nicht zu gewerblichen, Vermietungs - oder institutionellen Zwecken
- Das Gerät sollte nur von Personen verwendet werden, die max. **130kg** wiegen
- Verwenden Sie das Gerät nur wie in dieser Anleitung beschrieben. Wenden Sie sich an Ihren Arzt, bevor Sie ein Trainingsprogramm durchführen
- Bewahren Sie das Gerät stets außerhalb der Reichweite von Kindern und Haustieren auf
- Dieses Gerät kann von Kindern ab 14 Jahren und Personen mit eingeschränkten physischen, sensorischen oder mentalen Fähigkeiten oder mit mangelnder Erfahrung bzw. mangelndem Wissen verwendet werden, wenn sie beaufsichtigt werden oder in die sichere Verwendung des Geräts eingewiesen wurden und die damit verbundenen Gefahren verstehen
- Reinigung und Wartung sollten nicht von Kindern unter 14 Jahren durchgeführt werden
- Stellen Sie sicher, dass sich das Gerät auf einer flachen, stabilen und geraden Oberfläche befindet und ein Mindestabstand von 0,6 m um das Gerät eingehalten wird
- Tragen Sie stets angemessene Sportbekleidung und Trainingsschuhe
- Das Sicherheitsniveau des Geräts kann nur gewährleistet werden, wenn es regelmäßig auf Beschädigungen und Verschleiß geprüft wird. Tauschen Sie defekte Teile umgehend aus bzw. benutzen Sie das Gerät erst wieder, wenn es repariert wurde. Achten Sie insbesondere auf verschleißanfällige Teile. Alle Warnungen und Anweisungen müssen vor dem Gebrauch gelesen und berücksichtigt werden
- Halten Sie Haare, Körper und Bekleidung von sämtlichen beweglichen Geräteteilen fern
- Sollten Sie sich zu einem beliebigen Zeitpunkt während Ihres Workout schwach fühlen, Ihnen schwindelig sein oder Sie Schmerzen verspüren, brechen Sie das Training umgehend ab und konsultieren Sie einen Arzt
- Übermäßiges Training kann zu ernsthaften Verletzungen oder zum Tod führen
- Stellen Sie das Gerät im Innenbereich an einem trockenen und staubfreien Ort auf. Stellen Sie es nicht in einer Garage, auf einer überdachten Veranda oder in der Nähe von Wasser auf
- Ragen Einstellgeräte aus dem Gerät heraus, können sie sich dadurch im Bewegungsbereich des Nutzers befinden
- Der Herzfrequenzmesser kann ungenaue Werte liefern. Übermäßiges Training kann zu ernsthaften Verletzungen oder zum Tod führen. Beenden Sie das Training umgehend
- Dieses Gerät ist nur für den privaten Gebrauch bestimmt
- Sorgen Sie hinter dem Gerät für einen Sicherheitsbereich von mind 2 m x 1 m
- Ein zusammengeklapptes Laufband sollte nicht bedient werden
- Lassen Sie die Lauffläche vor dem Zusammenklappen vollständig zum Stillstand kommen
- Die Geräuschemission ist unter Last höher als ohne Last [56 dB(A)]
- Dieses stationäre Trainingsgerät ist nicht für Präzisionszwecke geeignet
- Für dieses Produkt wird dem Erstkäufer eine Garantie von zwei Jahren gegen mögliche Material- und Verarbeitungsfehler gewährt, die nur im Land des Kaufs gilt. Bitte bewahren Sie Ihre Quittung als Kaufnachweis auf. Weitere Informationen finden Sie unter: https://www.reebokfitness.info/treadmill-warranty

Achtung: Der Benutzer wird davor gewarnt, dass Änderungen bzw. Modifikationen, die nicht ausdrücklich von der für die Einhaltung der Vorschriften verantwortlichen Partei genehmigt wurden, dazu führen können, dass der Benutzer die Berechtigung zum Betrieb des Geräts verliert.

(PT) ATENÇÃO

- O equipamento destina-se exclusivamente a utilização doméstica (Utilização doméstica, Classe C). Não utilize o equipamento em qualquer ambiente comercial, de aluguer ou institucional
- O equipamento deve ser utilizado apenas por pessoas com um peso igual ou inferior a **130kg** (**286.61lb**).
- Utilize o equipamento apenas conforme descrito neste manual. Consulte o seu médico antes de realizar qualquer programa de exercícios
- Mantenha sempre as crianças e os animais de estimação afastados do equipamento
- Este equipamento pode ser usado por crianças com 14 anos ou mais e por pessoas com capacidades físicas, sensoriais ou mentais reduzidas ou sem experiência nem conhecimentos se forem supervisionadas ou instruídas relativamente à sua utilização segura e compreenderem os perigos envolvidos
- A limpeza e a manutenção por parte do utilizador não devem ser realizadas por crianças com menos de 14 anos
- Certifique-se de que o equipamento é colocado numa superfície plana, estável e nivelada, com pelo menos 0,6 m de área livre à volta do mesmo
- Use sempre roupa e calçado de desporto adequados
- O nível de segurança do equipamento apenas pode ser garantido se este for regularmente inspecionado quanto a danos e desgaste. Substitua imediatamente componentes com defeito e/ou não use o equipamento enquanto não for reparado. Preste especial atenção aos componentes mais suscetíveis a desgaste. Todos os avisos e instruções têm que ser lidos e respeitados antes de qualquer utilização
- Mantenha o cabelo, o corpo e a roupa afastados de todas as peças móveis
- Se a qualquer momento durante a prática de exercício sentir sensação de desmaio, tonturas ou dores, interrompa imediatamente e consulte o seu médico
- O excesso de exercício pode resultar em lesões graves ou morte.
- Mantenha o equipamento no interior, num local sem humidade nem poeira. Não coloque o equipamento numa garagem ou pátio coberto, nem perto de água
- Se algum dos mecanismos de ajuste ficar saliente, poderá interferir com os movimentos do utilizador
- O sistema de monitorização do ritmo cardíaco pode não ser exato. O excesso de exercício pode resultar em lesões graves ou morte. Interrompa imediatamente a prática de exercício
- Este equipamento destina-se apenas à utilização pelo consumidor
- Garanta uma área de segurança de pelo menos 2000 mm x 1000 mm atrás do equipamento
- Não utilize a passadeira quando estiver dobrada
- Aguarde que a superfície de corrida pare completamente para dobrar a passadeira
- O valor do nível de pressão sonora de emissão ponderado A no ouvido do formador é de cerca de 56 dB(A)
- Este equipamento de treino fixo não é adequado para fins de elevada exatidão
- Este produto inclui uma garantia de dois anos para o comprador original contra possíveis defeitos materiais e de fabrico apenas aplicável no país onde a compra foi efetuada. Guarde a fatura como comprovativo de compra. Pode encontrar mais informações em: https://www.reebokfitness.info/treadmill-warranty

Atenção: adverte-se o utilizador para o facto de que quaisquer alterações ou modificações não expressamente aprovadas pela parte responsável pela conformidade poderão anular a autoridade do utilizador para operar o equipamento.

(NL) WAARSCHUWINGEN

- De apparatuur is alleen bedoeld voor thuisgebruik (HC). De apparatuur niet gebruiken in een commerciële, verhuur- of institutionele setting
- De apparatuur mag alleen worden gebruikt door personen die **130kg/ 286.61lb** of minder wegen
- Gebruik de apparatuur uitsluitend zoals beschreven in deze handleiding. Raadpleeg uw arts voordat u een trainingsprogramma uitvoert
- Kinderen en huisdieren uit de buurt van het toestel houden
- Dit apparaat kan worden gebruikt door kinderen van 14 jaar en ouder en personen met verminderde lichamelijke, zintuiglijke of geestelijke vermogens of gebrek aan ervaring en kennis als ze toezicht of instructie hebben gekregen met betrekking tot het veilig gebruik van het apparaat en de betrokken risico's begrijpen
- Reiniging en gebruikersonderhoud mag niet worden gedaan door kinderen jonger dan 14 jaar
- Zorg ervoor dat de apparatuur op een vlak, stabiel en effen oppervlak staat met ten minste 0,6 m vrije ruimte rond de apparatuur
- Draag altijd geschikte trainingskleding en trainingsschoenen
- Het veiligheidsniveau van de apparatuur kan alleen worden gehandhaafd als het regelmatig wordt gecontroleerd op schade en slijtage. Defecte onderdelen onmiddellijk vervangen en/of de apparatuur buiten gebruik houden tot het is gerepareerd. Let speciaal op onderdelen die het meest gevoelig zijn voor slijtage. Alle waarschuwingen en instructies moeten worden gelezen en gevolgd voorafgaand aan het gebruik
- Haar, lichaam en kleding vrij en uit de buurt van alle bewegende delen houden
- Als u op enig moment tijdens de training zwakte, duizeligheid of pijn ervaart, stop dan onmiddellijk met trainen en raadpleeg uw arts
- Overtraining kan leiden tot ernstig letsel of overlijden
- Houd de apparatuur binnenshuis, uit de buurt van vocht en stof. Plaats de apparatuur niet in een garage of overdekte patio, of in de buurt van water
- Als er verstelsystemen blijven uitsteken, kunnen ze de beweging van de gebruiker belemmeren
- Het hartslagmetersysteem kan onnauwkeurig zijn
- Overmatige training kan leiden tot ernstig letsel of overlijden. Stop onmiddellijk met trainen
- Deze apparatuur is alleen voor consumentengebruik
- Zorg voor een veiligheidszone van ten minste 2000mm x 1000mm achter de apparatuur
- Een ingeklapte loopband dient niet te worden gebruikt
- Laat het loopoppervlak volledig tot stilstand komen voordat u de loopband inklapt
- De waarde van het A-geclassificeerde afgegeven geluiddrukniveau bij het oor van de sporter is ongeveer 56 dB(A)
- Deze stationaire trainingsapparatuur is niet geschikt voor doelen met hoge nauwkeurigheid
- Dit product wordt gegarandeerd aan de oorspronkelijke koper gedurende twee jaar tegen mogelijke defecten in materiaal en afwerking en wordt alleen gedekt in het land van aankoop. Bewaar uw betalingsbewijs als bewijs van aankoop. Meer informatie is te vinden op: https://www.reebokfitness.info/treadmill-warranty

Attentie: De gebruiker wordt erop geattendeerd dat veranderingen of wijzigingen die niet uitdrukkelijk zijn goedgekeurd door de partij die verantwoordelijk is voor de naleving, de autoriteit van de gebruiker om de apparatuur te bedienen ongeldig kan maken.

(IT) AVVERTENZA!

- L'attrezzo deve essere utilizzato esclusivamente in ambiente domestico (HC). Non può essere noleggiato, né essere utilizzato per scopi commerciali o presso sedi istituzionali
- Il peso massimo consentito dell'utilizzatore è di **130kg**.
- Per l'utilizzo è necessario attenersi alle istruzioni riportate nel presente manuale. Consulta il tuo medico prima di svolgere qualunque programma di esercizi
- Tieni sempre lontani bambini e animali domestici
- L'attrezzo può essere usato da ragazzi con un'età minima di 14 anni e da persone con ridotte capacità fisiche, sensoriali o mentali o senza esperienza e conoscenza, soltanto previa supervisione e istruzione sull'uso dell'apparecchio in sicurezza e comprensione dei potenziali rischi
- Gli interventi di pulizia e manutenzione devono essere effettuati da persone di età superiore ai 14 anni
- Assicurati che l'attrezzo sia collocato su una superficie piana, stabile e livellata, prevedendo intorno ad esso uno spazio minimo di 0,6 m
- Per i tuoi allenamenti indossa sempre indumenti appropriati e scarpe da ginnastica
- Il livello di sicurezza dell'attrezzo può essere assicurato solo se viene regolarmente controllato per verificarne eventuali danneggiamenti o usura. Sostituisci immediatamente i componenti difettosi e non consentire l'accesso all'attrezzo fino ad avvenuta riparazione. I componenti maggiormente soggetti ad usura devono essere controllati con maggiore attenzione. Prima dell'utilizzo leggi con attenzione e segui tutte le avvertenze e istruzioni.
- Prima dell'utilizzo, fai attenzione che i capelli, le parti del corpo e gli indumenti non restino impigliati in parti in movimento
- Se durante la sessione dovessi avere vertigini, un mancamento o avvertire dolore, interrompi subito l'allenamento e chiama il tuo medico
- Esagerare nell'allenamento può causare serie lesioni o morte
- Tieni l'attrezzo in un locale chiuso, lontano dall'umidità e dalla polvere. Non posizionare l'attrezzo in garage, all'aperto anche se al coperto, o vicino all'acqua
- Se viene lasciato sporgere qualche dispositivo di regolazione potrebbe interferire con il movimento dell'utente.
- La frequenza cardiaca può non essere sempre monitorata con la necessaria precisione
- Sforzi eccessivi possono portare a gravi lesioni o anche alla morte. Interrompi subito l'allenamento.
- L'attrezzo è destinato esclusivamente all'uso privato
- Dietro l'attrezzo prevedere sempre uno spazio libero di almeno 2000 x 1000 mm
- Quando il tapis roulant è ripiegato non deve essere messo in funzione
- Prima di ripiegarlo, far avanzare la superficie di scorrimento fino all'arresto finale
- Sotto carico, le emissioni rumorose sono maggiori rispetto a quando non è caricato. [56 dB(A)]
- Questa attrezzatura fissa per l'allenamento non è idonea qualora si richieda un elevato grado di precisione
- Il prodotto è coperto per due anni da garanzia contro eventuali difetti di materiale e lavorazione per l'acquirente originale ed esclusivamente nel paese di acquisto. Conservare la ricevuta a riprova dell'avvenuto acquisto. Per ulteriori informazioni, consultare il sito: https://www.reebokfitness.info/treadmill-warranty

Attenzione: Si avverte l'utente che eventuali cambiamenti o modifiche non espressamente approvati dal responsabile della conformità possono invalidare la facoltà dell'utente a utilizzare l'apparecchiatura.

(ZH) 警告

- 该设备仅供家庭使用(HC)。请勿在任何商业、租赁或机构场所使用本设备
- 设备只能由体重在**130**公斤/**286.61**磅以下的人员使用
- 请按照本使用说明书的描述使用设备,在进行任何运动之前，请咨询您的医生
- 务必让儿童和宠物远离设备
- 器具不打算由存在肢体，感官或精神能力缺陷或缺少使用经验和知识的人 (包括儿童) 使用，除非有负责他们安全的人对他们进行与器具使用有关的监督或指导；应照看好儿童，确保他们不玩耍本器具
- 本产品旨在由成人用来进行体育锻炼，本产品不宜14岁以下的人使用
- 残障人士不得在没有合格人员协助的情况下使用设备
- 确保设备在一个平坦、稳定和水平的表面上，设备周围应至少留有0.6米的空间
- 使用设备时务必穿着合适的运动服和训练鞋
- 只有定期检查设备的损坏和磨损情况，才能保持设备的安全水平。立即更换有缺陷的部件和/或使设备停止使用直至修理。特别注意易磨损的部件。在使用前必须阅读并遵循所有警告和说明
- 务必使头发、身体和衣服远离活动部件
- 如果在运动过程中你感到疲劳、头晕或疼痛，立即停止运动并咨询医生
- 过度运动可能导致严重的伤害或死亡
- 请将设备放置在室内，远离湿气、灰尘。不要把设备放在车库或有盖的天井，或靠近水
- 如果任何设备调整装置是突出的，它们可能会干扰用户的移动
- 心率监测系统只能作为运动辅助工具。 用于确定心率的大体趋势，读数可能不是很精确，过度运动可导致严重的伤害或死亡，请立即停止运动
- 此设备仅供消费者使用
- 运动前请充分热身
- 确保跑步机后方应留有至少2000 mm x 1000 mm的空间
- 跑步机处于折叠状态时，不允许被使用
- 务必在跑带完全停止后，折叠跑步机
- 训练者耳朵处的A加权声压级值约为56 dB (A) 。负载下的噪声排放高于无负载时的噪声排放
- 针对材料和工艺方面可能存在的缺陷，本产品对原始购买者提供两年质保，并且仅在购买国境内提供质保。请保留您的收据作为购买凭证。更多详情请访问: https://www.reebokfitness.info/treadmill-warranty

警告:警告用户，未经遵守责任方明确批准的更改或修改可能使用户操作设备的权限失效。

(JA) 注意

- 機器は家庭用として（HC）のみ意図されています。機器を営利的な、レンタル、あるいは施設の設定で使用しないでください
- 機器は体重が**130kg/ 286.61lb** 以下の人しか使用すべきではありません 機器を本マニュアルの中で記述されているようにのみ使用してください。何らかの運動プログラムを行う前に、医者に相談してください
- いつでも、子供とペットを装置に近づけないでください
- この装置は、装置の安全な使用に関する監督または説明を受け、関係する危険を理解している14歳以上の子供や、身体能力、感覚能力、あるいは精神能力が劣った人、あるいは経験や知識がない人が使用することができます
- クリーニングやユーザーメンテナンスは、14歳未満の子供が行ってはいけません
- 機器を必ず、平らな、安定した水準面の上に、機器の周りのエリアから最低、0.6m 離して置いてください
- いつも適切な運動用衣服を着、トレーニング用靴を履いてください
- 機器の安全レベルは、損傷や摩耗がないかどうかを定期的に検査する場合のみ、維持することができます。欠陥があるコンポーネントは即座に交換し、および/あるいは、機器が修理されるまで使用しないでください。接続点など、最も摩耗しやすいコンポーネントに特に注意を払ってください。ご使用前に、すべての警告と使用説明を読み、従ってください
- 髪、身体、衣服がすべての可動部分に巻き込まれないように、注意してください
- 運動中にめまいがしたり、フラフラしたり、あるいは痛みを感じるときはいつでも即座に運動をやめ、医師にみてもらってください
- 過剰な運動をすると、大怪我や死をもたらす可能性があります
- 機器を常に屋内に置き、湿気や埃から守ってください。機器をガレージや、屋根のある中庭、あるいは水のそばで使用しないでください
- 調節デバイスのどれかが突き出たままになっていると、ユーザーの動きと干渉する可能性があります
- 心拍数監視システムは不正確かもしれません。 過剰な運動をすると、大怪我や死をもたらす可能性があります。即座に運動をやめてください
- この機器は民生用にのみ利用してください
- 機器の後ろに少なくとも 2000 mm x 1000 mm の安全エリアを確保してください
- たたまれたトレッドミルは作動させるべきではありません
- たたむ前に、ランニングベルトが完全に止まるのを待ってください
- トレーナーの耳でのA 加重放出音圧レベルの値は、およそ 56 dB(A) です
- この製品は当初の購入者に対して、2 年間、材料と細工における あるかもしれない欠陥に対して保証されており、 購入された国でのみカバーされます。購入の証明として、 レシートをとっておいてください。詳細は次をご覧ください: https://www.reebokfitness.info/treadmill-warranty

注意: 準拠に対して責任のある当事者によってはっきりと承認されていない変更、または修正を行うと、機器を運転するユーザーの資格が無効になるかもしれないことに注意してください。

(KO) 주의

- 본 장비는 가정용으로 제작되었습니다 (가정용 C 클래스). 업체나 대여 서비스, 공공장소 등에서 사용해서는 안 됩니다
- 본 장비는 체중이 **130kg** 이하인 사람만 사용 가능합니다.
- 매뉴얼에 명시된 방식으로만 장비를 활용해야 합니다. 운동 프로그램을 시작하기 전, 의사에게 문의하시기 바랍니다
- 어린이와 애완동물이 절대 기기 가까이 오지 않도록 합니다
- 본 기기 사용으로 수반될 수 있는 위험을 이해하고 안전하게 기기를 사용할 수 있도록 감시하거나 설명해줄 수 있는 환경이 사용자에게 주어진다는 조건 하에서, 본 기기는 14세 이상의 어린이는 물론 신체나 감각, 정신적 능력이 저하되었거나 경험, 지식이 부족한 사람도 이용 가능합니다
- 14세 미만의 어린이가 기기를 청소하고 유지보수에 참여해서는 안 됩니다
- 기울어지지 않은 편평하고 안정적인 표면에 기기를 두되, 주변에 최소 0.6m의 여유 공간을 둡니다
- 항상 적합한 운동복과 운동용 신발을 착용하시기 바랍니다
- 손상이나 마모된 부분이 있는지 정기적으로 검사를 받은 경우에만 기계의 안전이 보장됩니다. 하자가 발견된 부품은 즉각 교체하거나 수리가 완료될 때까지 기계 사용을 중단합니다. 소모가 많이 되는 부품에 특히 주의를 기울이십시오. 경고사항과 안내문을 모두 읽고 숙지한 후 제품을 사용하시기 바랍니다
- 머리카락과 신체, 옷이 작동 중인 제품에 가까이 닿지 않도록 합니다
- 운동 도중 현기증을 느끼거나 통증 발생 시 운동을 즉각 중단하고 의사의 진찰을 받으시기 바랍니다
- 과도한 운동으로 중상을 입거나 사망에 이를 수 있습니다
- 습기와 먼지가 없는 실내에서 장비를 보관합니다. 차고나 정원 파티오, 물 근처에서 장비를 보관하지 마십시오
- 조절 장치 중 어느 한가지라도 돌출된 상태로 내버려두면, 운동에 방해가 될 수 있습니다
- 심장박동수 모니터링 기기의 수치가 정확하지 않을 수 있습니다. 과도한 운동으로 중상을 입거나 사망에 이를 수 있습니다. 운동을 즉각 중단하십시오
- 본 장비는 소비자 용도로 한정합니다
- 사용자의 귀에 전달되는 A 웨이트 배출 음압 레벨은 대략 56데시벨(A) 입니다
- 장비 뒤쪽으로 최대 2000mm x 1000mm의 안전 공간을 확보합니다
- 트레드밀을 접어둔 상태에서 가동해서는 안 됩니다
- 작동이 완전히 멈춘 상태에서 기기를 접어야 합니다
- 본 제품의 소재와 제조 공정상의 결함이 있는 경우 최초 구매자에 한해 2년간 품질 보증을 해드리며 구매 국가에서만 적용 가능합니다. 영수증을 구매 증거 자료로 보관해 주시기 바랍니다. 자세한 정보는 여기에서 참조하세요: https://www.reebokfitness.info/treadmill-warranty

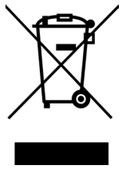
주의: 제품의 규정을 담당하는 당국이 명확히 승인한 방식이 아님에도 제품을 변경 혹은 개조하는 경우 본 장비의 정당한 사용자 자격이 박탈될 수 있습니다.

