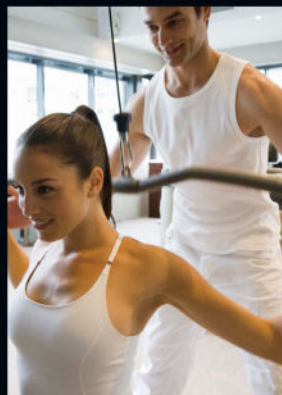




ProRUN







Wichtige Sicherheits Hinweise

WICHTIGE HINWEISE: BEACHTEN SIE DIE FOLGENDEN VORSICHTSMAßNAHMEN VOR DER MONTAGE UND BEDIENUNG DER MASCHINE.

- ▶ Dieser Trainer ist für ein Körpergewicht von bis zu 180 kg ausgelegt.
- ▶ Folgen Sie den Schritten der Aufbauanleitung aufs genaueste.
- ▶ verwenden Sie ausschliesslich die mitgelieferten Originalteile.
- ▶ Vor dem Zusammenbau überprüfen Sie anhand der beigelegten Liste die Vollständigkeit der Lieferung.
- ▶ Für die Montage verwenden Sie bitte ausschliesslich das geeignete Werkzeug.
- ▶ Stellen Sie den Trainer auf ebenem und trockenem Untergrund auf.
- ▶ Diese Maschine kann nur für den Innenbereich verwendet werden. Dies ist eine Klasse H (Home) gerät, nur für häuslichen Gebrauch geeignet in privaten Haushalten, wo Zugriff auf die Ausrüstung vom Eigentümer (die Person, die die rechtliche Verantwortung hat) geregelt wird.
- ▶ Vor Sie dem Training beginnen, entfernen Sie alle Objekte in einem 2-Meter-Radius von der Maschine.
- ▶ Der freie Bereich um die Maschine darf nicht weniger als 0.6 Meter in die Richtung aus der das Gerät zugegriffen wird, einschließlich offener Raum für den Notfall.
- ▶ Das Gerät nicht in feuchten Bereichen verwenden da es zu Korrosionsschäden führen kann.
- ▶ Überprüfen Sie vor dem ersten Training und danach in einem Rhythmus von 1-2 Monaten, ob alle Verbindungsteile fest sitzen und in einwandfreiem Zustand sind.
- ▶ Tragen Sie immer angemessene Trainingskleidung und Schuhe, wenn Sie das Gerät benutzen.
- ▶ Ersetzen Sie schadhafte Teile sofort und/oder benutzen Sie den Trainer erst wieder nach der Reparatur.
- ▶ Für die Reparatur verwenden Sie bitte nur Originalersatzteile und fragen Sie Ihren Händler um Rat.
- ▶ Verwenden Sie keine aggressiven Reinigungsmittel.
- ▶ Erst nach der korrekten Montage und deren Überprüfung dürfen Sie mit dem Training beginnen.
- ▶ Bei allen verstellbaren Teilen stellen Sie bitte sicher, dass die Maximalstellung nicht überschritten wird.
- ▶ Dieser Trainer ist für Erwachsene ausgelegt.
- ▶ Diese Maschine darf nur von einer Person zu einem Zeitpunkt verwendet werden.
- ▶ Behinderte Personen sollte diese Maschine nicht ohne eine qualifizierte Person oder behandelnde Arzt verwenden.
- ▶ Stellen Sie sicher, dass Kinder den Trainer nur unter der Aufsicht Erwachsenen benutzen.
- ▶ Stellen Sie sicher, dass sich alle Anwesenden einer möglichen Gefahr durch bewegliche Teile während des Trainings bewusst sind.
- ▶ Folgen Sie bitte den Ratschlägen für ein korrektes Training wie in der Trainingsanleitung angegeben.

WARNUNG! Bitte konsultieren Sie Ihren Arzt bevor Sie mit dem Ueben auf diesem Gerät anfangen, um jegliches Risiko zu vermeiden. Dies ist besonders wichtig für Menschen im Alter von 35 oder solche mit bereits bestehenden gesundheitlichen Probleme.

WARNUNG! Diese Maschine ist nicht für therapeutische oder medizinische Zwecke geeignet.

WARNUNG! Wenn Sie Schwindel, Übelkeit, Schmerzen in der Brust oder andere anormale Symptome beenden Sie Ihr Training SOFORT UND KONSULTIEREN SIE EIN ARZT OHNE VERZÖGERUNG.

WARNUNG! unsachgemäßer Benutzung dieser Maschine unter dem Einfluss von Drogen oder Alkohol ist nicht im Einklang mit den Anweisungen und kann zu schweren Verletzungen oder zum Tod führen.

WARNUNG! Falsche / übermäßiges Training kann Gesundheitsschäden verursachen.

- ▶ Das Handbuch ist ausschliesslich für den Kundengebrauch.
- ▶ Der Lieferant übernimmt keine Garantie für Übersetzungsfehler oder technische Änderungen.
- ▶ DKN-Technology ÜBERNIMMT KEINE VERANTWORTUNG FÜR PERSONENSCHÄDEN ODER SACHSCHÄDEN DURCH ODER ANHALTENDER DURCH DIE NUTZUNG DIESES PRODUKT.





Safety Guidelines

IMPORTANT SAFETY NOTICE:

NOTE THE FOLLOWING PRECAUTIONS BEFORE ASSEMBLING OR OPERATING THIS MACHINE.

- ▶ This exerciser has been tested up to a max. body weight of 180 kg/390 lbs.
- ▶ Follow the carefully the different steps of the assembly instructions.
- ▶ Use only original parts as delivered.
- ▶ Before starting the assembly, be sure to check if delivery is complete by using the included parts-list.
- ▶ For assembly use only suitable tools and ask for assistance with assembly if necessary.
- ▶ Place the exerciser on an even, non-slippery surface. Because of possible corrosion, the usage of any exerciser in moist areas is not recommended.
- ▶ This machine is for indoor home use only. This is a class H (Home) and suitable for domestic use in private homes where access to the equipment is regulated by the owner (the person who has the legal responsibility).
- ▶ Before beginning training, remove all objects within a 2-meter radius of the machine.
- ▶ The free area around the machine shall not be less than 0.6 metres in the direction from which the equipment is accessed. The free area must also include the area for emergency dismount.
- ▶ Check before the first training and every 2 months that all connecting elements are tight fit and in the correct condition.
- ▶ Always wear appropriate workout clothing and shoes when exercising.
- ▶ Replace defective components immediately and/or keep the equipment out of use until repair.
- ▶ For repairs, use only original spare parts.
- ▶ In case of repair please ask your dealer for advice.
- ▶ Avoid the use of aggressive detergents when cleaning.
- ▶ Ensure that training starts only after correct assembly and inspection.
- ▶ For all adjustable parts be aware of the maximum positions to which they can be adjusted/tightened to.
- ▶ This exerciser is designed for adults. Ensure that children use the exerciser only under the supervision of an adult.
- ▶ This machine may only be used by one person at a time.
- ▶ Disabled persons should not use this machine without a qualified person or physician in attendance.
- ▶ Ensure that those present are aware of possible hazards, e. g. movable parts during training.
- ▶ Warning: incorrect/excessive training can cause health injuries.
- ▶ Please follow the advice for correct training as detailed in training instructions.
- ▶ Read all instructions before using the machine.

WARNING! Consult your physician before starting with any exercise program. He can advise on the kind of training and which impact is suitable.

WARNING! This machine is not suitable for therapeutic or medical purpose.

WARNING! Over exercising may result in serious injury or death. If you experience dizziness, nausea, chest pain, or any other abnormal symptoms STOP EXERCISING IMMEDIATELY AND CONSULT A PHYSICIAN WITHOUT DELAY.

WARNING! Inappropriate use of this machine such as while under the influence of drugs or alcohol, not in line with instructions or excessive usage, may result serious injury or death.

WARNING! Incorrect/excessive training may cause health injuries.

- ▶ The owner's manual is only for customers' reference.
- ▶ The supplier cannot guarantee for mistakes occurring due to translation or change in technical specification of the product.
- ▶ DKN-Technology ASSUMES NO RESPONSIBILITY FOR PERSONAL INJURY OR PROPERTY DAMAGE SUSTAINED BY OR THROUGH THE USE OF THIS PRODUCT.





Instrucciones de Seguridad

AVISO DE SEGURIDAD IMPORTANTE :

LEA LAS SIGUIENTES PRECAUCIONES ANTES DE ARMAR Y USAR LA MÁQUINA.

- ▶ Este aparato se ha fabricado para soportar un peso de 180 kg.
- ▶ Siga los pasos de las instrucciones de montaje atentamente.
- ▶ Utilice solamente partes originales.
- ▶ Antes el montaje, controle si la entrega de las piezas está completa, utilizando la lista de partes incluida.
- ▶ Para el montaje solamente emplee los materiales provistos y solicite ayuda cuando sea necesario.
- ▶ Controle antes el primer entrenamiento y cada 2 meses que todos los elementos están en buena condición.
- ▶ Esta máquina es para uso en interiores, en casa solamente
- ▶ Este es un máquina de clase H y es adecuado para uso doméstico en casas particulares donde el acceso a los equipos está regulada por el propietario (la persona que tiene la responsabilidad legal).
- ▶ Antes de comenzar el entrenamiento, retire todos los objetos dentro de un radio de 2 metros de la máquina.
- ▶ El área libre alrededor del aparato no deberá ser inferior a 0.6 metros en la dirección desde la que se accede al equipo. La zona de libre también debe incluir el área de desmonte de emergencia.
- ▶ Reemplace los componentes defectos inmediatamente y no utilice el aparato hasta la reparación
- ▶ Para reparaciones, solamente utilice componentes originales.
- ▶ En caso de reparación, por favor solicite ayuda a vuestro distribuidor.
- ▶ Para el aseo, no utilice detergentes agresivos.
- ▶ Asegurese de comenzar el entrenamiento solo después de un correcto montaje e inspección.
- ▶ Asegurese que las partes ajustables estén en su máxima posición de ajuste.
- ▶ El aparato ha sido ensayado para adultos. Asegurese de que los niños utilicen este aparato solo bajo la supervisión de un adulto.
- ▶ Asegurese que los presentes estén conscientes de posibles peligros, p.e partes móviles durante el entrenamiento.
- ▶ Por favor siga los consejos para un entrenamiento correcto de acuerdo a lo detallado en las instrucciones de entrenamiento.

ADVERTENCIA ! Consulte vuestro médico antes de empezar con el programa de entrenamiento. El lo puede asesorar en el tipo de entrenamiento y cual es el impacto adecuado.

ADVERTENCIA ! Esta máquina no es adecuada para el propósito terapéutico o médico.

ADVERTENCIA ! El exceso de ejercicio puede provocar lesiones graves o la muerte. Si usted siente mareos, náuseas, dolor de pecho o cualquier otro síntoma anormal DEBE DETENER INMEDIATAMENTE LA Y CONSULTE AL MEDICO SIN DEMORA.

ADVERTENCIA ! El uso inadecuado de la máquina, como bajo la influencia de drogas o alcohol, puede provocar lesiones graves o la muerte.

ADVERTENCIA ! Un entrenamiento incorrecto / excesiva puede causar daños a la salud.

- ▶ El manual es solo para información del cliente.
- ▶ El productor no se hace responsable faltas de traducción o de eventuales cambios en las especificaciones técnicas.
- ▶ DKN-Technology ASUME NINGUNA RESPONSABILIDAD POR LESIONES O DAÑOS SUFRIDOS POR PERSONALES O MEDIANTE EL USO DESTE PRODUCTO.





Conseils de Sécurité

AVIS DE SÉCURITÉ IMPORTANT:

LIRE LES PRÉCAUTIONS SUIVANTES AVANT DE MONTER OU UTILISER LA MACHINE.

- ▶ Posez l'appareil sur un support plat et non glissant. L'utilisation prolongée de l'appareil dans des pièces humides est interdite afin d'éviter une possible corrosion.
- ▶ Avant la première utilisation et à intervalles réguliers (tous les 1 ou 2 mois), veuillez vérifier que l'état de l'appareil est bon et que l'assemblage des pièces est solide.
- ▶ Pour l'entretien et les réparations, n'utilisez que des pièces de rechange d'origine.
- ▶ Si des doutes ou des questions persistent, adressez-vous à votre revendeur spécialisé.
- ▶ Limites de l'appareil: 180 kg.
- ▶ Ceci est une machine classe H (Home) adaptée pour un usage domestique dans les maisons privées où l'accès à l'équipement est réglementé par le propriétaire (la personne qui a la responsabilité légale).
- ▶ Avant de commencer, enlever tous les objets dans un rayon de 2 mètres de la machine.
- ▶ La zone de libre autour de la machine ne doit pas être inférieure à 0,6 mètre dans la direction à partir de laquelle l'équipement est accessible. La zone de libre doit également inclure la zone de démonstration d'urgence.
- ▶ N'utilisez aucun produit de nettoyage agressif et évitez de laisser pénétrer des liquides dans l'appareil.
- ▶ Assurez-vous que la mise en service n'ait lieu qu'après un montage conforme et une vérification de l'appareil.
- ▶ Tenez compte, pour les parties réglables, des positions maximales.
- ▶ L'appareil est conçu pour un entraînement d'adultes.
- ▶ Assurez-vous que les enfants ne puissent l'utiliser sans la surveillance d'adultes.
- ▶ Les personnes handicapées ne devraient pas utiliser cette machine sans une personne qualifiée ou un médecin traitant.
- ▶ Avertissez les personnes présentes des éventuels dangers, liés par exemple aux pièces détachables, lors des entraînements.
- ▶ Reportez-vous à la notice d'entraînement pour des conseils quant au contenu des entraînements.

ATTENTION ! Dans le cas où vous n'auriez pas pratiqué de sport depuis longtemps, veuillez consulter votre médecin avant de commencer un programme d'entraînement.

ATTENTION ! Cette machine ne convient pas pour un usage thérapeutique ou médical.

ATTENTION ! Si vous ressentez des étourdissements, des nausées, des douleurs thoraciques, ou tout autre symptôme anormal ARRÊTEZ IMMÉDIATEMENT ET CONSULTEZ UN MÉDECIN SANS DÉLAI.

ATTENTION ! L'utilisation inappropriée de cette machine, comme sous l'influence de drogues ou d'alcool, ou l'utilisation excessive peut entraîner des blessures graves ou la mort.

ATTENTION ! Des exercices incorrectes / excessives peuvent causer des dommages à la santé.

- ▶ Le manuel d'utilisation ne sert que d'information au consommateur.
- ▶ Le fournisseur ne peut être tenu responsable d'éventuelles erreurs de traduction ou d'éventuelles modifications techniques du produit.
- ▶ DKN-Technology DÉCLINE TOUTE RESPONSABILITÉ POUR LES DOMMAGES CORPORELS OU DES BIENS, ET/OU DES DOMMAGES SUBIS PAR OU PAR L'UTILISATION DE CE PRODUIT.





Istruzioni de Sicurezza

AVVISO IMPORTANTE DI SICUREZZA:

OSSERVARE LE SEGUENTI AVVERTENZE PRIMA DEL MONTAGGIO E IL FUNZIONAMENTO DELLA MACCHINA.

- ▶ Il presente apparecchio è stato concepito può sostenere un peso corporeo massimo di 180 kg.
- ▶ Seguite attentamente le istruzioni di ciascuna fase del montaggio.
- ▶ Utilizzate esclusivamente le parti originali fornite in dotazione.
- ▶ Prima del montaggio, controllate la lista degli accessori e assicuratevi che ci siano tutti.
- ▶ Per il montaggio, utilizzate solamente gli strumenti appropriati e fatevi aiutare da qualcuno in caso di necessità.
- ▶ Il apparecchio deve essere posizionato su una superficie piana e non scivolosa. Si sconsiglia l'utilizzo di qualsiasi apparecchio simile in posti umidi, che potrebbero causare problemi di corrosione.
- ▶ Questa è una macchina di classe H (Home) ed è adatto solo per uso domestico in case private dove l'accesso alle apparecchiature è regolata dal proprietario (la persona che ha la responsabilità legale).
- ▶ Prima di iniziare l'addestramento, rimuovere tutti gli oggetti all'interno di un raggio di 2 metri della macchina.
- ▶ La zona libera attorno alla macchina non deve essere inferiore a 0,6 metri nella direzione da cui si accede l'apparecchiatura. La zona di libero deve comprendere anche l'area per smontaggio di emergenza.
- ▶ Controllate, prima di utilizzare l'apparecchio per la prima volta e ad intervalli regolari (ogni 1 o 2 mesi), che tutte le giunture siano ben strette ed in buone condizioni.
- ▶ Sostituite immediatamente ogni pezzo difettoso e/o non utilizzate l'apparecchio prima che questo venga riparato.
- ▶ In caso di riparazione utilizzate solo pezzi di ricambio originali e preghiamo di rivolgervi al rivenditore.
- ▶ Quando pulite l'apparecchio, evitate l'uso di detersivi aggressivi e non fate penetrare liquidi al suo interno.
- ▶ Assicuratevi di iniziare l'allenamento solo dopo aver correttamente montato l'apparecchio ed aver controllato che tutto è come da istruzioni.
- ▶ Per il posizionamento delle parti regolabili, non andate oltre i limiti massimi consentiti.
- ▶ Il presente apparecchio è stato concepito per gli adulti. Vi preghiamo di far sì che i bambini possano utilizzarlo solo in vostra presenza.
- ▶ Accertatevi che chi partecipa ai vostri allenamenti sia consapevole del fatto che alcune parti potrebbero staccarsi durante l'allenamento, provocando dei danni.
- ▶ Per allenarvi nel modo corretto, potrete far riferimento alle istruzioni da noi fornite.

AVVERTIMENTO! Rivolgersi al proprio medico prima di intraprendere qualsiasi programma di esercizi.

Egli sarà in grado di fornire consigli sul tipo di allenamento e gli effetti più idonei.

AVVERTIMENTO! Questa macchina non è adatta a scopo terapeutico o medico.

AVVERTIMENTO! Per evitare rischi alla salute e se non si è fisicamente attivi da un lungo periodo di tempo, si raccomanda di consultare il medico di fiducia prima di iniziare l'allenamento.

AVVERTIMENTO! In caso di capogiri, nausea, dolore al petto, o altri sintomi anormali SMETTERE DI ESERCITARE IMMEDIATAMENTE E CONSULTARE UN MEDICO SENZA INDUGIO.

AVVERTIMENTO ! L'uso improprio di questa macchina, come sotto l'effetto di droghe o alcol o l'uso eccessivo, può provocare lesioni gravi o morte.

- ▶ Il manuale d'uso viene fornito unicamente quale materiale di consultazione per il cliente.
- ▶ Il fornitore non è in grado di prestare alcuna garanzia per quanto concerne l'assenza di errori di traduzione o causati da variazioni delle specifiche tecniche del prodotto.
- ▶ DKN-Technology NON SI ASSUME ALCUNA RESPONSABILITÀ PER DANNI A PERSONE O, E / O DANNI SOSTENUTI CON O PER L'USO DI QUESTO PRODOTTO.





Veiligheidsrichtlijnen

BELANGRIJKE VEILIGHEIDSWAARSCHUWING: LEES VOLGENDE VOORZORGSMATREGELEN VÓÓR MONTAGE EN GEBRUIK !

- ▶ Gebruik enkel de originele onderdelen.
- ▶ Verifieer aan de hand van de onderdelenlijst of er geen onderdelen ontbreken of beschadigd zijn vooraleer de montage aan te vatten. Gebruik het juiste gereedschap bij de montage.
- ▶ Plaats het apparaat op een vlakke droge ondergrond en zeker niet in een vochtige omgeving.
- ▶ Dit apparaat kan enkel binnenshuis gebruikt worden. Het is een klasse H (Home) toestel en enkel geschikt voor gebruik in particuliere woningen waar de toegang tot het toestel wordt geregeld door de eigenaar (of de persoon die de wettelijke verantwoordelijkheid draagt).
- ▶ Verwijder alle objecten binnen een straal van 2 meter van de machine vooraleer u begint te oefenen.
- ▶ De vrije ruimte rondom de machine mag niet minder dan 0,6 meter bedragen in de richting van waaruit men het toestel gebruikt. De vrije ruimte moet ook ruimte bieden voor een eventuele noodstop.
- ▶ Controleer alle moeren en bouten vooraleer U begint te oefenen. We raden U eveneens aan op regelmatige basis dit te blijven controleren.
- ▶ Gebruik enkel originele onderdelen voor het onderhoud en bij eventuele herstellingen.
- ▶ Reinig Uw apparaat met een weinig vochtige doek. Vermijd het gebruik van detergents.
- ▶ Vergewis U ervan dat de montage compleet afgewerkt is conform deze handleiding vooraleer U begint te oefenen.
- ▶ Een aantal onderdelen zijn voorzien van regelbare posities naargelang de gebruiker: respecteer de opgegeven maxima.
- ▶ Dit toestel is ontworpen voor een probleemloos gebruik gedurende een lange periode, kijk alle bouten en moeren zorgvuldig na en geef de bewegende onderdelen regelmatig een smeerbeurt.
- ▶ Houd het toestel buiten het bereik van kinderen
- ▶ Draag geen losse kleding, deze kan verstrikt raken tussen de bewegende onderdelen
- ▶ Oefen nooit 45 minuten voor u gaat eten en/of 1 uur na het eten.
- ▶ Gebruikerslimiet: 180 kg.

WAARSCHUWING ! Raadpleeg uw arts voordat u begint met een trainingsprogramma. Hij kan adviseren over de aard en intensiteit van de training.

WAARSCHUWING ! Dit apparaat is niet geschikt voor therapeutische noch voor medische doeleinden.

WAARSCHUWING ! Te veel oefenen kan leiden tot ernstig letsel of zelfs de dood.

WAARSCHUWING ! In geval van duizeligheid, misselijkheid, pijn op de borst of andere abnormale symptomen: ONMIDDELIJK STOPPEN MET TRAINEN EN ZONDER VERTRAGING EEN ARTS RAADPLEGEN.

WAARSCHUWING ! Ongepast gebruik van dit toestel onder invloed van drugs of alcohol, kan leiden tot ernstig letsel of de dood.

WAARSCHUWING ! Om eventuele risico's te vermijden is het aan te raden uw huisarts te raadplegen alvorens u start met oefenen, zeker wanneer u gedurende een langere periode geen fysieke inspanningen heeft geleverd. Dit is vooral belangrijk voor personen ouder dan 35 of personen met gekende gezondheidsproblemen.