(AR) تنبيه

- الجهاز مخصص للاستخدام المنزلي فقط (HC). يُحظر استخدام الجهاز في أي بيئة تجارية أو إيجارية أو مؤسسية
- ينبغي ألا يستخدم الجهاز سوى الأشخاص الذين لا يتجاوز وزنهم 130 كجم / 286.61 رطلًا.
- لا تستخدم الجهاز إلا على النحو الموضّح في هذا الدليل. استشر طبيبك قبل أداء أي برنامج تدريبي
- احرص على إبعاد الأطفال والحيوانات الأليفة عن الجهاز طوال الوقت
- يمكن للأطفال الذين تتراوح أعمارهم بين 14 عامًا فما فوق والأشخاص الذين يعانون من ضعف القدرات الجسدية، أو الحسية، أو العقلية أو من نقص الخبرة والمعرفة، استخدام هذا الجهاز، إذا كانوا تحت الإشراف أو إذا حصلوا على توجيهات تتعلق باستخدام الجهاز بطريقة آمنة، وإذا كانوا على علم بالمخاطر الموجودة
- يُحظر على الأطفال دون عمر 14 عامًا تولي أعمال التنظيف والصيانة المقتصرة على المستخدم
- احرص على وضع الجهاز على سطح مسطح ومستقر مع توفير مساحة خالية محيطة بالجهاز مقدارها 0.6 متر على الأقل
- ارتدِ ملابس وأحذية التدريب المناسبة دومًا
- يمكن الحفاظ على مستوى سلامة الجهاز إذا تم فحصه بانتظام للتحقق من عدم وجود تلف أو اهتراء. استبدل المكونات التالفة على الفور و/أو لا تستخدم الجهاز حتى يتم تصليحه. يُرجى الانتباه الشديد للمكونات سريعة التآكل. لا بد من قراءة كل التحذيرات والتعليمات واتباعها قبل الشروع في الاستخدام
- أبقِ الشعر والجسم والملابس بعيدة عن كل الأجزاء المتحركة
- إذا شعرت خلال التدريب بالإغماء أو الدوخة أو الألم، فتوقّف عن ممارسة التدريب فورًا واستشر طبيبك
- قد يؤدي الإفراط في التدريب إلى إصابات خطيرة أو الموت
- أبقِ الجهاز داخل المنزل، بعيدًا عن الرطوبة والتراب. لا تضع الجهاز في مرآب أو فناء مغطّى، أو بالقرب من الماء
- إذا تركت أي من معدات الضبط بارزة، فقد تتداخل مع حركة المستخدم
- قد يكون نظام مراقبة سرعة القلب غير دقيق
- يمكن للإفراط في التدريب أن يسبب إصابة بالغة أو الوفاة. أوقف التدريب على الفور
- احرص على ترك مسافة أمان لا تقل عن 2000 × 1000 ملم خلف الجهاز
- تبلغ قيمة مستوى ضغط الصوت الانبعاثي المرجح أ عند أذن المدرب حوالي 56 ديسيبل (أ)
- يحظر تشغيل المشاية الكهربائية وهي مطوية.
- اترك سطح الركض حتى يتوقف تمامًا قبل طيّ الجهاز.
- يأتي هذا المنتج بضمان للمشتري الأصلي لمدة عامَين ضد العيوب المحتملة في الخامات والصناعة، ولن يغطيه الضمان إلا في بلد الشراء. يُرجى الاحتفاظ بالإيصال كدليل على الشراء. يمكن العثور على مزيد من التفاصيل في:

https://www.reebokfitness.info/treadmill-warranty

تنبيه: ننبه المستخدم إلى أن إجراء أي تغييرات أو تعديلات غير معتمدة صراحة من الطرف المسؤول عن الامتثال يمكن أن يؤدي إلى إلغاء تفويض المستخدم بتشغيل الجهاز.



(EN) WEEE logo this symbol on a product means that the product is covered by European Directive 2012/19/EU.

The Bluetooth® word mark and logos are registered trademarks owned by Bluetooth SIG, Inc. and any use of such marks by RFE International is under license.

Operation frequency of dongle = 10 MHz to 300 GHz and Max. transmitted RF power = 0.632 mW

Hereby, R.F.E International Ltd declares that the radio equipment type "Motorized Treadmill" is in compliance with Directive 2014/53/EU. The full text of the EU declaration of conformity is available at the following internet address: https://library.rfeinternational.com/RVER-10100_ERS_510T_Treadmill_DOC.docx

(FR) Logo DEEE. Ce symbole sur un produit signifie que le produit est couvert par la directive européenne 2012/19/UE.

La marque verbale et les logos Bluetooth sont des marques déposées appartenant à Bluetooth SIG, Inc. et toute utilisation de ces marques par RFE International se fait sous licence.

Fréquence de fonctionnement du dongle = 10 MHz à 300 GHz et puissance RF maximale transmise = 0,632 mW

Par la présente, RFE International Ltd, déclare que l'équipement radio du type « Tapis roulant motorisé » est conforme à la directive 2014/53/UE. Le texte complet de la déclaration UE de conformité est disponible à l'adresse internet suivante: https://library.rfeinternational.com/RVER-10100_ERS_510T_Treadmill_DOC.docx

(ES) Logotipo WEEE [o «RAEE»: residuos de aparatos eléctricos y electrónicos]. Cuando este símbolo aparece en un producto significa que el producto se rige por la Directiva Europea 2012/19/UE.

Los logotipos y marca denominativa Bluetooth® son marcas registradas propiedad de Bluetooth SIG, Inc. y cualquier uso de tales marcas por parte de RFE International se efectúa bajo licencia.

Frecuencia operativa del dongle (dispositivo de bluetooth) = 10 MHz a 300 GHz y máxima potencia de RF transmitida = 0,632 mW

Por la presente, R.F.E International Ltd declara que el tipo de equipo de radio ""Cinta de correr motorizada"" cumple con la Directiva 2014/53/UE. El texto completo de la declaración UE de conformidad está disponible en la dirección de Internet siguiente: https://library.rfeinternational.com/RVER-10100_ERS_510T_Treadmill_DOC.docx

(DE) WEEE-Etikett: Diese Kennzeichnung bedeutet, dass das Produkt unter die EU-Richtlinie 2012/19/EU fällt.

Die Bluetooth®-Wortmarke und -Logos sind eingetragene Markenzeichen im Eigentum von Bluetooth SIG, Inc. und jegliche Verwendung dieser Markenzeichen von RFE International erfolgt unter Lizenz.

Betriebsfrequenz des Dongles = 10 MHz bis 300 GHz und max. übermittelte Sendeleistung = 0,632 Mw

Hiermit erklärt, R.F.E International Ltd, dass der Funkanlagetyp „Motorisiertes Laufband" der Richtlinie 2014/53/EU entspricht. Der vollständige Text der EU-Konformitätserklärung ist unter der folgenden Internetadresse verfügbar: https://library.rfeinternational.com/RVER-10100_ERS_510T_Treadmill_DOC.docx

(NL) AEEA-logo dit symbool op een product betekent dat het product valt onder de Europese richtlijn 2012/19/EU.

De Bluetooth® woordmarkering en logo's zijn geregistreerde handelsmerken in eigendom van Bluetooth SIG, Inc. en ieder gebruik van deze markeringen door RFE International is onder licentie.

Bedrijfsfrequentie van dongle = 10 MHz tot 300 GHz en Max. uitgezonden RF-vermogen = 0,632 mW

Hierbij verklaart R.F.E International Ltd dat de radio-apparatuur type "gemotoriseerde loopband" in naleving is van Richtlijn 2014/53/EU. De volledige tekst van de EU-conformiteitsverklaring is beschikbaar op het onderstaande internetadres: https://library.rfeinternational.com/RVER-10100_ERS_510T_Treadmill_DOC.docx

(IT) Logo RAEE Questo simbolo apposto su un prodotto indica che il prodotto è conforme alla Direttiva europea 2012/19/UE.

Il marchio e i loghi Bluetooth® sono marchi registrati di proprietà Bluetooth SIG, Inc. e ogni uso di tali marchi da parte di RFE International è concesso su licenza.

Frequenza di funzionamento dongle = da 10 MHz a 300 GHz e potenza RF massima trasmessa = 0,632 mW

R.F.E International Ltd dichiara qui che l'apparecchiatura radio tipo "Tapis roulant motorizzato" è conforme alla direttiva 2014/53/UE. Il testo completo della Dichiarazione di conformità UE è disponibile al seguente indirizzo internet: https://library.rfeinternational.com/RVER-10100_ERS_510T_Treadmill_DOC.docx



(PT) Logótipo WEEE (REEE –resíduos de equipamentos elétricos e eletrónicos). Este símbolo num produto significa que o produto é abrangido pela Diretiva Europeia 2012/19/UE.

A marca nominativa e os logótipos Bluetooth® são marcas registadas detidas pela Bluetooth SIG, Inc. e qualquer utilização dessas marcas pela RFE International está sujeita a licença.

Frequência de operação do dongle de bluetooth = 10 MHz to 300 GHz e potência maxima de RF transmitida= 0.632 mW

Por este meio, a R.F.E International Ltd declara que o presente tipo de equipamento de rádio "Passadeira Motorizada" está em conformidade com a Diretiva 2014/53/UE. O texto completo da declarção de conformidade da UE está disponível no seguinte endereço de Internet: https://library.rfeinternational.com/RVER-10100_ERS_510T_Treadmill_DOC.docx

(ZH) 产品上的WEEE标志表示该产品符合欧盟指令2012/19/EU。

蓝牙®文字标志和徽标是由蓝牙SIG, Inc.拥有的注册商标，RFE International对这些 标志的任何使用都是经过许可的。

在此，RFE international声明本产品符合指令2014/53/EU的基本要求和其他相关规定。

(JA) WEEE ロゴ。製品上のこのシンボルは製品が欧州指令 2012/19/EU によってカバーされていることを意味します。

Bluetooth® ワードマークとロゴは、Bluetooth SIG, Inc. が所有する登録商標であり、RFE インターナショナルによるそのようなマークのどんな使用も許可を得ています。

この結果、RFE インターナショナルが、この製品が指令 2014/53/EU の本質的な必要条件と他の関連する規定に応じていることを宣言しています。

(KO) WEEE 로고- 제품에 본 표시가 붙은 것은 해당 제품이 유럽 지침 2012/19/EU를 준수하고 있음을 뜻합니다.

Bluetooth® 글자 마크와 로고는 Bluetooth SIG, Inc. 소유 등록상표이며 RFE 인터내셔널은 라이센스 계약에 따라 해당 마크를 사용합니다.

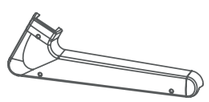
이에 따라 RFE 인터내셔널은 본 제품이 지침 2014/53/EU의 핵심 조건은 물론 기타 관련 조항을 준수함을 선포합니다.

(AR)

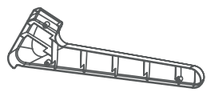
الموحود على المنتج أن المنتج خاضع للتوحيه الأوروبي WEEE يُقصد بالشعار 2012/19/EU.

وشعاراتها علامات تحارية مُسجّلة مملوكة Bluetooth® العلامة المكتوبة وأي استخدام لهذه العلامات من طرف شركة Bluetooth SIG, Inc. لشركة RFE يحب أن يكون بموجب ترخيص منها International.

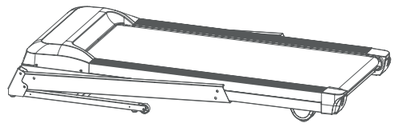
العالمية أن هذا المنتج مطابق للمتطلبات الأساسية RFE وبناء عليه، تصرح شركة 2014/53 وغيرها من الشروط ذات الصلة بالتوحيه/EU.



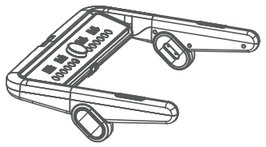
A-2



A-3



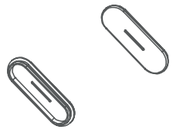
B



E



E-3



E-16 x2

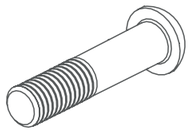
E-24



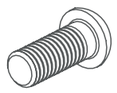
G-1



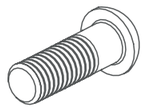
G-2



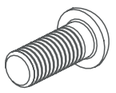
A-7 M8*45 x2



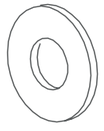
D-3 M8*15 x4



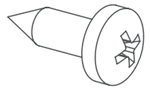
E-20 M6*30 x2



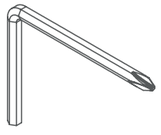
A-12 x2



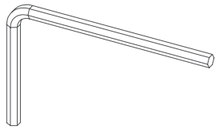
A-9 Ø8 x4



A-11 x6

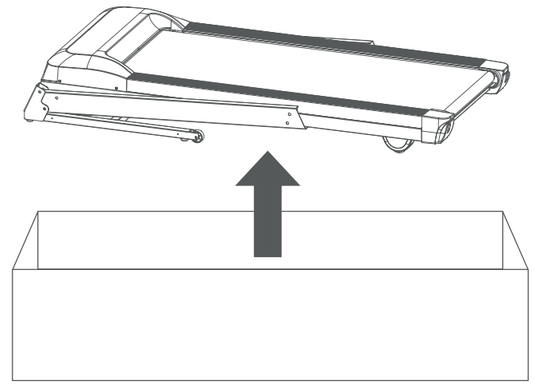


G-3 6mm



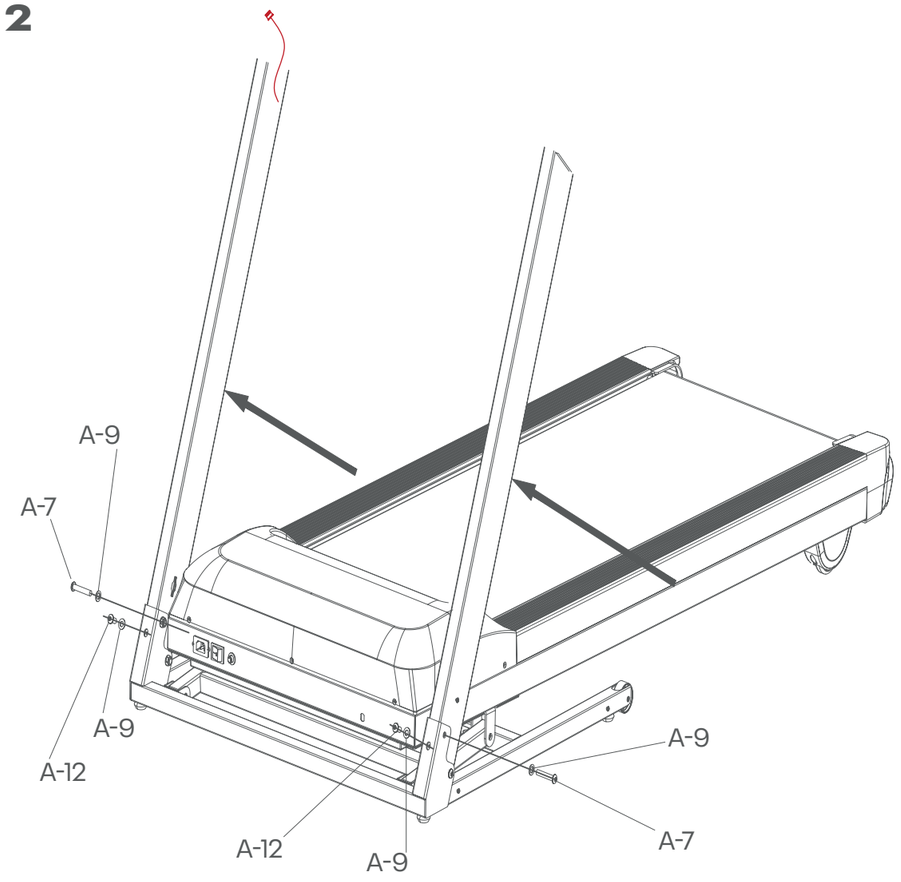
G-4 5mm

1



x2

2



x2



A-7 M8*45 x2



A-9 Ø8 x4

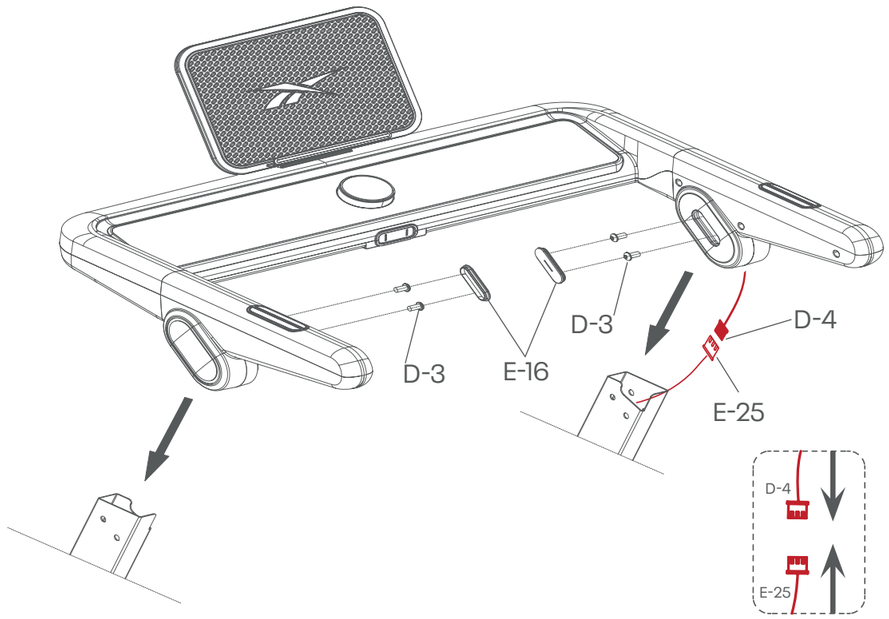


A-12 M8*15 x2



G-3 6mm

3



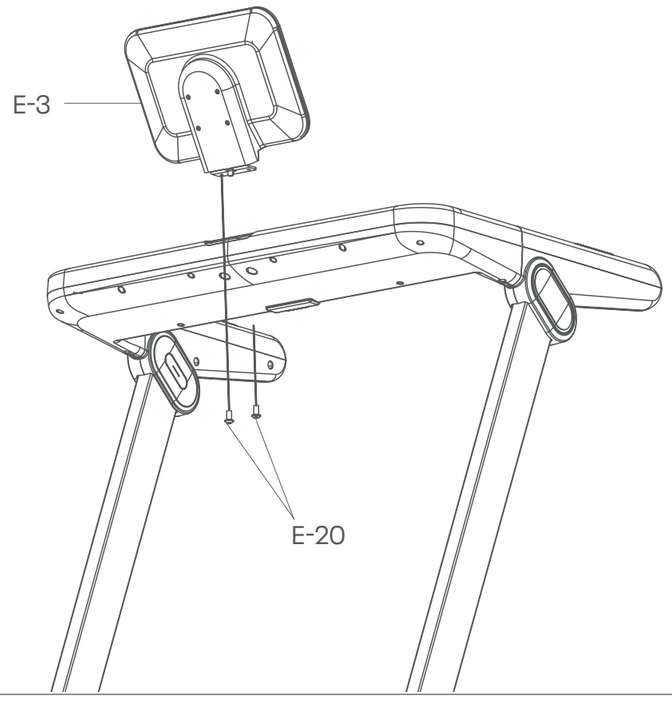
x2

D-3 M8*15 x4

E16 x2

G4 5mm

4

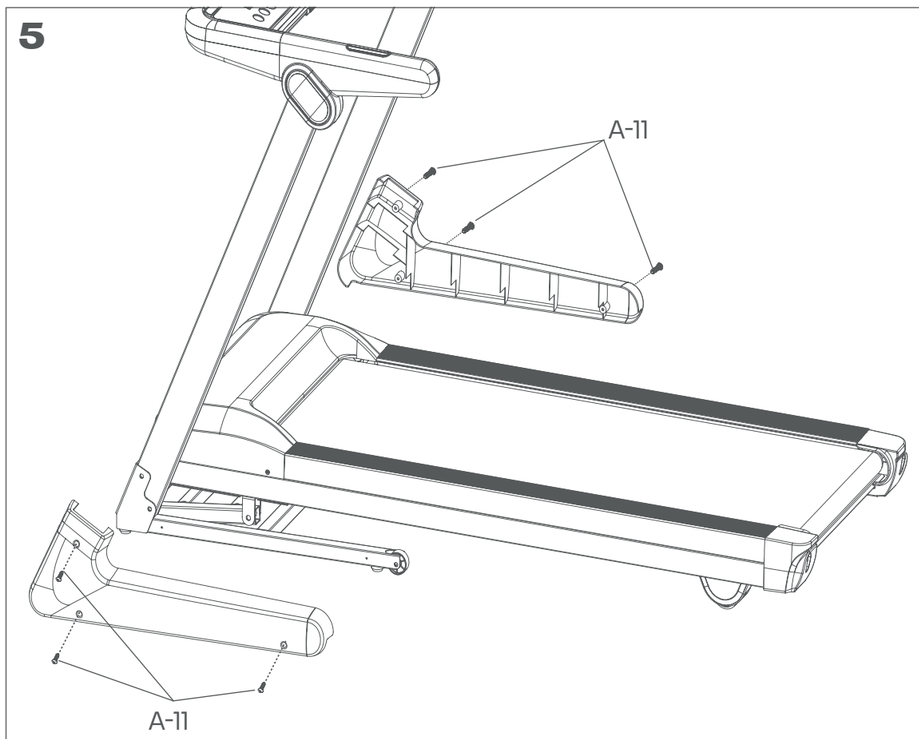


x2

E-20 M6*30 x2

G-4 5mm

5



x2

A-11 ST4*15 x6

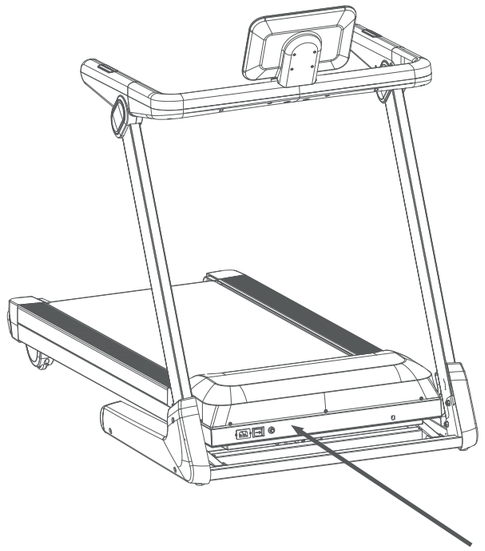
G-3 6mm

6



PRODUCT DISASSEMBLY INSTRUCTIONS: PLEASE DISASSEMBLE ACCORDING TO THE REVERSE STEPS OF PRODUCT ASSEMBLY

产品拆卸说明：请按照产品组装相反步骤进行拆卸。

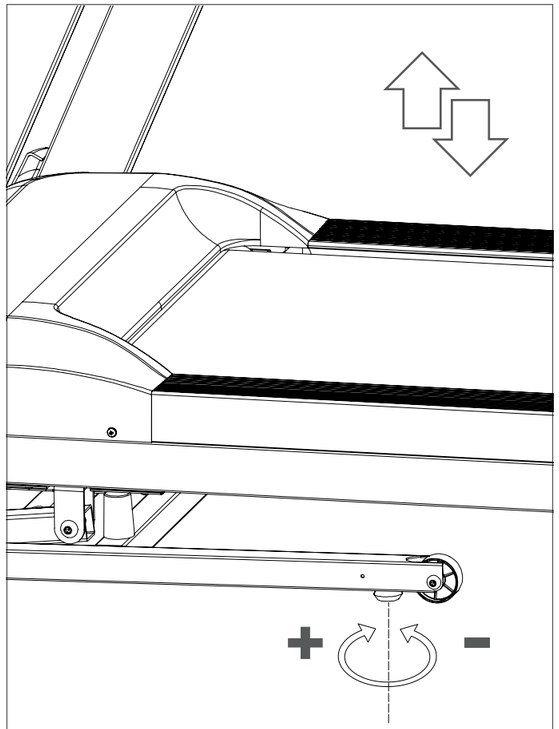


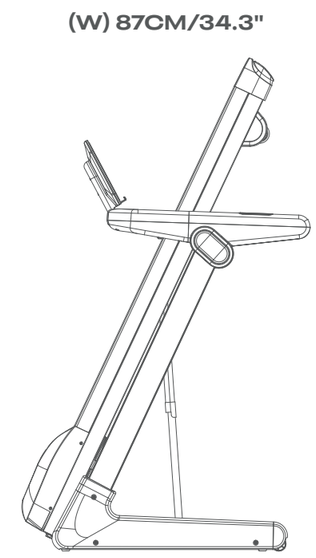
Serial number/Numéro de série/Número de serie/Seriennummer/Numero di serie/Número de série/产品序列号/シリアル番号 /일련번호/Número de serie/الرقم التسلسلي