- ▶ Deze handleiding kan enkel gebruikt worden als leidraad.
- ▶ De leverancier kan niet verantwoordelijk gehouden worden voor eventuele fouten bij de vertaling noch voor eventuele veranderingen in de technische specificaties.
- ▶ DKN-Technology IS NIET VERANTWOORDELIJK VOOR PERSOONLIJK LETSEL OF MATERIËLE SCHADE DOOR OF GERELATEERD AAN HET GEBRUIK VAN DIT TOESTEL.





RIKTLINJER FÖR SÄKERHET

VIKTIGT SÄKERHETSMEDDELANDE:

OBS! FÖLJANDE FÖRSIKTIGHETSÅTGÄRDER FÖR ATT MONTERA ELLER ANVÄNDA DENNA MASKIN.

- ▶ Denna tränare har testats upp till max. kroppsvikt på 180 kg.
- ▶ Följ noga de olika stegen i monteringsanvisningarna.
- ▶ Använd endast originaldelar som levereras.
- ▶ Innan du börjar monteringen, se till att leveransen är klar med hjälp av den medföljande listan.
- ▶ För montering, använd endast lämpliga verktyg och be om hjälp med montering vid behov.
- ▶ Placera övningen på en jämn, halkfri yta. På grund av eventuell korrosion rekommenderas inte användning av träningsanläggningar i fuktiga områden.
- ▶ Den här maskinen är endast för inomhusbruk. Detta är en klass H (Hem) och lämpar sig för hushållsbruk i privata hem där tillgången till utrustningen regleras av ägaren (personen som har det juridiska ansvaret).
- ▶ Innan du börjar träna, ta bort alla föremål inom en 2-meters radie från maskinen.
- ▶ Det fria området runt maskinen får inte vara mindre än 0,6 meter i den riktning som utrustningen nås från. Det fria området måste också inkludera området för nödmontering.
- ▶ Kontrollera före den första träningen och varannan månad att alla anslutningselement är tätt passade och i rätt skick.
- ▶ Bär alltid lämpliga träningskläder och skor när du tränar.
- ▶ Byt omedelbart ut defekta komponenter och / eller förvara utrustningen ur användning tills den repareras.
- ▶ Använd endast originaldelar för reparationer.
- ▶ Vid reparation, fråga din återförsäljare om råd.
- ▶ Undvik användning av aggressiva tvättmedel vid rengöring.
- ▶ Se till att träningen endast startar efter korrekt montering och inspektion.
- ▶ För alla justerbara delar ska du vara medveten om de maximala lägena som de kan justeras till.
- ▶ Denna tränare är designad för vuxna. Se till att barn endast använder träningspass under övervakning av en vuxen.
- ▶ Den här maskinen får endast användas av en person åt gången.
- ▶ Funktionshindrade personer bör inte använda denna maskin utan en kvalificerad person eller läkare närvarande.
- ▶ Se till att de närvarande är medvetna om möjliga faror, t.ex. g. rörliga delar under träningen.
- ▶ Varning: felaktig / överdriven träning kan orsaka hälsoskador.
- ▶ Följ råden för korrekt träning enligt instruktionerna i träningen.
- ▶ Läs alla instruktioner innan du använder maskinen.

WARNING! Rådgör med din läkare innan du börjar med något träningsprogram. Han kan ge råd om vilken typ av träning och vilken inverkan som är lämplig.

WARNING! Den här maskinen är inte lämplig för terapeutiskt eller medicinskt syfte.

WARNING! Överträning kan leda till allvarliga skador eller dödsfall. Om du upplever yrsel, illamående, bröstsmärta eller andra onormala symtom. STOPPA ÖVNING Omedelbart och konsultera en läkare utan försening.

WARNING! Otillräcklig användning av denna maskin, till exempel under påverkan av droger eller alkohol, inte i enlighet med instruktioner eller överdriven användning, kan leda till allvarlig personskada eller dödsfall.

WARNING! Felaktig / överdriven träning kan orsaka hälsoskador.

- ▶ Ägarmanualen är endast avsedd för kundreferenser.
- ▶ DKN-Technology antar INGEN ANSVAR FÖR PERSONLIGT SKADA ELLER FASTIGHETSKADA SOM SKA Hållas av eller genom användning av denna produkt.





Wartung, Maintenance, Mantenimiento, Entretien, Manutenzione, Onderhoud

Entfernen Sie die Motorabdeckung zweimal im Jahr und machen Sie alles mit dem Staubsauger sauber.

Das Laufband ist mit einer wartungsfreien Lauffläche ausgestattet. Reibung kann die Lebensdauer verkürzen. Daher empfehlen wir eine regelmäßige Reinigung mit einem weichen Tuchregelmäßige Inspektion und ggf. sechs monatliche Schmierung der Lauffläche.

At least twice a year remove the motor cover and vacuum clean inside.

This treadmill walking belt and deck are equipped with a pre-lubricated, low maintenance deck system. The belt versus deck friction may play a major role in the function and life of your Treadmill, thus requiring periodic lubrication.

We recommend cleaning the running belt regularly with a soft cloth (slightly damp) and to lubricate the deck every six months.

Por lo menos dos veces al año quitar la tapa del motor y aspirar en el interior.

Esta cinta viene pre-lubricada e incluye un sistema lubricacion de bajo mantenimiento. La cinta en su fricción con la base puede jugar un importante papel en la función y vida de su Cinta, requiriendo así una lubricacion periodica. Recomendamos limpiar la superficie de carrera regularmente con un paño suave (ligeramente húmedo) y una lubricacion de la base cada seis meses.

Au moins deux fois par an, débrancher entièrement l'appareil, soulever le capot et nettoyer l'intérieur du tapis avec un aspirateur.

Ce tapis est équipé d'une bande de course pré-lubrifiée. Toutefois, l'entretien de la bande de roulement est indispensable et peut jouer un rôle majeur dans le bon fonctionnement et la durée de vie de votre Incline Trainer.

C'est pourquoi nous recommandons de nettoyer le tapis roulant régulièrement avec un chiffon doux (légèrement humide) et de lubrifier la plate-forme chaque 6 mois.

Almeno due volta l'anno rimuovere il carter copri-motore e pulire con un aspirapolvere.

Questo tappeto di jogging è dotato di un nastro e di una tavola di corsa pre-lubrificati. L'attrito può giocare un ruolo importante nella vita del vostro tapis roulant: perciò si richiede una lubrificazione periodica.

Si consiglia di pulire il tappeto scorrevole con un panno morbido (un po' bagnato) e una lubrificazione di 6 mesi della tavola di corsa.

Verwijder het motordeksel ten minste eenmaal elke 6 maand en reinig het binnencompartiment met een stofzuiger.

Dit loopbandtoestel is uitgerust met een onderhoudsvrij loopvlak. Wrijving kan echter een belangrijke rol spelen bij de levensduur van uw loopband. Daarom raden aan wij het looptapijt regelmatig te reinigen met een zachte doek (lichtjes nat gemaakt), en het loopvlak elke zes maanden te smeren zoals aangegeven.

Ta bort locket minst två gånger per år och vakuum inuti.

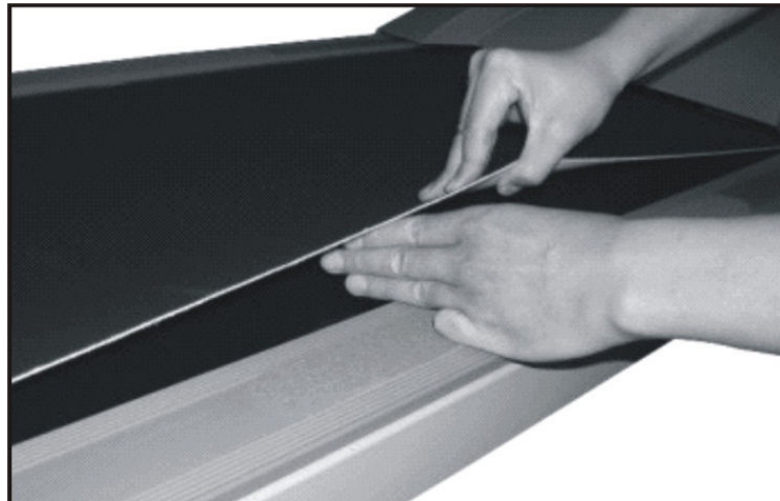
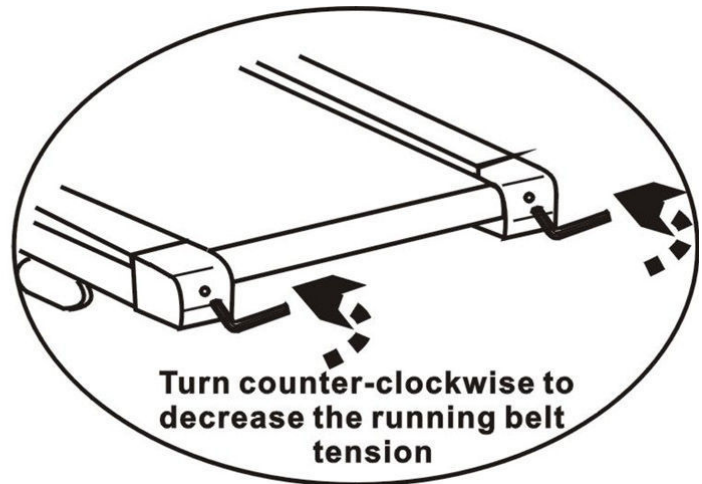
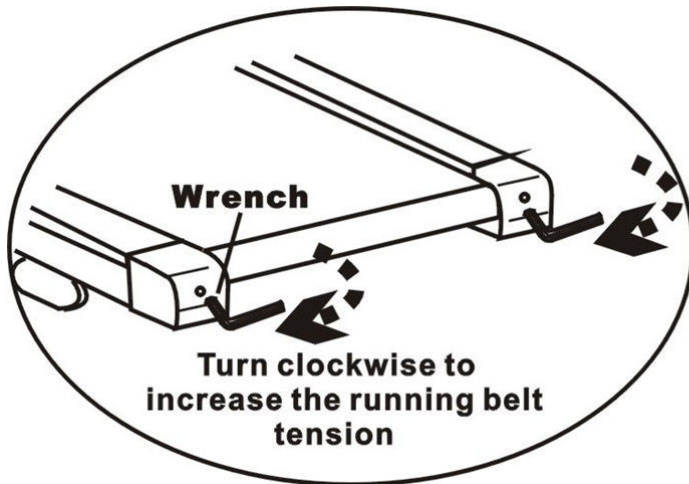
Denna löpband och gångväg är utrustad med ett försmordt lågt underhållssystem. Friktion kan spela en viktig roll i funktionen och livet på ditt löpband och kräver periodisk smörjning.

Vi rekommenderar att du rengör löpbandet regelbundet med en mjuk trasa (något fuktig) och smörjer gångväg var sjätte månad.





Regulierung des Rollteppichs - Belt adjustment - Posicion cinta - Ajustement de la bande de course - Regolazione di tapetto - Afstellen van het looptapijt



! Achtung, sehr wichtig: Das Laufband sollte auf einem flachen Boden gestellt werden. Sollte das Laufband nicht flach stehen, wird sich das Band in die niedrigergelegene Ecke verschieben.

1. Die Regulierbolzen des Laufbandes befinden sich an der Rückseite des Gerätes (siehe Abbildung).

2. Falls das Band zuviel nach rechts zieht:

Starten Sie das Band mit einer Geschwindigkeit von 1.5 km/Stunde. Drehen Sie mit Hilfe eines passenden Inbusschlüssels den rechten Regulierbolzen um 90 Grad nach rechts (Uhrzeigersinn). Diese Handlung wiederholen Sie bis das Band genau in der Mitte bleibt.

Testen Sie das Gerät danach und behalten das Band genau im Auge um sicher zu sein, dass der Bolzen nicht zu weit gedreht wurde.

3. Falls das Band zuviel nach links zieht:

Starten Sie das Band mit einer Geschwindigkeit von 1.5 km/Stunde. Drehen Sie mit Hilfe eines passenden Inbusschlüssels den linken Regulierbolzen um 90 Grad nach rechts (Uhrzeigersinn). Diese Handlung wiederholen Sie bis das Band genau in der Mitte bleibt.

Testen Sie das Gerät danach und behalten das Band genau im Auge um sicher zu sein, dass der Bolzen nicht zu weit gedreht wurde.

4. Zentrieren des Laufbandes:

Wenn du rennst, kannst du mit einem Fuß härter abdrücken als mit einem anderen. Die Stärke der Durchbiegung hängt von der Stärke der Kraft ab, die ein Fuß im Verhältnis zum anderen ausübt. Diese Ablenkung kann dazu führen, dass sich das Band außermittig bewegt. Diese Auslenkung ist normal und das Laufband zentriert sich, wenn sich kein Körper auf dem Laufband befindet. Wenn der Laufriemen dauerhaft außermittig bleibt, müssen Sie den Laufriemen manuell zentrieren.





Regulierung des Rollteppichs - Belt adjustment - Posicion cinta - Ajustement de la bande de course - Regolazione di tapetto - Afstellen van het looptapijt

! Note: The treadmill should be placed on a level surface. If the treadmill is not level the belt will continuously track to the low side of the treadmill.

1. Belt adjustment bolts are located at the rear of the treadmill, as shown above.

2. Belt moving (tracking) to the right:

Start the treadmill and set at 1.5 kph. Using an allen key wrench, turn the right adjustment bolt clockwise 1/4 of a turn. Continue adjustments at 1/4 of a turn until belt returns to the center. Continue to run the treadmill for a short period of time monitoring the belt movement to ensure you have not made an over adjustment.

3. Belt moving (tracking) to the left:

Start the treadmill and set at 1.5 kph. Using an allen key wrench, turn the right adjustment bolt clockwise 1/4 of a turn. Continue adjustments at 1/4 of a turn until the belt returns to the center. Continue to run the treadmill for a short period of time monitoring the belt movement to ensure you have not made over adjustment.

4. Centring the running belt:

When you run, you may push off harder with one foot than with another. The severity of the deflection depends on the amount of force that one foot exerts in the relation to the other. This deflection can cause the belt to move off- centre. This deflection is normal and the running belt will center when no body is on the running belt. If the running belt remains consistently off-centre, you will need to centre the running belt manually.

! Importante: El aparato debe ser en un superficie plano. Si el aparato no esta estable, la cinta se ira mas hacia la parte mas inferior del aparato.

1. Los tuercos de la cinta se encuentran al parte trasera del aparato como indicado.

2. Si la cinta se ira demasiado a la derecha :

Ponga el aparato en marcha y instityuelo en 1.5 km/h. Vuelva con ayuda de una llave inglesa el tornillo derecho un cuarto hacia derecho. Vuelva el tornillo siempre un cuarto al derecho hasta que la cinta se encuentra de nuevo al medio.

Trate el aparato y mantenga los movimientos de la cinta para asegurarse que no ha instituido la cinta demasiado lejos

3. Si la cinta se ira demasiado a la izquierda:

Ponga el aparato en marcha y instityuelo en 1.5 km/h. Vuelva con ayuda de una llave inglesa el tornillo derecho un cuarto hacia derecho. Vuelva el tornillo siempre un cuarto al derecho hasta que la cinta se encuentra de nuevo al medio.

Trate el aparato y mantenga los movimientos de la cinta para asegurarse que no ha instituido la cinta demasiado lejos

4. Centrar la cinta de correr:

Cuando corres, puedes empujar con más fuerza con un pie que con otro. La gravedad de la deflexión depende de la cantidad de fuerza que ejerce un pie en la relación con el otro. Esta desviación puede causar que la correa se mueva fuera del centro. Esta desviación es normal y la correa de correr se centrará cuando no haya ningún cuerpo sobre la correa de correr. Si la banda de correr permanece constantemente descentrada, deberá centrar la correa de correr manualmente.





Regulierung des Rollteppichs - Belt adjustment - Posicion cinta - Ajustement de la bande de course - Regolazione di tapetto - Afstellen van het looptapijt

! Important: Le tapis de jogging doit être disposé sur une surface plane. Le déséquilibre du tapis de jogging provoquera un déplacement du tapis vers le côté opposé.

1. Les vis-vérin du tapis se trouvent sur la face arrière du tapis de jogging tel qu'indiqué sur l'illustration.

2. Déplacement de la bande de course vers la droite : Démarrez le tapis de jogging et réglez la vitesse à 1.5 km/heure. Tourner la vis-vérin droite un quart de tour dans le sens des aiguilles d'une montre à l'aide de la clef six pans. Continuer à tourner la vis-vérin un quart de tour dans le sens des aiguilles d'une montre jusqu'à ce que le tapis soit bien centré.
Essayer ensuite et bien observer le mouvement de la bande de façon à vous assurer que l'ajustement est correctement centré.

3. Déplacement la bande de course vers la gauche:
Démarrer le tapis de jogging et réglez la vitesse à 1.5 km/heure. Tournez la vis-vérin gauche un quart de tour dans le sens des aiguilles d'une montre à l'aide de la clef six pans. Continuez à tourner la vis-vérin un quart de tour dans le sens des aiguilles d'une montre jusqu'à ce que la bande de course soit correctement centrée.

4. Centrage de la bande de course :
Lorsque vous courez, vous pouvez pousser plus fort avec un pied qu'avec un autre. La gravité de la déflexion dépend de la force exercée par un pied sur l'autre. Cette flèche peut entraîner le décentrage de la bande de course. Cette déflexion est normale et la bande de course se centre quand aucun corps n'est sur la bande de roulement. Si la bande de course reste toujours décentrée, vous devrez centrer la bande de roulement manuellement.

! Importante: Il tappeto di jogging deve essere posato su una superficie piana. Lo squilibrio del tappeto di jogging provocherà uno spostamento del tappeto verso il lato a valle.

1. Le viti di sollevamento del tappeto si trovano sul lato posteriore del tappeto di jogging come indicato sull'illustrazione.

2. Spostamento del tappeto verso la destra: Mettere in moto il tappeto di jogging e regolare la velocità a 1.5 km/ora. Girare la vite di sollevamento destra di un quarto di giro nel senso orario usando la chiave esagonale. Continuare a girare la vite di sollevamento di un quarto di giro nel senso orario finché il tappeto sia ben centrato. Provarlo poi e osservare bene i movimenti del nastro per accertarvi che la regolazione non sia stata esagerata.

3. Spostamento del tappeto verso la sinistra:
Mettere il tappeto di jogging in moto e regolare la velocità a 1.5 km/ora. Girare la vite di sollevamento di un quarto di giro nel senso orario usando una chiave esagonale. Continuare a girare la vite di sollevamento di un quarto di giro nel senso orario finché il tappeto sia ben centrato. Provare poi il tappeto di jogging e osservare bene i movimenti del tappeto per accertarvi che la regolazione non sia stata esagerata.

4. Centraggio della cinghia da corsa:
Quando corri, puoi spingere di più con un piede che con un altro. La gravità della deflessione dipende dalla quantità di forza che un piede esercita nella relazione con l'altro. Questa deflessione può far spostare la cinghia fuori centro. Questa deflessione è normale e la cinghia di scorrimento si centrerà quando nessun corpo è sulla cinghia. Se la cintura da corsa rimane costantemente fuori centro, sarà necessario centrare manualmente la cintura da corsa.





Regulierung des Rollteppichs - Belt adjustment - Posicion cinta - Ajustement de la bande de course - Regolazione di tapetto - Afstellen van het looptapijt

! Belangrijk: De loopband dient op een vlakke ondergrond te worden geplaatst. Indien de loopband niet vlak staat, zal de band steeds naar de lager liggende zijde van de loopband getrokken worden.

1. De stelbouten van de band bevinden zich aan de achterkant van het apparaat, zoals hierboven afgebeeld.

2. Als de band te veel naar rechts beweegt (trekt):

Start de loopband en stel deze in op 1.5 km/u. Draai met behulp van een inbussleutel de rechterstelbout een kwart rechtsom. Draai de bout steeds een kwart rechtsom totdat de band weer goed in het midden loopt.

Probeer het apparaat vervolgens even uit en houd de bewegingen van de band goed in het oog om er zeker van te zijn dat u de band niet te ver hebt bijgesteld.

3. Als de band te veel naar links beweegt (trekt):

Start de loopband en stel deze in op 1.5 km/u. Draai met behulp van een inbussleutel de linkerstelbout een kwart rechtsom. Draai de bout telkens een kwart rechtsom tot de band weer goed in het midden loopt.

Probeer het apparaat vervolgens even uit en houd de beweging van de band in de gaten om er zeker van te zijn dat u de band niet te ver hebt bijgesteld.

4. Centreren van de loopband:

Wanneer u rent, kunt u met één voet harder drukken dan met een andere. De ernst van de deflectie hangt af van de hoeveelheid kracht die de ene voet uitoefent in de relatie tot de andere. Door deze afbuiging kan het tapijt uit het midden bewegen. Deze deflectie is normaal en de loopband zal centreren wanneer niet op gelopen wordt. Als deze afwijking blijft ook tijdens niet gebruik, moet u de loopband handmatig centreren.

! Obs! Löpbandet ska placeras på en jämn yta. Om löpbandet inte är i nivå spårar bältet kontinuerligt till löpbandets låga sida.

1. Bultens justeringsbultar är placerade på baksidan av löpbandet, som visas ovan.

2. Bältets rörelse (spårning) till höger:

Starta löpbandet och ställ in på 1,5 km / h. Vrid höger justeringsbult medurs med 1/4 varv med en insexnyckel. Fortsätt justeringarna med 1/4 varv tills bältet återgår till mitten. Fortsätt att köra löpbandet under en kort tid och övervaka bältesrörelsen så att du inte har gjort en överjustering.

3. Bältet rör sig (spårning) till vänster:

Starta löpbandet och ställ in på 1,5 km / h. Vrid höger justeringsbult medurs med 1/4 varv med en insexnyckel. Fortsätt justeringarna med 1/4 varv tills bältet återgår till mitten. Fortsätt att köra löpbandet under en kort tid och övervaka bältesrörelsen för att säkerställa att du inte har gjort överjustering.

4. Centrera löpbältet:

När du springer kan du köra hårdare av med en fot än med en annan. Svängningen av avböjningen beror på den kraft som en fot utövar i förhållande till den andra. Denna avböjning kan göra att bältet rör sig utanför mitten. Denna avböjning är normal och bältet kommer att centrera när det inte finns någon kropp på bältet. Om löpbältet förblir konsekvent utanför centrum måste du centrera löpbältet manuellt.





**Achtung , Vorsicht ! - Be Careful ! - Attencion ! - Attention !
Attentionze ! - Wees Voorzichtig ! -Tenha Cautela !**

Halten Sie sich beim Auf- und Absteigen des Laufbandes immer gut an den Handgriffen fest. Stellen Sie zuerst Ihre Füße links und rechts neben das Band auf das Gerät (NICHT AUF DAS BAND) bevor Sie anfangen zu laufen. Starten Sie das Band mit einer niedrigen Geschwindigkeit (Bitte einstellen bevor Sie sich daraufstellen.) Regulieren Sie die Geschwindigkeit langsam, damit Sie nicht unangenehm überrascht werden durch ein zu hohes Tempo.

Schalten Sie das Gerät immer aus, bevor Sie es saubermachen oder es reguliert werden soll.

Wartungen des Gerätes die nicht in dieser Gebrauchsanweisung behandelt werden, sollten ohne Ausnahme nur von einem anerkannten Fachmonteur durchgeführt werden.

Always hold onto the hand rails when getting on and off the treadmill. Place feet on foot rails (NOT ON THE BELT) of the treadmill before starting. Turn on treadmill and set at slow position before stepping on. Adjust the speed slowly to avoid sudden surge in speed.

Always unplug the power cord before performing the maintenance and adjustment procedures described in this manual.

Servicing other than the procedures in this manual should be performed by authorized service representatives only.

Al montar el aparato, siempre tenga los manejos. Ponga los pies primeramente en el lado lateral del aparato antes de marchar. Ponga el aparato en marcha y institualo en una velocidad baja. Adapte la velocidad asi que no esta sorprendido por un tiempo de marcha demasiado rapido.

Siempre apague el aparato antes de hacer mantenimiento.

Trabajos de mantenimiento siempre pueden ser hecho para personas competentes.

Bien vous tenir aux poignées lorsque vous montez sur le tapis de jogging ou lorsque vous en descendez. Mettre d'abord vos pieds sur le côté de l'appareil (PAS SUR LE TAPIS) avant de commencer à marcher. Déclencher l'entraînement et programmer une vitesse lente (avant de monter sur le tapis). Bien adapter la vitesse progressivement de manière à éviter la désagréable surprise d'une vitesse de marche trop importante.

Toujours arrêter l'appareil avant d'effectuer des travaux d'entretien ou de réglage.

Tous travaux d'entretiens ne figurant pas dans ce manuel doivent être effectués par une personne compétente du service d'entretien.

Mantenetevi bene alle impugnature quando salite sul tappeto di jogging o quando ne scendete. Mettere prima i piedi sul lato dell'apparecchio (E NON SUL TAPPETO) prima di iniziare a camminare. Disinserire l'azionamento e programmare una velocità lenta (prima di montare sul tappeto). Adattare bene la velocità progressivamente in modo da evitare la spiacevole sorpresa di una velocità di marcia troppo importante.

Fermare sempre l'apparecchio prima di eseguire dei lavori di manutenzione o di regolazione.

Ogni lavoro di manutenzione che non è indicato in questo manuale deve essere eseguito da una persona competente del servizio manutenzione.





Houd bij het op -en van de loopband stappen altijd de handgrepen vast. Plaats uw voeten eerst op de zijkant van het apparaat (NIET OP DE BAND) voordat u gaat lopen. Start de loopband en stel deze (voordat u erop staat) in op een lage snelheid. Pas de snelheid langzaam aan zodat u niet onaangenaam verrast wordt door een snel looptempo.

Schakel het apparaat altijd uit voordat onderhoud of afstelwerkzaamheden worden verricht.

Onderhoudswerkzaamheden die niet in deze handleiding worden beschreven, mogen alleen door erkend onderhoudspersoneel worden uitgevoerd.

Håll alltid i handskenorna när du går på och utanför löpbandet. Placera fötterna på fotskenorna (INTE PÅ BANDE) på löpbandet innan du börjar. Slå på löpbandet och sätt i långsamt läge innan du går vidare. Justera hastigheten långsamt för att undvika plötslig hastighetsökning.

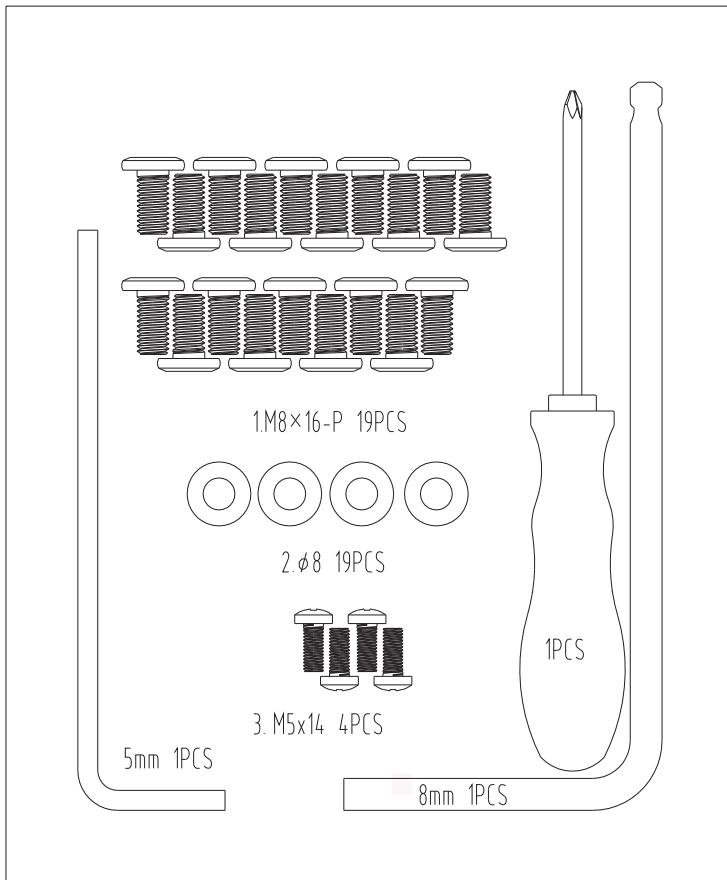
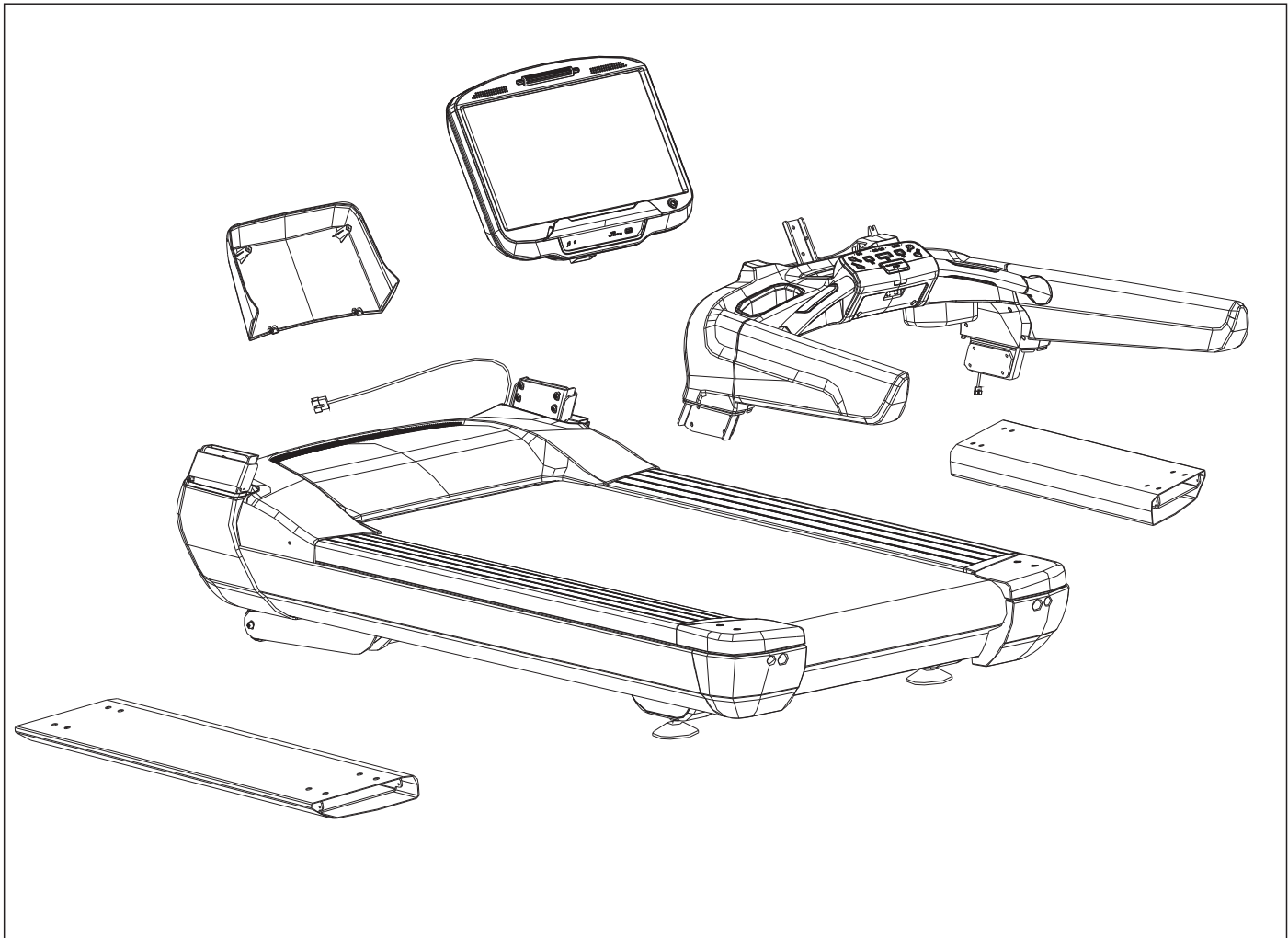
Dra alltid ur nätkabeln innan du utför underhålls- och justeringsprocedurer beskrivs i denna manual.

Service på annat sätt än procedurerna i denna manual bör endast utföras av behöriga service-representanter.





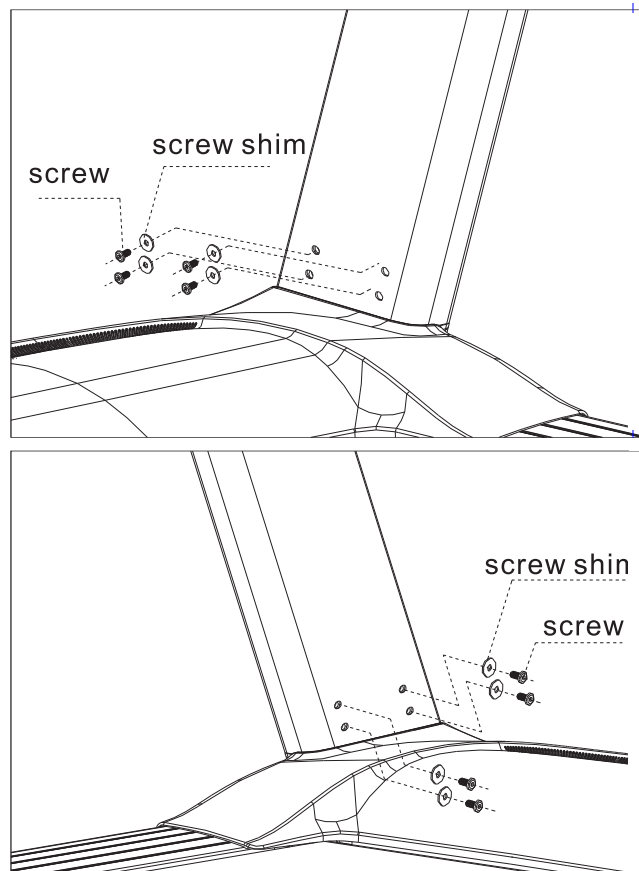
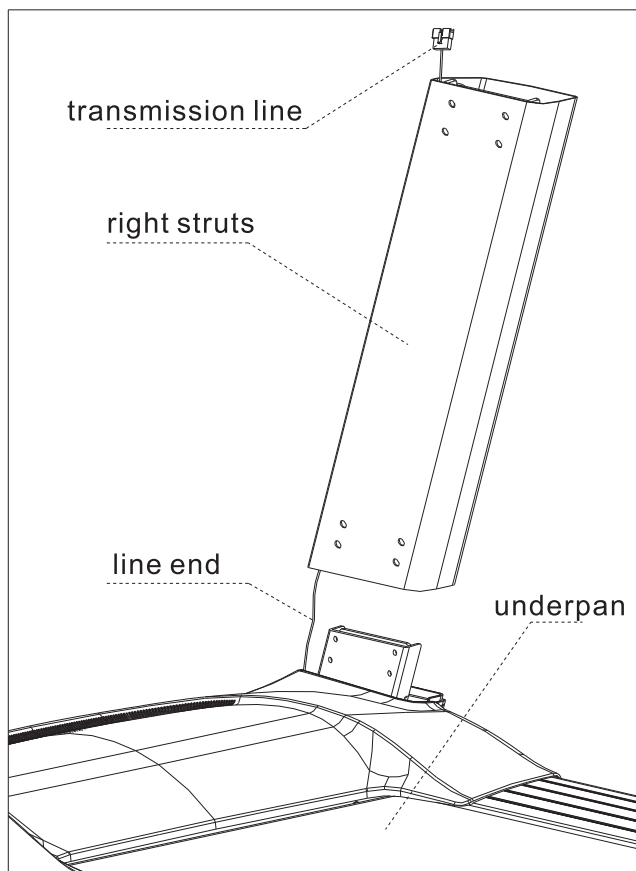
Getting Started



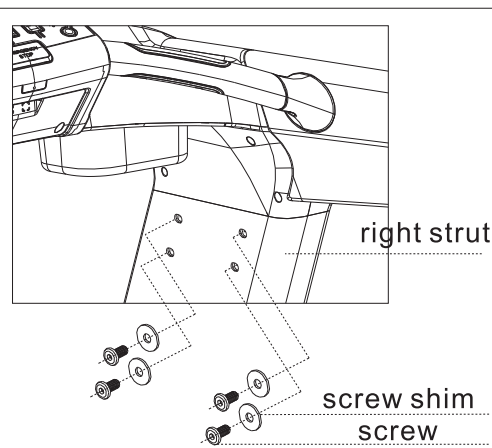
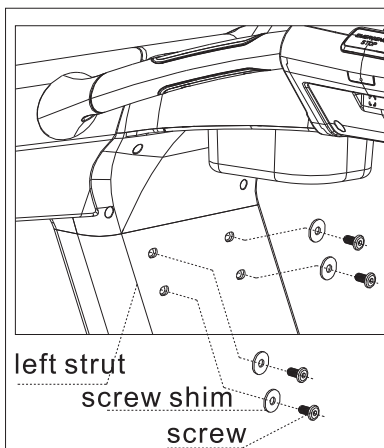
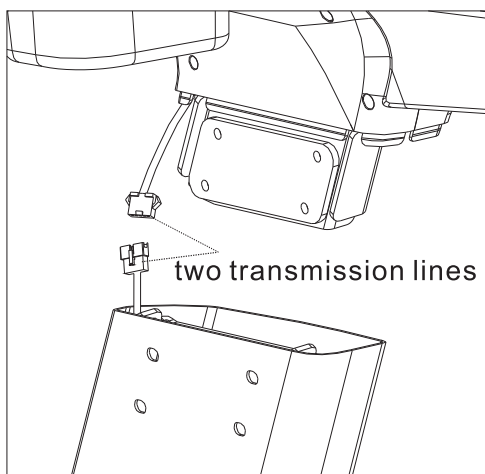


Assembly

Step 1



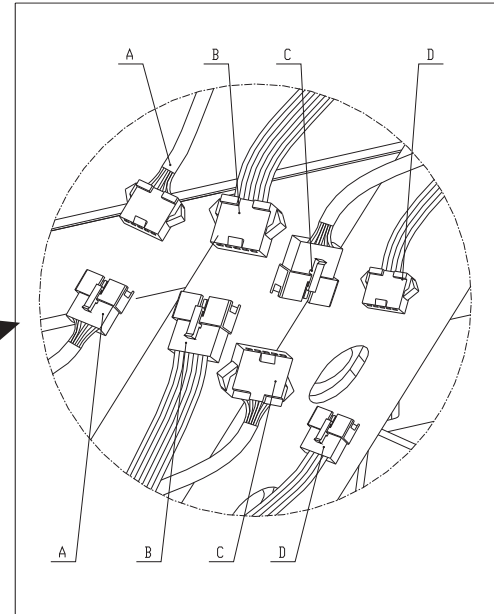
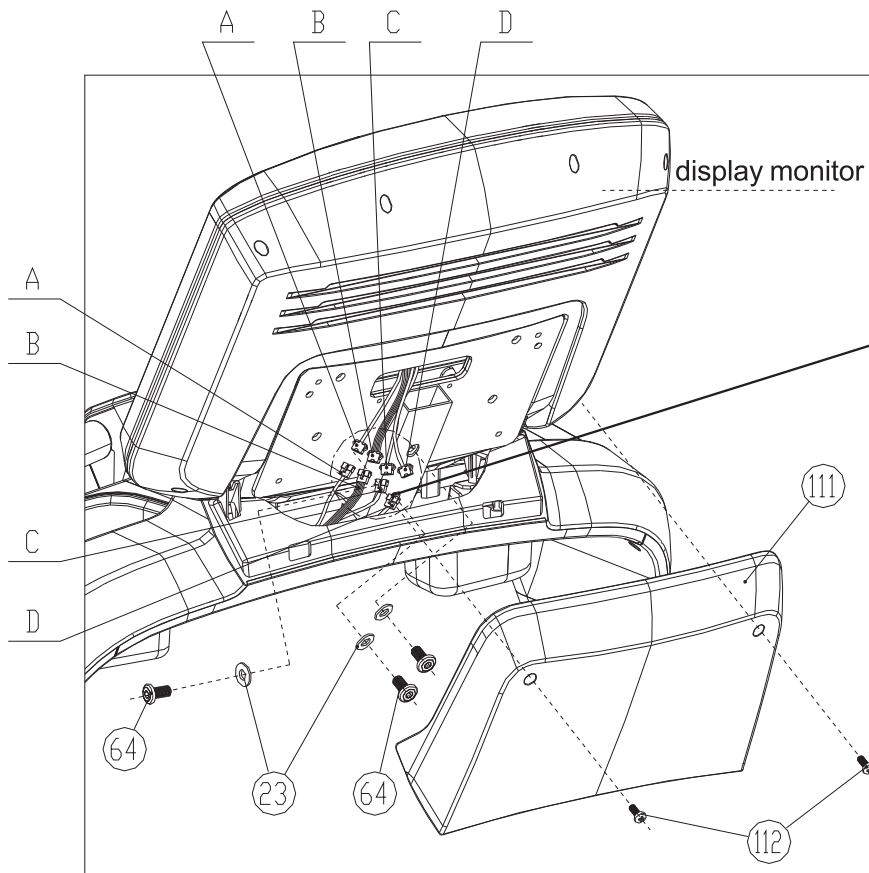
Step 2



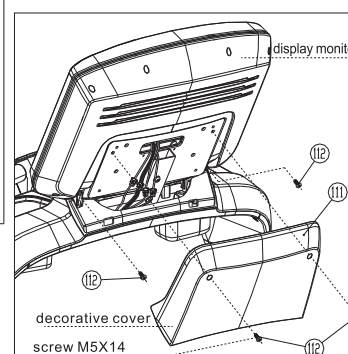
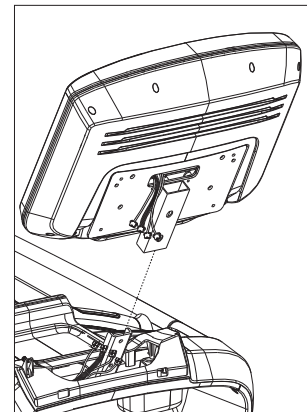
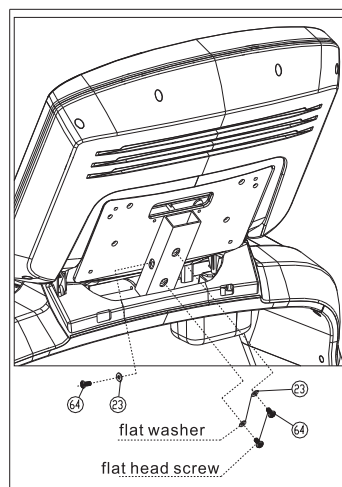