RVER-10100/0001/000001

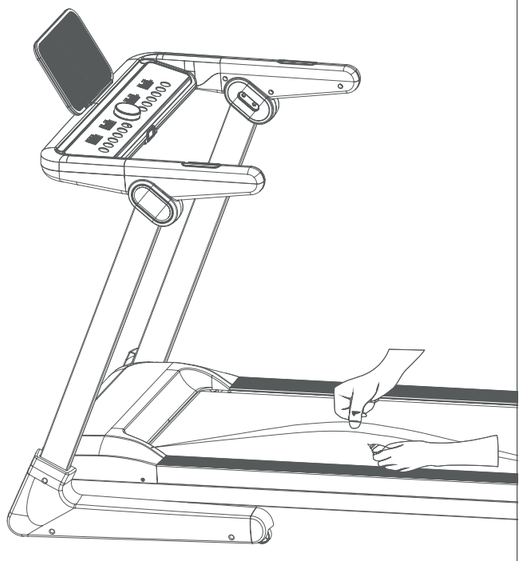




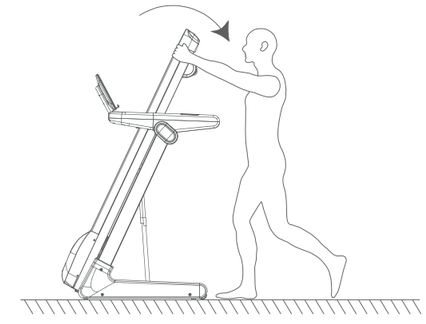


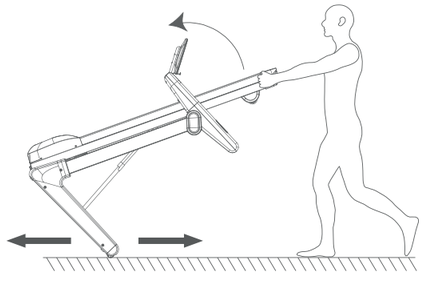


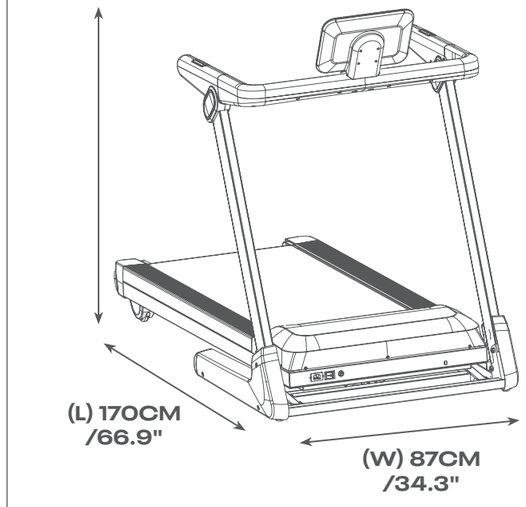
WWW.REEBOKFITNESS.INFO/TREADMILL-WARRANTY

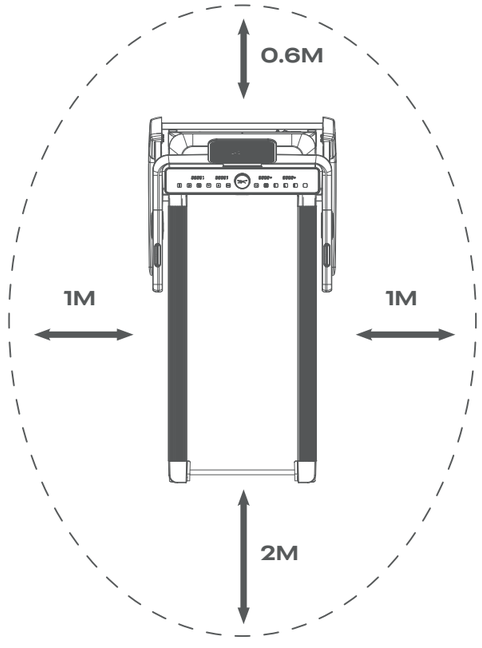


EVERY 300KM/188 MILES

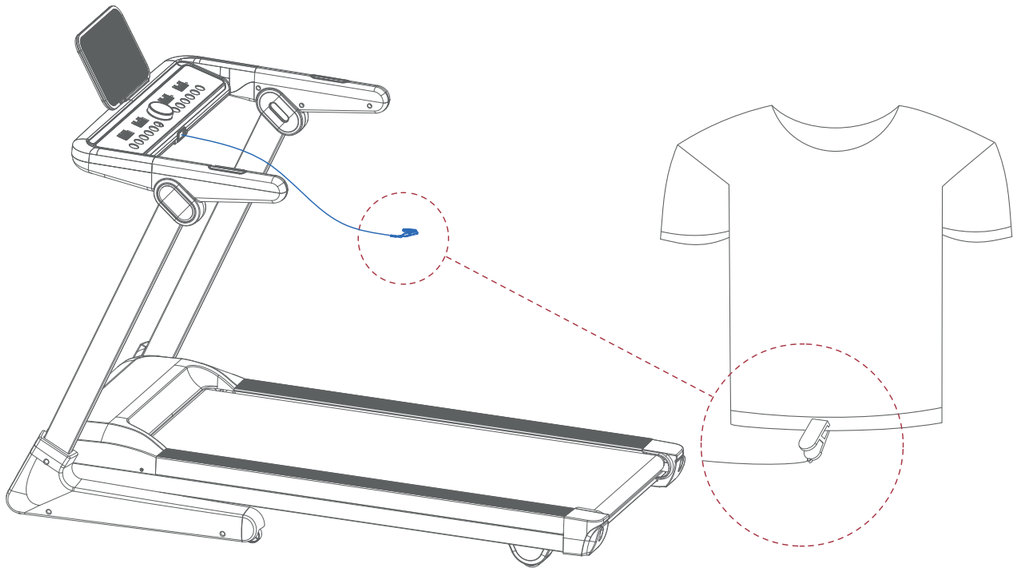








!!!



!!!





(EN) PRODUCT REGISTRATION AND SUPPORT

(FR) ENREGISTREMENT DU PRODUIT ET SOUTIEN

(ES) REGISTRO DE PRODUCTOS Y SOPORTE

(DE) BENUTZERINFORMATION

(NL) PRODUCTREGISTRATIE EN SUPPORT

(IT) REGISTRAZIONE E ASSISTENZA PRODOTTO

(PT) REGISTO E APOIO AO PRODUTO

(ZH) 产品注册和支持

(JA) 製品登録とサポート

(KO) 제품 등록 및 지원

(AR) تسجيل المنتج ودعمه

WWW.REEBOKFITNESS.INFO/TREADMILL-WARRANTY

!!!

(EN) WARNING - KEEP THE RUNNING BELT CENTERED. IF IT MOVES BEYOND THE YELLOW MARKERS, STOP IMMEDIATELY. CONTINUED USE COULD CAUSE DAMAGE OR INJURY. RECENTER BEFORE USING AGAIN.

(FR) AVERTISSEMENT - MAINTENEZ LA CEINTURE DE COURSE CENTRÉE. SI ELLE DÉPASSE LES REPÈRES JAUNES, ARRÊTEZ-VOUS IMMÉDIATEMENT. UNE UTILISATION PROLONGÉE POURRAIT CAUSER DES DOMMAGES OU DES BLESSURES. RECENTREZ-LA AVANT DE L'UTILISER À NOUVEAU. .

(ES) ADVERTENCIA - MANTENGA LA PLATAFORMA DE CARRERA CENTRADA. SI SE DESPLAZA MÁS ALLÁ DE LAS MARCAS AMARILLAS, DETÉNGASE INMEDIATAMENTE. EL USO CONTINUADO PODRÍA CAUSAR DAÑOS O LESIONES. VUELVA A CENTRAR ANTES DE VOLVER A UTILIZARLA.

(DE) ACHTUNG - SORGEN SIE DAFÜR, DASS DER LAUFBANDGURT ZENTRIERT IST. HALTEN SIE SOFORT AN, WENN ER SICH ÜBER DIE GELBEN MARKIERUNGEN BEWEGT. EINE WEITERE NUTZUNG KANN ZU SCHÄDEN ODER VERLETZUNGEN FÜHREN. ZENTRIEREN SIE IHN, BEVOR SIE DAS LAUFBAND ERNEUT VERWENDEN.

(PT) ATENÇÃO - MANTENHA O TAPETE DE CORRIDA CENTRADO. SE SE DESLOCAR ALÉM DOS MARCADORES AMARELOS, PARE IMEDIATAMENTE. A CONTINUAÇÃO DA UTILIZAÇÃO PODE CAUSAR DANOS OU LESÕES. RECENTRE ANTES DE UTILIZAR NOVAMENTE.

(NL) WAARSCHUWINGEN - HOUD HET LOOPVLAK GECENTREERD. ALS HET VOORBIJ DE GELE MARKERINGEN KOMT, ONMIDDELLIJK STOPPEN. VERDER GEBRUIK KAN SCHADE OF LETSEL VEROORZAKEN. CENTREER OPNIEUW ALVORENS OPNIEUW TE GEBRUIKEN.

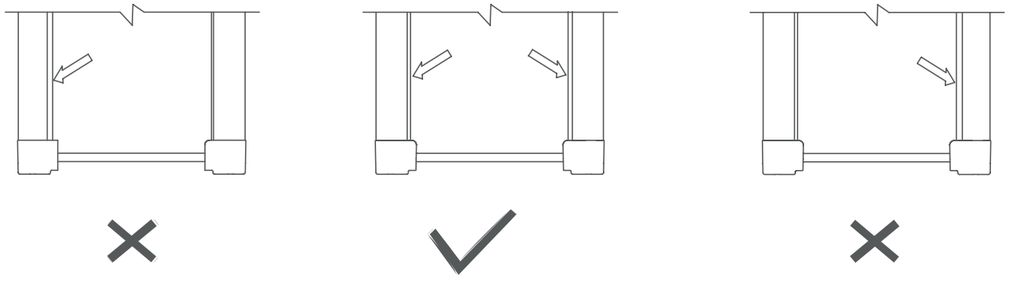
(IT) VVERTENZA! - MANTENERE SEMPRE LA CENTRATURA DEL NASTRO DA CORSA. SE IL NASTRO SUPERA I SEGNI GIALLI, FERMARSI SUBITO. L'USO PROLUNGATO POTREBBE CAUSARE DANNI O LESIONI. PRIMA DI USARE NUOVAMENTE IL NASTRO, RIPRISTINARE LA CENTRATURA.

(ZH) 警告——请保持跑带居中。如果它超过了黄色标记线，请立即停止运行。继续使用可能会造成损伤或伤害。待跑带重新居中后再使用。

(JA) 注意 - ランニング ベルトを常に中心に合わせてください。それが黄色いマークを超えたら、即座に停止してください。使い続けると損傷や怪我を引き起こす恐れがあります。再び使い始める前に、再度中心に合わせてください。

(KO) 주의 - 러닝 벨트가 중앙에 위치하도록 합니다. 벨트가 노란선을 넘어갈 경우 작동을 곧바로 중지하세요. 계속 작동시킬 경우 기기가 손상되거나 부상을 입을 수 있습니다. 벨트를 중앙에 배치한 후 다시 사용하세요.

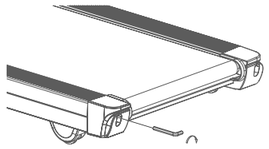
(AR) احرص على بقاء سير الركض في المنتصف. إذا تحرك إلى خلف العلامات الصفراء، سيتوقف فورًا. الاستخدام المستمر قد يسبب أضرارًا أو إصابات. أعد التوسيط قبل الاستخدام مجددًا



!!!

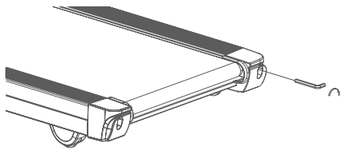
(EN) MAINTENANCE AND CARE

PLACE THE TREADMILL ON LEVEL GROUND AND SET IT AT 5-8KPH (3-5MPH) TO CHECK IF THE RUNNING BELT DRIFTS.

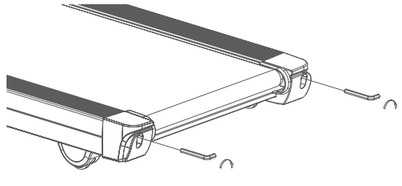


IF THE RUNNING BELT MOVES TO THE LEFT, TURN THE BOLTS ON THE LEFT SIDE ¼ OF A TURN CLOCKWISE, THEN TURN THE RIGHT BOLT ¼ TURN COUNTER-CLOCKWISE. IF THE BELT DOES NOT MOVE, REPEAT UNTIL IT CENTRES.

IF THE RUNNING BELT MOVES TO THE RIGHT, TURN THE BOLT ON THE RIGHT SIDE ¼ TURN CLOCKWISE, THEN TURN THE LEFT BOLT ¼ TURN COUNTER-CLOCKWISE. IF THE BELT DOES NOT MOVE, REPEAT UNTIL IT CENTRES.

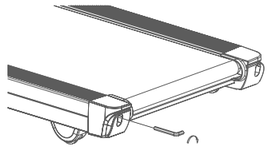


OVER TIME THE RUNNING BELT WILL LOOSEN. TO TIGHTEN THE BELT TURN THE LEFT & RIGHT SIDE BOLTS ONE FULL TURN CLOCKWISE, CHECK THE TENSION OF THE BELT. CONTINUE PROCESS UNTIL BELT IS THE CORRECT TENSION. ENSURE TO ADJUST BOTH SIDES EQUALLY TO CORRECT BELT ALIGNMENT.



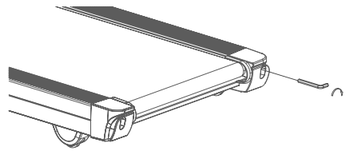
(FR) MAINTENANCE ET ENTRETIEN

PLACEZ LE TAPIS SUR UNE SURFACE PLANE ET PARAMÉTREZ-LE SUR 5-8 KM/H (3-5 M/H) POUR VÉRIFIER SI LE TAPIS DÉVIE.

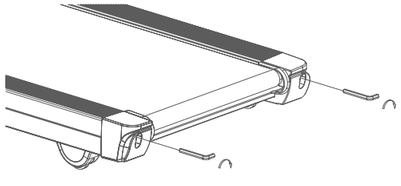


SI LE TAPIS ROULANT SE DÉPLACE VERS LA GAUCHE : TOURNER LES BOULONS DE GAUCHE D'UN QUART DE TOUR DANS LE SENS DES AIGUILLES D'UNE MONTRE, PUIS TOURNER LE BOULON DE DROITE D'UN QUART DE TOUR DANS LE SENS INVERSE DES AIGUILLES D'UNE MONTRE. SI LE TAPIS NE BOUGE PAS, RÉPÉTER L'OPÉRATION JUSQU'À CE QU'IL SOIT CENTRÉ.

SI LE TAPIS ROULANT SE DÉPLACE VERS LA DROITE : TOURNER LE BOULON DE DROITE D'UN QUART DE TOUR DANS LE SENS DES AIGUILLES D'UNE MONTRE, PUIS TOURNER LE BOULON DE GAUCHE D'UN QUART DE TOUR DANS LE SENS INVERSE DES AIGUILLES D'UNE MONTRE. SI LE TAPIS NE BOUGE PAS, RÉPÉTER L'OPÉRATION JUSQU'À CE QU'IL SOIT CENTRÉ.

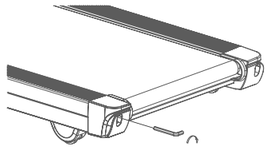


LE TAPIS ROULANT VA SE DÉTENDRE AU FIL DU TEMPS. POUR LE RETENDRE, TOURNER LES BOULONS DE GAUCHE ET DE DROITE D'UN TOUR COMPLET DANS LE SENS DES AIGUILLES D'UNE MONTRE. VÉRIFIER LA TENSION DU TAPIS. CONTINUER LE PROCESSUS JUSQU'À CE QUE LE TAPIS SOIT À LA BONNE TENSION. VEILLER À AJUSTER LES DEUX CÔTÉS DE LA MÊME FAÇON POUR CORRIGER L'ALIGNEMENT DU TAPIS.



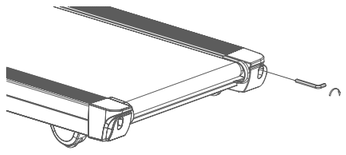
(ES) MANTENIMIENTO Y CUIDADOS

COLOQUE LA MÁQUINA SOBRE SUELO NIVELADO Y AJUSTE UNA VELOCIDAD DE 5-8 KM/H (3-5MPH) PARA COMPROBAR SI LA CINTA DE CORRER (TAPIZ) SE DESVÍA.

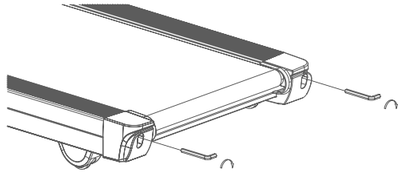


SI LA CINTA DE CORRER SE DESPLAZA A LA IZQUIERDA: GIRE LOS PERNOS DEL LADO IZQUIERDO ¼ DE VUELTA EN SENTIDO HORARIO, A CONTINUACIÓN GIRE EL PERNO DERECHO ¼ DE VUELTA EN SENTIDO ANTIHORARIO. SI LA CINTA NO SE DESPLAZA, REPETIR HASTA CENTRARLA.

SI LA CINTA DE CORRER SE DESPLAZA A LA DERECHA: GIRE EL PERNO DEL LADO DERECHO ¼ DE VUELTA EN SENTIDO HORARIO, A CONTINUACIÓN GIRE EL PERNO IZQUIERDO ¼ DE VUELTA EN SENTIDO ANTIHORARIO. SI LA CINTA NO SE DESPLAZA, REPETIR HASTA CENTRARLA.

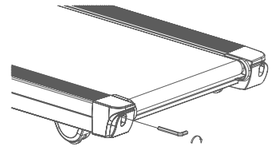


LA CINTA DE CORRER SE AFLOJARÁ CON EL TIEMPO. PARA TENSAR LA CINTA GIRE LOS PERNOS DE LOS LADOS DERECHO E IZQUIERDO UNA VUELTA COMPLETA EN SENTIDO HORARIO, COMPRUEBE LA TENSIÓN DE LA CINTA. CONTINÚE CON EL PROCESO HASTA QUE LA CINTA ESTÉ CORRECTAMENTE TENSADA. ASEGÚRESE DE AJUSTAR AMBOS LADOS POR IGUAL PARA UNA ALINEACIÓN CORRECTA DE LA CINTA.



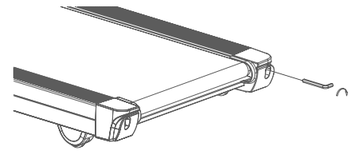
(PT) MANUTENÇÃO E CUIDADOS

COLOQUE A PASSADEIRA AO NÍVEL DO SOLO E DEFINA-A PARA 5-8 KPH (3-5 MPH) PARA VERIFICAR SE O TAPETE DE CORRIDA SE DESVIA.

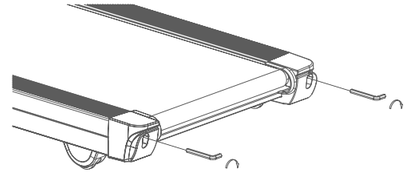


SE O TAPETE DE CORRIDA SE MOVER PARA A DIREITA: RODE O PARAFUSO À DIREITA ¼ DE VOLTA NO SENTIDO DOS PONTEIROS DO RELÓGIO, DEPOIS,RODE O PARAFUSO À ESQUERDA ¼ DE VOLTA NO SENTIDO CONTRÁRIO AO DOS PONTEIROS DO RELÓGIO. SE O TAPETE NÃO SE MOVER, REPITA ATÉ QUE FIQUE CENTRADO.

SE O TAPETE DE CORRIDA SE MOVER PARA A ESQUERDA: RODE OS PARAFUSOS À ESQUERDA ¼ DE VOLTA NO SENTIDO DOS PONTEIROS DO RELÓGIO, DEPOIS, RODE O PARAFUSO À DIREITA ¼ DE VOLTA NO SENTIDO CONTRÁRIO AO DOS PONTEIROS DO RELÓGIO. SE O TAPETE NÃO SE MOVER, REPITA ATÉ QUE FIQUE CENTRADO.

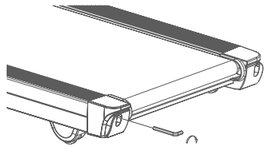


AO LONGO DO TEMPO, O TAPETE DE CORRIDA FICA SOLTO. PARA APERTAR O TAPETE, RODE OS PARAFUSOS À ESQUERDA E DIREITA UMA VOLTA COMPLETA NO SENTIDO DOS PONTEIROS DO RELÓGIO E VERIFIQUE A TENSÃO DO TAPETE. REPITA O PROCESSO ATÉ QUE O TAPETE TENHA A TENSÃO CORRETA. CERTIFIQUE-SE DE QUE AJUSTA AMBOS OS LADOS DA MESMA FORMA PARA OBTER UM ALINHAMENTO CORRETO DO TAPETE.



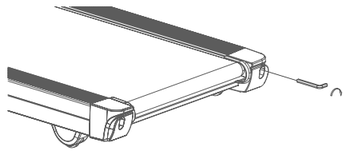
(DE) WARTUNG UND PFLEGE

STELLEN SIE DAS LAUFBAND AUF EINEM GERADEN UNTERGRUND AUF UND STELLEN SIE DIE GESCHWINDIGKEIT AUF 5 – 8 KM/H, UM ZU SEHEN, OB SICH DER LAUFBANDGURT BEWEGT.

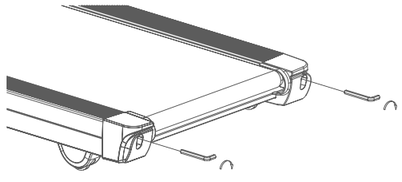


WENN SICH DAS LAUFBAND RECHTSHERUM BEWEGT: DREHEN SIE DIE SCHRAUBE AUF DER RECHTEN SEITE UM 90 GRAD IM UHRZEIGERSINN UND DANN DIE SCHRAUBE AUF DER LINKEN SEITE UM 90 GRAD GEGEN DEN UHRZEIGERSINN. BEWEGT SICH DAS LAUFBAND NICHT, WIEDERHOLEN SIE DEN VORHERIGEN SCHRITT, BIS ES SICH ZENTRIERT.

WENN SICH DAS LAUFBAND LINKSHERUM BEWEGT: DREHEN SIE DIE SCHRAUBEN AUF DER LINKEN SEITE UM 90 GRAD IM UHRZEIGERSINN UND DANN DIE SCHRAUBE AUF DER RECHTEN SEITE UM 90 GRAD GEGEN DEN UHRZEIGERSINN. BEWEGT SICH DAS LAUFBAND NICHT, WIEDERHOLEN SIE DEN VORHERIGEN SCHRITT, BIS ES SICH ZENTRIERT.

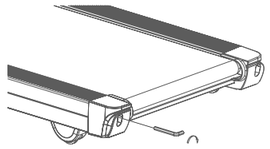


MIT DER ZEIT WIRD SICH DAS LAUFBAND LOCKERN. UM DAS LAUFBAND ZU SPANNEN, DREHEN SIE DIE SCHRAUBENDER RECHTEN UND LINKEN SEITE EINMAL UM 360 GRAD IM UHRZEIGERSINN HERUM UND ÜBERPRÜFEN SIE DANN DIE SPANNKRAFT DES LAUFBANDS. FÜHREN SIE DIESEN PROZESS FORT, BIS DAS LAUFBAND DIE RICHTIGE SPANNKRAFT HAT. STELLEN SIE SICHER, DASS BEIDE SEITEN GLEICH EINGESTELLT SIND, UM DIE AUSRICHTUNG DES LAUFBANDS ZU KORRIGIEREN.



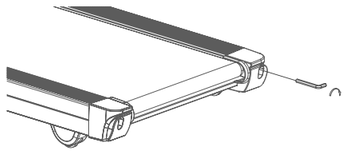
(NL) ONDERHOUD EN VERZORGEN

PLAATS DE LOOPBAND OP EEN EFFEN ONDERGROND EN ZET HEM OP 5-8KPH (3-5MPH) OM TE CONTROLEREN OF HET LOOPVLAK VERSCHUIFT.