Assembly

Step 3

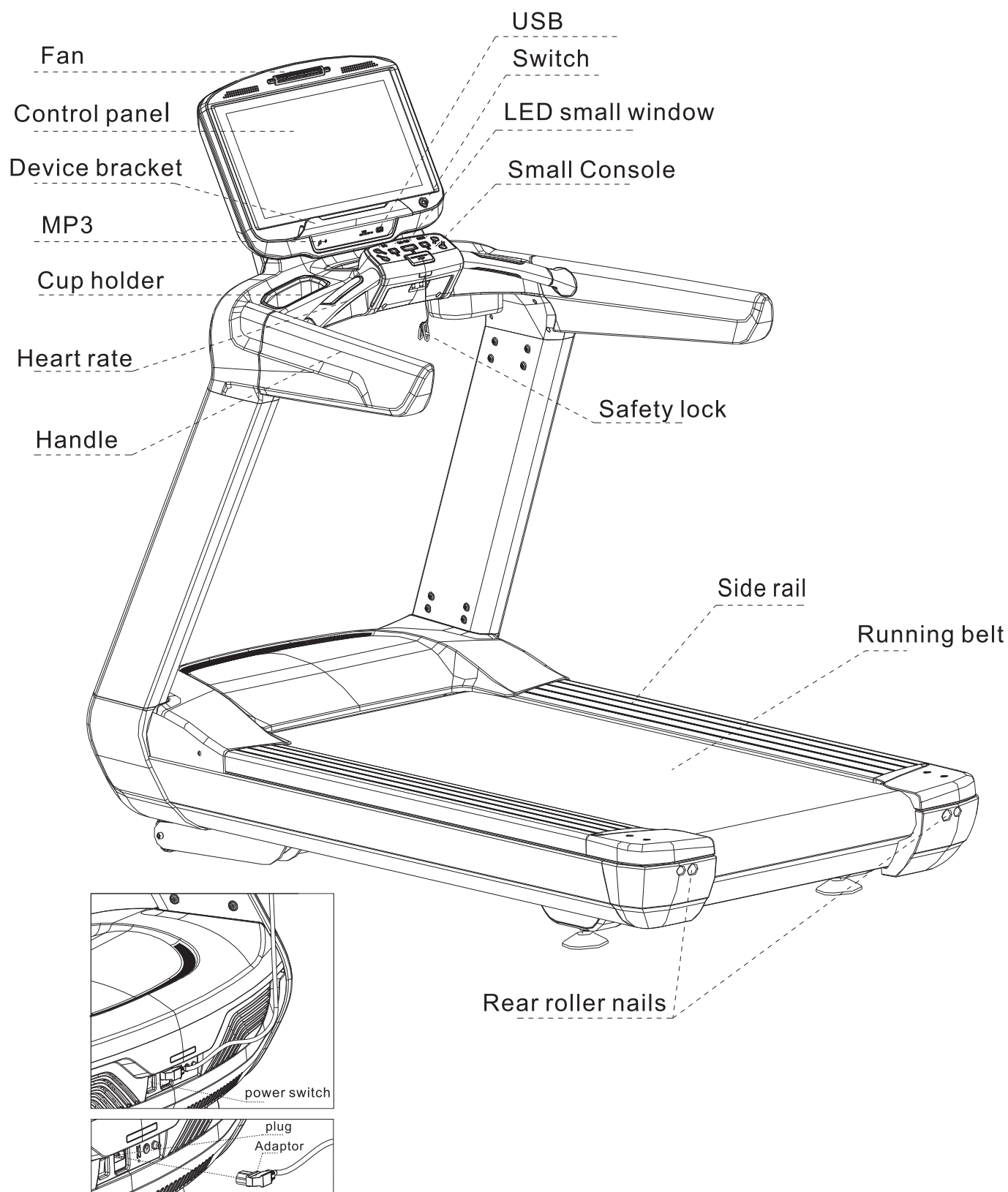


Step 4



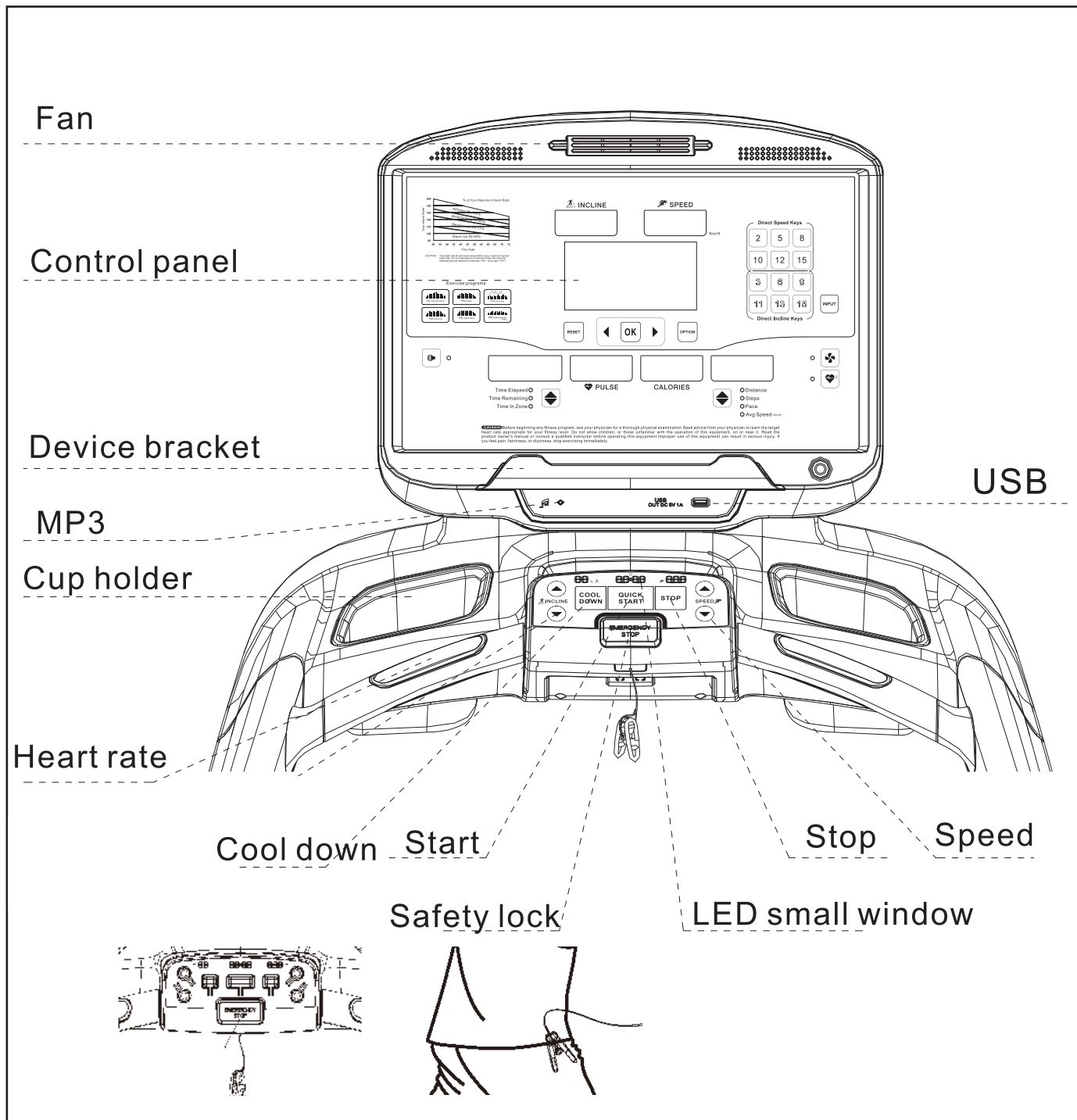


Getting Familiar with your ProRUN



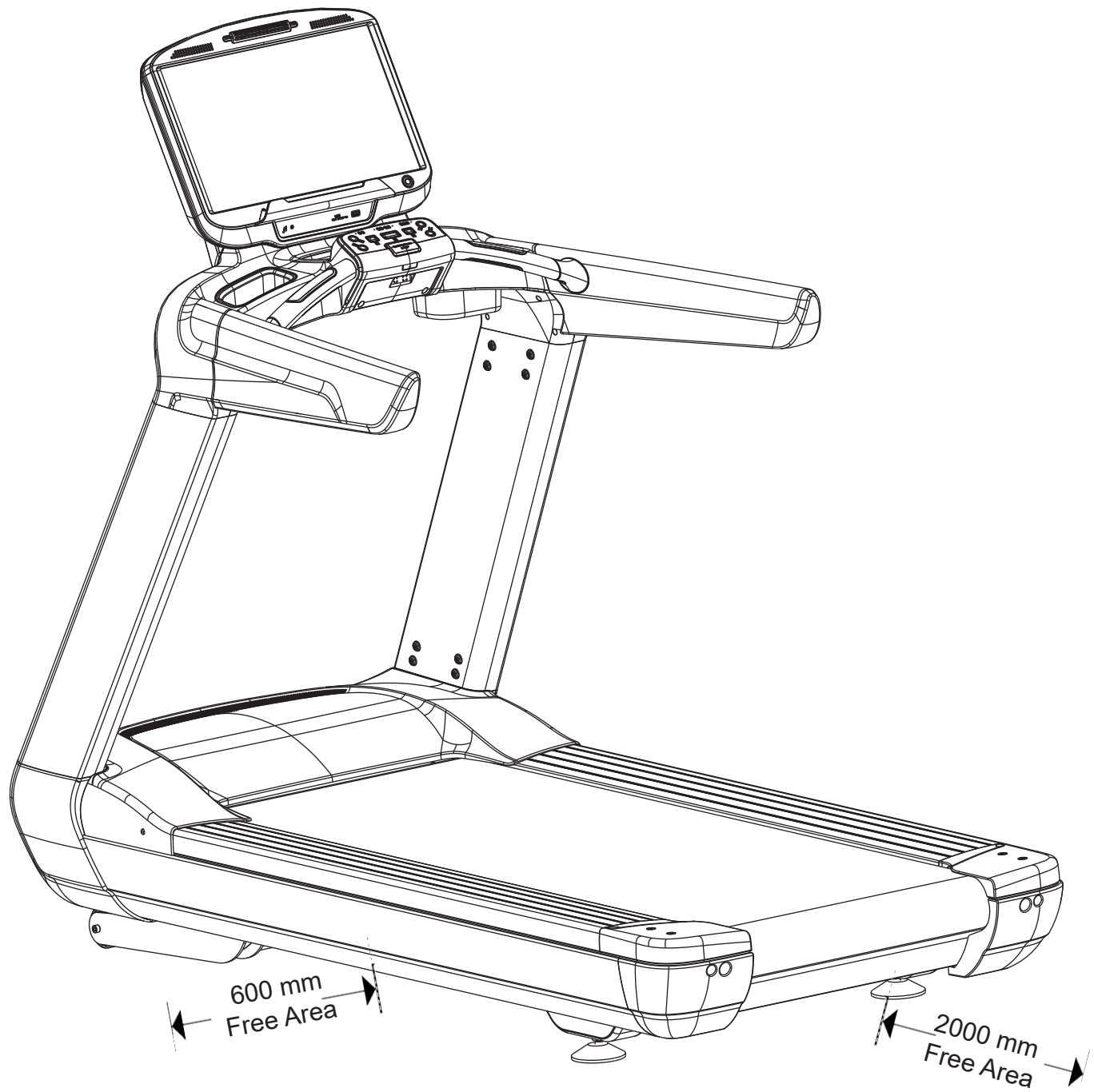


Console





Live Area Dimensions



ALLGEMEINER BETRIEB

Bitte vor Gebrauch sorgfältig lesen!

SICHERHEITSTIPPS

Befestigen Sie den Clip des Sicherheitsschlüssels vor dem Training an Ihrer Kleidung, um sicherzustellen, dass die Maschine stoppt, falls der Benutzer versehentlich vom Laufband läuft. In diesem Fall schaltet der Sicherheitsschlüssel den Monitor ab und das Laufband stoppt sofort, um weitere Verletzungen zu vermeiden.

QUICK START



- Schalten Sie den Netzschalter (untere vordere Basis) ein.
- Befestigen Sie den Sicherheitsclip richtig.
- Treten Sie auf das Laufband und stellen Sie sich mit den Füßen auf die Seitengitter.
- Drücken Sie die START-Taste. Ein Countdown wird angezeigt und der Riemen beginnt sich mit 0,8 km/h zu bewegen.
- Matrix zeigt eine 400 m lange Laufbahn.
- Stellen Sie Geschwindigkeit und Neigung mit den Tasten $\wedge/\vee$ oder den Schnelzugriffstasten ein.
- Drücken Sie STOP, um die Übung zu beenden.
- Drücken Sie START, um fortzufahren, oder STOP, um die Übung zu beenden.

KONSOLENSTEUERUNG



START

Drücken Sie die START-Taste, um die Bewegung des Riemens zu starten. Nach einem Countdown von 3 Sekunden startet das Laufband mit 0,8 km/h.

STOP

Drücken Sie beim Training auf dem Laufband einmal die STOP-Taste, um das Training anzuhalten. Drücken Sie im Pausenmodus START, um das Training fortzusetzen, oder STOP, um die Sitzung zu beenden. Alle Werte werden auf

Null zurückgesetzt und das Laufband kehrt in den Standby-Modus zurück.

COOL DOWN

Drücken Sie beim Training auf dem Laufband die Taste COOL DOWN, und das Laufband verlangsamt sich in den Standby-Modus.

Die Abklingzeit bezieht sich auf die Gesamtlauzeit.

Wenn die Übung mehr als 20 Minuten dauerte, wird das Laufband über einen Zeitraum von 5 Minuten langsamer. Wenn die Übung weniger als 20 Minuten dauert, wird das Laufband über einen Zeitraum von 2 Minuten langsamer.

PROGRAM QUICK KEYS

Wenn sich das Laufband im Standby-Modus befindet, drücken Sie eine schnelle Programmtaste, um die Programme P1 bis P6 auszuwählen.

Verwenden Sie die Tasten $\lt\gt$, um durch P7-P12 zu blättern. Bestätigen Sie die Auswahl mit OK.

OPTION

Wenn sich das Laufband im Standby-Modus befindet, drücken Sie OPTION, um aus 3 manuellen Zielmodi (Zeit/Entfernung/Kalorien) auszuwählen.

Drücken Sie wiederholt 15 Mal OPTION, um Benutzerprogramme U1-U3 auszuwählen.

SPEED $\wedge/\vee$

Verwenden Sie die Tasten $\wedge/\vee$, um die Geschwindigkeit während des Trainings anzupassen. Einmal drücken, um in Schritten von 0,1 km/h zu erhöhen oder zu verringern. Halten Sie die Taste länger als 2 Sekunden gedrückt, um die Geschwindigkeit schneller zu ändern. Mit den SPEED-Tasten können Sie auch die Werte beim Einstellen von Profilen und Programmen anpassen.

INCLINE $\wedge/\vee$

Verwenden Sie die Tasten $\wedge/\vee$, um die Neigung während des Trainings anzupassen. Einmal drücken, um die Neigung um 1 Stufe zu erhöhen oder zu verringern zu einer Zeit. Halten Sie die Taste länger als 2 Sekunden gedrückt, um die Neigung schneller zu ändern.

SPEED/INCLINE QUICK KEYS

Verwenden Sie sie, um die Geschwindigkeit oder Steigung während des Trainings mit einer Berührung anzupassen. Bestätigen Sie die Auswahl mit ENTER.

MP3 INPUT

Auf der Konsole befindet sich ein Audioeingang für Ihres MP3-Player, über den Sie Musik über die Lautsprecher hören können. Steuern Sie die Lautstärke über Ihr Gerät.

WORKOUT FAN

Zum Aktivieren des Lüfters.

HRC (Herzfrequenzkontrolle)

Drücken Sie ein- oder zweimal die HRC-Taste, um HRC1 oder HRC2 auszuwählen.

Sie können eine Zielherzfrequenzzone (THR) festlegen, indem Sie eine untere und eine obere Herzfrequenz definieren.

RESET

Drücken Sie, um die Anzeige in den Standby-Modus zurückzusetzen



KONSOLENFEEDBACK

INCLINE

Zeigt die Steigungsstufe an.

SPEED

Zeigt Ihre Laufgeschwindigkeit an.

TIME

Schalten Sie zwischen laufender, abgelaufener oder Countdown-Zielzeit um.

PULSE

Zeigt Impulsdaten an. Wenn kein Impulssignal empfangen wird, wird P angezeigt.

CALORIES

Zeigt die Kalorienzählung oder den Zielkaloriencountdown an.

DISTANCE

Schalten Sie zwischen Entfernung, Schrittempo oder Durchschnittsgeschwindigkeit um.

HERZFREQUENZFUNKTION

Um Ihre Herzfrequenz zu messen, halten Sie die Handpulssensoren während des Trainings gedrückt. Nach ca. 5 Sekunden lang werden Ihre Pulsdaten im Fenster angezeigt. Für eine genauere Ablesung können Sie einen Bluetooth®-Brustgurt verwenden (optional). Diese Daten dienen nur als Referenz und können nicht für medizinische Zwecke verwendet werden.

TRAININGSPROGRAMME

Der ProRUN verfügt über 12 voreingestellte Programme, 3 Benutzerprogramme, 2 HRC-Programme und 3 manuelle Zielmodi.

Die 12 voreingestellten Programme werden auf dem zentralen Display mit ihren Geschwindigkeits- und Neigungsprofilen angezeigt. Detaillierte Informationen zu den voreingestellten Programmen finden Sie später in diesem Handbuch.

Manuelle Zielprogramme

Es gibt 3 manuelle Zielmodi: Zielzeitmodus, Zielentfernungsmodus und Zielkalorienmodus.

Drücken Sie im Standby-Modus des Laufbands die Taste OPTION, um Zeit, Entfernung oder Kalorien-Countdown auszuwählen. Verwenden Sie dann die SPEED $\wedge$ /v-Tasten, um das Zieltraining zu programmieren. Drücken Sie dann die START-Taste, um mit dem Training zu beginnen. Das Laufband zählt ab dem von Ihnen gesetzten Ziel herunter.

Die anfängliche Zielzeiteinstellung ist 30:00 min.
Die anfängliche Zielkalorieneinstellung ist 50 cal.
Die anfängliche Zielbereichseinstellung beträgt 1,0 km.

Die niedrigste Geschwindigkeit im manuellen Modus beträgt 0,8 km/h und die höchste Geschwindigkeit 20,0 km/h.

Die niedrigste Steigung im manuellen Modus ist 0 und die höchste Steigung ist 21%.

Wenn das Ziel erreicht ist, ertönt ein Warnton und das Laufband wird bis zum völligen Stillstand verlangsamt.

Benutzerdefinierte Programme

Es gibt 3 benutzerdefinierte Programme, U01, U02 und U03. Mit diesen können Sie Ihre eigenen Workouts entwerfen. Jedes Anwenderprogramm hat 20 Abschnitte.

Drücken Sie die OPTION 15 Mal wiederholt, um das Programm U01 bis U03 auszuwählen.

Das Zeitfenster blinkt. Die Standardzeit beträgt 30:00 Minuten. Verwenden Sie die Taste SPEED $\wedge$ /v, um die Gesamtübungszeit einzustellen und mit OK zu bestätigen. Die Gesamtzeit des Trainings wird zu gleichen Teilen auf jeden Abschnitt aufgeteilt (z. B. wenn die Trainingszeit auf 20 Minuten eingestellt ist, beträgt jeder Abschnitt 1 Minute).

Verwenden Sie dann die Tasten SPEED $\wedge$ /v und INCLINE $\wedge$ /v, um den gewünschten Wert für jeden Abschnitt festzulegen (jedes Anwenderprogramm hat 20 Abschnitte). Bestätigen Sie die Einstellungen für jeden Abschnitt mit OK. Sobald der letzte Abschnitt fertig ist, drücken Sie START für Ihr Training.

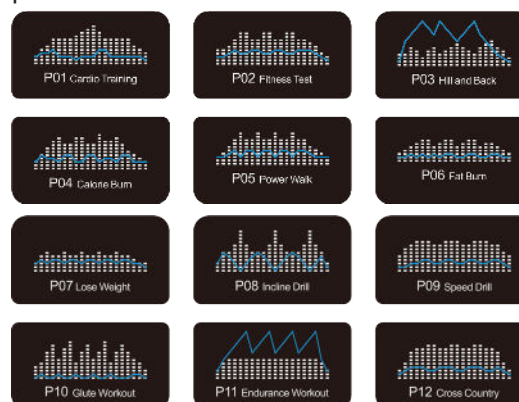
Voreingestellte Programme

Es gibt 12 voreingestellte Programme mit jeweils 20 Abschnitten. Die Gesamtzeit des Trainings wird zu gleichen Teilen auf jeden Abschnitt aufgeteilt (z. B. wenn die Trainingszeit auf 20 Minuten eingestellt ist, beträgt jeder Abschnitt 1 Minute).

Drücken Sie eine PROGRAM QUICK KEY, um das voreingestellte Programm 1-6 auszuwählen. voreingestelltes Programm auswählen 7-12 Drücken Sie die Taste <> (PROG).

In den voreingestellten Programmen ist der einzige einstellbare Parameter die Zeit. Stellen Sie nach Auswahl des Trainings die Zeit mit den Tasten SPEED $\wedge$ /v ein und drücken Sie START, um sie auszuführen.

Siehe Tabelle unten mit den 12 voreingestellten Programmprofilen.





HERZFREQUENZKONTROLLE (HRC)

Der ProRUN verfügt über einen drahtlosen Bluetooth® Smart-Herzfrequenzempfänger. Um die HRC-Programme ausführen zu können, müssen Sie einen kompatiblen drahtlosen Brustgurt mit Herzfrequenz tragen. Der Computer erkennt Ihre Herzfrequenz am Gurt und steuert die Geschwindigkeit und Neigung des Laufbandes gemäß der maximal und minimal angegebenen Zielherzfrequenz.

Einrichten einer Zielherzfrequenzzone (THR)

- Wenn sich das Laufband im Standby-Modus befindet, drücken Sie die HRC-Taste und wählen Sie HRC1 oder HRC2. Das Fenster zeigt 30:00 Minuten an und blinkt.
HRC1 ist auf 10 km/h begrenzt.
HRC2 ist auf 12 km/h begrenzt.
- Drücken Sie die SPEED $\wedge$ / $\vee$ -Tasten, um die Zeit einzustellen.
- Drücken Sie OK und das Fenster zeigt die niedrig herzfrequenz an.
- Verwenden Sie die Tasten SPEED $\wedge$ / $\vee$, um die niedrig herzfrequenz einzustellen.
- Drücken Sie erneut OK und das Fenster zeigt nun die höchste Herzfrequenz an.
- Verwenden Sie die Tasten SPEED $\wedge$ / $\vee$, um die höchste Herzfrequenz einzustellen.
- Drücken Sie die START-Taste, um mit dem Training zu beginnen.

Die ersten zwei Minuten des HRC-Programms sind eine Aufwärmphase. Während dieser Phase passt die Maschine die Geschwindigkeit und die Neigung nicht automatisch an. Wenn Sie Anpassungen vornehmen möchten, drücken Sie die Tasten SPEED $\wedge$ / $\vee$ oder INCLINE $\wedge$ / $\vee$. Nach dem Aufwärmen berechnet das Laufband die Differenz zwischen Zielherzfrequenz und Benutzerherzfrequenz und passt das Programm entsprechend an.

Während des Trainings werden Geschwindigkeit und Steigung automatisch vom Laufband gesteuert, damit Sie mit der eingestellten Herzfrequenz trainieren können. Sie können Einstellungen überschreiben, indem Sie die Tasten SPEED $\wedge$ / $\vee$ und INCLINE $\wedge$ / $\vee$ drücken.

Die Geschwindigkeit erhöht sich alle 45 Sekunden, bis die Zielherzfrequenz erreicht ist. Bei Erreichen der Höchstgeschwindigkeit (10 km/h für HRC1 oder 12 km/h für HRC2) steigt die Steigung an.

Wenn der THR überschritten wird, reduziert der Computer automatisch die Geschwindigkeit und / oder die Neigung, bis der THR wieder erreicht ist.

Nach Ablauf der gesamten Trainingszeit wird das Laufband langsamer und stoppt.

BLUETOOTH FUNKTION

Weitere Informationen zu den Apps, mit denen ProRUN kompatibel ist, finden Sie auf der DKN-Technology-Website.

Aktivieren Sie die Bluetooth-App auf Ihrem Tablet oder Smartphone, um sie mit dem Gerät zu verbinden (Pairing ist nicht erforderlich).

Laden Sie die App herunter, öffnen Sie sie auf Ihrem Gerät

und befolgen Sie die Schritte zum Einrichten.

Bei technischen Fragen zur App-Funktionalität von Drittanbietern besuchen Sie bitte die Website des jeweiligen App-Entwicklers.

Drücken Sie START, um das Laufband zu starten und mit dem Training zu beginnen. Wenn Sie Bluetooth ausschalten oder das Signal verloren geht, wird das Laufband langsamer und die Konsole zeigt alle Funktionen als Null an.

Wenn Sie eine Fitness-App auf einem Tablet oder Smartphone verwenden, können die Anzeige-LEDs Ihr Tablet oder Smartphone beeinträchtigen. Wenn dies der Fall wäre, drücken Sie die Taste in der rechten unteren Ecke der Konsole, und die Anzeigelampen erlöschen. Die Anzeigesteuerungen funktionieren weiterhin normal. Drücken Sie die Taste erneut, um die LEDs wieder zu aktivieren.

DIE HERZFREQUENZMESSUNG DES COMPUTERS IST EINE UNGEFÄHRE, NICHT GEEICHTE WIDERGABE UND DARF NICHT ALS RICHTLINIE IN EINER HERZRELEVANTEN THERAPIE VERWENDET WERDEN.

WENN SIE SCHWINDEL, ÜBELKEIT, SCHMERZEN IN DER BRUST ODER ANDERE ANORMALE SYMPTOME BEENDEN SIE IHR TRAINING SOFORT UND KONSULTIEREN SIE EIN ARZT OHNE VERZÖGERUNG.

DAS HANDBUCH IST NUR FÜR DEN KUNDENGEBRAUCH BESTIMMT. DER LIEFERANT ÜBERNIMMT KEINE GARANTIE FÜR ÜBERSETZUNGSFEHLER UND TECHNISCHE ÄNDERUNGEN.

BITTE KONSULTIEREN SIE IHREN ARZT BEVOR SIE MIT DEM ÜBEN AUF DIESEM GERÄT ANFANGEN, UM JEDLICHES RISIKO ZU VERMEIDEN, BESONDERS WENN SIE SICH WÄHREND LÄNGERER ZEIT NICHT IRGEND EINER PHYSISCHEN BELASTUNG AUSGESETZT HABEN. DIES IST BESONDERS WICHTIG FÜR MENSCHEN IM ALTER VON 35 ODER SOLCHE MIT BEREITS BESTEHENDEN GESUNDHEITLICHEN PROBLEME.

DER LIEFERANT ÜBERNIMMT KEINE VERANTWORTUNG FÜR PERSONEN- ODER SACHSCHÄDEN UND/ ODER SCHÄDEN, DIE DURCH DEN GEBRAUCH DIESES PRODUKTS ENTSTEHEN.

Operating Instructions

GENERAL OPERATION

Please read carefully before using !

SAFETY TIPS

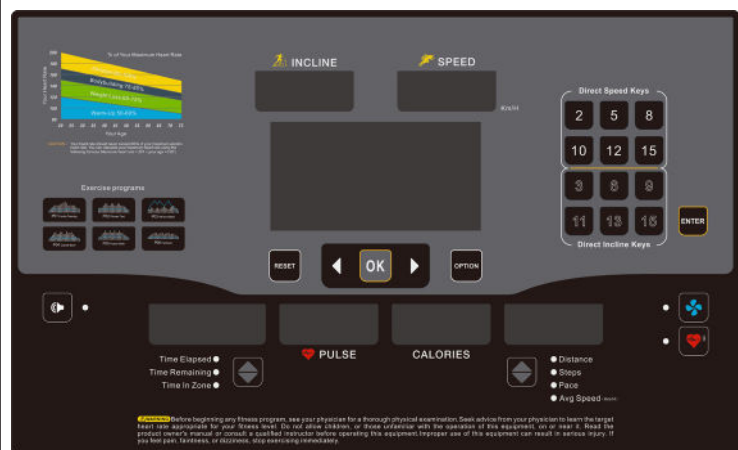
Attach the clip of the safety key to your clothes before exercising to ensure the machine will stop in case the user accidentally runs off the treadmill. Should that happen, the safety key will cut off the monitor and the treadmill will stop at once to avoid further injury.

QUICK START



- Turn the power switch (lower front base) to on.
- Attach the safety clip correctly.
- Step onto the treadmill and stand with your feet on the side rails.
- Press the START button. A countdown will appear and then the belt will start to move at 0.8 kph.
- Matrix shows a 400 m running track.
- Adjust Speed and Incline using $\wedge/\vee$ buttons or quick keys.
- Press STOP to pause the exercise.
- Press START to resume or STOP to stop the exercise.

CONSOLE CONTROLS



START

Press the START button to start the belt moving. After a 3-second countdown, the treadmill will start 0.8 kph.

STOP

When exercising on the treadmill, press the STOP button once to pause your workout. When in pause mode, press START to continue the workout or press STOP to end your session. All the values will be reset to zero and the treadmill will return to standby mode.

COOL DOWN

When exercising on the treadmill, press the COOL DOWN button and the treadmill will slow down to standby mode.

The cool down period is related to the total run time. If the exercise took over 20 minutes, the treadmill will slow down over a 5 minutes period. If the exercise took less than 20 minutes, the treadmill will slow down over a 2 minutes period.

PROGRAM QUICK KEYS

When the treadmill is in standby mode press a quick program key to select program P1 to P6. Use $\leftarrow \rightarrow$ keys to cycle through P7-P12. Confirm selection by pressing OK.

OPTION

When the treadmill is in standby mode, press OPTION to choose from 3 manual target modes (time/distance/calories). Repeatedly press OPTION for 15 times to select User Programs U1-U3.

SPEED $\wedge/\vee$

Use the $\wedge/\vee$ buttons to adjust the speed during your workout. Press once to increase or decrease by increments of 0.1kph. Press and hold for more than 2s to alter the speed more quickly. The SPEED buttons are also used to adjust the values when setting profiles and programs.

INCLINE $\wedge/\vee$

Use the $\wedge/\vee$ buttons to adjust the incline during your workout. Press once to increase or decrease the incline by 1 level at a time. Press and hold for more than 2s to alter the incline more quickly.

SPEED/INCLINE QUICK KEYS

Use them to adjust the speed or incline with one touch during your workout. Confirm selection by pressing ENTER.

MP3 INPUT

On the console there is an audio input for connecting your mp3 player, allowing you to listen to the music through the speakers. Control the volume via your device.

WORKOUT FAN

To activate the fan during long workouts.

HRC (Heart Rate Control)

Press the HRC key once or twice to select HRC1 or HRC2. You can set a Target Heart Rate zone (THR) by defining a lower and upper heart rate.

RESET

Press to reset the display to stand-by mode

CONSOLE FEEDBACK DISPLAY FUNCTIONS

INCLINE

Displays the incline level.

SPEED

Displays your running speed.

TIME

Toggle between running, elapsed or countdown target time.

PULSE

Displays pulse data. If no pulse signal is being received, it will show P.



CALORIES

Displays the calorie count or target calorie countdown.

DISTANCE

Toggle between distance, steps pace or average speed.

HEART RATE FUNCTION

To measure your heart rate, hold the hand pulse sensors during your workout. After about 5 seconds, the window will display your pulse data.

For a more accurate reading you can use a Bluetooth® chest strap (optional).

This data is for reference only and cannot be used for medical purposes.

WORKOUT PROGRAMS

The ProRUN has 12 pre-set programs, 3 user programs, 2 HRC programs, and 3 manual target modes.

The 12 pre-set programs are shown on the central display with their speed and incline profile. For detailed information about the pre-set programs, see further in this manual.

Manual Target Programs

There are 3 manual target modes: target time mode, target distance mode and target calories mode.

When the treadmill is in standby mode, press the OPTION key to select time, distance or calorie countdown. Then use the SPEED $\wedge$ / $\vee$ keys to program the target workout. After that, press the START button to begin your workout. The treadmill will countdown from the target you set.

- The initial target time setting is 30:00 min.
- The initial target calorie setting is 50 cal.
- The initial target distance setting is 1.0km.

The lowest speed for manual mode is 0.8kph, and the highest speed is 20.0kph.

The lowest incline for manual mode is 0, and the highest incline is 21%.

When the target has been reached, an alarm will sound and the treadmill will slow to a complete stop.

User-Defined Programs

There are 3 user-defined programs, U01, U02 and U03. These allow you to design your own workouts. Each user program has 20 sections.

Repeatedly press the OPTION for 15 times to select program U01 to U03.

Time window is flashing. Default time is 30:00 min. Use the SPEED $\wedge$ / $\vee$ button to set the total exercise time and confirm with OK. The overall time of the workout is divided equally among each section (e.g. if the workout time is set to 20 minutes, then each section is 1 minute).

Then, use the SPEED $\wedge$ / $\vee$ and INCLINE $\wedge$ / $\vee$ buttons to set the desired value for each section (each user program has 20

sections). Confirm settings for every section by pressing OK. Once the last section is done press START for your workout.

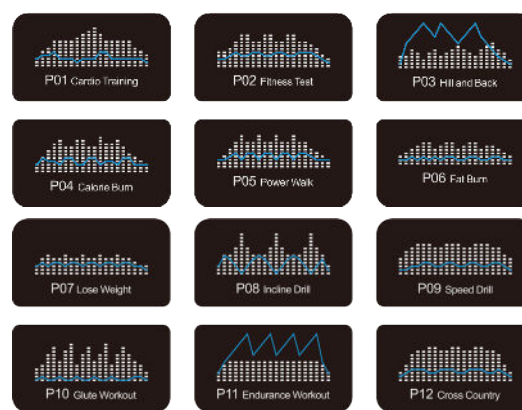
Pre-Set Programs

There are 12 pre-set programs and each has 20 sections. The overall time of the workout is divided equally among each section (e.g. if the workout time is set to 20 minutes, then each section is 1 minute).

Press a PROGRAM QUICK KEY to select pre-set program 1-6. to select pre-set program 7-12 Press the <> (PROG) button.

In the pre-set programs, the only adjustable parameter is time. After choosing the workout, set time using the SPEED $\wedge$ / $\vee$ buttons and press START to perform it.

See table below with the 12 preset program profiles.



HEART RATE CONTROL (HRC) PROGRAMS

The ProRUN features a Bluetooth® Smart wireless heart rate receiver. To perform the HRC programs you need to wear a compatible wireless heart rate chest strap. The computer detects your heart rate from the strap and will control the speed and incline of the treadmill according to the maximum and minimum stated Target Heart Rate.

Setting Up a Target Heart Rate (THR) Zone

- When the treadmill is in standby mode, press HRC key and select HRC1 or HRC2. The window will display 30:00 minutes and flash.
HRC1 is limited up to 10 kph.
HRC2 is limited up to 12 kph.
- Press the SPEED $\wedge$ / $\vee$ buttons to adjust the time.
- Press OK and the window will display the low Target Heart Rate.
- Use the SPEED $\wedge$ / $\vee$ buttons to set the low Target Heart Rate.
- Press OK again and the window will now display the high Target Heart Rate.
- Use the SPEED $\wedge$ / $\vee$ buttons to set the high Target Heart Rate.
- Press the START button to begin your workout.

The first two minutes of the HRC program are a warm up stage. During this stage, the machine will not adjust the speed and incline automatically. If you wish to make adjustments, press SPEED $\wedge$ / $\vee$ or INCLINE $\wedge$ / $\vee$ buttons. After warm-up, the treadmill will calculate the difference between target heart rate and user heart rate and adjust the program accordingly.



During the workout, speed and incline will be controlled automatically by the treadmill to keep you working out at the set heart rate. You can override settings by pressing the SPEED $\wedge/\vee$ and INCLINE $\wedge/\vee$ buttons.

Speed increases every 45 seconds until target heart rate is reached. Upon reaching maximum speed (10 kph for HRC1 or 12 kph for HRC2) the incline will raise.

In case the THR is exceeded, the computer will automatically reduce speed and/or incline until THR is reached again.

After the total exercise time elapsed, the treadmill will slow down and stop.

BLUETOOTH FUNCTION

Check the DKN-Technology website for more information about which apps the ProRUN is compatible with.

Turn on Bluetooth function on your tablet or smartphone to connect it with the machine (pairing is not required).

Download the app, open it on your device and follow the steps to set it up.

For any technical questions on third party app functionality do consult the FAQ section on the specific app developer's website.

Press START to start the treadmill and begin your workout. If you turn the Bluetooth off or if signal is lost, the treadmill will slow down and the console will display all functions as zero.

When using a fitnessapp on tablet or smartphone, the display LED's may interfere with your tablet or smart phone. If this would be the case, press the button on the right down corner of the console, and the display lights will turn off. The display controls will keep functioning normally. Press the button again to reactivate the LED's.

HEART RATE DISPLAYED IS A RANDOM INDICATION AND MAY BE INACCURATE, AND CANNOT BE USED AS GUIDANCE IN ANY CARDIO-VASCULAR RELATED MEDICAL OR PARAMEDICAL PROGRAM.

IF YOU EXPERIENCE DIZZINESS, NAUSEA, CHEST PAIN, OR ANY OTHER ABNORMAL SYMPTOMS STOP EXERCISING IMMEDIATELY AND CONSULT A PHYSICIAN WITHOUT DELAY.

THE OWNER'S MANUAL IS FOR CUSTOMERS' REFERENCE ONLY. THE SUPPLIER CANNOT GUARANTEE FOR MISTAKES OCCURRING DUE TO TRANSLATION OR CHANGES IN TECHNICAL SPECIFICATIONS OF THE PRODUCT.

WARNING: BEFORE BEGINNING USING THIS MACHINE OR DOING ANY EXERCISE PROGRAM, CONSULT YOUR DOCTOR. THIS IS ESPECIALLY IMPORTANT FOR PEOPLE OVER THE AGE OF 35 OR THOSE WITH PRE-EXISTING HEALTH PROBLEMS. THE SUPPLIER ASSUMES NO RESPONSIBILITY FOR

PERSONAL INJURY OR PROPERTY, AND/OR DAMAGE SUSTAINED BY OR THROUGH THE USE OF THIS PRODUCT.

OPERACION GENERAL

Por favor lea atentamente antes de utilizar el aparato !

CONSEJOS DE SEGURIDAD

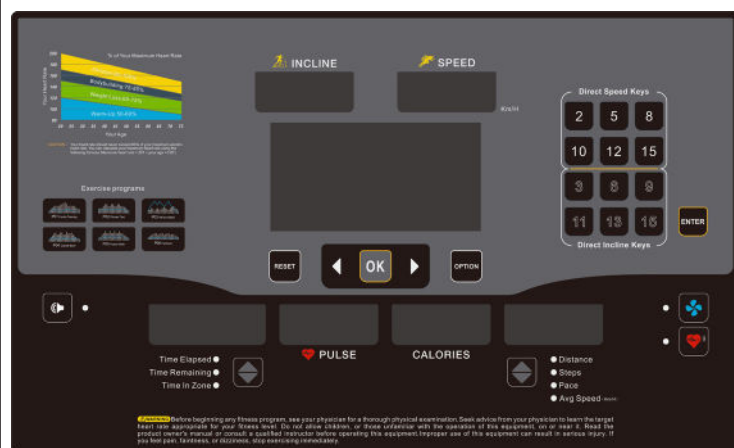
Coloque el clip de la llave de seguridad en su ropa antes de hacer ejercicio para asegurarse de que la máquina se detenga en caso de que el usuario se salga accidentalmente de la cinta. Si eso sucediera, la llave de seguridad cortará el monitor y la máquina para correr se detendrá de inmediato para evitar más lesiones.

QUICK START



- Encienda el interruptor de encendido (base frontal inferior).
- Coloque el clip de seguridad correctamente.
- Súbase a la máquina para correr y párese con los pies en los rieles laterales.
- Presione el botón INICIO. Aparecerá una cuenta atrás y luego el cinturón comenzará a moverse a 0,8 km/h.
- Matrix muestra una pista de atletismo de 400 m.
- Ajuste la velocidad y la inclinación con los botones $\wedge/\vee$ o las teclas rápidas.
- Presione DETENER para pausar el ejercicio.
- Presione START para reanudar o STOP para detener el ejercicio.

CONTROLES DE LA CONSOLA



START

Presione START, la cinta se pone en marcha con una velocidad de 0,8 km/h. Use $\wedge/\vee$, para ajustar la velocidad y la inclinación.

STOP

Cuando haga ejercicio en la máquina para correr, presione el botón STOP una vez para pausar su entrenamiento. Cuando esté en modo de pausa, presione START para continuar con el entrenamiento o presione STOP para finalizar la sesión.

Todos los valores se restablecerán a cero y la máquina para correr volverá al modo de espera.

COOL DOWN

Cuando haga ejercicio en la máquina para correr, presione COOL DOWN y la máquina para correr reducirá la velocidad hasta el modo de espera.

El período propio de enfriamiento está relacionado con el tiempo total de ejecución.

Si el ejercicio tomó más de 20 minutos, la máquina para correr disminuirá la velocidad durante un período de 5 minutos.

Si la herramienta de ejercicio dura menos de 20 minutos, la máquina para correr disminuirá la velocidad durante un período de 2 minutos.

PROGRAM QUICK KEYS

Cuando la máquina para correr esté en modo de espera, presione una tecla de programa rápido para seleccionar el programa P1 a P6.

Utilice las teclas $\leftarrow \rightarrow$ para recorrer P7-P12.

Confirme la selección presionando OK.

OPTION

Cuando la máquina para correr esté en modo de espera, presione OPCIÓN para elegir entre 3 modos de objetivo manual (tiempo/distancia/calorías).

Presione repetidamente OPCIÓN 15 veces para seleccionar Programas de usuario U1-U3.

SPEED $\wedge/\vee$

Use los botones $\wedge/\vee$ para ajustar la velocidad durante su entrenamiento. Presione una vez para aumentar o disminuir en incrementos de 0,1 km/h. Mantenga pulsado durante más de 2 segundos para modificar la velocidad más rápidamente. Los botones SPEED también se utilizan para ajustar los valores al configurar perfiles y programas.

INCLINE $\wedge/\vee$

Use los botones $\wedge/\vee$ para ajustar la inclinación durante su entrenamiento. Presione una vez para aumentar o disminuir la inclinación en 1 nivel a la vez. Mantenga pulsado durante más de 2 segundos para modificar la inclinación más rápidamente.

SPEED/INCLINE QUICK KEYS

Úselos para ajustar la velocidad o la inclinación con un solo toque durante su entrenamiento. Confirme la selección presionando ENTER.

MP3 INPUT

En la consola hay una entrada de audio para conectar su reproductor de mp3, lo que le permite escuchar la música a través de los altavoces. Controle el volumen a través de su dispositivo.

WORKOUT FAN

Para activar el ventilador.

HRC (Heart Rate Control)

Presione la tecla HRC una o dos veces para seleccionar HRC1 o HRC2.

Puede establecer una zona de frecuencia cardíaca objetivo (THR) definiendo una frecuencia cardíaca superior e inferior.

RESET

Presione para restablecer la pantalla al modo de espera.



FUNCIONES DE LA CONSOLA

INCLINE

Muestra el nivel de inclinación.

SPEED

Muestra la velocidad.

TIME

Alternar entre el tiempo objetivo de ejecución, transcurrido o de cuenta regresiva.

PULSE

Displays pulse data. If no pulse signal is being received, it will show P.

CALORIES

Muestra el recuento de calorías o el recuento de calorías objetivo.

DISTANCE

Alternar entre distancia, ritmo de pasos o velocidad media.

FRECUENCIA CARDÍACA

Para medir su frecuencia cardíaca, sostenga los sensores de pulso de mano durante su entrenamiento. Después de unos 5 segundos, la ventana mostrará los datos de su pulso.

Para una lectura más precisa, puede utilizar una correa de pecho Bluetooth® (opcional).

Estos datos son solo de referencia y no se pueden utilizar con fines médicos.

PROGRAMAS DE ENTRENAMIENTO

El ProRUN tiene 12 programas preestablecidos, 3 programas de usuario, 2 programas HRC y 3 modos de cuenta atrás.

Los 12 programas preestablecidos se muestran en la pantalla central con su perfil de velocidad e inclinación. Para obtener información detallada sobre los programas preestablecidos, consulte más adelante en este manual.

Programas cuenta atrás:

Hay 3 modos de cuenta atrás: modo de tiempo objetivo, modo de distancia objetivo y modo de calorías objetivo.

Cuando la máquina para correr está en modo de espera, presione la tecla OPCIÓN para seleccionar el tiempo, la distancia o la cuenta regresiva de calorías. Luego use las teclas SPEED $\wedge/\vee$ para programar el entrenamiento objetivo. Después de eso, presione el botón INICIO para comenzar su entrenamiento. La caminadora hará una cuenta regresiva desde el objetivo que estableció.

- El ajuste de tiempo objetivo inicial es 30:00 min.
- El ajuste de calorías objetivo inicial es 50 cal.
- El ajuste de distancia objetivo inicial es 1,0 km.

La velocidad más baja para el modo manual es de 0,8 km/h y la velocidad más alta es de 20,0 km/h.

La inclinación más baja para el modo manual es 0 y la inclinación más alta es del 21%.

Cuando se haya alcanzado el objetivo, se emitirá un sonido de advertencia y la caminadora disminuirá su velocidad hasta detenerse por completo.

Program usuario (U01-U03)

Hay 3 programas definidos por el usuario, U01, U02 y U03. Estos le permiten diseñar sus propios entrenamientos. Cada programa de usuario tiene 20 secciones.

Presione repetidamente la OPCIÓN 15 veces para seleccionar el programa U01 a U03.

La ventana de tiempo parpadea. El tiempo predeterminado es 30:00 min. Use el botón SPEED $\wedge/\vee$ para configurar el tiempo total de ejercicio y confirme con OK. El tiempo total del entrenamiento se divide en partes iguales entre cada sección (por ejemplo, si el tiempo de entrenamiento se establece en 20 minutos, entonces cada sección es de 1 minuto).