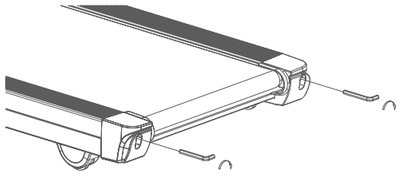


ALS HET LOOPVLAK NAAR LINKS BEWEEGT, DRAAIT U DE BOUTEN AAN DE LINKERZIJDE EEN KWARTSLAG MET DE WIJZERS VAN DE KLOK MEE, DRAAI DAARNA DE RECHTER BOUT EEN KWARTSLAG TEGEN DE WIJZERS VAN DE KLOK IN. ALS DE BAND NIET BEWEEGT, HERHAAL U DIT TOTDAT HIJ IS GECENTREERD.

ALS HET LOOPVLAK NAAR RECHTS BEWEEGT, DRAAIT U DE BOUTEN AAN DE RECHTERZIJDE EEN KWARTSLAG MET DE WIJZERS VAN DE KLOK MEE, DRAAI DAARNA DE LINKER BOUT EEN KWARTSLAG TEGEN DE WIJZERS VAN DE KLOK IN. ALS DE BAND NIET BEWEEGT, HERHAAL U DIT TOTDAT HIJ IS GECENTREERD.

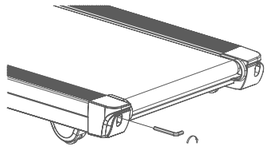


NA VERLOOP VAN TIJD REKT HET LOOPVLAK UIT. DRAAI DE BOUTEN AAN DE LINKER EN RECHTER ZIJDE EEN HELE SLAG MET DE WIJZERS VAN DE KLOK MEE OM DE BAND AAN TE SPANNEN, CONTROLEER DE SPANNING VAN DE BAND. HERHAAL HET PROCES TOTDAT DE BAND DE CORRECTE SPANNING HEEFT. ZORG ERVOOR DAT U BEIDE ZIJDEN EVENVEEL VERSTELT VOOR EEN CORRECTE LOOPVLAKUITLIJNING.



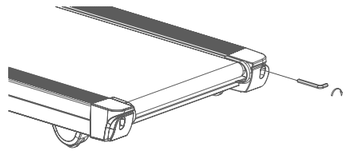
(IT) MANUTENZIONE E CURA

POSIZIONARE IL TAPIS ROULANT SU UN PIANO E IMPOSTARLO A 5 - 8 KM / H. (3-5 MIGLIA/H) PER CONTROLLARE CHE IL NASTRO NON SI SPOSTI.

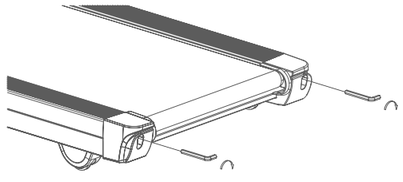


SE IL NASTRO SI SPOSTA VERSO SINISTRA, RUOTARE DI ¼ DI GIRO IN SENSO ORARIO I BULLONI SULLA SINISTRA, QUINDI RUOTARE DI ¼ DI GIRO IN SENSO ANTIORARIO IL BULLONE DESTRO. SE IL NASTRO NON SI MUOVE, RIPETERE L'OPERAZIONE FINCHÉ RISULTERÀ CENTRATO.

SE IL NASTRO SI SPOSTA VERSO DESTRA, RUOTARE DI ¼ DI GIRO IN SENSO ORARIO IL BULLONE DI DESTRA, QUINDI RUOTARE DI ¼ DI GIRO IN SENSO ANTIORARIO IL BULLONE SINISTRO. SE IL NASTRO NON SI MUOVE, RIPETERE L'OPERAZIONE FINCHÉ RISULTERÀ CENTRATO.

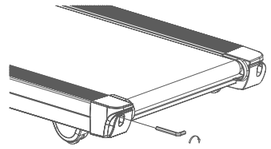


CON IL TEMPO IL NASTRO SI ALLENTA. PER STRINGERE IL NASTRO, RUOTARE I BULLONI LATERALI DESTRO E SINISTRO DI UN GIRO COMPLETO IN SENSO ORARIO E CONTROLLARE LA TENSIONE DEL NASTRO. CONTINUARE IL PROCESSO FINO A QUANDO LA TENSIONE DEL NASTRO RISULTA CORRETTA. REGOLARE IN EGUAL MISURA I DUE LATI PER ALLINEARE CORRETTAMENTE IL NASTRO.



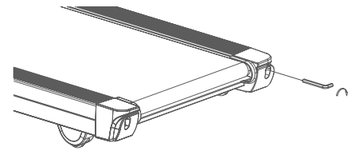
(ZH) 维护与保养

将跑步机放在平整的地面上，将其设置为约5-8kph (3-5mph)的速度运行，观察跑带是否偏移。

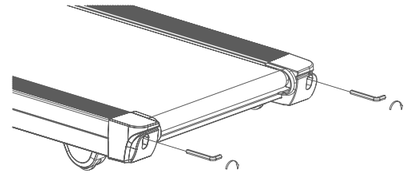


如果跑带左移，则顺时针旋转左侧螺栓 ¼ 圈，然后逆时针旋转右侧螺栓 ¼ 圈。 如果跑带没有移动，重复操作直至其居中。

如果跑带右移，则顺时针旋转右侧螺栓 ¼ 圈，然后逆时针旋转左侧螺栓 ¼ 圈 如果跑带没有移动，重复操作直至其居中。

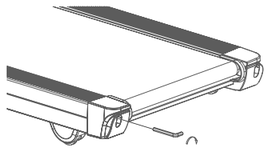


随着时间推移，跑带将变松。若要上紧跑带，则顺时针拧动左右螺栓一整圈，然后检查跑带张力。继续此操作，直至跑带正确张紧。确保两侧均等调节以便跑带正确对正。



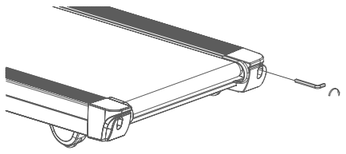
(JA) メンテナンスとお手入れ

トレッドミルを地面レベルに配置し、それを 5-8kph (3-5mph) に設定し、ランニングベルトがドリフトするかチェックします。

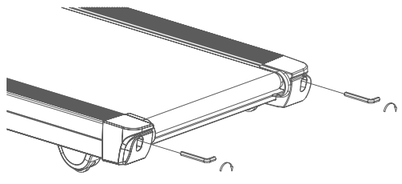


ランニングベルトが右に動く場合: 右側のボルトを 時計回りに ¼ 回転、回し、その後、左の ベルトが動かない場合、それが中心に来るまで繰り返してください。 ボルトを逆時計回りに ¼ 回転、回してください。

ランニングベルトが左に動く場合: 左側の ボルトを時計回りに ¼ 回転、回し、その後、右のボルトを逆時計回りに ¼ 回転、回してください。 ベルトが動かない場合、それが中心に来るまで繰り返してください。

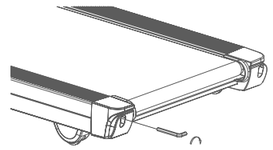


時間がたつと、ランニングベルトは緩んできます。ベルトを締め付けるには、左右のボルトを時計回りに 1回転、回し、ベルトの張力をチェックしてください。ベルトが正しい張力になるまで、このピロセスを繰り返してください。ベルトが正しく位置合わせされるように、必ず両側を均一に調節してください。



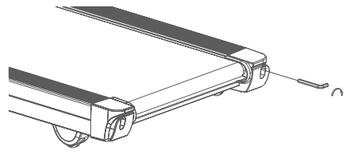
(KO) 유지보수 및 관리

트레드밀을 평평한 지면에 배치하고 5-8km/h (3-5m/h)의 속도로 설정한 후 러닝 벨트가 돌아가는지 점검합니다.

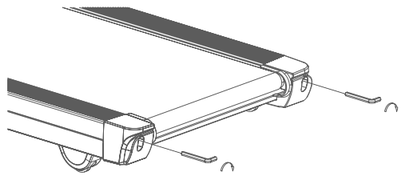


러닝 벨트가 오른쪽으로 움직이면, 오른쪽에 있는 볼트를 시계 방향으로 ¼ 바퀴 돌리고 왼쪽의 볼트를 반시계 방향으로 ¼ 바퀴 돌립니다. 벨트가 움직이지 않으면 중심에 올 때까지 반복합니다.

러닝 벨트가 왼쪽으로 움직이면, 왼쪽에 있는 볼트를 시계 방향으로 ¼ 바퀴 돌리고 오른쪽의 볼트를 반시계 방향으로 ¼ 바퀴 돌립니다. 벨트가 움직이지 않으면 중심에 올 때까지 반복합니다.

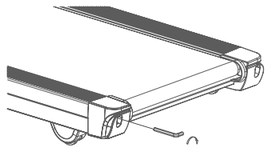


제품을 오래 사용하면 러닝 벨트가 느슨해질 수 있습니다. 벨트를 단단하게 조이려면 왼쪽과 오른쪽의 사이드 볼트를 시계 방향으로 한 바퀴 돌린 후 벨트의 조임 상태를 확인합니다. 벨트의 조임 상태가 적절해질 때까지 이 과정을 이어갑니다. 반드시 양쪽을 동일하게 조절해야 벨트의 문제를 해결할 수 있습니다.



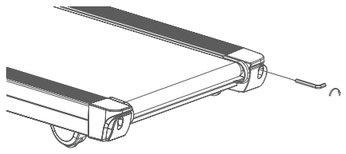
الصيانة والعناية (AR)

ضع المشاية الكهربائية على أرض مستوية، واضبطها على سرعة 5-8 كيلو متر في الساعة (3-5 ميل في الساعة) للتأكد من أن سير الركض لا ينحرف.

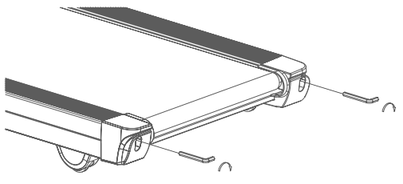


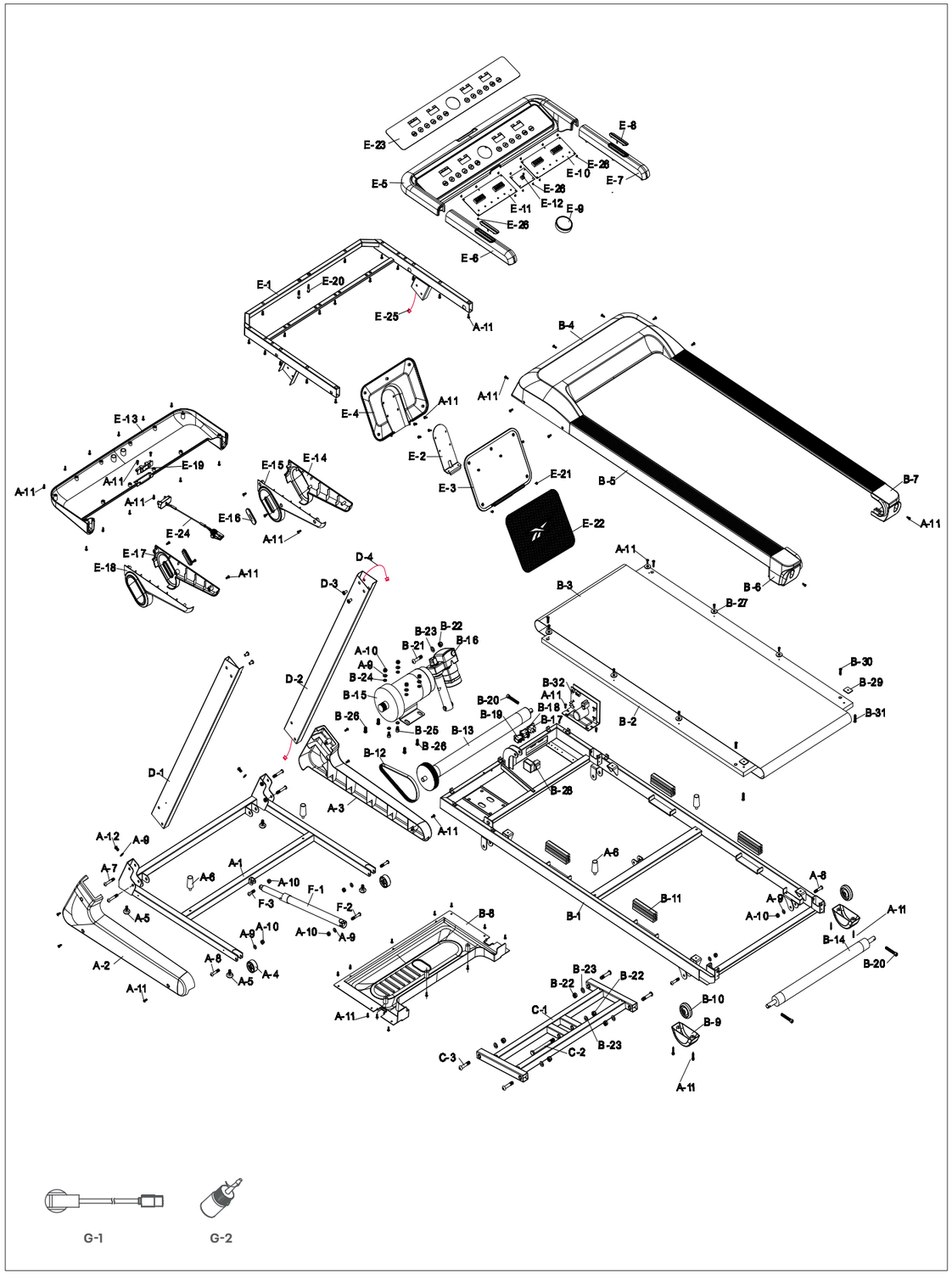
إذا تحرك سير الحري ناحية اليسار: فأدر البراغي على الحانب الأيسر باتحاه عقارب الساعة بمقدار ربع دورة، ثم أدر البرغي الأيمن عكس اتحاه عقارب الساعة بمقدار ربع دورة.
إذا لم يتحرك السير، فكرّر ذلك حتى يستقر السير في المنتصف.

إذا تحرك سير الحري ناحية اليمين: فأدر البرغي على الحانب الأيمن باتحاه عقارب الساعة بمقدار ربع دورة، ثم أدر البرغي على الحانب الأيسر عكس اتحاه عقارب الساعة بمقدار ربع دورة.



سيتعرض سير الحري للارتخاء مع الوقت. ولربط السير بإحكام، أدر البراغي الموحودة على الحانبَين الأيسر والأيمن بمقدار دورة كاملة باتحاه عقارب الساعة، وافحص شدّ السير، ثم استمر في إحكام الربط حتى تصل إلى الشدّ الصحيح للسير. تأكد من ضبط كِلَا الحانبَين بالتساوي لتصحيح محاذاة السير.





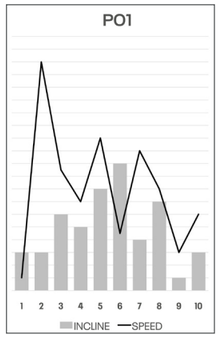
	(EN)	(FR)	(ES)		QTY/QTE. CANT
A-1	Base frame welding	Châssis de base	Estructura base		1
A-2	Left base cover	Cache gauche du châssis de base	Cubierta izquierda del chasis base		1
A-3	Right base cover	Cache droit du châssis de base	Cubierta derecha del chasis base		1
A-4	Moving wheel	Roue mobile	Rueda de desplazamiento		2
A-5	Foot pad	Patin de pied	Almohadilla para pies		4
A-6	Soft foot pad	Patin de pied plat	Almohadilla para pies plana		4
A-7	Hex socket head cap screw	Vis à tête cylindrique à six pans creux (CHC)	Tornillo de cabeza cilíndrica con hexágono interior	M8×45	4
A-8	Hex socket head cap screw	Vis à tête cylindrique à six pans creux (CHC)	Tornillo de cabeza cilíndrica con hexágono interior	M8×40	4
A-9	Flat washer	Arandela plana	Rondelle plate	Φ8	12
A-10	Lock nut	Contre-écrou	Contratuerca	M8	6
A-11	Cross head self tapping screws	Vis autotaraudeuses à tête cruciforme	Tornillos autorroscantes de cabeza cruciforme	ST4×15	81
A-12	Hex socket head cap screw	Vis à tête cylindrique à six pans creux (CHC)	Tornillo de cabeza cilíndrica con hexágono interior	M8×15	2
B-1	Main frame	Châssis principal	Estructura principal		1
B-2	Running board	Planche de course	Tablero para correr	1210*640*T18	1
B-3	Running belt	Tapis de course	Cinta para correr		1
B-4	Motor cover	Protection du moteur	Cubierta del motor		1
B-5	Edge strip	Bande de bord	Banda de borde		2
B-6	Left rear corner protector	Protecteur d'angle arrière gauche	Protector de esquina trasera izquierda		1
B-7	Right rear corner protector	Protecteur d'angle arrière droit	Protector de esquina trasera derecha		1
B-8	Motor lower cover	Protection inférieure du moteur	Cubierta inferior del motor		1
B-9	Wheel cover	Couvercle de la roue	Cubierta de la rueda		2
B-10	Wheel	Roue	Rueda		2
B-11	Shock absorbing pad	Tampon d'amortissement	Almohadilla de absorción de impactos		4
B-12	Motor belt	Courroie du moteur	Correa del motor		1
B-13	Front roller	Rouleau avant	Rodillo frontal		1
B-14	Back roller	Rouleau arrière	Rodillo trasero		1
B-15	Motor	Moteur	Motor		1
B-16	Incline motor	Moteur d'inclinaison	Motor de inclinación		1
B-17	Power socket	Prise d'alimentation	Caja tomacorriente	16A 240V	1
B-18	Switch	Interrupteur	Encendido	AC250V 16A	1
B-19	Overload protector	Protection contre les surcharges	Protector contra sobrecarga	10A	1
B-20	Cylindrical head hex socket screw	Vis à tête cylindrique à six pans creux (CHC)	Tornillo de cabeza cilíndrica con hexágono interior	M8×55	3
B-21	Hex socket head cap screw	Vis à tête cylindrique à six pans creux (CHC)	Tornillo de cabeza cilíndrica con hexágono interior	M10×45	1
B-22	Lock nut	Écrou de contre-serrage	Contratuerca	M10	6
B-23	Flat washer	Rondelle plate	Arandela plana	Φ10	6
B-24	Spring washer	Rondelle élastique	Arandela elástic	Φ8	2
B-25	Cylindrical head hex socket screw	Vis à tête cylindrique à six pans creux (CHC)	Tornillo de cabeza cilíndrica con hexágono interior	M8×12	2
B-26	Hex socket head cap screw	Vis à tête cylindrique à six pans creux (CHC)	Tornillo de cabeza cilíndrica con hexágono interior	M8×15	4
B-27	Edge strip stop piece	Pièce d'arrêt de bande de bord	Pieza de tope de banda de borde		6

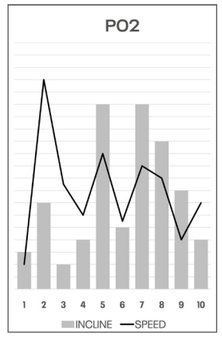
	(EN)	(FR)	(ES)		QTY/QTE. CANT
B-28	Filter reactors	Réacteur de filtrage	Reactor de filtrado		1
B-29	Edge strip fixing piece	Pièce de fixation de bande de bord	Pieza de fijación de banda de borde		2
B-30	Cross countersunk screw	Vis à tête fraisée cruciforme	Tornillo avellanado de cabeza cruciforme	M6×25	4
B-31	Cross countersunk screw	Vis à tête fraisée cruciforme	Tornillo avellanado de cabeza cruciforme	M6×30	2
B-32	Control module	Module de commande	Módulo de control		1
B-33	Half-round head phillips screw	Vis à tête bombée cruciforme	Tornillo de cabeza semiesférica phillips	M4x10	7
B-34	Cylindrical head socket screw	Vis à tête cylindrique à six pans creux (CHC)	Tornillo de cabeza cilíndrica con hexágono interior	M8×85	1
C-1	Incline bracket	Support d'inclinaison	Soporte de inclinación		1
C-2	Outer hexagon screw	Vis hexagonale	Tornillo de cabeza hexagonal	M10×120	1
C-3	Hex socket head cap screw	Vis à tête cylindrique à six pans creux (CHC)	Tornillo de cabeza cilíndrica con hexágono interior	M10×50	4
D-1	Left upright tube	Tube montant gauche	Tubo vertical izquierdo		1
D-2	Right upright tube	Tube montant droit	Tubo vertical derecho		1
D-3	Flat head hexagonal screw	Vis à tête fraisée à six pans creux	Tornillo avellanado con hexágono interior	M8×15	4
D-4	Control connection wire	Câble de connexion de commande	Cable de conexión de control	L1500mm	1
E-1	Console bracket	Support de console	Soporte de la consola		1
E-2	Panel support bracket	Panel support bracket	Soporte de sujeción del panel		1
E-3	Tablet holder top cover	Couvercle du porte-tablette	Cubierta superior del soporte de la tableta		1
E-4	Tablet holder bottom cover	Couvercle inférieur du porte-tablette	Cubierta inferior del soporte de la tableta		1
E-5	Console panel top cover	Cache supérieur du panneau de la console	Cubierta superior del panel de la consola		1
E-6	Right handrail upper cover	Cache supérieur du repose-mains droit	Cubierta superior del reposamanos derecho		1
E-7	Left handrail upper cover	Cache supérieur du repose-mains gauche	Cubierta superior del reposamanos izquierdo		1
E-8	Pulse plate	Plaque pouls	Placa pulso		4
E-9	Dial	Cadran	Dial		1
E-10	Console right upper keyboard	Clavier supérieur droit de la console	Teclado superior derecho de la consola		1
E-11	Console left upper keyboard	Clavier supérieur gauche de la console	Teclado superior izquierdo de la consola		1
E-12	Dial keyboard	Clavier à molette	Teclado con dial		1
E-13	Console panel bottom cover	Cache inférieur du panneau de la console	Cubierta inferior del panel de la consola		1
E-14	Right handrail lower cover – right piece	Cache inférieur du repose-mains droit – partie droite	Cubierta inferior del reposamanos derecho – pieza derecha		1
E-15	Right handrail lower cover – left piece	Cache inférieur du repose-mains droit – partie gauche	Cubierta inferior del reposamanos derecho – pieza izquierda		1
E-16	Handrail lower cover center cap	Cache central inférieur du repose-mains	Tapa central inferior del reposamanos		2
E-17	Left handrail lower cover – right piece	Cache inférieur du repose-mains gauche – partie droite	Cubierta inferior del reposamanos izquierdo – pieza derecha		1
E-18	Left handrail lower cover – left piece	Cache inférieur du repose-mains gauche – partie gauche	Cubierta inferior del reposamanos izquierdo – pieza izquierda		1
E-19	Safety key socket	Prise de clé de sécurité	Toma de la llave de seguridad		1
E-20	Hex socket head cap screw	Vis à tête cylindrique à six pans creux (CHC)	Tornillo de cabeza cilíndrica con hexágono interior	M6×30	2