Luego, use los botones SPEED $\wedge/\vee$ e INCLINE $\wedge/\vee$ para establecer el valor deseado para cada sección (cada programa de usuario tiene 20 secciones). Confirme la configuración de cada sección presionando OK.

Una vez que termine la última sección, presione START para su entrenamiento.

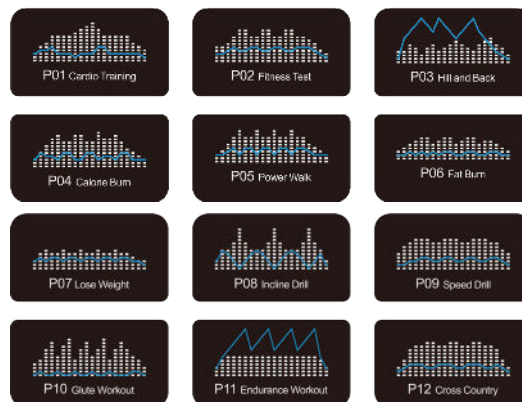
Programas preestablecidos

Hay 12 programas preestablecidos y cada uno tiene 20 secciones. El tiempo total del entrenamiento se divide en partes iguales entre cada sección (por ejemplo, si el tiempo de entrenamiento se establece en 20 minutos, entonces cada sección es 1 minuto).

Presione una TECLA RÁPIDA DE PROGRAMA para seleccionar el programa preestablecido 1-6. para seleccionar el programa preestablecido 7-12 Presione el botón $\leftrightarrow$ (PROG).

En los programas preestablecidos, el único parámetro ajustable es el tiempo. Después de elegir el entrenamiento, configure el tiempo usando los botones SPEED $\wedge/\vee$ y presione START para realizarlo.

Consulte la tabla a continuación con los 12 perfiles de programa preestablecidos.





PROGRAMAS FRECUENCIA CARDÍACA (HRC)

El ProRUN cuenta con un receptor de frecuencia cardíaca inalámbrico Bluetooth® Smart. Para realizar los programas de HRC, debe usar una banda pectoral de frecuencia cardíaca inalámbrica compatible. La computadora detecta su frecuencia cardíaca a partir de la correa y controlará la velocidad y la inclinación de la máquina para correr de acuerdo con la frecuencia cardíaca objetivo máxima y mínima establecida.

Configuración de una zona de frecuencia cardíaca (THR)

- Cuando la máquina para correr está en modo de espera, presione la tecla HRC y seleccione HRC1 o HRC2. La ventana mostrará 30:00 minutos y parpadeará.
HRC1 está limitada a 10 km/h.
HRC2 está limitada a 12 km/h.
- Presione los botones SPEED $\wedge/\vee$ para ajustar la hora.
- Presione OK y la ventana mostrará la frecuencia cardíaca objetivo baja.
- Utilice los botones SPEED $\wedge/\vee$ para configurar la frecuencia cardíaca objetivo baja.
- Presione OK de nuevo y la ventana mostrará ahora la frecuencia cardíaca objetivo alta.
- Use los botones SPEED $\wedge/\vee$ para establecer la frecuencia cardíaca objetivo alta.
- Presione el botón START para comenzar su entrenamiento.

Los primeros dos minutos del programa HRC son una etapa de calentamiento. Durante esta etapa, la máquina no ajustará la velocidad y se inclinará automáticamente. Si desea hacer ajustes, presione los botones SPEED $\wedge/\vee$ o INCLINE $\wedge/\vee$.

Después del calentamiento, la caminadora calculará la diferencia entre la frecuencia cardíaca objetivo y la frecuencia cardíaca del usuario y ajustará el programa en consecuencia.

Durante el entrenamiento, la velocidad e inclinación serán controladas automáticamente por la caminadora para mantenerlo ejercitándose a la frecuencia cardíaca establecida. Puede anular los ajustes presionando los botones SPEED $\wedge/\vee$ e INCLINE $\wedge/\vee$.

La velocidad aumenta cada 45 segundos hasta que se alcanza la frecuencia cardíaca objetivo. Al alcanzar la velocidad máxima (10 km/h para HRC1 o 12 km/h para HRC2), la pendiente aumentará.

En caso de que se exceda el THR, la computadora reducirá automáticamente la velocidad y/o se inclinará hasta que se alcance el THR nuevamente.

Una vez transcurrido el tiempo total de ejercicio, la máquina para correr disminuirá la velocidad y se detendrá.

FUNCIÓN BLUETOOTH

Visite el sitio web de DKN-Technology para obtener más información sobre las aplicaciones con las que es compatible ProRUN.

Active la función Bluetooth en su tableta o teléfono inteligente para conectarlo con la máquina (no es necesario

emparejarlo).

Descarga la aplicación, ábrela en tu dispositivo y sigue los pasos para configurarla.

Para cualquier pregunta técnica sobre la funcionalidad de la aplicación de terceros, consulte la sección de preguntas frecuentes en el sitio web del desarrollador de la aplicación específica.

Presione START para poner en marcha la máquina para correr y comenzar su entrenamiento. Si apaga el Bluetooth o si se pierde la señal, la máquina para correr disminuirá la velocidad y la consola mostrará todas las funciones como cero.

Al usar una aplicación de fitnessapp en una tableta o un teléfono inteligente, los LED de la pantalla pueden interferir con su tableta o teléfono inteligente. Si este fuera el caso, presione el botón en la esquina inferior derecha de la consola y las luces de la pantalla se apagarán. Los controles de la pantalla seguirán funcionando normalmente. Presione el botón nuevamente para reactivar los LED.'

LA LECTURA DE FRECUENCIA CARDÍACA A LA QUE NOS REFERIMOS EN ESTE MANUAL ES APROXIMADA. NO PUEDE UTILIZARSE COMO GUÍA EN CUALQUIER PROGRAMA CARDIO-VASCULAR RELACIONADO CON ENFERMOS, EN ESTE CASO DEBE DIRIGIRSE A SU MÉDICO.

SI USTED SIENTE MAREOS, NÁUSEAS, DOLOR DE PECHO O CUALQUIER OTRO SÍNTOMA ANORMAL DEBE DETENER INMEDIATAMENTE EL EJERCICIO. Y CONSULTE AL MÉDICO SIN DEMORA.

EL MANUAL DE INSTRUCCIONES ES SÓLO PARA REFERENCIA DE LOS CLIENTES. EL PROVEEDOR NO PUEDE GARANTIZAR POR LOS ERRORES PRODUCIDO COMO CONSECUENCIA DE LA TRADUCCIÓN O CAMBIOS EN LAS ESPECIFICACIONES TÉCNICAS DEL PRODUCTO.

SI USTED NO HA ESTADO FÍSICAMENTE ACTIVO DURANTE UN LARGO PERIODO DE TIEMPO Y / O PARA EVITAR RIESGOS PARA LA SALUD, DEBE CONSULTAR A SU MÉDICO DE CABECERA ANTES DE COMENZAR CUALQUIER EJERCICIO.

EL PROVEEDOR NO ASUME NINGUNA RESPONSABILIDAD POR LESIONES O DAÑOS MATERIALES, Y / O DAÑOS SUFRIDOS POR O A TRAVÉS DEL USO DE ESTE PRODUCTO.

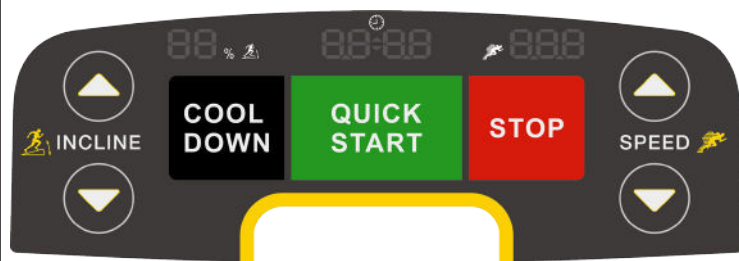
INSTRUCTIONS GENERALES

Veuillez lire attentivement avant d'utiliser!

CONSEILS DE SÉCURITÉ

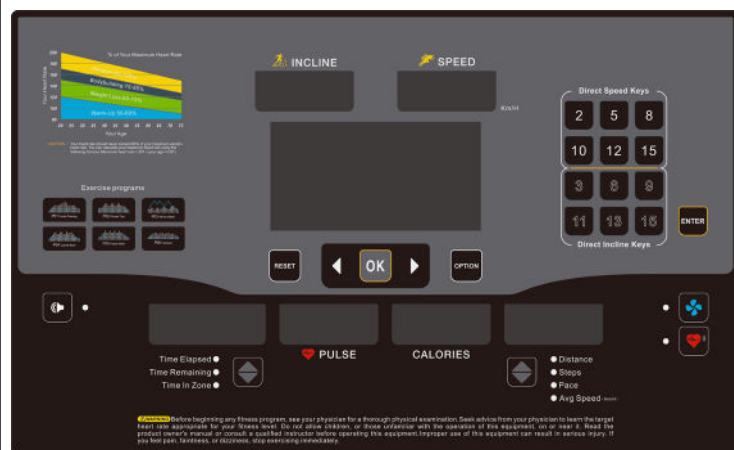
Attachez le clip de la clé de sécurité à vos vêtements avant de démarrer pour vous assurer que la machine s'arrêtera en cas où l'utilisateur sortirait accidentellement du tapis de course. Si cela se produit, la clé de sécurité coupe le moniteur et le tapis de course s'arrête immédiatement pour éviter des blessures.

DÉMARRAGE RAPIDE



- Mettez l'interrupteur d'alimentation (base avant inférieure) sur marche.
- Fixez correctement le clip de sécurité.
- Montez sur le tapis roulant et tenez-vous debout avec vos pieds sur les rails latéraux.
- Appuyez sur le bouton START. Un compte à rebours apparaîtra, puis la courroie commencera à bouger à 0,8 km/h.
- Le matrix montre une piste de course de 400 m.
- Ajustez la vitesse et l'inclinaison à l'aide des boutons $\wedge/\vee$ ou des touches rapides.
- Appuyez sur STOP pour interrompre l'exercice.
- Appuyez sur START pour reprendre ou sur STOP pour arrêter l'exercice.

COMMANDES DE LA CONSOLE



START

Appuyez sur le bouton START pour démarrer la courroie en mouvement. Après un compte à rebours de 3 secondes, le tapis de course démarrera à 0,8 km/h.

STOP

Lorsque vous vous entraînez sur le tapis de course, appuyez une fois sur le bouton STOP pour interrompre votre entraînement. En mode pause, appuyez sur START pour continuer l'entraînement ou appuyez sur STOP pour terminer votre

séance. Toutes les valeurs seront remises à zéro et le tapis de course reviendra en mode veille.

REFROIDIR

Lorsque vous vous entraînez sur le tapis de course, appuyez sur le bouton COOL DOWN et le tapis de course ralentira en mode veille.

La période de temps de recharge propre est liée à la durée totale de fonctionnement.

Si l'exercice a duré plus de 20 minutes, le tapis roulant ralentira sur une période de 5 minutes.

Si l'outil d'exercice moins de 20 minutes, le tapis de course ralentira sur une période de 2 minutes.

TOUCHES RAPIDES PROGRAMMES

Lorsque le tapis de course est en mode veille, appuyez sur une touche de programme rapide pour sélectionner le programme P1 à P6.

Utilisez les touches $\leftarrow \rightarrow$ pour parcourir P7-P12.

Confirmez la sélection en appuyant sur OK.

OPTION

Lorsque le tapis de course est en mode veille, appuyez sur OPTION pour choisir parmi 3 modes d'objectifs manuels (temps/distance/calories).

Appuyez à plusieurs reprises sur OPTION 15 fois pour sélectionner les programmes utilisateur U1-U3.

VITESSE $\wedge/\vee$

Utilisez les boutons $\wedge/\vee$ pour régler la vitesse pendant votre entraînement. Appuyez une fois pour augmenter ou diminuer par incréments de 0,1 km/h. Maintenez la touche enfoncée pendant plus de 2 secondes pour modifier la vitesse plus rapidement. Les boutons SPEED sont également utilisés pour ajuster les valeurs lors de la configuration des profils et des programmes.

INCLINAISON $\wedge/\vee$

Utilisez les boutons $\wedge/\vee$ pour régler l'inclinaison pendant votre entraînement. Appuyez une fois pour augmenter ou diminuer l'inclinaison d'un niveau à la fois. Maintenez la touche enfoncée pendant plus de 2 secondes pour modifier l'inclinaison plus rapidement.

TOUCHES RAPIDES VITESSE/INCLINAISON

Utilisez-les pour régler la vitesse ou l'inclinaison avec une seule touche pendant votre entraînement. Confirmez la sélection en appuyant sur ENTER.

MP3

Sur la console, il y a une entrée audio pour connecter votre lecteur mp3, vous permettant d'écouter la musique via les haut-parleurs. Contrôlez le volume via votre appareil.

VENTILATEUR

Pour activer le ventilateur pendant de longs entraînements.

HRC (contrôle de la fréquence cardiaque)

Appuyez une ou deux fois sur le bouton HRC pour sélectionner HRC1 ou HRC2.

Vous pouvez définir une zone de fréquence cardiaque cible (THR) en définissant une fréquence cardiaque de plus en plus élevée.

RÉINITIALISER

Appuyez RESET pour remettre l'affichage en mode veille.



FONCTIONS D'AFFICHAGE

INCLINE

Affiche le niveau d'inclinaison.

SPEED

Affiche votre vitesse de course.

TIME

Basculez entre le temps cible en cours d'exécution, écoulé ou compte à rebours.

PULSE

Affiche les pulsations cardiaques. Si aucun signal n'est reçu, il affichera P.

CALORIES

Affiche le nombre de calories ou le compte à rebours des calories cibles.

DISTANCE

Basculez entre la distance, le rythme des pas ou la vitesse moyenne

FRÉQUENCE CARDIAQUE

Pour mesurer votre fréquence cardiaque, tenez les capteurs cardiaques manuels pendant votre entraînement. Après environ 5 secondes, la fenêtre affichera vos données de pouls. Pour une lecture plus précise, vous pouvez utiliser une ceinture pectorale Bluetooth® (en option). Ces données sont à titre indicatif uniquement et ne peuvent pas être utilisées à des fins médicales.

PROGRAMMES D'ENTRAÎNEMENT

12 programmes prédéfinis, 3 programmes utilisateur, 2 programmes HRC et 3 modes de cible manuels.

Les 12 programmes préréglés sont affichés sur l'écran central avec leur profil de vitesse et d'inclinaison. Pour des informations détaillées sur les programmes préréglés, reportez-vous plus loin dans ce manuel.

Programmes cibles manuels

Il existe 3 modes de cible manuels: temps cible, distance cible et calories cibles

Lorsque le tapis de course est en mode veille, appuyez sur la touche OPTION pour sélectionner le temps, la distance ou le compte à rebours des calories. Utilisez ensuite les touches SPEED $\wedge$ / $\vee$ pour programmer l'entraînement cible. Après cela, appuyez sur le bouton START pour commencer votre entraînement. Le tapis de course effectuera un compte à rebours à partir de l'objectif que vous avez défini.

- Le réglage initial de l'heure cible est 30:00 min.
- Le réglage initial des calories cibles est de 50 cal.
- Le réglage initial de la distance cible est de 1,0 km.

La vitesse la plus basse en mode manuel est de 0,8 km/h et la vitesse la plus élevée est de 20,0 km/h.

L'inclinaison en mode manuel est entre 0 et 21%.

Une fois l'objectif atteint, une alarme retentit et le tapis de course ralentit jusqu'à l'arrêt complet.

Programmes définis par l'utilisateur

Il existe 3 programmes définis par l'utilisateur, U01, U02 et U03. Ceux-ci vous permettent de concevoir vos propres entraînements. Chaque programme utilisateur comporte 20 sections.

Appuyez à plusieurs reprises sur OPTION 15 fois pour sélectionner le programme U01 à U03.

La fenêtre horaire clignote. L'heure par défaut est 30:00 min. Utilisez la touche SPEED $\wedge$ / $\vee$ pour régler la durée totale de l'exercice et confirmez avec OK. La durée totale de l'entraînement est divisée également entre chaque section (par exemple, si la durée de l'entraînement est réglée sur 20 minutes, chaque section est de 1 minute).

Ensuite, utilisez les boutons SPEED $\wedge$ / $\vee$ et INCLINE $\wedge$ / $\vee$ pour régler la valeur souhaitée pour chaque section (chaque programme utilisateur a 20 sections). Confirmez les paramètres de chaque section en appuyant sur OK.

Une fois la dernière section terminée, appuyez sur START pour votre entraînement.

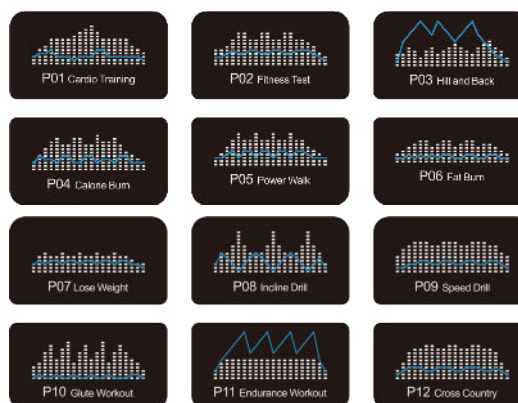
Programmes prédéfinis

Il y a 12 programmes prédéfinis et chacun a 20 sections. La durée totale de l'entraînement est divisée également entre chaque section (par exemple, si la durée de l'entraînement est réglée sur 20 minutes, chaque section est de 1 minute).

Appuyez sur une TOUCHE RAPIDE DE PROGRAMME pour sélectionner le programme préréglé 1-6. Pour sélectionner un programme préréglé 7-12 Appuyez sur la touche $\leftrightarrow$ (PROG).

Dans les programmes préréglés, le seul paramètre réglable est le temps. Après avoir choisi l'entraînement, réglez l'heure à l'aide des boutons SPEED $\wedge$ / $\vee$ et appuyez sur START pour l'exécuter.

Voir le tableau ci-dessous avec les 12 profils de programme préréglés.





CONTRÔLE FRÉQUENCE CARDIAQUE (HRC)

Le ProRUN est doté d'un récepteur de fréquence cardiaque sans fil Bluetooth® Smart. Pour exécuter les programmes HRC, vous devez porter une ceinture thoracique sans fil compatible avec la fréquence cardiaque. L'ordinateur détecte votre fréquence cardiaque à partir de la sangle et contrôlera la vitesse et l'inclinaison du tapis de course en fonction de la fréquence cardiaque cible maximale et minimale indiquée.

Configuration d'une zone de fréquence cardiaque cible (THR)

- Lorsque le tapis de course est en mode veille, appuyez sur la touche HRC et sélectionnez HRC1 ou HRC2. La fenêtre affichera 30:00 minutes et clignotera.
HRC1 est limité à 10 km/h.
HRC2 est limité jusqu'à 12 km/h.
- Appuyez sur les boutons SPEED $\wedge/\vee$ pour régler l'heure.
- Appuyez sur OK et la fenêtre affichera la fréquence cardiaque cible basse.
- Utilisez les boutons SPEED $\wedge/\vee$ pour régler la fréquence cardiaque cible basse.
- Appuyez à nouveau sur OK et la fenêtre affichera maintenant la fréquence cardiaque cible élevée.
- Utilisez les boutons SPEED $\wedge/\vee$ pour régler la fréquence cardiaque cible élevée.
- Appuyez sur START pour commencer votre entraînement.

Les deux premières minutes du programme HRC sont une étape d'échauffement. Pendant cette étape, la machine n'ajustera pas automatiquement la vitesse et l'inclinaison. Si vous souhaitez effectuer des réglages, appuyez sur les boutons SPEED $\wedge/\vee$ ou INCLINE $\wedge/\vee$.

Après l'échauffement, le tapis de course calculera la différence entre la fréquence cardiaque cible et la fréquence cardiaque de l'utilisateur et ajustera le programme en conséquence.

Pendant l'entraînement, la vitesse et l'inclinaison seront contrôlées automatiquement par le tapis de course pour vous permettre de vous entraîner à la fréquence cardiaque définie. Vous pouvez annuler les réglages en appuyant sur les boutons SPEED $\wedge/\vee$ et INCLINE $\wedge/\vee$.

La vitesse augmente toutes les 45 secondes jusqu'à ce que la fréquence cardiaque cible soit atteinte. Une fois la vitesse maximale atteinte (10 km/h pour HRC1 ou 12 km/h pour HRC2), l'inclinaison augmentera.

En cas de dépassement du THR, l'ordinateur réduira automatiquement la vitesse et/ou l'inclinaison jusqu'à ce que THR soit de nouveau atteint.

Une fois la durée totale de l'exercice écoulée, le tapis de course ralentira et s'arrêtera.

FONCTION BLUETOOTH

Consultez le site Web de DKN-Technology pour plus d'informations sur les applications avec lesquelles le ProRUN est compatible.

Activez Bluetooth sur votre tablette ou smartphone pour le connecter à l'appareil (le couplage n'est pas nécessaire).

Téléchargez l'application, ouvrez-la sur votre appareil et suivez les étapes pour la configurer.

Pour toute question technique sur les fonctionnalités de l'application (produit tiers), consultez la section FAQ sur le site Web spécifique du développeur de l'application.

Appuyez sur START pour démarrer le tapis de course et commencer votre entraînement. Si vous désactivez le Bluetooth ou si le signal est perdu, le tapis de course ralentira et la console affichera toutes les fonctions à zéro.

Lorsque vous utilisez une application de fitness sur une tablette ou un smartphone, les voyants de l'écran peuvent interférer avec votre tablette ou votre smartphone. Si tel est le cas, appuyez sur le bouton situé dans le coin inférieur droit de la console et les voyants de l'écran s'éteindront. Les commandes d'affichage continueront de fonctionner normalement. Appuyez à nouveau sur le bouton pour réactiver les LED.

LA FRÉQUENCE CARDIAQUE ENREGISTRÉE EST UNE LECTURE APPROXIMATIVE. ELLE N'EST PAS CONFORME AUX NORMES DANS LE CADRE D'UN PROGRAMME DE RÉÉDUCATION CARDIO VASCULAIRE.

SI VOUS RESSENTEZ DES ÉTOURDISSEMENTS, DES NAUSÉES, DES DOULEURS THORACIQUES, OU TOUT AUTRE SYMPTÔME ANORMAL ARRÊTEZ IMMÉDIATEMENT ET CONSULTEZ UN MÉDECIN SANS DELAI.