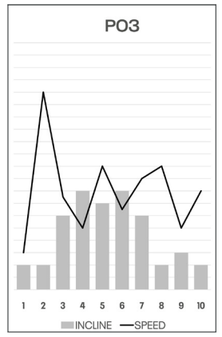
	(EN)	(FR)	(ES)		QTY/QTE. CANT
E-21	Cross head self tapping screw	Vis autotaraudeuse à tête cruciforme	Tornillo autorroscante de cabeza cruciforme	Φ4×10	5
E-22	Tablet holder anti-slip pad	Patin antidérapant du support de tablette	Almohadilla antideslizante del soporte para tableta	Silicon	1
E-23	Console overlay	Film frontal de la console	Lámina frontal de la consola		1
E-24	Safety key	Clé de sécurité	Llave de seguridad		1
E-25	Console connection wire	Câble de connexion de la console	Cable de conexión de la consola	L900mm	1
E-26	Cross head self tapping screws	Vis autotaraudeuse à tête cruciforme	Tornillo autorroscante de cabeza cruciforme	Φ3×8	14
F-1	Gas spring	Vérin à gaz	Resorte de gas		1
F-2	Hex socket head cap screw	Vis à tête cylindrique à six pans creux (CHC)	Tornillo de cabeza cilíndrica con hexágono interior	M8×30	1
F-3	Hex socket head cap screw	Vis à tête cylindrique à six pans creux (CHC)	Tornillo de cabeza cilíndrica con hexágono interior	M8×45	1
G-1	Power cord	Cordon d'alimentation	Cable de alimentación		1
G-2	Silicone oil	Huile de silicone	Aceite de silicona		1
G-3	Allen wrench (cross-head / phillips type)	Clé allen à tête cruciforme (type phillips)	Llave allen de cabeza cruciforme (tipo phillips)	6mm	1
G-4	Allen wrench	Clé allen	Llave allen	5mm	1

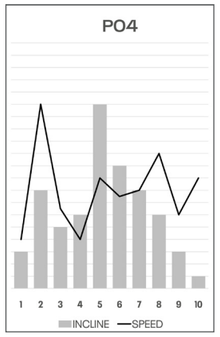
(EN) PRESET PROGRAMS (FR) PROGRAMMES PRÉRÉGLÉS (ES) PROGRAMAS PREDEFINIDOS (DE) VOREINGESTELLTE PROGRAMME
(PT) PROGRAMAS PREDEFINIDOS (NL) VOORINGESTELDE PROGRAMMA'S (IT) PROGRAMMI PREDEFINITI (ZH) 预设置程序模式
(JA) プリセットプログラム (KO) 사전 설정 프로그램 (AR) البرامج المعيّنة مسبقًا

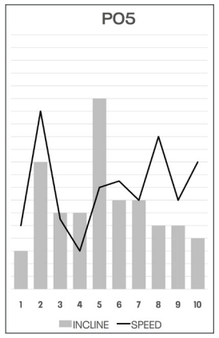
P01 – P13 (KPH)		(EN) WORK OUT STAGES (FR) ÉTAPES DE L'ENTRAÎNEMENT (ES) ETAPAS DEL ENTRENAMIENTO (DE) WORKOUT-STUFEN (PT) FASES DO TREINO (NL) WORK-OUTFASES (IT) FASI DI ALLENAMENTO (ZH) 锻炼阶段 (JA) トレーニングステージ (KO) 운동 단계 (AR) مراحل التمرين									
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
P01	SPEED	1	18	9.5	7	12	4.5	11	8	3	6
	INCLINE	3	3	6	5	8	10	4	7	1	3
P02	SPEED	2	17	8.5	6	11	5.5	10	9	4	7
	INCLINE	3	7	2	4	15	5	15	12	8	4
P03	SPEED	3	16	7.5	5	10	6.5	9	10	5	8
	INCLINE	2	2	6	8	7	8	6	2	3	2
P04	SPEED	4	15	6.5	4	9	7.5	8	11	6	9
	INCLINE	3	8	5	6	15	10	8	6	3	1
P05	SPEED	5	14	5.5	3	8	8.5	7	12	7	10
	INCLINE	3	10	6	6	15	7	7	5	5	4
P06	SPEED	6	13	4.5	2	7	9.5	6	13	8	11
	INCLINE	2	11	13	4	7	8	15	10	3	2
P07	SPEED	7	12	3.5	1	6	10.5	5	14	9	12
	INCLINE	1	20	5	9	12	4	18	10	6	3
P08	SPEED	8	11	2.5	18	5	11.5	4	15	10	13
	INCLINE	20	1	8	15	7	9	11	2	19	4
P09	SPEED	9	10	1.5	17	4	12.5	3	16	11	14
	INCLINE	5	12	3	17	1	10	6	20	8	7
P10	SPEED	10	9	1	16	3	13.5	2	17	12	15
	INCLINE	10	4	18	6	9	2	15	1	13	5
P11	SPEED	11	8	18	15	2	14.5	1	18	13	16
	INCLINE	19	7	11	3	14	6	8	16	2	10
P12	SPEED	12	7	17	14	1	15.5	18	17	14	17
	INCLINE	8	15	2	13	1	12	10	5	18	9
P13	SPEED	13	6	16	13	18	16.5	17	16	15	18
	INCLINE	1	17	6	14	5	20	11	3	16	4

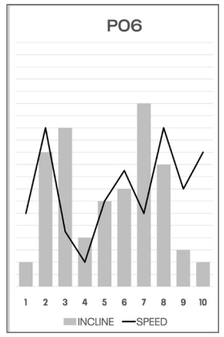


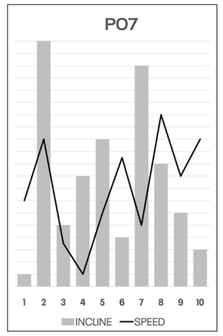


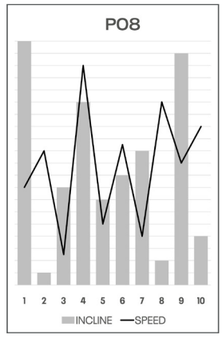


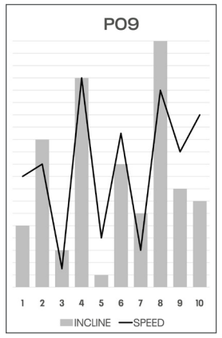


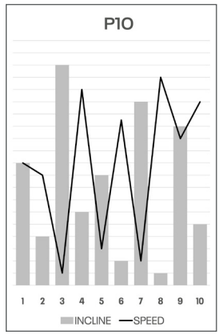


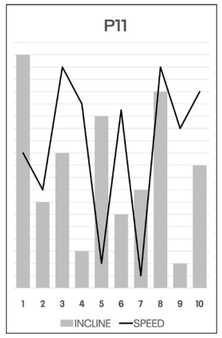


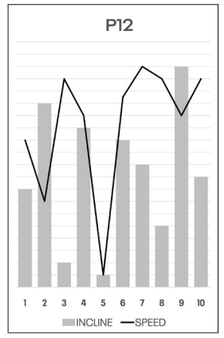


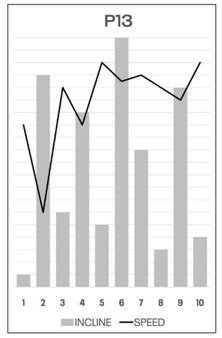






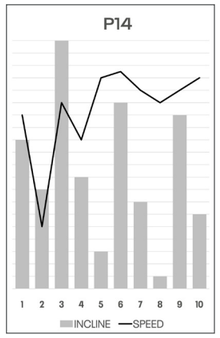


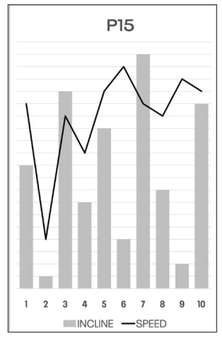


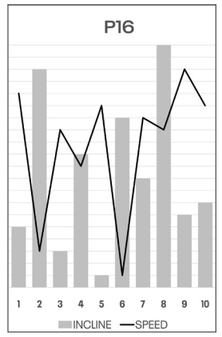


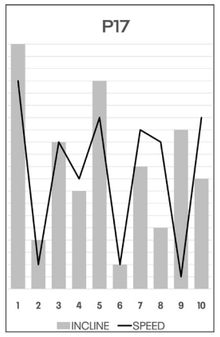
(EN) PRESET PROGRAMS (FR) PROGRAMMES PRÉRÉGLÉS (ES) PROGRAMAS PREDEFINIDOS (DE) VOREINGESTELLTE PROGRAMME
(PT) PROGRAMAS PREDEFINIDOS (NL) VOORINGESTELDE PROGRAMMA'S (IT) PROGRAMMI PREDEFINITI (ZH) 预设置程序模式
(JA) プリセットプログラム (KO) 사전 설정 프로그램 (AR) البرامج المعيّنة مسبقًا

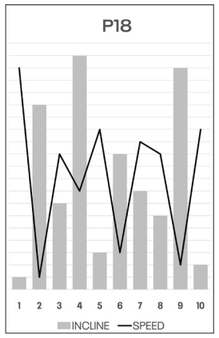
P14 – P25 (KPH)		(EN) WORK OUT STAGES (FR) ÉTAPES DE L'ENTRAÎNEMENT (ES) ETAPAS DEL ENTRENAMIENTO (DE) WORKOUT-STUFEN (PT) FASES DO TREINO (NL) WORK-OUTFASES (IT) FASI DI ALLENAMENTO (ZH) 锻炼阶段 (JA) トレーニングステージ (KO) 운동 단계 (AR) مراحل التمرين									
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
P14	SPEED	14	5	15	12	17	17.5	16	15	16	17
	INCLINE	12	8	20	9	3	15	7	1	14	6
P15	SPEED	15	4	14	11	16	18	15	14	17	16
	INCLINE	10	1	16	7	13	4	19	8	2	15
P16	SPEED	16	3	13	10	15	1	14	13	18	15
	INCLINE	5	18	3	11	1	14	9	20	6	7
P17	SPEED	17	2	12	9	14	2	13	12	1	14
	INCLINE	20	4	12	8	17	2	10	5	13	9
P18	SPEED	18	1	11	8	13	3	12	11	2	13
	INCLINE	1	15	7	19	3	11	8	6	18	2
P19	SPEED	1	18	10	7	12	4	11	10	3	12
	INCLINE	13	6	20	5	10	1	16	9	4	17
P20	SPEED	2	17	9	6	11	5	10	9	4	11
	INCLINE	2	18	8	14	6	12	7	1	15	10
P21	SPEED	3	16	8	5	10	6	9	8	5	10
	INCLINE	10	3	16	9	19	4	12	20	5	6
P22	SPEED	4	15	7	4	9	7	8	7	6	9
	INCLINE	7	15	4	18	2	13	9	1	16	5
P23	SPEED	5	14	6	3	8	8	7	6	7	8
	INCLINE	14	5	19	3	11	1	15	8	2	17
P24	SPEED	6	13	5	2	7	9	6	5	8	7
	INCLINE	9	16	2	14	4	12	7	1	18	3
P25	SPEED	7	12	4	1	6	10	5	4	9	6
	INCLINE	17	3	15	5	13	2	19	6	10	1

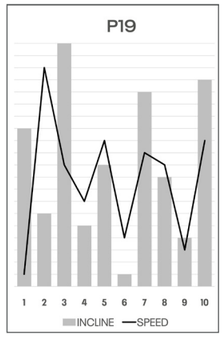


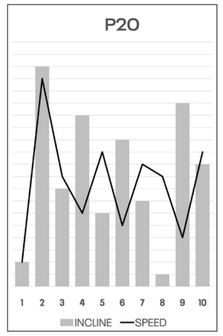


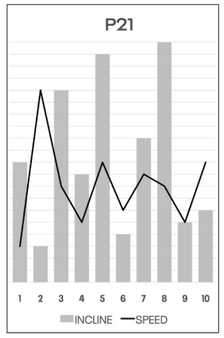


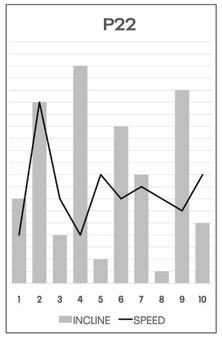


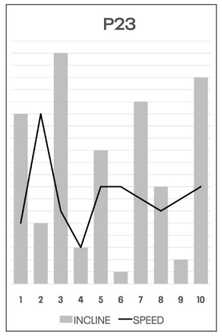


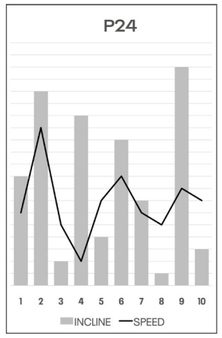


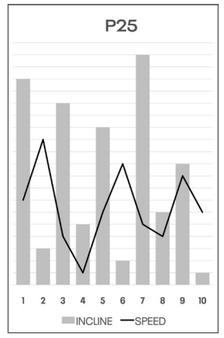




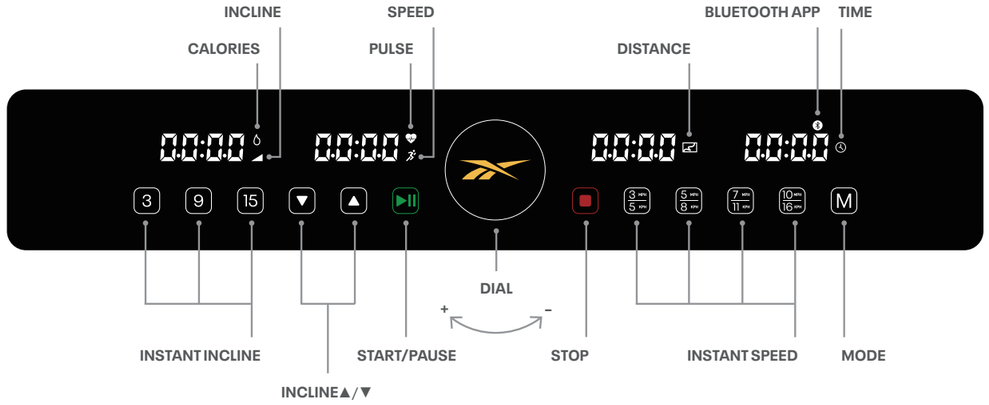








(EN) CONSOLE



CALORIES/INCLINE

0 – 999.9/Level: 0-20.
Displays incline level when adjusted; Otherwise, the window will always show calories.

PULSE/SPEED

If the user holds on to the pulse sensors, the window will show pulse value; Otherwise, the window will always show current speed.

DISTANCE

0.0 – 99.99KM

BLUETOOTH APP

The console supports the Reebok Console Zwift and Kinomap APP. Connect to machine via Bluetooth using the APP. Once connected, the indicator light will turn on.

INSTANT INCLINE

Press 3/9/15 to choose incline quickly.

INCLINE▲/▼

Increase/decrease.

START/PAUSE

Press the button once to pause the machine and press again to resume.

STOP

Press this button to stop the machine. Press and hold for 2 seconds to stop and reset to standby mode.

INSTANT SPEED

Press 3/5, 5/8, 7/11, 10/16, to choose speed quickly (MPH/KPH).

MODE

In standby mode, select and switch functions.

(EN) DIAL FUNCTIONS

SPEED+/-

In running mode: Rotate DIAL counter clockwise to decrease the SPEED. Rotate DIAL clockwise to increase the SPEED.

START/PAUSE

Press DIAL once to start workout. Press once again to pause workout.

(EN) HANDLEBAR FUNCTIONS

PULSE GRIPS

Please hold on the pulse sensor on handle bar and hold on about 3 seconds, the display will show heart rate value. This value is intended as a guide, can not used as medical data.

(EN) COMPUTER PROGRAMS

MANUAL MODE

QUICK START

- From standby mode, press START to activate the treadmill. The speed display will countdown "3, 2, 1", before the treadmill starts to move
- In running mode:
  - Rotate DIAL counter clockwise to decrease the speed. Rotate DIAL clockwise to increase the speed
  - Press INCLINE▲/ (+) or ▼/ (-) to adjust the incline of the machine. Press 3/9/15 to choose incline quickly
  - Press 3/5, 5/8, 7/11, 10/16, to choose speed quickly (MPH/KPH)
- The TIME/DISTANCE/CALORIES will count up from zero

COUNTDOWN MODES: TIME/DISTANCE/CALORIES

- From standby mode, press M button until you see TIME/ DISTANCE/CALORIES
- Rotate the DIAL to adjust the value, then press M to confirm the setting and switch to the next value setting
- Once settings are completed, press START to begin
- When the countdown has completed, the window will display "End", the treadmill will gradually slow down until it stops, then enter standby mode

25 PRESET PROGRAMS (P01 – P25)

- From standby mode, press M button 4 times to enter mode. Heart rate/speed display will show P01 – P25. Press the M again to select a program. The TIME window will flash when the selection is completed
- Rotate the DIAL to set the workout time. Only the time can be adjusted in this mode. Press START to begin using the set time
- Once started, speed and incline may be adjusted manually; preset values automatically resume at the next segment. A beep sounds at the start of each new segment
- During these programs the speed and incline settings are split into 10 segments. The time of each segment depends on the overall time selected. For example a 10 minute program = 10 segments of 1 minute. Therefore the speed/incline would alter every 1 minute

SAFETY LOCK FUNCTION

In any mode, if you pull away the safety key, the machine will stop. The machine cannot work until safety key is reinserted.

SAFETY KEY

Included with this machine is a red safety key, the machine will not operate unless this is inserted. Its purpose is to immediately stop the machine in the event of an emergency. The computer will display "---" if not correctly attached to the treadmill. The clip on the other end of the safety key must be attached to the user at all times during your workout to ensure the machine stops immediately in the event of an emergency.

POWER ON AND OFF

You may turn off the power at any time to stop the treadmill. Doing so will not cause any damage to the equipment.

POWER SAVING (ERP)

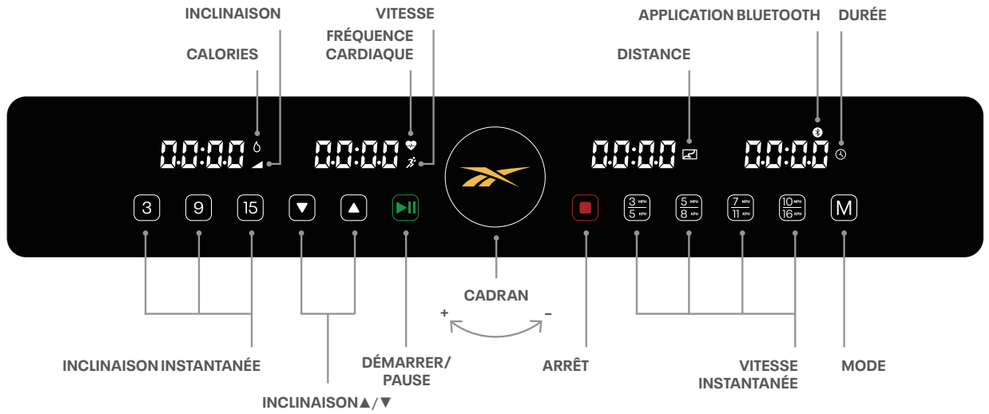
This product has a power saving mode that activates after 5 minutes of inactivity. To restart the machine, simply press any button.

Standby mode = 0.6W
Off mode = 0.0W

CAUTION

- We recommend that you maintain a slow speed at the beginning of a session and hold on to the handrails until you become comfortable and familiar with the treadmill
- Attach the magnet end of the safety pulling rope to the console and also attach the clip of the safety pulling rope to your clothing
- To end your workout safely, press the STOP button or pull out the safety pulling rope, then the treadmill will stop immediately
- In case you must escape the equipment in an emergency situation during exercising , grab the handrails and set both feet on the right and left foot platform beside the running belt
- Unplug the emergency safety key when the equipment is not in use

(FR) CONSOLE



CALORIES/INCLINAISON

0 – 999.9/Niveaux: 0-20.
Affiche le niveau d'inclinaison lors du réglage; sinon, l'écran affiche toujours les calories.

VITESSE/FRÉQUENCE CARDIAQUE

Veuillez laisser vos mains sur le capteur de pouls présent sur la poignée pendant 3 secondes environ. L'écran va afficher votre fréquence cardiaque, l'écran va afficher votre fréquence cardiaque; Sinon, l'écran affiche toujours la vitesse actuelle.

DISTANCE

0.0 - 99.99KM

BLUETOOTH APP

La console prend en charge les applications Reebok Console, Zwift et Kinomap. Connectez la console à l'appareil via Bluetooth à l'aide de l'application. wLorsque la connexion est établie, l'icône Bluetooth s'allume.

INCLINAISON INSTANTANÉE

Appuyez sur 3/9/15 pour choisir rapidement l'inclinaison.

INCLINAISON▲/▼

D'augmenter/de réduire.

DÉMARRER/PAUSE

Appuyez une fois sur le bouton pour mettre la machine en pause. Appuyez de nouveau pour reprendre la séance d'entraînement.

ARRÊT

Appuyez sur ce bouton pour arrêter la machine. Appuyez sur le bouton et maintenez-le enfoncé pendant 2 secondes pour arrêter l'appareil et le remettre en mode veille.

VITESSE INSTANTANÉE

Appuyez sur 3/5, 5/8, 7/11, 10/16 pour choisir rapidement la vitesse (MPH/KPH).

MODE

En mode veille, sélectionner et basculer entre les fonctions.

(FR) FONCTIONS DU CADRAN

VITESSE+/-

En mode course: Tournez le CADRAN dans le sens inverse des aiguilles d'une montre pour diminuer la valeur de la fonction. Tournez le CADRAN dans le sens des aiguilles d'une montre pour augmenter la valeur de la fonction.

START/PAUSE

Appuyez une fois sur le CADRAN pour commencer la séance d'entraînement. Appuyez une fois de plus pour interrompre la séance d'entraînement.

(FR) COMMANDES SUR LES POIGNÉES

CAPTEURS DE POULS

Veuillez laisser vos mains sur le capteur de pouls présent sur la poignée pendant 3 secondes environ. L'écran va afficher votre fréquence cardiaque. Cette valeur est communiquée à titre d'information, il ne s'agit pas d'une donnée médicale.

(FR) FONCTIONS INFORMATIQUES

MODE MANUEL

DÉMARRAGE RAPIDE

- Depuis le mode veille, appuyez sur DÉMARRER pour activer le tapis de course. La fenêtre de vitesse affiche un compte à rebours « 3, 2, 1 » avant le démarrage
- En mode course:
  - Tournez le CADRAN dans le sens inverse des aiguilles d'une montre pour diminuer la valeur de la fonction. Tournez le CADRAN dans le sens des aiguilles d'une montre pour augmenter la valeur de la fonction.
  - Appuyez sur INCLINAISON▲/▼ pour régler l'inclinaison de la machine. Appuyez sur 3/9/15 pour choisir rapidement l'inclinaison.
  - Appuyez sur 3/5, 5/8, 7/11, 10/16 pour choisir rapidement la vitesse (MPH/KPH).
- Toutes les valeurs de DURÉE/DISTANCE/CALORIES seront décomptées à partir de zéro

COMPTE À REBOURS: DURÉE/DISTANCE/CALORIES

- Depuis le mode veille, appuyez sur M jusqu'à ce que DURÉE/ DISTANCE/CALORIES s'affichent
- Tournez le CADRAN pour ajuster la valeur, puis appuyez sur M pour confirmer le réglage et passer au réglage de la valeur suivante.
- Une fois tous les réglages effectués, appuyer sur DÉMARRER pour commencer votre séance d'entraînement
- Lorsque le compte à rebours est terminé, la fenêtre affiche « End ». Le tapis ralentit progressivement jusqu'à l'arrêt, puis passe en mode veille

ENSEMBLE DE 25 PROGRAMMES INTÉGRÉS (P01 – P25)

- Depuis le mode veille, appuyez 4 fois sur M pour entrer en mode programme prédéfini. L'affichage fréquence cardiaque/vitesse montre P01–P25. Appuyez de nouveau sur M pour sélectionner un programme. La fenêtre TEMPS clignote lorsque la sélection est terminée
- Tournez le CADRAN pour régler le temps d'exercice. Seul le temps peut être ajusté dans ce mode. Appuyez sur DÉMARRER pour commencer avec le temps réglé
- Une fois démarré, la vitesse et l'inclinaison peuvent être ajustées manuellement ; les valeurs prédéfinies reprennent automatiquement au segment suivant. Un bip retentit au début de chaque nouveau segment
- Pendant le programme les paramètres de vitesse et d'inclinaison sont divisés en 10 segments. La durée de chaque segment dépend de la durée totale sélectionnée. Par exemple, pour un programme de 10 minutes, il y a 10 segments d'1 minute. Ainsi, la vitesse /l'inclinaison changeront au bout d'1 minute

FONCTION VERROUILLAGE DE SÉCURITÉ

Quel que soit le mode, la machine va s'arrêter si vous retirez la clé de sécurité. La machine ne pourra pas fonctionner tant que vous n'aurez pas remis la clé de sécurité.