LE MANUEL D'UTILISATION NE SERT QUE D'INFORMATION AU CONSOMMATEUR. LE FOURNISSEUR NE PEUT ÊTRE TENU RESPONSABLE D'ÉVENTUELLES ERREURS DE TRADUCTION OU D'ÉVENTUELLES MODIFICATIONS TECHNIQUES DU PRODUIT.

DANS LE CAS OÙ VOUS N'AURIEZ PAS PRATiqué DE SPORT DEPUIS LONGTEMPS, VEUILLEZ CONSULTER VOTRE MÉDECIN AVANT DE COMMENCER UN PROGRAMME D'ENTRAÎNEMENT.

LE FOURNISSEUR DÉCLINE TOUTE RESPONSABILITÉ POUR LES DOMMAGES CORPORELS OU DES BIENS, ET/OU DES DOMMAGES SUBIS PAR OU PAR L'UTILISATION DE CE PRODUIT.



ISTRUZIONI GENERALI

Si prega di leggere attentamente la specifica !

MISURA DI SICUREZZA

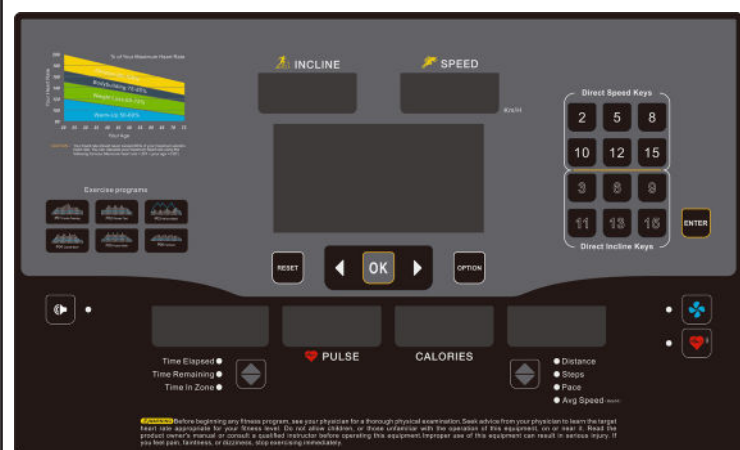
Attaccare la clip della chiave di sicurezza agli indumenti prima dell'allenamento per assicurarsi che la macchina si fermi nel caso in cui l'utente scappi accidentalmente dal tapis roulant. In tal caso, la chiave di sicurezza interromperà il monitor e il tapis roulant si fermerà immediatamente per evitare ulteriori lesioni.

AVVIO RAPIDO



- Accendere l'interruttore di alimentazione (base anteriore inferiore).
- Attaccare correttamente la clip di sicurezza.
- Salire sul tapis roulant e stare con i piedi sui binari laterali.
- Premere il pulsante START. Apparirà un conto alla rovescia e quindi il nastro inizierà a muoversi a 0,8 km/h.
- Matrix mostra una pista da corsa di 400 m.
- Regola la velocità e l'inclinazione utilizzando i pulsanti $\wedge/\vee$ o i tasti rapidi.
- Premere STOP per sospendere l'esercizio.
- Premere START per riprendere o STOP per interrompere l'esercizio.

COMANDI DELLA CONSOLE



START

Premere il pulsante START per avviare il movimento del nastro. Dopo un conto alla rovescia di 3 secondi, il tapis roulant inizierà a 0,8 km/h.

STOP

Quando ti alleni sul tapis roulant, premi una volta il pulsante STOP per mettere in pausa l'allenamento. In modalità di pausa, premere INIZIA per continuare l'allenamento o premere

STOP per terminare la sessione. Tutti i valori verranno azzerati e il tapis roulant tornerà in modalità standby.

RAFFREDDARE

Quando ci si allena sul tapis roulant, premere COOL DOWN e il tapis roulant rallenterà in modalità standby. Il periodo di raffreddamento è correlato al tempo di esecuzione totale.

Se l'esercizio ha richiesto più di 20 minuti, il tapis roulant rallenterà per un periodo di 5 minuti.

Se lo strumento di esercizio dura meno di 20 minuti, il tapis roulant rallenterà per un periodo di 2 minuti.

TASTI RAPIDI DEL PROGRAMMA

Quando il tapis roulant è in modalità standby, premere un tasto di programma rapido per selezionare il programma da P1 a P6.

Utilizzare i tasti $\leftarrow$ e $\rightarrow$ per scorrere da P7 a P12. Confermare la selezione premendo OK.

OPTION

Quando il tapis roulant è in modalità standby, premere OPTION per scegliere tra 3 modalità target manuali (tempo/distanza/calorie).

Premere ripetutamente OPTION per 15 volte per selezionare Programmi utente U1-U3.

VELOCITÀ $\wedge/\vee$

Usa i pulsanti $\wedge/\vee$ per regolare la velocità durante l'allenamento. Premere una volta per aumentare o diminuire con incrementi di 0,1 km/h. Tenere premuto per più di 2 secondi per modificare la velocità più rapidamente. I pulsanti SPEED vengono utilizzati anche per regolare i valori durante l'impostazione di profili e programmi.

INCLINAZIONE $\wedge/\vee$

Utilizzare i pulsanti $\wedge/\vee$ per regolare l'inclinazione durante l'allenamento. Premere una volta per aumentare o diminuire l'inclinazione di 1 livello al tempo. Tenere premuto per più di 2 secondi per modificare l'inclinazione più rapidamente.

TASTI RAPIDI VELOCITÀ/INCLINAZIONE

Usali per regolare la velocità o l'inclinazione con un tocco durante l'allenamento. Confermare la selezione premendo ENTER.

MP3

Sulla console è presente un ingresso audio per collegare il tuo lettore mp3, permettendoti di ascoltare la musica attraverso gli altoparlanti. Controlla il volume tramite il tuo dispositivo.

VENTOLA

Per attivare la ventola.

CONTROLLO DELLA FREQUENZA CARDIACA (HRC)

Premere il tasto HRC una o due volte per selezionare HRC1 o HRC2. È possibile impostare una zona di frequenza cardiaca target (THR) definendo una frequenza cardiaca inferiore e superiore.

RESET

Premere per ripristinare il display in modalità stand-by

FUNZIONI DELLA CONSOLE

INCLINE

Visualizza il livello di pendenza.

SPEED

Mostra la tua velocità di corsa.

TIME

Alterna tra tempo di corsa, tempo trascorso o conto alla rovescia.

PULSE

Visualizza i dati del polso. Se non viene ricevuto alcun segnale a impulsi, verrà visualizzato P.

CALORIES

Visualizza il conteggio delle calorie o il conto alla rovescia delle calorie target.

DISTANCE

Alterna tra distanza, passo dei passi o velocità media.

FREQUENZA CARDIACA

Per misurare la frequenza cardiaca, tenere i sensori palmari durante l'allenamento. Dopo circa 5 secondi, la finestra visualizzerà i dati del polso.

Per una lettura più precisa è possibile utilizzare una fascia toracica Bluetooth® (opzionale).

Questi dati sono solo di riferimento e non possono essere utilizzati per scopi medici.

PROGRAMMI DI ALLENAMENTO

ProRUN ha 12 programmi preimpostati, 3 programmi utente, 2 programmi HRC e 3 modalità target manuali.

I 12 programmi preimpostati vengono visualizzati sul display centrale con il loro profilo di velocità e inclinazione. Per informazioni dettagliate sui programmi preimpostati, vedere più avanti in questo manuale.

Programmi target manuali

Quando il tapis roulant è in modalità standby, premere OPTION per selezionare il conto alla rovescia del tempo, della distanza o delle calorie. Quindi utilizzare i tasti SPEED $\wedge/\vee$ per programmare l'allenamento target.

Dopodiché, premi START per iniziare l'allenamento. Il tapis roulant inizierà il conto alla rovescia dal target impostato.

- L'impostazione del tempo target iniziale è 30:00 min.
- L'impostazione calorica target iniziale è 50 cal.
- L'impostazione della distanza target iniziale è 1,0 km.

La velocità minima per la modalità manuale è 0,8 kmh e la velocità massima è 20,0 km/h.

L'inclinazione minima per la modalità manuale è 0 e l'inclinazione massima è del 21%.

Quando l'obiettivo è stato raggiunto, suonerà un allarme e il tapis roulant rallenterà fino a fermarsi completamente.

Programmi definiti dall'utente

Sono disponibili 3 programmi definiti dall'utente, U01, U02 e U03. Questi ti consentono di progettare i tuoi allenamenti. Ogni programma utente ha 20 sezioni.

Premere ripetutamente OPTION per 15 volte per selezionare il programma da U01 a U03.

La finestra temporale lampeggia. Il tempo predefinito è 30:00 min. Utilizzare il pulsante SPEED $\wedge/\vee$ per impostare il tempo totale dell'allenamento e confermare con OK. Il tempo complessivo dell'allenamento è diviso equamente tra ciascuna sezione (ad esempio, se il tempo dell'allenamento è impostato su 20 minuti, ogni sezione è di 1 minuto).

Quindi, utilizzare i pulsanti SPEED $\wedge/\vee$ e INCLINE $\wedge/\vee$ per impostare il valore desiderato per ciascuna sezione (ogni programma utente ha 20 sezioni). Confermare le impostazioni per ogni sezione premendo OK.

Una volta terminata l'ultima sezione, premi START per il tuo allenamento.

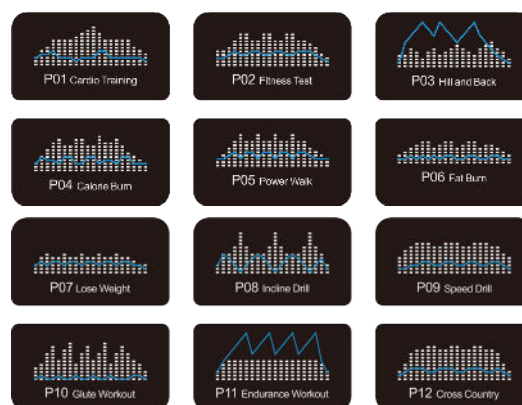
Programmi preimpostati

Ci sono 12 programmi preimpostati e ognuno ha 20 sezioni. Il tempo complessivo dell'allenamento è diviso equamente tra ciascuna sezione (ad esempio, se il tempo dell'allenamento è impostato su 20 minuti, ogni sezione è di 1 minuto).

Premere un TASTO RAPIDO PROGRAMMA per selezionare il programma preimpostato 1-6. per selezionare il programma preimpostato 7-12 Premere il pulsante $\leftrightarrow$ (PROG).

Nei programmi preimpostati l'unico parametro regolabile è il tempo. Dopo aver scelto l'allenamento, impostare il tempo utilizzando i pulsanti SPEED $\wedge/\vee$ e premere START per eseguirlo.

Vedere la tabella seguente con i 12 profili di programma preimpostati.



PROGRAMMI DELLA FREQUENZA CARDIACA (HRC)

ProRUN è dotato di un ricevitore della frequenza cardiaca wireless Bluetooth® Smart. Per eseguire i programmi HRC è necessario indossare una fascia toracica wireless compatibile. Il computer rileva la frequenza cardiaca dall'elastico e controllerà la velocità e l'inclinazione del tapis roulant in base alla frequenza cardiaca target massima e minima dichiarata.



Impostazione di una zona di frequenza cardiaca target (THR)

- Quando il tapis roulant è in modalità standby, premere il tasto HRC e selezionare HRC1 o HRC2. La finestra mostrerà 30:00 minuti e lampeggerà.
HRC1 è limitato a 10 km/h.
HRC2 è limitato a 12 km/h.
- Premere i pulsanti SPEED $\wedge/\vee$ per regolare l'ora.
- Premere OK e la finestra visualizzerà la bassa frequenza cardiaca target.
- Utilizzare i pulsanti SPEED $\wedge/\vee$ per impostare la frequenza cardiaca target bassa.
- Premere nuovamente OK e la finestra ora visualizzerà la frequenza cardiaca target alta.
- Utilizzare i pulsanti SPEED $\wedge/\vee$ per impostare la frequenza cardiaca target alta.
- Premi il pulsante START per iniziare l'allenamento.

I primi due minuti del programma HRC sono una fase di riscaldamento. Durante questa fase, la macchina non regola automaticamente la velocità e l'inclinazione. Se desideri effettuare le regolazioni, premi SPEED $\wedge/\vee$ o INCLINE $\wedge/\vee$.

Dopo il riscaldamento, il tapis roulant calcolerà la differenza tra la frequenza cardiaca target e la frequenza cardiaca dell'utente e regolerà il programma di conseguenza.

Durante l'allenamento, la velocità e l'inclinazione saranno controllate automaticamente dal tapis roulant per mantenerti allenato alla frequenza cardiaca impostata. È possibile sovrascrivere le impostazioni premendo i pulsanti SPEED $\wedge/\vee$ o INCLINE $\wedge/\vee$.

La velocità aumenta ogni 45 secondi fino al raggiungimento della frequenza cardiaca target. Al raggiungimento della velocità massima (10 km/h per HRC1 o 12 km/h per HRC2) l'inclinazione aumenterà.

Nel caso in cui la THR venga superata, il computer ridurrà automaticamente la velocità e/o l'inclinazione fino a raggiungere nuovamente la THR.

Una volta trascorso il tempo totale di esercizio, il tapis roulant rallenterà e si fermerà.

FUNZIONE BLUETOOTH

Controllare il sito Web di DKN-Technology per ulteriori informazioni sulle app con cui ProRUN è compatibile.

Attiva Bluetooth sul tuo tablet o smartphone per connetterlo alla macchina (non è richiesto il pairing).

Scarica l'app, aprila sul tuo dispositivo e segui i passaggi per configurarla.

Per qualsiasi domanda tecnica sulla funzionalità dell'app (prodotti di terze parti), consultare la sezione delle domande frequenti sul sito Web dello sviluppatore di app specifico.

Premere START per avviare il tapis roulant e iniziare l'allenamento. Se si spegne il Bluetooth o se il segnale viene perso, il tapis roulant rallenterà e la console visualizzerà tutte le funzioni come zero.

Quando si utilizza un'app per il fitness su tablet o smartphone, i LED del display potrebbero interferire con il tablet

o lo smartphone. In tal caso, premere il pulsante nell'angolo inferiore destro della console e le luci del display si spengono. I controlli del display continueranno a funzionare normalmente. Premere di nuovo il pulsante per riattivare i LED.

LA FREQUENZA CARDIACA VISUALIZZATA È UNA LETTURA APPROSSIMATIVA E NON PUÒ ESSERE UTILIZZATA COME CONSIGLIO IN ALCUN PROGRAMMA MEDICO O PARAMEDICO CARDIOVASCOLARE.

IN CASO DI CAPOGIRI, NAUSEA, DOLORE AL PETTO, O ALTRI SINTOMI ANORMALI SMETTERE DI ESERCITARE IMMEDIATAMENTE E CONSULTARE UN MEDICO SENZA INDUGIO.

IL MANUALE D'USO È SOLTANTO PER RIFERIMENTO DEI CLIENTI. IL FORNITORE NON PUÒ GARANTIRE PER GLI ERRORI CHE SI VERIFICANO A CAUSA DI TRADUZIONE O MODIFICHE ALLE SPECIFICHE TECNICHE DEL PRODOTTO.

PER EVITARE RISCHI ALLA SALUTE E SE NON SI È FISICAMENTE ATTIVI DA UN LUNGO PERIODO DI TEMPO, SI RACCOMANDA DI CONSULTARE IL MEDICO DI FIDUCIA PRIMA DI INIZIARE L'ALLENAMENTO.

IL FORNITORE NON SI ASSUME ALCUNA RESPONSABILITÀ PER DANNI A PERSONE O, E / O DANNI SOSTENUTI CON O PER L'USO DI QUESTO PRODOTTO.

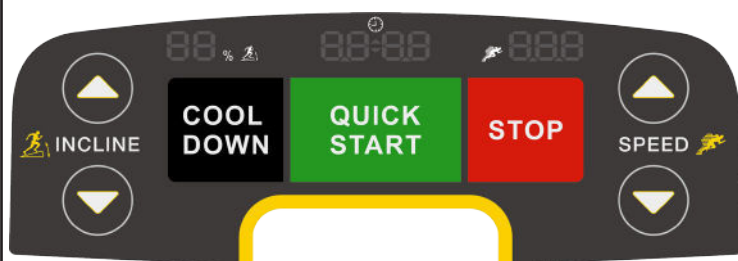
ALGEMENE RICHTLIJNEN

Lees aandachtig alvorens het toestel te gebruiken !

VEILIGHEIDSTIPS

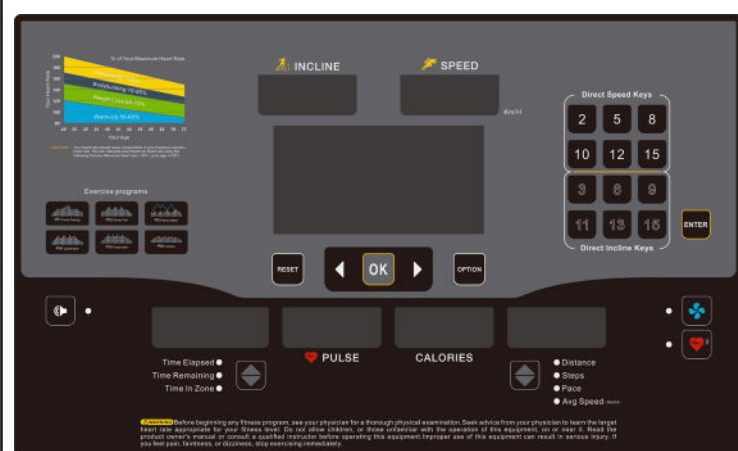
Bevestig de clip van de veiligheidssleutel aan uw kleding alvorens u start met oefenen, zodat het toestel stopt in het geval u per ongeluk van de loopband loopt of valt. Mocht dit gebeuren, dan zal de veiligheidssleutel de computer afsluiten en de loopband zal onmiddellijk stoppen om eventuele verwondingen te voorkomen.

SNELSTART



- TVooraan het toestel (onderaan) de hoofdschakelaar aanzetten.
- Bevestig de veiligheidsclip correct.
- Stap op de loopband en ga met uw voeten op de zijrails staan.
- Druk op de START-knop. Na 3 seconden aftelfunctie zal de band beginnen te bewegen aan 0,8 km/u.
- Matrix toont een atletiekbaan van 400 m.
- Pas snelheid en helling aan met de $\wedge/\vee$ -knoppen of met de sneltoetsen.
- Druk op STOP om de oefening te onderbreken.
- Druk op START om te hervatten of STOP om de training te stoppen

FUNCTIE TOETSEN



START

Druk op de START-knop om de band te laten bewegen. Na 3 seconden aftellen start de loopband aan 0,8 km/u.

STOP

Als u op de loopband traint, drukt u eenmaal op de STOP-knop om uw training te onderbreken. Druk in de pauze modus op START om de training voort te zetten of druk op STOP om uw sessie te beëindigen. Alle waarden worden op nul gereset en de loopband keert terug naar de stand-by modus.

COOL DOWN

Als u op de loopband traint, drukt u op de COOL DOWN-toets en de loopband zal langzamer vertragen naar de stand-by modus.

De afkoelperiode is gerelateerd aan de totale looptijd.

Als de oefening meer dan 20 minuten heeft geduurd, vertraagt de loopband gedurende een periode van 5 minuten.

Als de oefening minder dan 20 minuten heeft geduurd, zal de loopband gedurende een periode van 2 minuten vertragen.

PROGRAM SNELTOETSEN

Als de loopband in stand-by staat, drukt u op een snelprogrammatoets om programma P1 tot P6 te selecteren.

Of gebruik de $\leftarrow$ toetsen om door P7-P12 te bladeren.

Bevestig de selectie door op OK te drukken.

OPTION

Als de loopband in de stand-by modus staat, drukt u op OPTION om te kiezen uit 3 handmatige doelmodi (tijd/afstand/calorieën).

Druk herhaaldelijk 15 keer op OPTION om een gebruikersprogramma's (U1-U3) te selecteren.

SPEED $\wedge/\vee$

Gebruik de $\wedge/\vee$ -knoppen om de snelheid tijdens uw training aan te passen. Druk eenmaal om te verhogen of te verlagen in stappen van 0,1 km/u. Houd langer dan 2 seconden ingedrukt om de snelheid sneller te wijzigen. De SPEED-knoppen worden ook gebruikt om de waarden aan te passen bij het instellen van profielen en programma's.

INCLINE $\wedge/\vee$

Gebruik de $\wedge/\vee$ -toetsen om de helling tijdens uw training aan te passen. Druk eenmaal om de helling met 1 niveau te verhogen of te verlagen tegelijk. Houd meer dan 2 seconden ingedrukt om de helling sneller te veranderen.

SPEED/INCLINE SNELTOETSEN

Gebruik deze om de snelheid of helling met één vingertoets aan te passen tijdens uw training. Bevestig de selectie door op ENTER te drukken.

MP3 INGANG

Op de console zit een audio-ingang voor het aansluiten van je mp3-speler, waardoor je via de speakers naar de muziek kunt luisteren. Regel het volume via uw apparaat.

VENTILATOR

Om de ventilator te activeren.

HRC (Hartslagcontrole)

Druk een of twee keer op de HRC-toets om HRC1 of HRC2 te selecteren.

U kunt een doelhartslagzone (THR) instellen door een onderen bovengrens te definiëren.

RESET

Druk hierop om de display terug te zetten naar de stand-by modus



CONSOLE FEEDBACK

INCLINE

Geeft het hellingsniveau weer.

SPEED

Geeft uw loopsnelheid weer.

TIME

Schakel tussen hardlopen, verstreken of aftellende doeltijd.

PULSE

Weergave hartslag Als er geen hartslag signaal wordt ontvangen, wordt P weergegeven.

CALORIES

Geeft het aantal calorieën dat verbruikt wordt.

DISTANCE

Schakel tussen afstand, tempo of gemiddelde snelheid.

HARTSLAGFUNCTIE

Om uw hartslag te meten, houdt u de handpolssensoren vast tijdens uw training. Na ongeveer 5 seconden geeft het venster uw hartslaggegevens weer.

Voor een nauwkeurigere weergave kunt u een Bluetooth® borstband (optioneel) gebruiken.

Deze gegevens gelden enkels als referentie en kunnen niet voor medische doeleinden worden gebruikt.

OEFFENPROGRAMMA'S:

De ProRUN heeft 12 vooraf ingestelde programma's, 3 gebruikersprogramma's, 2 HRC-programma's en 3 handmatige doelmodi.