CLÉ DE SÉCURITÉ

Une clé de sécurité rouge est fournie avec cette machine. Si elle n'est pas insérée, cette dernière ne peut pas être démarrée. Elle permet en outre d'interrompre immédiatement la machine en cas d'urgence. Si la clé n'est pas correctement insérée, le message «---» s'affiche sur la console. La pince située à l'autre extrémité de la clé de sécurité doit être fixée sur l'utilisateur à tout moment pendant un exercice. Ainsi, la machine s'interrompt automatiquement en cas d'urgence.

ÉTEINDRE LA MACHINE

Vous pouvez couper l'électricité pour arrêter le tapis, qui ne sera aucunement endommagé.

FONCTION D'ÉCONOMIE D'ÉNERGIE (ERP)

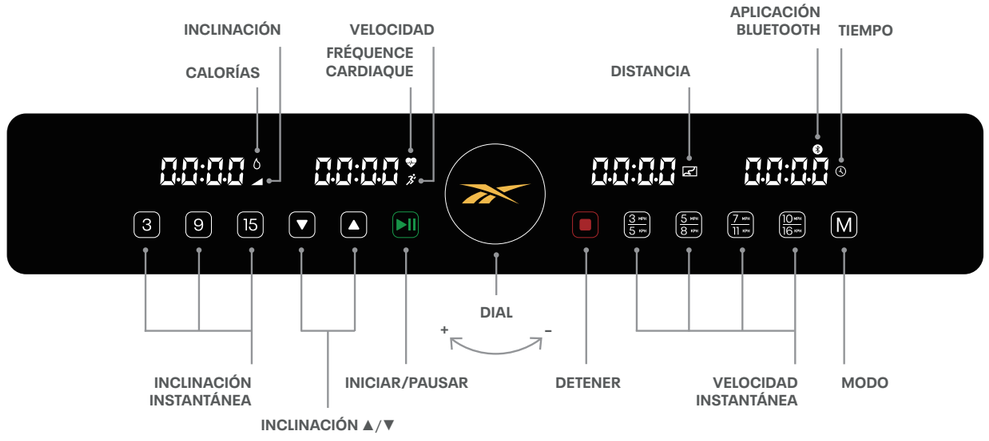
La machine est dotée d'une fonction d'économie d'énergie. En mode veille, quand la machine attend de fonctionner, la fonction d'économie d'énergie se déclenchera au bout de 5 minutes sans utilisation, puis l'écran va s'éteindre. Vous pouvez appuyer sur n'importe quel bouton pour allumer l'écran.

Mode veille: 0.6W
Mode arrêt: 0.0W

ATTENTION

- Nous vous conseillons de rester à faible vitesse au démarrage d'une séance et de tenir les poignées jusqu'à vous être familiarisé avec e tapis
- Fixez l'attache pour clés de sécurité à vos vêtements
- Pour terminer votre séance en toute sécurité, appuyez sur le bouton CADRAN ou tirez sur le cordon de sécurité. Le tapis s'arrête immédiatement
- Si vous devez rapidement évacuer l'équipement en cas d'urgence pendant l'exercice, saisissez les mains courantes et posez les deux pieds sur les plates-formes droite et gauche à côté de la ceinture de course
- Débranchez la clé de sécurité d'urgence lorsque l'équipement n'est pas utilisé

(ES) CONSOLA



CALORIES/INCLINE

0 – 999.9/Nivell: 0-20.
Muestra el nivel de inclinación cuando se ajusta; de lo contrario, la ventana mostrará siempre las calorías.

PULSO/VELOCIDAD

Mantenga unos 3 segundos la mano sobre el sensor de pulso situado en el manillar, la pantalla mostrará el valor de frecuencia cardíaca. La pantalla mostrará el valor de frecuencia cardíaca; de lo contrario, la ventana mostrará siempre la velocidad actual.

DISTANCIA

0.0 – 99.99KM

APLICACIÓN BLUETOOTH

La consola es compatible con Reebok Console, Zwift y Kinomap. Conéctese a la máquina mediante Bluetooth usando la aplicación. Cuando esté conectado, el icono de Bluetooth se iluminará.

INCLINACIÓN INSTANTÁNEA

Pulse 3/9/15 para selección rápida de pendiente.

INCLINACIÓN▲/▼

Aumenta/reduce.

INICIAR/PAUSAR

Pulse el botón una vez para pausar la cinta de correr y vuelva a pulsarlo para reanudar.

DETENER

Pulse este botón para detener la máquina. Mantenga pulsado el botón durante 2 segundos para detener y restablecer al modo de espera.

VELOCIDAD INSTANTÁNEA

Pulse 3/5, 5/8, 7/11, 10/16 para selección rápida de velocidad (MPH/KPH).

MODO

En el modo de espera, pulse el dial para seleccionar y cambiar entre las funciones.

(ES) FUNCIONES DEL DIAL

VELOCIDAD+/-

En modo de carrera: Gire el DIAL en sentido contrario a las agujas del reloj para disminuir el valor de la función. Gire el DIAL en el sentido de las agujas del reloj para aumentar el valor de la función.

INICIAR/PAUSAR

Pulse DIAL una vez para iniciar el entrenamiento. Pulse una vez más para pausar el entrenamiento.

(ES) CONTROLES DE LA BARRA DE SUJECIÓN

MANGOS CON SENSORES DE PULSACIONES

Mantenga unos 3 segundos la mano sobre el sensor de pulso situado en el manillar, la pantalla mostrará el valor de frecuencia cardíaca. Este valor es orientativo, no puede ser utilizado como información médica.

(ES) PROGRAMAS INFORMÁTICOS

MODO MANUAL

INICIO RÁPIDO

- Desde el modo de espera, pulse INICIAR para activar la cinta. La ventana de velocidad mostrará una cuenta atrás « 3, 2, 1 » antes de que la cinta comience a moverse
- En modo de carrera:
  - Gire el DIAL en sentido contrario a las agujas del reloj para disminuir el valor de la función. Gire el DIAL en el sentido de las agujas del reloj para aumentar el valor de la función
  - Pulse INCLINACIÓN ▲/ (+) o ▼/ (-) para ajustar la inclinación de la máquina. Pulse 3/9/15 para selección rápida de pendiente
  - Pulse 3/5, 5/8, 7/11, 10/16 para selección rápida de velocidad (MPH/KPH).
- Todos los valores de TIEMPO/DISTANCIA/CALORÍAS se elevarán desde cero

CUENTA ATRÁS: TIEMPO/DISTANCIA/CALORÍAS

- Desde standby pulse M hasta que aparezca TIEMPO/DISTANCIA /CALORÍAS
- Gire el dial para ajustar el valor y, luego, pulse M para confirmar la configuración y pasar al siguiente ajuste de valor.
- Una vez ajustados todos los parámetros, pulse INICIAR para iniciar el entrenamiento.
- Cuando finaliza la cuenta atrás, la ventana mostrará « End ». La cinta se desacelerará gradualmente hasta detenerse y pasará al modo de espera

CONJUNTO DE 25 PROGRAMAS INTEGRADOS (P01 – P25)

- Desde el modo de espera, pulse el botón M 4 veces para entrar en el modo de programa. La pantalla de frecuencia cardíaca/ velocidad mostrará P01–P25. Pulse M de nuevo para seleccionar un programa. La ventana TIEMPO parpadeará cuando la selección se haya completado
- Gire el DIAL para ajustar el tiempo de ejercicio. En este modo solo se puede ajustar el tiempo. Pulse INICIAR para comenzar con el tiempo configurado.
- Una vez iniciado, la velocidad y la inclinación pueden ajustarse manualmente; los valores preestablecidos se restablecen automáticamente en el siguiente segmento. Se emite un pitido al inicio de cada nuevo segmento
- Durante el programa, los ajustes de velocidad e inclinación se dividen en 10 segmentos. El tiempo de cada segmento depende del tiempo total seleccionado. Por ejemplo, un programa de 10 minutos = 10 segmentos de 1 minuto. Por lo tanto, la velocidad / inclinación cambiarían cada 1 minuto

FUNCIÓN DE BLOQUEO DE SEGURIDAD

Sea cual sea el modo seleccionado, si se saca la llave de seguridad, la máquina se parará. La máquina no podrá funcionar hasta que la llave de seguridad vuelva a estar puesta.

LLAVE DE SEGURIDAD

La máquina incluye una llave de seguridad roja que debe insertarse en el lugar habilitado a tal efecto para que funcione el equipo. Su misión es detener inmediatamente la máquina en caso de emergencia.
En el ordenador aparecerá el mensaje «---» si no se ha insertado correctamente en la cinta de correr. Para garantizar la detención inmediata de la máquina en caso de emergencia, el usuario debe llevar sujeto a su cuerpo en todo momento el clip que se encuentra al otro extremo de la llave de seguridad.

DESCONEXIÓN ELÉCTRICA

Puede desconectar la alimentación para detener la cinta de correr, sin que esta resulte dañada en ningún momento.

FUNCIÓN DE AHORRO DE ENERGÍA (ERP)

La máquina incorpora función de ahorro de energía. En modo standby, a la espera de entrar en servicio, en caso de no hallarse en funcionamiento, la función de ahorro de energía se hallará disponible transcurridos 5 minutos y la pantalla se cerrará. Puede pulsar cualquier botón para encender la pantalla.

Modo de espera: 0.6W
Modo apagado: 0.0W

PRECAUCIÓN

- Le recomendamos que mantenga una baja velocidad al comienzo de la sesión y que se agarre al pasamanos hasta que se sienta cómodo/a y se familiarice con la cinta de correr
- Sujete el clip de la llave de seguridad a su ropa
- Para finalizar su entrenamiento de forma segura, pulse el botón de DIAL o tire del cable de seguridad, y la cinta de correr se parará de inmediato
- En caso de que deba bajarse del equipo en una situación de emergencia mientras se ejercita, sujétese a las barandas y coloque ambos pies en las plataformas para pies a la derecha e izquierda de la cinta de correr
- Desconecte la llave de seguridad de emergencia cuando el equipo no esté en uso

(PT) CONSOLA



CALORIAS/INCLINAÇÃO

0 – 999,9 / Nível: 0 – 20.
Exibe o nível de INCLINAÇÃO quando ajustado; caso contrário, o ecrã mostrará sempre as calorias.

RITMO CARDÍACO/ VELOCIDADE

Mantenha as mãos no sensor de pulsação do punho cerca de 3 segundos e o ecrã irá apresentar o valor do ritmo cardíaco; Caso contrário, o ecrã mostrará sempre a velocidade atual.

DISTÂNCIA

0.0 – 99.99KM

APLICAÇÕES BLUETOOTH

A consola é compatível com as aplicações Reebok Console, Kinomap. Ligue-se à máquina via Bluetooth utilizando a APP. Quando ligado, o ícone Bluetooth acende.

INCLINAÇÃO INSTANTÂNEA

Prima 3/9/15 para selecionar a inclinação rapidamente

INCLINAÇÃO▲/▼

Aumentar/diminuir.

INICIAR/PAUSA

Prima o botão uma vez para pausar a passadeira e prima novamente para retomar.

PARAR

Prima continuamente o INDICADOR durante 2 segundos para parar e ativar o modo de espera.

VELOCIDADE INSTANTÂNEA

Prima 3/5, 5/8, 7/11, 10/16 para selecionar a velocidade rapidamente (MPH/KPH).

MODO

No modo de espera, selecione e alterne funções.

(PT) FUNÇÕES DO INDICADOR

VELOCIDADE+/-

No modo de corrida: Rode o INDICADOR para a esquerda para diminuir o valor da função. Rode o INDICADOR para a direita para aumentar o valor da função.

INICIAR/PAUSA

Prima o INDICADOR uma vez para iniciar o treino. Prima novamente para pausar o treino.

CONTROLOS NA BARRA DE APOIO

PUNHOS DE PULSAÇÃO

Mantenha as mãos no sensor de pulsação do punho cerca de 3 segundos e o ecrã irá apresentar o valor do ritmo cardíaco. Este valor serve de orientação e não pode ser utilizado para fins médicos.

(PT) PROGRAMAS DO COMPUTADOR

MODO MANUA

INÍCIO RÁPIDO

- No modo de espera, prima START para ativar o tapete rolante. O visor da VELOCIDADE fará a contagem decrescente “3, 2, 1” antes de o tapete começar a mover-se
- No modo de corrida:
  - Rode o INDICADOR para a esquerda para diminuir o valor da função. Rode o INDICADOR para a direita para aumentar o valor da função
  - Prima INCLINAÇÃO▲/ (+) or ▼/ (-) para ajustar a inclinação da máquina. Prima 3/9/15 para selecionar a inclinação rapidamente
  - Prima 3/5, 5/8, 7/11, 10/16 para selecionar a velocidade rapidamente(MPH/KPH)
- Todos os valores de TEMPO/DISTÂNCIA/CALORIAS irão começar a contagem a partir de zero

MODOS DE CONTAGEM DECRESCENTE: TEMPO/ DISTÂNCIA/CALORIAS

- A partir do modo de standby, prima o botão M até ver as opções TEMPO/DISTÂNCIA/CALORIAS
- Rode o indicador para ajustar o valor e depois prima o M para confirmar a definição e mudar para a definição do valor seguinte
- Após concluir as definições, prima INICIAR para começar
- Assim que a contagem regressiva for concluída, o visor apresentará “End”, o tapete rolante reduzirá gradualmente a velocidade até parar e entrará no modo de espera

25 PROGRAMAS PREDEFINIDOS (P01 – P25)

- No modo de espera, prima o botão M 4 vezes para entrar no modo. O visor de PULSO/ VELOCIDADE apresentará P01–P25. Prima novamente o botão M para selecionar um programa. O visor de TEMPO piscará quando a seleção estiver concluída
- Rode o INDICADOR para definir o tempo de treino. Apenas o tempo pode ser ajustado neste modo. Prima INICIAR para começar a utilizar o tempo definido
- Após o início, a velocidade e a inclinação podem ser ajustadas manualmente; os valores predefinidos serão retomados automaticamente no segmento seguinte. Um sinal sonoro é emitido no início de cada novo segmento
- Nestes programas, as definições de velocidade e inclinação estão divididas em 10 segmentos. O tempo de cada segmento depende do tempo geral selecionado. Por exemplo, um programa de 10 minutos = 10 segmentos de 1 minutos. Como tal, a velocidade/ inclinação será alterada a cada 1 minutos

FUNÇÃO DE BLOQUEIO DE SEGURANÇA

Em qualquer modo, se a chave de segurança for puxada, a máquina irá parar. A passadeira não funciona até que a chave de segurança seja novamente introduzida.

CHAVE DE SEGURANÇA

Esta máquina é fornecida com uma chave de segurança vermelha. Para que a máquina funcione, a chave deve estar inserida. A sua finalidade é desligar de imediato a máquina numa situação de urgência. O computador apresenta a mensagem "---" no caso de não estar corretamente ligado à passadeira. O clip na outra extremidade da chave de segurança deve estar fixado ao utilizador em todos os momentos durante o exercício para garantir que a máquina para de imediato numa situação de urgência.

DESLIGAR A FICHA DE ALIMENTAÇÃO

Pode desligar a ficha de alimentação da passadeira a qualquer momento sem danificar a passadeira.

FUNÇÃO DE POUPANÇA DE ENERGIA (ERP)

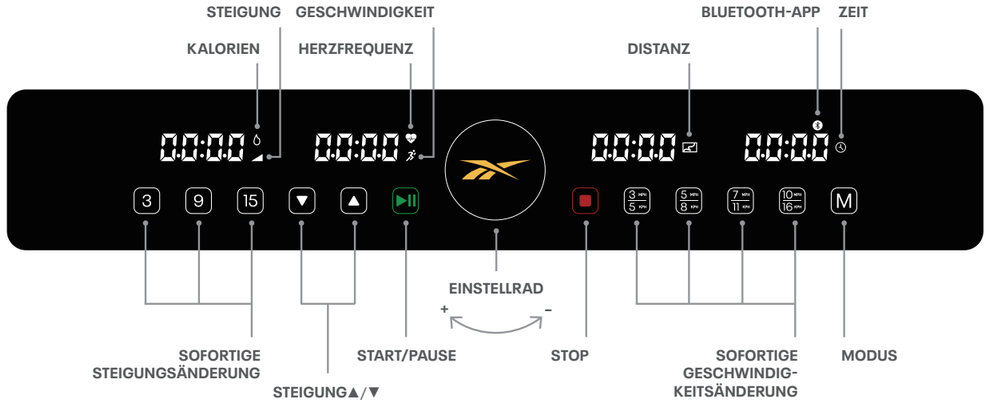
A passadeira possui a função de poupança de energia. No modo de standby, no estado de espera pelo funcionamento, sem qualquer operação, a função de poupança de energia estará disponível após 5 minutos e o ecrã será desligado. Pode premir qualquer botão para ligar o ecrã.

Modo de espera = 0.6W
Modo desligado: 0.0W

ATENÇÃO

- Recomendamos que mantenha uma velocidade baixa no início de uma sessão e se segure nos corrimões até se sentir familiarizado com a passadeira
- O utilizador deve prender o clipe da chave de segurança à roupa
- Para concluir o seu treino de forma segura, prima o botão STOP ou puxe a chave de segurança – a passadeira irá parar imediatamente
- Caso tenha que sair do equipamento numa situação de emergência durante a prática de exercício, coloque as mãos nos corrimões e os pés nas respetivas plataformas direita e esquerda junto ao tapete de corrida
- Remova a chave de segurança de emergência quando o equipamento não estiver a ser utilizado.

(DE) KONSOLE



KALORIEN/STEIGUNG

0 – 999,9 / Stufe: 0–20.
Zeigt die Steigungsstufe bei Einstellung an; andernfalls wird im Fenster immer die Kalorienanzeige angezeigt.

HERZFREQUENZ/ GESCHWINDIGKEIT

Halten Sie den Pulssensor für ca. 3 Sekunden am Griff fest. Das Display zeigt Ihnen dann Ihren Herzfrequenzwert an; Andernfalls wird im Fenster immer die aktuelle Geschwindigkeit angezeigt.

DISTANZ

0.0 – 99.99KM

BLUETOOTH APP

The console supports the Reebok Console Zwift and Kinomap APP. Connect to machine via Bluetooth using the APP. Once connected, the indicator light will turn on.

SOFORTIGE STEIGUNGSÄNDERUNG

Drücken Sie 3/9/15, um die Steigung schnell anzupassen.

STEIGUNG▲/▼

Erhoht/verringert.

START/PAUSE

Drücken Sie die Taste einmal, um das Laufband anzuhalten, und drücken Sie sie erneut, um weiterzumachen.

STOP

Halten Sie das EINSTELLRAD für 2 Sekunden gedrückt, um das Workout zu stoppen und zurück in den Standby-Modus zu gelangen.

SOFORTIGE GESCHWINDIGKEIT-SÄNDERUNG

Drücken 3/5, 5/8, 7/11, 10/16, um die Geschwindigkeit schnell anzupassen.

MODUS

Drücken Sie das Einstellrad im Standby-Modus, um in den Auswahlmodus zu gelangen und zwischen den Funktionen zu wechseln.

(DE) FUNKTIONEN DES EINSTELLRADS

GESCHWINDIGKEIT+/-

Im Laufmodus: Drehen Sie das EINSTELLRAD gegen den Uhrzeigersinn, um die Funktionswerte zu verringern. Drehen Sie das EINSTELLRAD im Uhrzeigersinn, um die Funktionswerte zu erhöhen.

START/PAUSE

Drücken Sie das EINSTELLRAD einmal, um mit dem Workout zu beginnen. Drücken Sie es erneut, um das Workout zu pausieren.

(DE) GRIFFSTEUERUNG

PULSGRIFFE

Halten Sie den Pulssensor für ca. 3 Sekunden am Griff fest. Das Display zeigt Ihnen dann Ihren Herzfrequenzwert an. Dieser Wert ist nur als Richtwert zu betrachten und kann nicht als medizinischer Wert verwendet werden.

(DE) COMPUTERPROGRAMME

MANUELLER MODUS

SCHNELLSTART

- Drücken Sie im Standby-Modus die Taste START, um das Laufband zu aktivieren. Die Geschwindigkeitsanzeige zählt „3, 2, 1" herunter, bevor sich das Laufband in Bewegung setzt
- Im Laufmodus:
  - Drehen Sie das EINSTELLRAD gegen den Uhrzeigersinn, um die Funktionswerte zu verringern. Drehen Sie das EINSTELLRAD im Uhrzeigersinn, um die Funktionswerte zu erhöhen
  - Drücken Sie STEIGUNG▲/ (+) oder ▼/ (-), um die Steigung der Maschine einzustellen. Drücken Sie 3/9/15, um die Steigung schnell anzupassen
  - Drücken 3/5, 5/8, 7/11, 10/16, um die Geschwindigkeit schnell anzupassen (MPH/KPH)
- Die Werte ZEIT/DISTANZ/KALORIEN beginnen bei null

COUNTDOWN-MODI: ZEIT/DISTANZ/KALORIEN

- Drücken Sie im Standby-Modus die Taste M, bis ZEIT/DISTANZ/ KALORIEN angezeigt wird
- Drehen Sie das Einstellrad, um den Wert anzupassen, und drücken Sie die Taste M, um die Einstellung zu bestätigen und zum nächsten Einstellwert zu wechseln
- Sobald die Einstellungen abgeschlossen sind, drücken Sie START, um zu beginnen
- Wenn der Countdown abgeschlossen ist, zeigt das Fenster „End" an. Das Laufband verlangsamt sich allmählich, bis es zum Stillstand kommt, und wechselt dann in den Standby-Modus

25 VOREINGESTELLTE PROGRAMME (P01 – P25)

- Drücken Sie im Standby-Modus die Taste M viermal, um in den Modus zu gelangen. Die Puls-/Geschwindigkeitsanzeige zeigt P01 – P25 an. Drücken Sie erneut M, um ein Programm auszuwählen. Das Fenster ZEIT blinkt, wenn die Auswahl abgeschlossen ist
- Drehen Sie das Einstellrad, um die Trainingszeit einzustellen. In diesem Modus kann nur die Zeit eingestellt werden. Drücken Sie START, um mit der eingestellten Zeit zu beginnen
- Sobald das Training gestartet ist, können Geschwindigkeit und Steigung manuell eingestellt werden; die voreingestellten Werte werden im nächsten Segment automatisch wiederhergestellt. Zu Beginn jedes neuen Segments ertönt ein Signalton
- Innerhalb dieser Programme sind die Einstellungen für Speed (Geschwindigkeit) und Incline (Steigung) in 10 Segmente aufgeteilt. Die Dauer jedes Segments hängt von der eingestellten Gesamtzeit ab. Beispiel: Ein Programm von 10 Minuten entspricht 10 Segmenten à 1 Minuten. Das bedeutet, dass sich Geschwindigkeit/Steigung jeweils nach 1 Minuten ändern würden

SICHERHEITSFUNKTION

Wenn Sie den Sicherheitsschlüssel herausziehen, hält das Gerät in jedem Modus an. Das Gerät funktioniert erst wieder, wenn Sie den Sicherheitsschlüssel erneut einführen.

SICHERHEITSSCHLOSSEL

Diesem Gerat liegt ein roter Sicherheitsschlussel bei, ohne den das Laufband nicht in Betrieb genommen werden kann. Mit diesem Schlussel konnen Sie das Gerat im Notfall sofort anhalten. Wenn der Schlussel nicht korrekt am Laufband angeschlossen ist, erscheint auf der Anzeige "---". Der Clip an der anderen Seite des Sicherheitsschlussels muss jederzeit wahrend des Trainings mit der Kleidung verbunden sein um sicherzustellen, dass das Gerat im Notfall unverzuglich ausschaltet.

SCHALTEN SIE DAS GERÄT AUS

You may turn off the power at any time to stop the treadmill. Doing so Sie können das Laufband ausschalten, um es zu anzuhalten, ohne es dadurch zu beschädigen.

ENERGIESPARFUNKTION (ERP)

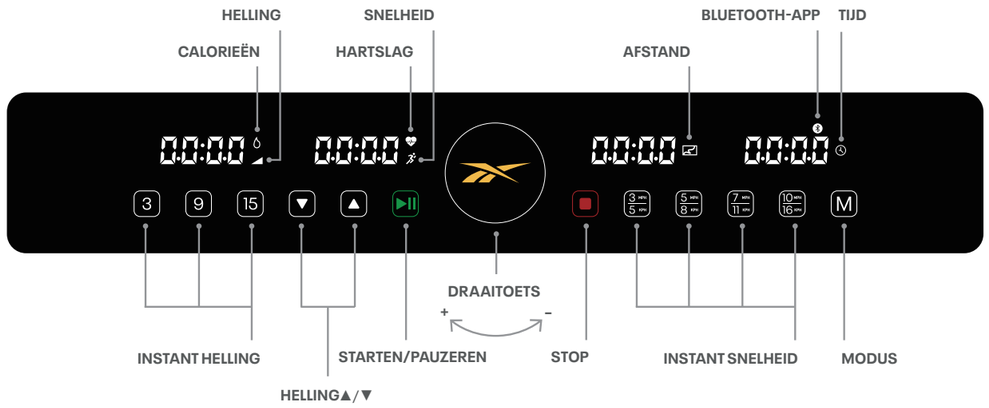
Das Gerät verfügt über eine Energiesparfunktion. Nach 10 Minuten im Standby-Modus (während das Gerät darauf wartet, bedient zu werden bzw. es gerade nicht bedient wird) schaltet das Gerät in den Energiesparmodus und das Display schaltet sich aus. Sie können jede beliebige Taste drücken, um das Display wieder einzuschalten.

Standby-Modus = 0.6W
Aus-Modus: 0.0W

VORSICHT

- Wir empfehlen, Ihr Workout mit einer niedrigen Geschwindigkeit zu beginnen und die Handläufe festzuhalten, bis Sie sich mit dem Laufband wohl und vertraut fühlen
- Befestigen Sie das magnetische Ende der Sicherheitsleine an der Konsole und befestigen Sie den Sicherheitsschlüssel an Ihrer Kleidung
- Um Ihr Workout sicher zu beenden, drücken Sie die Taste STOP oder ziehen Sie den Sicherheitsschlüssel heraus. Daraufhin hält das Laufband umgehend an
- Falls Sie das Gerät im Notfall während des Trainings verlassen müssen, halten Sie die Handläufe fest und stellen beide Füße auf die Plattformen rechts und links des Laufbands.
- Ziehen Sie den Notfallsicherheitsschlüssel, wenn das Gerät nicht verwendet wird

(NL) CONSOLE



CALORIEËN/HELLING

0 – 999,9 / Niveau: 0–20.
Toont het hellingsniveau bij het aanpassen; anders toont het venster altijd de calorieën.

HARTSLAG/SNELHEID

Houd de hartslagsensoren op de handgrepen ongeveer 3 seconden vast, het venster toont de hartslagwaarde; Anders toont het venster altijd de huidige snelheid.

AFSTAND

0.0 – 99.99KM

BLUETOOTH-APP

De console ondersteunt de Reebok Console-, Kinomap-APP. Verbind met de machine via Bluetooth met behulp van de APP. Wanneer verbonden, gaat het Bluetooth-pictogram branden.

INSTANT HELLING

Druk op 3/9/15 om snel de helling e kiezen.

HELLING▲/▼

Vergroot/verklein.

STARTEN/PAUZEREN

Druk eenmaal op de toets om de loopband te pauzeren en druk nogmaals om te hervatten.

STOP

Druk op deze toets om de machine te stoppen. Houd deze toets 2 seconden ingedrukt om te stoppen en terug te keren naar de stand-bymodus.

INSTANT SNELHEID

Druk op 3/5, 5/8, 7/11, 10/16 om snel de snelheid te kiezen (MPH/KPH).

MODUS

Druk in de stand-bymodus om functies te selecteren en te wisselen.

(NL) DRAAITOETSFUNCTIES

SNELHEID+/-

In de loopmodus: Roteer de DRAAITOETS tegen de wijzers van de klok in om de snelheidswaarde te verlagen. Roteer de DRAAITOETS met de wijzers van de klok mee om de snelheidswaarde te verhogen.

STARTEN/PAUZEREN

Druk één keer op de DRAAITOETS om de work-out te starten. Druk nogmaals om de work-out te pauzeren.

(NL) HANDGREEPBEDIENING

HARTSLAGGREPEN

Houd de hartslagsensoren op de handgrepen ongeveer 3 seconden vast, de display toont de hartslagwaarde. De hartslagmeter is alleen bedoeld als referentie en niet voor medisch gebruik of monitoring.

(NL) COMPUTERPROGRAMMA'S

HANDMATIGE MODUS

SNELSTARTFUNCTIE

- Druk vanuit de stand-bymodus op STARTEN om de loopband te activeren. Het snelheidsdisplay telt "3, 2, 1" af voordat de loopband begint te bewegen
- In de loopmodus:
  - Roteer de DRAAITOETS tegen de wijzers van de klok in om de snelheidswaarde te verlagen. Roteer de DRAAITOETS met de wijzers van de klok mee om de snelheidswaarde te verhogen
  - Druk op HELLING▲/(+) of ▼/(-) om de helling van de machine aan te passen
  - Druk op 3/5, 5/8, 7/11, 10/16 om snel de snelheid te kiezen (MPH/KPH)
- De TIJD/AFSTAND/CALORIEËN beginnen te tellen vanaf nul

TIMERMODI: TIJD/AFSTAND/CALORIEËN

- Druk vanuit de stand-bymodus op de toets M tot u TIJD, AFSTAND, CALORIEËN ziet
- Draai de DRAAITOETS om de waarde aan te passen, druk daarna op de M om de instelling te bevestigen en te schakelen naar de volgende waarde-instelling
- Zodra de instellingen zijn voltooid, druk op STARTEN om te beginnen
- Zodra het aftellen is voltooid, toont het venster "End". De loopband zal geleidelijk vertragen tot deze stopt en vervolgens terugkeren naar de stand-bymodus

25 VOORINGESTELDE PROGRAMMA'S (P01 – P25)

- Drücken Sie im Standby-Modus die Taste M viermal, um in den Modus zu gelangen. Die Puls-/Geschwindigkeitsanzeige zeigt P01 – P25 an. Drücken Sie erneut M, um ein Programm auszuwählen. Das Fenster ZEIT blinkt, wenn die Auswahl abgeschlossen ist
- Drehen Sie das Einstellrad, um die Trainingszeit einzustellen. In diesem Modus kann nur die Zeit eingestellt werden. Drücken Sie START, um mit der eingestellten Zeit zu beginnen.
- Sobald das Training gestartet ist, können Geschwindigkeit und Steigung manuell eingestellt werden; die voreingestellten Werte werden im nächsten Segment automatisch wiederhergestellt. Zu Beginn jedes neuen Segments ertönt ein Signalton
- Tijdens deze programma's zijn de instellingen voor snelheid en helling opgesplitst in 10 segmenten. De tijd van ieder segment hangt af van de totaal geselecteerde tijd. Als voorbeeld: een programma van 10 minuten = 10 segmenten van 1 minuut. Daarom verandert de snelheid/helling iedere 1 minuut

FUNCTIE VEILIGHEIDSVERGRENDELING

Ongeacht de modus stopt de machine als u de veiligheidssleutel uittrekt. De machine kan niet werken totdat de veiligheidssleutel is teruggeplaatst.

VEILIGHEIDSSLEUTEL

Inbegrepen bij deze machine is een rode veiligheidssleutel, de machine werkt niet tenzij deze is ingestoken. Het doel ervan is om onmiddellijk de machine te stoppen in geval van nood. De computer geeft "---" weer als de sleutel niet correct is bevestigd aan de loopband. De clip aan het andere uiteinde van de veiligheidssleutel moet te allen tijde zijn bevestigd aan de gebruiker tijdens de work-out om te waarborgen dat de machine onmiddellijk stopt in geval van nood.

UITSCHAKELEN

U kunt op ieder moment de stroom uitschakelen om de loopband te stoppen, dit veroorzaakt geen schade.

(ERP) ENERGIEBESPARING

Dit product is uitgerust met een energiebesparingsmodus die wordt geactiveerd als de loopband 10 minuten inactief is. Trek de veiligheidssleutel uit en steek de veiligheidssleutel weer in om de loopband opnieuw te starten.

Stand-bymodus = 0,6W
Uit-modus: 0,0W

ATTENTIE

- We raden aan dat u aan het begin een langzame snelheid houdt en u vasthoudt aan de handrails totdat u comfortabel en vertrouwd bent met de loopband
- Bevestig de veiligheidssleutel aan de console en bevestig de clip aan uw kleding
- Om uw work-out veilig te beëindigen drukt u op de toets STOP of trekt u de veiligheidssleutel uit, de loopband stopt onmiddellijk
- Als u op enig moment in een noodsituatie tijdens het trainen uit de apparatuur moet ontsnappen, pakt u de handrails vast en plaatst u beide voeten op het platform voor de linker en rechter voet naast het loopvlak
- Haal de noodveiligheidssleutel uit wanneer de apparatuur niet in gebruik is

(IT) CONSOLE



CALORIE/INCLINAZIONE

0 – 999.9/Livello: 0-20.
Visualizza il livello di inclinazione quando viene regolato. Altrimenti la finestra mostra sempre le calorie.

PULSAZIONE/VELOCITÀ

Tenere premuti i sensori del battito sul manubrio, il display visualizza il valore misurato della frequenza cardiaca. Altrimenti la finestra mostra sempre la velocità attuale.

DISTANZA

0.0 – 99.99KM

APP BLUETOOTH

La console supporta le APP Reebok Console, e Kinomap. Una volta stabilita la connessione Bluetooth, l'icona si illumina.

INCLINAZIONE ISTANTANEA

Premi 3/9/15 per impostare immediatamente l'inclinazione.

INCLINAZIONE▲/▼

Increase/decrease.

START/PAUSA

Premere questo tasto una volta per mettere in pausa la macchina e premerlo di nuovo per riprendere.

ARRESTO

Premere questo tasto per fermare la macchina. Tenere premuto il SELETTORE per 2 secondi per interrompere e ripristinare la modalità Standby.

VELOCITÀ ISTANTANEA

Premi subito 3/5, 5/8, 7/11, 10/16 per impostare immediatamente la velocità. (H/KM).

MODALITÀ

In modalità standby, selezionare e cambiare funzione.

(IT) FUNZIONI DEL SELETTORE

VELOCITÀ+/-

In modalità corsa: Ruotare il SELETTORE in senso antiorario per diminuire il valore della velocità. Ruotare il SELETTORE in senso orario per aumentare il valore della velocità.

START/PAUSA

Premere una volta il SELETTORE per iniziare l'allenamento. Premere di nuovo per mettere in pausa l'allenamento.

(IT) COMANDI AL MANUBRIO

MANIGLIE PULSAZIONI

Tenere premuti i sensori del battito sul manubrio per circa 3 secondi; il display visualizza il valore misurato della frequenza cardiaca. Il monitor pulsazioni rappresenta una guida intesa solo per riferimento e non per uso o monitoraggio medico.

(IT) PROGRAMMI INFORMATICI

MODALITÀ MANUALE

AVVIO RAPIDO

- Dalla modalità standby premere START per avviare il tapis roulant. Il display della velocità eseguirà il conto alla rovescia "3, 2, 1" prima che il tapis roulant inizi a muoversi
- In modalità corsa:
  - Ruotare il SELETTORE in senso antiorario per diminuire il valore della velocità. Ruotare il SELETTORE in senso orario per aumentare il valore della velocità.
  - Premere Inclinazione▲/(+) of ▼/(-) per regolare l'inclinazione della macchina. Premi 3/9/15 per impostare immediatamente l'inclinazione
  - Premi subito 3/5, 5/8, 7/11, 10/16 per impostare immediatamente la velocità. (H/KM)
- Il conteggio incrementale di TEMPO/DISTANZA/CALORIE si avvia a partire da zero

MODALITÀ DI CONTO ALLA ROVESCIA: TEMPO/DISTANZA/CALORIE

- Dalla modalità standby premere il tasto M fino a quando vedete TEMPO/DISTANZA/CALORIE
- Quindi ruotare il selettore per regolare il valore, premere M per confermare l'impostazione e passare all'impostazione del valore successivo
- Una volta completate le impostazioni, premere AVVIO per iniziare
- Al termine del conto alla rovescia, la finestra mostrerà "End". Il tapis roulant rallenterà gradualmente fino a fermarsi e quindi entrerà in modalità Standby

25 PROGRAMMI DI ALLENAMENTO PREDEFINITI (P01 – P25)

- Dalla modalità standby premere il tasto M 4 volte per entrare nella modalità. Il display frequenza cardiaca/velocità mostrerà P01 – P25. Premere nuovamente M per selezionare un programma. La finestra TEMPO lampeggerà quando la selezione sarà completata.
- Ruotare il selettore per impostare il tempo di allenamento. In questa modalità è possibile regolare solo il tempo. Premere START per iniziare con il tempo impostato.
- Una volta avviato, velocità e inclinazione possono essere regolate manualmente; i valori preimpostati vengono ripristinati automaticamente al segmento successivo. All'inizio di ogni nuovo segmento viene emesso un segnale acustico.
- Durante questi programmi, le impostazioni di velocità e pendenza sono suddivise in 10 segmenti. Il tempo di ciascun segmento dipende dal tempo totale selezionato. Per esempio: programma di 10 minuti = 10 segmenti di 1 minuto. Pertanto, la velocità / pendenza cambierà ogni 1 minuto.

FUNZIONE BLOCCO DI SICUREZZA

In tutte le modalità, estraendo la chiave di sicurezza, la macchina si ferma e non può funzionare finché non viene reinserita la chiave di sicurezza.

CHIAVE DI SICUREZZA

Inclusa nella macchina vi è una chiave di sicurezza rossa; la macchina non funziona se non è inserita. La sua funzione è quella di arrestare immediatamente la macchina in caso di emergenza. Se la chiave non è inserita correttamente nell'attrezzo, sul monitor compare la scritta "---". Per consentire l'arresto immediato della macchina in caso di emergenza, durante l'allenamento la clip presente sull'altra estremità della chiave di sicurezza deve essere sempre fissata a un indumento dell'utente.

SPEGNIMENTO

Per fermare il tapis roulant si può togliere la corrente di rete in qualsiasi momento senza causare danni.

FUNZIONE DI RISPARMIO ENERGETICO (ERP)

Il prodotto prevede la modalità di risparmio energetico che entra in funzione se il tapis roulant rimane inattivo per un tempo minimo di 10 minuti. Per riavviare il tapis roulant basta premere un pulsante qualunque.

Modalità standby: 0,6W
Modalità off: 0,0W

ATTENZIONE

- All'inizio della sessione si consiglia di mantenere una bassa velocità e di tenersi ai corrimano finché non si è presa confidenza con il tapis roulant.
- Inserire la chiave di sicurezza (estremità magnetica della fune di sicurezza) nella console e fissare la clip a un indumento.
- Per terminare la sessione in sicurezza, premere il pulsante ARRESTO o tirare la fune di sicurezza; il tapis roulant si arresterà immediatamente.
- In caso di emergenza, per uscire dal tapis roulant durante la sessione, tenersi ai corrimano e mettersi a cavallo del nastro posizionando i piedi sulle pedane a sinistra e a destra.
- Inserire l'estremità magnetica della fune di sicurezza nella console e fissare la clip della fune di sicurezza a un indumento

(ZH) 电子表



卡路里/坡度

0 - 999.9/ 等级: 0-20.
按键调节时，窗口显示当前扬升；否则，窗口将始终显示卡路里。

心率/速度

用户双手分别握着左右扶手上的心率片，窗口将显示心率值；否则，窗口将始终显示当前速度。

距离

0.0 - 99.99公里 。

蓝牙APP

电子表 Reebok console+, Zwift 和 Kinomap APP. 机台通过蓝牙连接使用 APP. 连接后蓝牙图标会亮起

坡度快捷键

按 3/9/15 快速选择坡度。

坡度▲/▼

数值增大/数值减小 。

开始/暂停

按一下按钮暂停跑步机，再按一下恢复运行。

停止

按此键跑步机减速停止运动；长按此键2秒机台减速停止运动，电子表重启。

速度快捷键

按 3/5, 5/8, 7/11, 和 10/16 快速选择速度 (MPH/KPH)。

模式键

待机模式下，选择并切换功能。

(ZH) 旋钮功能

速度+/-

在运行模式下: 顺时针旋转增大速度，逆时针旋转降低速度

开始/暂停

按飞梭旋钮一次开始锻炼。再次按飞梭旋钮可停止锻炼。

(ZH) 手把功能

心率片

双手分别握着左右扶手上的心率片约3秒，窗口将显示心率值。此心率值仅供参考，不能作为医疗数据。

(ZH) 电子表功能

手动模式

快速启动

- 待机模式下，按开始键快速启动跑步机，速度窗口显示 “321”，跑步机开始启动；
- 在运行模式下:
  - 顺时针旋转旋钮增大速度，逆时针旋转旋钮降低速度
  - 按扬升▲(+) 或 ▼(-)调节机台坡度. 按3/9/15快速调节坡度
  - 按 3/5, 5/8, 7/11, 和 10/16 快速选择速度 (MPH/KPH)
- 时间/距离/卡路里 将从零开始计数

时间, 距离, 卡路里倒计设置

- 在待机模式下，按 M 模式键，直至看到 时间/距离/卡路里
- 旋转旋钮调节参数大小，然后按 M 确认设置并切换到下个参数设置
- 一旦设置完成，按开始键启动
- 跑步机从设定值开始倒计，倒计至 0 后窗口显示 End，跑步机平稳降速直至停止运行后进入待机模式

25 个内置程序 (P01 – P25)

- 待机模式下，连续按模式键4次进入预设置程序模式，P01-P25 将在心率/速度窗口中显示；再按模式键可选择 P01-P25，选好程序模式后将闪亮时间窗口
- 旋转飞梭旋钮，设置运动时间，且只能设置时间参数；按开始键启动程序
- 启动后，速度和坡度可以手动调整大小；进入下个区段，速度和坡度会自动恢复到预设置数值。每次进入新区段时，系统都将发出 “滴滴” 声提示
- 在这些程序中，速度和坡度设置分成 10 段。每段时间与选择总时间相关。如一个 10 分钟的程序 = 10 个 1 分钟段。因此每 1 分钟，速度和坡度会自动变更一次

安全锁功能

在任何模式下，拔出安全锁，跑步机都会停止。需重新插回安全锁，跑步机才能运行。

安全锁

本设备附带红色安全锁，将其插入设备后，跑步机才能运行。 其目的是在出现紧急情况 时立即停止设备。 如未将其正确连接至跑步机，电子表将会显示 “---”。 在健身时必须始终将安全锁的另一端夹子 夹在用户身上，以确保出现紧急情况 时立即停止设备。

接通和关闭电源

在任何时候都可通过关闭电源开关的方式来关闭跑步机，这样并不会损坏跑步机。

节电功能 (ERP)

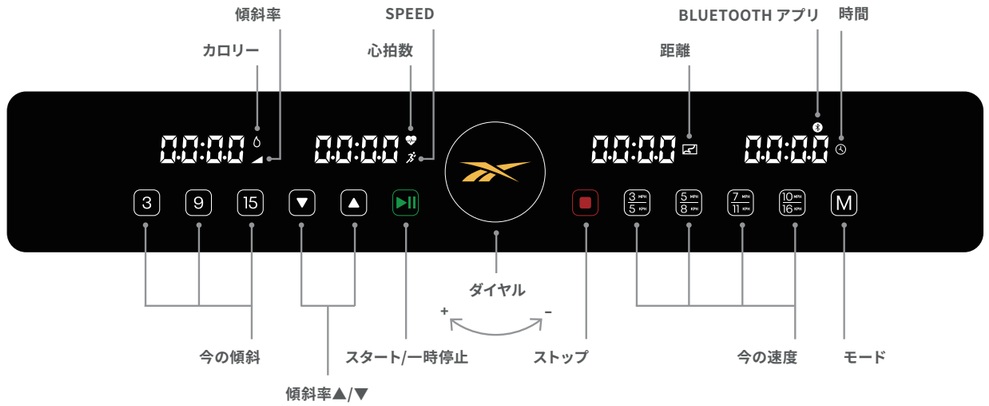
本系统具有节电功能,在待机状态下，如果 5 分钟内没有任何按键指令输入，系统进入节电模式，自动关闭显示,按任意键可重新唤醒系统。

待机模式: 0.6W
关机模式: 0.0W

注意事项

- 我们建议您在刚开始锻炼时保持低速并握住扶手，直到您可熟练使用跑步机
- 将安全锁夹子夹到衣服上
- 结束锻炼时，可按飞梭旋钮或拔出安全锁，跑步机就会停止
- 当训练过程中，遇到危险情况需要紧急跳离跑步机，请拔掉 红色安全锁，借助双侧扶手，逃离跑步机
- 不使用跑步机时，请拔下红色安全锁

(JA) コンソール



カロリー/傾斜率

0～999.9／レベル：0～20。
傾斜率を調整すると傾斜レベルが表示されます。
そうでない場合、ウィンドウには常にカロリーが表示されます。

心拍数/速度

ハンドルバーの上の脈拍センサをつかみ、3秒間つかみ続けてください。ディスプレーが心拍数の値を表示します; そうでない場合、ウィンドウには常に現在の速度が表示されます。

距離

0.0～99.99KM

BLUETOOTH アプリ

コンソールは Reebok Console, および Kinomap アプリをサポートします。APP を使用して Bluetooth 経由でマシンに接続します。接続されているとき、Bluetooth アイコンが輝きます。

今の傾斜

3/9/15 を押して、傾斜を素早く選びます。

傾斜率▲/▼

増加/減少 。

スタート/一時停止

ボタンを一度押して、マシンを一時停止します。
もう一度押して、運動を再開します。

ストップ

ボタンを一度押して、マシンを一時停止します。
もう一度押して、運動を再開します。

今の速度

3/5, 5/8, 7/11, 10/16, を押して、速度を素早く選びます (MPH/KPH) 。

モード

スタンバイモードで機能を選択および切り替えます。

(JA) ダイアル機能

速度+/-

ランニングモードのもとで： ダイアルを左回りに回し、関数値を下げます。
ダイアルを右回りに回し、関数値を上げげます。

開始/ストップ

ダイアルを一度押して、運動を開始します。もう一度押して、運動を休止します。

(JA) 徽杵汽鞠規仇 危杵気吃仇鞠

パルスグリップ

ハンドルバーの上の脈拍センサをつかみ、3秒間つかみ続けてください。ディスプレーが心拍数の値を表示します。この値はガイドとしてのみ意図されており、医療データとして使うことはできません。

(JA) コンピュータプログラム

マニュアルモード

クイックスタート

- スタンバイモードから、スタートを押してランニングマシンを起動します。速度ディスプレーは「3、2、1」とカウントダウンし、その後ランニングマシンが動き始めます
- ランニングモードのもとで:
  - ダイアルを左回りに回し、関数値を下げます。ダイアルを右回りに回し、関数値を上げげます
  - 傾斜▲/ (+) または ▼/ (-) を押して、器械の傾斜を調節します。3-9-15 を押して、傾斜を素早く選びます
  - 3/5, 5/8, 7/11, 10/16, を押して、速度を素早く選びます (MPH/KPH)
- 時間/距離/カロリーの全ての値はゼロからカウントアップされます

カウントダウンモード： 時間/距離/カロリー

- スタンバイモードから、時間/距離/カロリー が見えるまでM ボタンを押します
- ダイアルを回して値を調節し、その後 M を押して設定を確認し、次の値設定に切り替えます。
- 設定が完了したら、(**スタート)** を押して開始します。
- カウントダウンが完了すると、ウィンドウに「End」が表示されます。その後、ランニングマシンは徐々に減速して停止し、スタンバイモードに入ります

25 プリセットプログラム (P01 – P25)

- スタンバイモードから、M ボタンを 4 回押してモードに入ります。心拍数／速度ディスプレーに P01～P25 が表示されます。もう一度 M を押してプログラムを選択します。選択が完了すると、（時間）ウィンドウが点滅します
- (ダイヤル) を回して運動時間を設定します。このモードでは時間のみ調整できます。（スタート）を押して設定した時間で開始します。
- 開始後は、速度および傾斜を手動で調整できます。あらかじめ設定された値は次のセグメントで自動的に再開されます。新しいセグメントが開始されるとビープ音が鳴ります
- これらのプログラムの間、速度と傾斜の設定が 16 のセグメントに分割されます。各セグメントの時間は、選択された全体時間に依存します。例えば、16 分のプログラム = 16 分のセグメントが 1 個。そのため、速度/傾斜 は1分ごとに変わることになります

安全ロック機能

どんなモードでも、安全キーを引き抜くと、器械は停止しま
す。安 全キーが再び挿入されるまで、器械は作動することができません。

安全キー

このマシンには赤い安全キーが付属しており、これを挿入しなければマシンは可動しません。この安全キーはトレーニング中思わぬ緊急事態が発生した時に即時停止する装置です。安全キーが正しく取り付けられていない場合、コンピューター に「safety key disconnected (安全キーが取り外されています) 」と表示されます。安全上の理由から、運動中は常に安全キーの逆側端のクリップを衣装の胸元当たりに装着してください。これにより緊急時に安全キーが外れると機械が緊急停止します。

電源のスイッチを切る

トレッドミルの電源をいつでも切ることができます。トレッドミルはいつでも損傷しません。

パワーセーブ機能 (ERP)

器械は省エネ機能を有しています。スタンバイモードで、運転を待っている状態で、他の運転がなければ、10分後にパワーセーブ機能が利用可能になり、ディスプレーは閉じます。どんなボタンを押しても、ディスプレーのスイッチを入れることができます。

スタンバイモード: 0.6W
オフモード: 0.0W

注意

- セッションの初めはゆっくりの速度を維持し、快適に感じ、トレッドミルに慣れるまで、ハンドレールをつかみ続けることをお勧めします。
- 安全キークリップをあなたの衣服に付けてください
- 3.トレーニングを安全に終えるために、STOP （ストップ）ボタンを押すか、安全キーを引き抜くと、トレッドミルは即座に停止します。
- トレーニング中に緊急事態がおき、機器から逃れなければならない場合、ハンドレールを掴み、ランニングベルトの横の右足と左足のプラットフォームに両足を置いてください。
- 機器を使用していないとき、非常安全キーを抜いてください。

(KO) 콘솔



칼로리/기울기

0 – 999.9/레벨: 0-20.
경사도 변경 시 변경된 레벨이 표시됩니다. 그렇지 않으면 창은 항상 칼로리를 표시합니다.

심박수/속도

핸들 바에 있는 맥박 측정기를 약 3초간 붙들고 있으면, 화면에 심박수가 나옵니다. 그렇지 않으면 창은 항상 현재 속도를 표시합니다.

거리

0.0 – 99.99KM

블루투스 앱

본 콘솔은 Reebok Console 과 Kinomap, 과 연동 가능합니다. 앱을 이용하여 블루투스를 기기에 연결하세요. 접속 시 블루투스 아이콘에 불이 들어옵니다.

신속 기울기

기울기를 빠르게 선택하려면 3-6-15를 눌러주세요.

기울기▲/▼

증가/감소

시작/정지

버튼을 한 번 누르면 기기가 일시 정지되고, 다시 누르면 재개됩니다.

정지

다이얼을 2 초간 누르고 있으면 기기 작동이 중단되고 대기 모드가 됩니다.

신속 속도

속도를 빠르게 선택하려면 3/5, 5/8, 7/11, 10/16, 을 눌러주세요 (MPH/KPH).

모드

대기 모드에서 다이얼을 누르면 기능을 선택하고 전환할 수 있습니다.

(KO) 다이얼 기능

속도+/-

달리기 모드: 다이얼을 반시계 방향으로 돌리면 설정값이 줄어듭니다. 다이얼을 시계 방향으로 돌리면 설정값이 늘어납니다.

시작/정지

다이얼을 눌러 운동을 시작합니다. 한 번 더 누르면 운동을 멈출 수 있습니다.

(KO) 핸들바 조절

맥박손잡이

핸들 바에 있는 맥박 측정기를 약 3초간 붙들고 있으면, 화면에 심박수가 나옵니다. 해당 수치는 참고사항일 뿐 의학자료로 활용해서는 안됩니다.

(KO) 컴퓨터 프로그램

수동 모드

빠른 시작

- 대기 모드에서 시작 버튼을 눌러 트레드밀을 작동시킵니다. 속도 표시창에 “3, 2, 1”로 카운트다운이 표시되고 나면 트레드밀이 움직이기 시작합니다.
- 달리기 모드:
  - 다이얼을 반시계 방향으로 돌리면 설정값이 줄어듭니다. 다이얼을 시계 방향으로 돌리면 설정값이 늘어납니다.
  - 경사 ▲(+) 또는 ▼(-) 버튼을 눌러 기기의 경사도를 조절합니다. 3/9/15를 누르면 경사도를 빠르게 선택할 수 있습니다.
  - 속도를 빠르게 선택하려면 3/5, 5/8, 7/11, 10/16, 을 눌러주세요 (MPH/KPH)
- 시간/거리/칼로리 의 모든 수치가 0에서부터 시작하여 올라갑니다

카운트다운 모드: 시간/거리/칼로리

- 대기 모드에서 시간/거리/칼로리가 표시될 때까지 M 버튼을 누릅니다
- 다이얼을 돌려 값을 조절한 다음 M 버튼을 눌러 설정을 확정하고 다음 설정으로 넘어갑니다
- 설정이 완료되면 시작 버튼을 눌러 작동을 시작합니다
- 카운트다운이 완료되면 창에 "End"가 표시됩니다. 이후 트레드밀의 속도가 점차 줄다가 정지하여 대기 모드가 됩니다

25 사전 설정 프로그램 (P01 – P25)

- 대기 모드에서 M 버튼을 4번 눌러 모드에 진입합니다. 심박수/속도 표시창에 P01 – P25가 표시됩니다. 다시 M 버튼을 눌러 프로그램을 선택합니다. 선택이 완료되면 시간 표시창이 깜박입니다.
- 다이얼을 돌려 운동 시간을 설정합니다. 이 모드에서는 시간만 조정할 수 있습니다. 설정된 시간으로 시작하려면 시작 버튼을 누르십시오.
- 운동이 시작되면 속도와 경사도는 수동으로 조절할 수 있으며, 사전 설정 값은 다음 구간에서 자동으로 재개됩니다. 구간이 새로 시작될 때마다 신호음이 울립니다.
- 프로그램이 진행되면 속도와 기울기 설정이 10 개의 세션으로 나누어집니다. 각 세션의 시간은 전체 선택 시간에 따라 달라집니다. 예를 들어 10분짜리 프로그램은 각 세션이 1분씩 10 개가 되는 셈입니다. 즉 속도/기울기가 1분마다 변경되는 것입니다.

안전 잠금 기능

어떤 모드에서든 안전 키를 잡아당기면 기계가 멈춥니다. 다시 삽입하지 않으면 기계가 작동하지 않습니다.

안전키

제품에 포함된 빨간색 안전 키로 이 키를 삽입하지 않으면 제품이 동작하지 않습니다. 긴급 상황 시 제품을 즉시 정지하는 용도입니다. 키가 러닝머신에 올바르게 연결되지 않으면 컴퓨터에 ""안전 키 연결 없음”이 표시됩니다. 안전 키 다른 쪽 끝의 클립은 운동하는 동안 항상 사용자에게 연결되어야 하며 긴급 상황 시 제품이 즉시 멈춥니다.

전원 스위치 끄기

전원 스위치를 끄면 어느 때건 트레드밀을 중단할 수 있으며, 이렇게 하더라도 기계가 손상되지 않습니다.

에너지 절약 기능

본 기계에는 에너지 절약 기능이 있습니다. 대기 모드에서 작동을 기다리는 동안 아무런 작동을 하지 않으면, 5 분 후 절전 기능이 시작되고, 화면이 닫힙니다. 아무 버튼이나 누르면 화면이 켜집니다.

대기 모드: 0.6W
꺼짐 모드: 0.0W

주의

- 세션이 시작될 때는 느린 속도를 유지하다가, 트레드밀의 작동 환경에 익숙해질 때까지 손잡이를 붙들고 있는 것이 좋습니다
- 안전 키 클립의 자석 끝을 콘솔에 부착하고 클립을 옷에 고정하세요
- 운동을 안전하게 마무리하기 위해 정지 버튼을 누르거나 안전 키를 잡아당기면 트레드밀이 곧바로 멈춥니다
- 운동 도중 비상 사태 발생으로 기기에서 재빨리 벗어나야 할 경우, 손잡이를 붙들고 러닝 벨트 옆에 있는 왼쪽과 오른쪽 발 플랫폼에다 발을 하나씩 걸치시기 바랍니다
- 기기를 사용하지 않을 때는 비상용 안전 키를 빼놓으시기 바랍니다

(AR) برامج الحاسوب

وظيفة مفتاح السلامة

في أي نمط، إذا سحبت مفتاح السلامة، فستتوقف الماكينة. لا يمكن تشغيل .الماكينة حتى إدخال مفتاح السلامة محددًا

مفتاح السلامة

مرفق مع هذا الجهاز مفتاح أمان أحمر، ولن يعمل الجهاز ما لم يتم إدخاله.الغرض منه هو إيقاف الجهاز فورًا في حالة الطوارئ. سيعرض الحاسوب رسالة "---" في حالة عدم توصيله بالمشاية بشكل صحيح. يحب أن يمسك المستخدم المشبك الموجود على الطرف الاخر من مفتاح الأمان طوال التمرين لضمان توقف الجهاز .فورًا في حالة الطوارئ

قطع الطاقة عن الماكينة

يمكنك قطع الطاقة عن الماكينة لايقاف المشاية الكهربائية، ولن يُعرضها هذا لأي .تلف

وظيفة توفير الطاقة

تتميز الماكينة بوظيفة توفير الطاقة. في نمط الاستعداد، وفي حالة انتظار التشغيل، إذا لم يتم استخدام الماكينة، فسيتم تفعيل وظيفة توفير الطاقة لمدة 5 .دقائق، ويتم غلق الشاشة. يمكنك الضغط على أي زر لتشغيل الشاشة

وضع الاستعداد: W0.6
وضع إيقاف التشغيل: W0.0

النمط اليدوي

البدء السريع

- من وضع الاستعداد، اضغط على زر (البدء) لتشغيل جهاز المشي. سيعرض مؤشر السرعة عدًا تنازليًا "3، 2، 1" قبل أن يبدأ الجهاز في الحركة
- في وضع الحري:
  - أدِر (القرص) عكس اتجاه عقارب الساعة لتقليل قيمة الوظيفة
  - أدِر (القرص) في اتجاه عقارب الساعة لزيادة قيمة الوظيفة
  - اضغط على زر (إمالة) ▲/(+) أو ▼/(-) لضبط إمالة الجهاز. اضغط على 3/9/15 لاختيار الامالة بسرعة
  - اضغط 3,/5, 5/8, 7/11, 10/16 لاختيار السرعة سريعًا (MPH/KPH)
- سيبدأ العد التصاعدي لجميع قيم الوقت/ المسافة/ السعرات الحرارية من الصفر

أوضاع العد التنازلي: الوقت / المسافة/ السعرات الحرارية

- في نمط الاستعداد، اضغط زر M حتى يظهر أمامك على الشاشة (الوقت) و(المسافة) و(السُعرات الحرارية
- أدِر (القرص) لضبط القيمة، ثم اضغط على زر M لتأكيد إعداد الضبط والانتقال إلى إعداد ضبط القيمة التالية.
- بعد إتمام الاعدادات، اضغط زر (البدء) لتبدأ
- عند اكتمال العد التنازلي، ستعرض النافذة "End"، ثم سيبدأ جهاز المشي في التباطؤ تدريجيًا حتى يتوقف، وبعد ذلك يدخل في وضع الاستعداد

البرامج المعيّنة مسبقًا 25 (P01 – P25)

- من وضع الاستعداد، اضغط على زر M أربع مرات للدخول إلى الوضع. ستعرض شاشة معدل ضربات القلب/السرعة P01 – P25. اضغط على زر M مرة أخرى لاختيار البرنامج. ستومض نافذة الوقت عند اكتمال الاختيار
- قم بتدوير (القرص) لضبط وقت التمرين. يمكن تعديل الوقت فقط في هذا الوضع. اضغط على زر (البدء) لبدء التشغيل باستخدام الوقت المحدد
- بعد البدء، يمكن ضبط السرعة والميل يدويًا؛ وتُستأنف القيم المحددة مسبقًا تلقائيًا في الجزء التالي. يصدر صوت تنبيه في بداية كل جزء حديد
- أثناء هذه البرامج، تنقسم إعدادات السرعة والامالة إلى 10 أقسام. يستند وقت كل قسم إلى إجمالي الوقت المحدد. على سبيل المثال، برنامج مدته 10 دقيقة = 10 قسمًا، كل قسم مدته دقيقة. لذلك، تتغير السرعة/الامالة كل دقيقة. ستتفاوت الأوقات للسماح للمستخدم بالاحماء والتهدئة.

تحذير

- نوصيك بالحفاظ على سرعة بطيئة في بداية الجلسة، وإمساك إطار الماكينة حتى تشعر بالراحة وتعتاد استخدام المشاية الكهربائية
- قم بتثبيت الطرف المغناطيسي لحبل الأمان في وحدة التحكم واربط مشبك الحبل بملابسك
- حتى تستطيع إنهاء تمرينك بسلامة، اضغط على زر القرص أو اسحب حبل السحب الامن، وعندها تتوقف المشاية الكهربائية تلقائيًا
- إذا اضطررت للنزول من على الجهاز في حالة الطوارئ أثناء التمرين، أمسك بالدرابزينين وضع كلا القدمين على منصة القدمين اليمنى واليسرى بحانب سير الركض
- افصل مفتاح الأمان في حالات الطوارئ في حالة عدم استخدام الجهاز

(AR) لوحة التحكم



إيقاف

اضغط باستمرار على القرص لمدة 2 ثوانٍ لايقاف .الجهاز وإعادة تعيينه إلى وضع الاستعداد

سرعة فورية

اضغط 3,/5, 5/8, 7/11, 10/16 لاختيار السرعة .(MPH/KPH)سريعًا

النمط

في وضع الاستعداد، اضغط على القرص لاختيار .الوظائف والتبديل بينها

تطبيق عبر البلوتوث

يدعم جهاز التحكم تطبيقات اللياقة البدنية .Kinomapو Zwiftو "Reebok console"و اتصل بالجهاز عن طريق البلوتوث مستخدمًا التطبيق. في .حالة الاتصال، سيضيء رمز بلوتوث

إمالة فورية

.اضغط على 3-9-15 لاختيار الامالة سريعًا

▼/▲إمالة

زيادة/تقليل

بدء التشغيل/ الايقاف المؤقت

اضغط على الزر مرة واحدة لايقاف الجهاز مؤقتًا، .واضغط مرة أخرى للاستئناف

السُعرات الحرارية/إمالة

المستوى: 0–20 / 0 – 999.9
عند تعديل الميل، سيتم عرض مستوى الميل؛ وإلا .ستعرض النافذة دائمًا السعرات الحرارية

معدل نبض القلب /السرعة

يُرحى وضع مستشعر النبض على المقبض اليدوي والانتظار لثلاث ثوانٍ، وستعرض الشاشة قيمة معدل نبض القلب.; وإلا، ستظل النافذة تعرض السرعة .الحالية دائمًا

المسافة

0.0 – 99.99KM

(AR) ضوابط المقود

نبض اليد

يُرحى وضع مستشعر النبض على المقبض اليدوي والانتظار لثلاث ثوانٍ، وستعرض الشاشة قيمة معدل نبض القلب. هذه القيمة للاسترشاد فقط ووليست بيانات

(AR) وظائف القرص

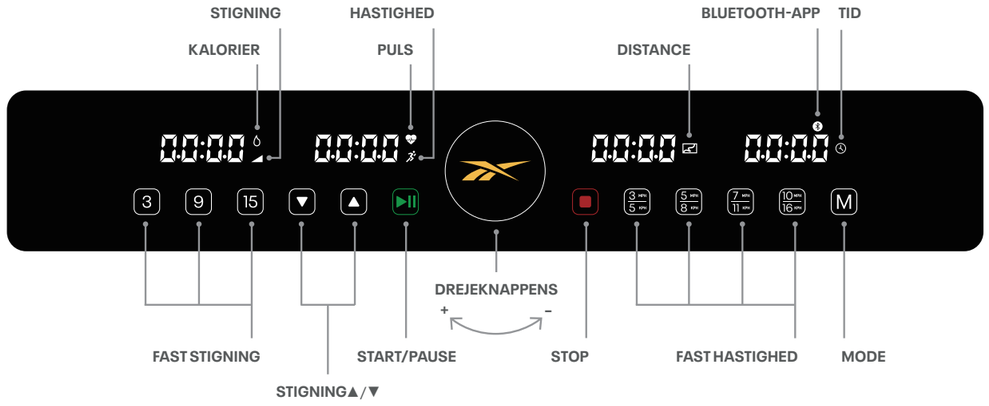
-/+السرعة

.في وضع الحري: أدِر (القرص) عكس اتجاه عقارب الساعة لتقليل قيمة الوظيفة .أدِر (القرص) في اتجاه عقارب الساعة لزيادة قيمة الوظيفة

بدء التشغيل/ الايقاف المؤقت

اضغط على (القرص) مرةً واحدة لبدء التمرين. اضغط مرةً أخرى لايقاف التمرين مؤقتًا

(DK) COMPUTER



KALORIER/STIGNING

0 – 999,9 / Niveau: 0 – 20.Viser stigningsniveau, når det justeres; ellers vil displayet altid vise kalorier.

PULSE/SPEED

Hvis brugeren holder ved håndpulsmålerne, viser displayet puls; ellers vises altid aktuel HASTIGHED.

DISTANCE

0.0 – 99.99KM.

BLUETOOTH-APP

Computeren understøtter disse apps: Reebok, Zwift og Kinomap. Når der er oprettet forbindelse, lyser Bluetooth-ikonet.

FAST STIGNING

Tryk på knapperne 3/9/15 for at vælge en fast stigning.

STIGNING▲/▼

Øg/reducér.

START/PAUSE

Tryk én gang på knappen for at sætte maskinen på pause, og tryk igen for at genoptage.

STOP

Hold DREJEKNAPPEN inde i 2 sekunder for at stoppe og nulstille til standbytilstand.

FAST HASTIGHED

Tryk på knapperne 3/5, 5/8, 7/11, 10/16, for at vælge en fast hastighed (MPH/KPH).

MODE

I standby kan du vælge og skifte funktioner.

(DK) CONTROLES DE LA BARRA DE SUJECIÓN

HASTIGHED+/-

Under træningen: Drej DREJEKNAPPEN mod uret for at reducere HASTIGHED. Drej DREJEKNAPPEN med uret for at øge HASTIGHED.

START/PAUSE

Tryk én gang på DREJEKNAPPEN for at starte træningen. Tryk én gang mere for at sætte træningen på pause.

(DK) HÅNDTAGSFUNKTIONER

PULSGREB

Hold ved håndpulsmålerne på styret i cirka 3 sekunder. Displayet viser din puls. Værdien er tænkt som en rettesnor og kan ikke bruges som medicinske data.

(DK) COMPUTERPROGRAMMER

MANUEL TILSTAND

KVIKSTART

- Fra standby tryk på START for at aktivere løbebåndet. Hastighedsdisplayet tæller ned "3, 2, 1", før løbebåndet begynder at bevæge sig.
- Under træningen:
  - Drej DREJEKNAPPEN mod uret for at reducere HASTIGHED. Drej DREJEKNAPPEN med uret for at øge HASTIGHED
  - Tryk på STIGNING▲/ (+) eller ▼/ (-) for at justere maskinens stigning. Tryk på knapperne 3/9/15 for at vælge en fast stigning
  - Tryk på knapperne 3/5, 5/8, 7/11, 10/16, for at vælge en fast hastighed (MPH/KPH
- Alle værdier for TID/DISTANCE/KALORIER tæller op fra nul

NEDTÆLLINGSTILSTANDE: TID/DISTANCE/KALORIER

- Tryk på knappen M i standby, indtil TID/DISTANCE/KALORIER vises på displayet
- Drej drejeknappen for at indstille værdien, og tryk derefter på M for at bekræfte indstillingen og gå til indstilling af den næste værdi
- Når indstillingerne er gennemført, tryk på START for at begynde
- Når nedtællingen er afsluttet, viser displayet "End", løbebåndet sænker gradvist hastigheden, indtil det stopper, og går derefter i standby

25 FORUDINDSTILLEDE PROGRAMMER (P01 – P25)

- Fra standby tryk på M-knappen 4 gange for at gå til tilstand. Puls-/hastighedsdisplayet viser P01–P25. Tryk på M igen for at vælge et program. TID-displayet blinker, når valget er gennemført
- Drej drejeknappen for at indstille træningstiden. Kun tiden kan justeres i denne tilstand. Tryk på START for at begynde med den indstillede tid
- Når træningen er startet, kan hastighed og stigning justeres manuelt; forudindstillede værdier genoptages automatisk ved næste segment. Der lyder et bip ved starten af hvert nyt segment
- Under disse programmer er indstillingerne for hastighed og stigning delt op i 10 segmenter. Tiden for hvert segment afhænger af den samlede træningstid. Hvis programmets varighed eksempelvis er 10 minutter, er programmet delt op i 10 segmenter a 1 minut. Derfor ændrer hastighed og stigning sig hvert minut. Tiderne varierer, så du kan varme op og køle af

SIKKERHEDSLÅS

Hvis du trækker sikkerhedsnøglen ud, stopper maskinen uanset den aktuelle funktion. Maskinen kan ikke bruges, før sikkerhedsnøglen sættes i igen.

SIKKERHEDNØGLE

Løbebåndet kan ikke bruges, medmindre den medfølgende røde sikkerhedsnøgle er isat. Formålet med sikkerhedsnøglen er at stoppe løbebåndet i tilfælde af en nødsituation. Hvis sikkerhedsnøglen ikke er isat korrekt, vises fejlmeddelelsen "---". Klemmen i den anden ende af sikkerhedsnøglen skal til enhver tid være fastgjort til brugeren under træningen for at sikre, at løbebåndet stopper øjeblikkeligt i tilfælde af en nødsituation

SLUKKE

Du kan til enhver tid slukke for løbebåndet, uden at det tager skade.

STRØMSPAREFUNKTION (ERP)

This product has a power saving mode that activates after Løbebåndet går på strømsparefunktion, hvis det ikke har været brugt i 5 minutter. Displayet slukkes. Tryk på en knap for at tænde det igen.

Standbytilstand = 0,6W
Slukket tilstand = 0,0 W

FORSIGTIG

- Vi anbefaler, at du starter med lav hastighed ved hver træningspas og holder ved håndtagene, indtil du føler dig tryg ved at bruge løbebåndet
- Sæt magneten fra sikkerhedssnoren på computeren, og sæt klemmen fast på dit tøj
- Tryk på knappen STOP, eller træk sikkerhedssnorens magnet af computeren for omgående at stoppe løbebåndet
- Hvis du er nødt til at komme væk fra udstyret i en nødsituation under træningen, skal du tage ved håndtagene og sætte fødderne på fladen på hver side af løbebåndet
- Sikkerhedsnøglen skal tages af, når udstyret ikke er i brug