De 12 voorgeprogrammeerde programma's worden met hun snelheids- en hellingsprofiel op het centrale display weergegeven. Zie verder in deze handleiding voor gedetailleerde informatie over de vooraf ingestelde programma's.

Manuele doelprogramma's

Er zijn 3 handmatige doelmodi: tijd, afstand en calorieën.

Als de loopband in stand-by modus staat, drukt u op de OPTION toets om de tijd, afstand of het aftellen van calorieën te selecteren. Gebruik vervolgens de SPEED ^/v-toetsen om de doeltraining te programmeren. Druk daarna op de START om de training te beginnen. De loopband telt af vanaf het doel dat u heeft ingesteld.

- Standaard instelling van de doeltijd is 30:00 min.
- Standaard doelcalorie-instelling is 50 cal.
- Standaard doelaafstandsinstelling is 1,0 km.

De snelheid varieert tussen 0,8 km en 20,0 km/u.

De hellingsgraad tussen 0 en 21%.

De loopband zal stoppen zodra een van de parameters bereikt wordt.

Gebruikersprofiel (U01-U03):

Er zijn 3 gebruikers programma's, U01, U02 en U03. Hiermee kunt u uw eigen trainingsprogramma aanmaken. Elk gebruikersprogramma heeft 20 secties.

Druk herhaaldelijk (15) keer op OPTION om programma U01 tot U03 te selecteren.

Tijdvenster knippert. De standaardtijd is 30:00 min. Gebruik de SPEED ^/v knop om de totale trainingstijd in te stellen en bevestig met OK. De totale duur van de training wordt pro rata verdeeld over elke sectie. (bijv. Als de trainingstijd is ingesteld op 20 minuten, dan duurt elke sectie 1 minuut).

Gebruik vervolgens de SPEED ^/v en INCLINE ^/v knoppen om de gewenste waarde voor elke sectie in te stellen (elk gebruikersprogramma heeft 20 secties). Bevestig de instellingen voor elke sectie door op OK te drukken.

Zodra het laatste gedeelte is voltooid, drukt u op START voor uw training.

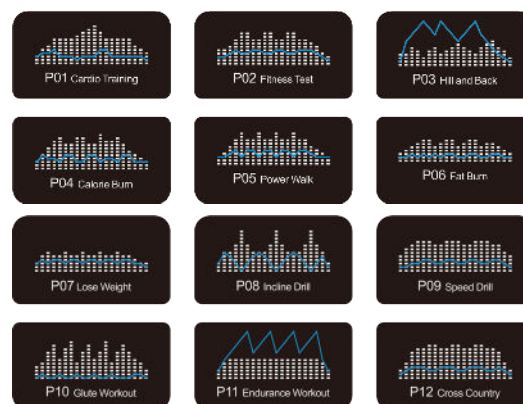
Voorprogrammaties

Er zijn 12 voorgeprogrammeerde programma's en elk heeft 20 secties. De totale duur van de training is gelijkmatig verdeeld over elke sectie (bijv. Als de trainingstijd is ingesteld op 20 minuten, dan is elke sectie 1 minuut).

Druk op een PROGRAMMA SNELTOETS om het vooraf ingestelde programma 1-6 te selecteren. Druk op de knop <> (PROG) voor programma's 7 tot 12.

In de vooraf ingestelde programma's is de enige instelbare parameter tijd. Nadat u de training heeft gekozen, stelt u de tijd in met de SPEED ^/v-knoppen en drukt u op START om deze uit te voeren.

Zie onderstaande tabel met de 12 vooraf ingestelde programmaprofielen.



HARTSLAGCONTROLE (HRC)

De ProRUN is voorzien van een Bluetooth® Smart hartslag ontvanger. Om de HRC-programma's uit te voeren, moet u een compatibele draadloze hartslagborstband dragen. De computer detecteert uw hartslag aan de band en regelt de snelheid en helling van de loopband volgens de maximale en minimale aangegeven doelhartslag (THR).

Een doelhartslagzone (THR) instellen

- Druk op de HRC-toets en selecteer HRC1 of HRC2 als de loopband in stand-by staat. Het venster geeft 30:00 minuten weer en knippert.





HRC1 is beperkt tot 10 km/u.

HRC2 is beperkt tot 12 km/u.

- Druk op de SPEED $\wedge/\vee$ knoppen om de tijd aan te passen.
- Druk op OK en het venster geeft de ondergrens weer.
- Gebruik de SPEED $\wedge/\vee$ -knoppen om de ondergrens in te stellen.
- Druk nogmaals op OK en het venster zal nu de bovengrens weergeven.
- Gebruik de SPEED $\wedge/\vee$ -knoppen om de bovengrens in te stellen.
- Druk op START om met uw training te beginnen.

De eerste twee minuten van het HRC-programma zijn een opwarmfase. Tijdens deze fase past de machine de snelheid en helling niet automatisch aan. Als u aanpassingen wilt maken, drukt u op de SPEED $\wedge/\vee$ of INCLINE $\wedge/\vee$ toetsen.

Na het opwarmen berekent de loopband het verschil tussen de doelhartslag en de gebruikershartslag en past het programma dienovereenkomstig aan.

Tijdens de training worden snelheid en helling automatisch door de loopband geregeld om ervoor te zorgen dat u aan de ingestelde hartslag blijft trainen. U kunt de instellingen negeren door op de SPEED $\wedge/\vee$ en INCLINE $\wedge/\vee$ knoppen te drukken.

De snelheid neemt elke 45 seconden toe totdat de streefhartslag is bereikt. Bij het bereiken van de maximale snelheid (10 km/u voor HRC1 of 12 km/u voor HRC2) stijgt de helling.

In het geval dat de THR wordt overschreden, zal de computer automatisch snelheid en/of helling verlagen totdat THR weer wordt bereikt.

Nadat de totale trainingstijd is verstreken, zal de loopband vertragen en stoppen.

BLUETOOTH FUNCTIE

Raadpleeg de DKN-Technology-website voor meer informatie over apps die compatibel zijn met de ProRUN.

Schakel de Bluetooth functie op uw tablet of smartphone in om deze met de machine te verbinden ('pairen' is niet vereist).

Download de app, open deze op uw toestel en volg de stappen om deze in te stellen.

Raadpleeg de FAQ op de website van de specifieke app-ontwikkelaar voor technische vragen over app-functionaliteit. DKN-Technology kan u niet helpen bij vragen ivm producten van derden.

Druk op START om de loopband te starten en met uw training te beginnen. Als u Bluetooth uitschakelt of als het signaal wegvalt, vertraagt de loopband en geeft het bedieningspaneel alle functies weer als nul.

Als u een fitnessapp op tablet of smartphone gebruikt, kunnen de display LED's de werking van je tablet of smartphone storen. Mocht dit het geval zou zijn, druk dan op de knop in de rechter benedenhoek van de console en de

display verlichting gaat uit. De toetsen van de console blijven normaal functioneren.

Druk nogmaals op de knop om de LED's opnieuw te activeren.

HARTSLAGLEZING VIA DEZE COMPUTER IS EEN BENADERENDE NIET GEIJKTE WAARDE, EN MAG NIET ALS LEIDRAAD AANGEWEND WORDEN IN EEN CARDIO-GERELATEERDE THERAPIE.

IN GEVAL VAN DUIZELIGHEID, MISSELIJKHEID, PIJN OP DE BORST OF ANDERE ABNORMALE SYMPTOMEN: ONMIDDELIJK STOPPEN MET TRAINEN EN ZONDER VERTRAGING EEN ARTS RAADPLEGEN.

DEZE HANDLEIDING KAN ENKEL GEBRUIKT WORDEN ALS LEIDRAAD. DE FABRIKANT KAN NIET VERANTWOORDELIJK GEHOUDEN WORDEN VOOR EVENTUELE FOUTEN BIJ DE VERTALING NOCH VOOR EVENTUELE VERANDERINGEN IN DE TECHNISCHE SPECIFICATIES.

OM EVENTUELE RISICO'S TE VERMIJDEN IS HET AAN TE RADEN UW HUISARTS TE RAADPLEGEN ALVORENS U START MET OEFENEN, ZEKER WANNEER U GEDURENDE EEN LANGERE PERIODE GEEN FYSIEKE INSPANNINGEN HEEFT GELEVERD. DIT IS VOORAL BELANGRIJK VOOR MENSEN OUDER DAN 35 OF MENSEN MET GEKENDE GEZONDHEIDSPROBLEMEN.

DE FABRIKANT IS NIET VERANTWOORDELIJK VOOR PERSOONLIJK LETSEL NOCH MATERIËLE SCHADE BIJ GEBRUIK VAN DIT TOESTEL.

ALLMÄN DRIFT

Läs noga innan du använder den!

SÄKERHETSTIPS

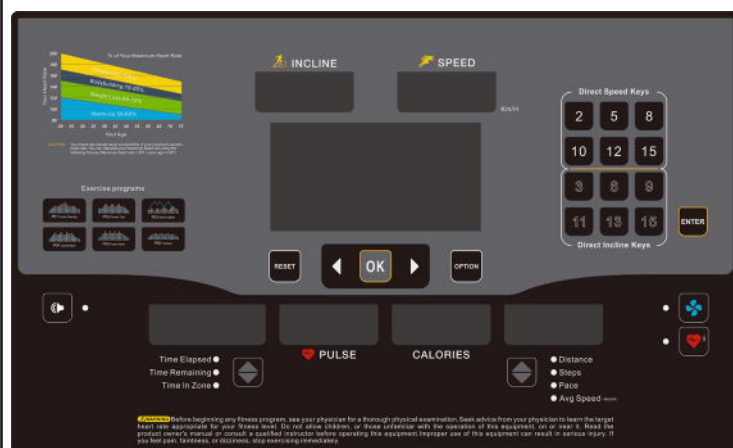
Fäst klämman på säkerhetsnyckeln till dina kläder innan du tränar för att säkerställa att maskinen stannar om användaren av misstag springer av löpbandet. Om detta skulle hända kommer säkerhetsnyckeln att stänga av monitorn och löpbandet stannar omedelbart för att undvika ytterligare skador.

SNABBSTART



- Vrid strömbrytaren (nedre främre basen) till.
- Fäst säkerhetsklämman korrekt.
- Gå på löpbandet och stå med fötterna på sidoskenorna.
- Tryck på START-knappen. En nedräkning kommer att visas och sedan kommer bältet att röra sig vid 0,8 km/h.
- Matrix visar en 400 m löpbana.
- Justera hastighet och lutning med $\wedge/\vee$ -knapparna eller snabbknapparna.
- Tryck på STOP för att pausa övningen.
- Tryck på START för att återuppta eller STOP för att stoppa träningen.

KONSOLKONTROLLER



START

Tryck på START-knappen för att starta remmen. Efter en nedräkning på 3 sekunder startar löpbandet 0,8 km/tim.

STOP

När du tränar på löpbandet, tryck på STOP-knappen en gång för att pausa ditt träningspass. När du är i pausläge, tryck på START för att fortsätta träningen eller tryck på STOP för att avsluta din session. Alla värden återställs till noll och löpbandet återgår till standby-läge.

KYLA NER

När du tränar på löpbandet trycker du på COOL DOWN-knappen så att löpbandet saktar ner till standby-läge. Den kalla egna perioden är relaterad till den totala körtiden. Om övningen tog mer än 20 minuter kommer löpbandet att sakta ner under en 5-minutersperiod. Om träningsredskapet är mindre än 20 minuter kommer löpbandet att sakta ner under en period på 2 minuter.

PROGRAM SNABBTANGENTER

När löpbandet är i beredskapsläge, tryck på en snabb programknapp för att välja program P1 till P6. Använd knapparna $\leftarrow$ $\rightarrow$ för att bläddra igenom P7-P12. Bekräfta valet genom att trycka på OK.

OPTION

När löpbandet är i standby-läge, tryck på OPTION för att välja mellan tre manuella mållägen (tid / avstånd / kalorier). Tryck upprepade gånger på OPTION i 15 gånger för att välja Användarprogram U1-U3.

SPEED $\wedge/\vee$

Använd knapparna $\wedge/\vee$ för att justera hastigheten under träningen. Tryck en gång för att öka eller minska med steg om 0,1 km / tim. Håll nedtryckt i mer än 2 sekunder för att ändra hastigheten snabbare. SPEED-knapparna används också för att justera värdena när du ställer in profiler och program.

INCLINE $\wedge/\vee$

Använd knapparna $\wedge/\vee$ för att justera lutningen under träningen. Tryck en gång för att öka eller minska lutningen med 1 nivå vid en tid. Håll nedtryckt i mer än två sekunder för att ändra lutningen snabbare.

SPEED/INCLINE SNABBTANGENTER

Använd dem för att justera hastigheten eller lutningen med en knapptryckning under träningen. Bekräfta valet genom att trycka på ENTER.

MP3 INGÅNG

På konsolen finns en ljudingång för att ansluta din mp3-spelare, så att du kan lyssna på musiken genom högtalarna. Styr volymen via din enhet.

TRÄNINGSFLÄKT

För att aktivera fläkten.

HRC (Hjärtfrekvensreglering)

Tryck på HRC-tangenten en eller två gånger för att välja HRC1 eller HRC2.

Du kan ställa in en målpulszon (THR) genom att definiera en nedre och övre hjärtfrekvens.

RESET

Tryck för att återställa displayen till standby-läge

KONSOLÅTERKOPPLING

INCLINE

Visar lutningsnivån.

SPEED

Visar din körhastighet.

TIME

Växla mellan körtid, förfluten tid eller nedräkningstid.

PULSE

Visar pulldata. Om ingen pulssignal tas emot kommer den att visa P.

CALORIES

Visar kaloriräkningen eller målkaloriräkningen.

DISTANCE

Växla mellan avstånd, steghastighet eller medelhastighet.

HJÄRTFREKVENSFUNKTION

För att mäta din puls, håll handpulsgivarna under träningen.

Efter cirka 5 sekunder fönstret dina pulldata.

För en mer exakt avläsning kan du använda ett Blue-tooth®-bröstband (tillval).

Dessa uppgifter är endast för referens och kan inte användas för medicinska ändamål.

TRÄNINGSPROGRAM

ProRUN har 12 förinställda program, 3 användarprogram, 2 HRC-program och 3 manuella mållägen.

De 12 förinställda programmen visas på mittdisplayen med sin hastighet och lutningsprofil. För ytterligare information om de förinställda programmen, se vidare i denna handbok.

Manuella målprogram

Det finns tre manuella mållägen: måltidsläge, målavståndsläge och målkaloriläge.

När löpbandet är i beredskapsläge, tryck på OPTION tangenten för att välja tid, avstånd eller kalorinedräkning. Använd sedan SPEED $\wedge$ /v-tangenterna för att programmera målträningen. Tryck därefter på START-knappen för att börja träningen. Löpbandet räknar ner från det mål du ställer in.

- Den ursprungliga träningsdags är 30:00 min.
- Den ursprungliga kaloriinställningen är 50 kal.
- Den ursprungliga målavståndsställningen är 1,0 km.

Den lägsta hastigheten för manuellt läge är 0,8 km/tim och den högsta hastigheten är 20,0 km/tim.

Den lägsta lutningen för manuellt läge är 0 och den högsta lutningen är 21%.

När målet har uppnåtts kommer ett larm att ljuda och löpbandet saktar till helt stopp.

Användardefinierade program

Det finns 3 användardefinierade program, U01, U02 och U03. Dessa låter dig designa dina egna träningspass. Varje användarprogram har 20 sektioner.

Tryck på OPTION upprepade gånger i 15 gånger för att välja program U01 till U03.

Tidsfönstret blinkar. Standardtid är 30:00 min. Använd SPEED $\wedge$ /v knappen för att ställa in total träningstid och bekräfta med OK. Den totala tiden för träningen delas lika mellan

varje avsnitt (t.ex. om träningstiden är inställd på 20 minuter, är varje sektion 1 minut).

Använd sedan knapparna SPEED $\wedge$ /v och INCLINE $\wedge$ /v för att ställa in önskat värde för varje sektion (varje användarprogram har 20 sektioner). Bekräfta inställningarna för varje avsnitt genom att trycka på OK.

När det sista avsnittet är klart, tryck på START för din träning.

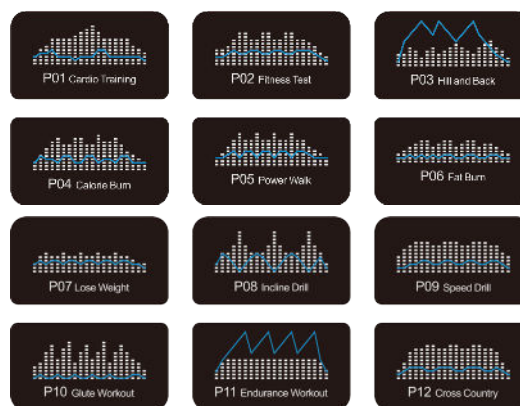
Förinställ program

Det finns 12 förinställda program och var och en har 20 sektioner. Träningens totala tidpunkt delas lika mellan varje sektion (t.ex. om träningstiden är inställd på 20 minuter är varje sektion 1 minut).

Tryck på ett PROGRAMSNABBTANGENT för att välja förinställt program 1-6. för att välja förinställt program 7-12 Tryck på $\leftrightarrow$ (PROG) -knappen.

I de förinställda programmen är tiden den enda justerbara parametern. När du har valt träningen ställer du in tiden med SPEED $\wedge$ /v-knapparna och trycker på START för att utföra den.

Se tabellen nedan med de 12 förinställda programprofilerna.



PROGRAM FÖR HJÄRTFREKVENSKONTROLL

ProRUN har en Bluetooth® Smart trådlös pulsmottagare. För att utföra HRC-programmen måste du bära ett kompatibelt trådlöst pulsband. Datoren känner av din hjärtfrekvens från remmen och styr löpbandets hastighet och lutning enligt den maximala och minsta angivna målpulsen.

Ställa in en målpulszon (THR)

- När löpbandet är i beredskapsläge, tryck på HRC-tangenten och välj HRC1 eller HRC2. Fönstret visar 30:00 minuter och blinkar.
HRC1 är begränsad upp till 10 km/h.
HRC2 är begränsad till 12 km/h.
- Tryck på SPEED $\wedge$ /v-knapparna för att justera tiden.
- Tryck på OK och fönstret visar den låga hjärtfrekvensen.
- Använd SPEED $\wedge$ /v-knapparna för att ställa in den låga hjärtfrekvensen.
- Tryck på OK igen och fönstret visar nu den höga hjärtfrekvensen.
- Använd SPEED $\wedge$ /v-knapparna för att ställa in hög hjärtfrekvens.
- Tryck på START-knappen för att börja träningen.

De första två minuterna av HRC-programmet är ett uppvärmningsskede. Under detta steg kommer maskinen inte att



justera hastigheten och lutningen automatiskt. Om du vill göra justeringar trycker du på SPEED $\wedge$ /v eller INCLINE $\wedge$ /v.

Efter uppvärmning beräknar löpbandet skillnaden mellan målpuls och användarpuls och justerar programmet därefter. Under träningen styrs hastighet och lutning automatiskt av löpbandet så att du tränar med den inställda hjärtfrekvensen. Du kan åsidosätta inställningarna genom att trycka på SPEED $\wedge$ /v och INCLINE $\wedge$ /v knapparna.

Hastigheten ökar var 45: e sekund tills målpulsen nås. När du når maximal hastighet (10 km/tim för HRC1 eller 12 km/tim för HRC2) kommer lutningen att höjas.

Om THR överskrids minskar datorn automatiskt hastigheten och/eller lutningen tills THR nås igen.

Efter den totala träningstiden har löpbandet saktat ner och stoppat.

BLUETOOTH-FUNKTIONALITET

Se DKN-Technology-webbplatsen för mer information om vilka appar ProRUN är kompatibla med.

Aktivera Bluetooth-funktionen på din surfplatta eller smart-phone för att ansluta den till maskinen (parning krävs inte).

Ladda ner appen, öppna den på din enhet och följ stegen för att ställa in den.

För tekniska frågor om appfunktionalitet, se avsnittet FAQ på den specifika apputvecklarens webbplats. DKN-Technology kan inte hjälpa till med en snabb föränderlig miljö för tredjepartsprodukter.

Tryck på START för att starta löpbandet och börja träningen. Om du stänger av Bluetooth eller om signalen går förlorad kommer löpbandet att sakta ner och konsolen visar alla funktioner som noll.

När du använder en fitnessapp på surfplattan eller smart-telefonen kan displayens lysdioder störa din surfplatta eller smartphone. Om detta skulle vara fallet, tryck på knappen i det högra hörnet på konsolen så tänds displaylamporna. Displaykontrollerna fortsätter att fungera normalt. Tryck på knappen igen för att återaktivera lysdioderna.

HJÄRTSFRITT SOM VISAS ÄR EN LÄKEMEDELSINDIKATION OCH KAN VARA FELAKTIGA, OCH KAN INTE ANVÄNDAS SOM VÄGLEDNING I NÅGOT KARDIOVASKULÄRT RELATERAT MEDICINSKT ELLER PARAMEDISKT PROGRAM.

OM DU UPPFINDER DIZZINESS, KÄLSMÅL, KASTSTÄLLNING ELLER NÅGON ANDRA ABNORMALA SYMTOM STOPPAR ÖVNING OCH OMVÄNDIGT OCH KONSULTERAR EN FYSIKER UTAN FÖRSENING.

ÄGARENS HANDBOK ÄR ENDAST FÖR KUNDENS REFERENS. LEVERANTÖREN KAN INTE GARANTERA FÖR FEL FÖR ÖVERSIKT PÅ TRANSLATION ELLER ÄNDRINGAR I TEKNISKA SPECIFIKATIONER

AV PRODUKTEN.

VARNING: INNAN DU BÖRJAR ANVÄNDA DENNA MASKIN ELLER GÖRA NÅGOT ÖVNINGSPROGRAM, KONSULTERA DIN LÄKARE. DETTA ÄR SÄRSKILT VIKTIGT FÖR FOLK ÖVER ÅLDERN PÅ 35 ELLER DE SOM FÖR FÖREDRAGNA HELSEPROBLEM.

LEVERANTÖREN ANTAR INGEN ANSVAR FÖR PERSONLIGT SKADA ELLER EGENSKAPER OCH / ELLER SKADA HÅLLS FÖR ELLER GÅR ANVÄNDNING AV DENNA PRODUKT.





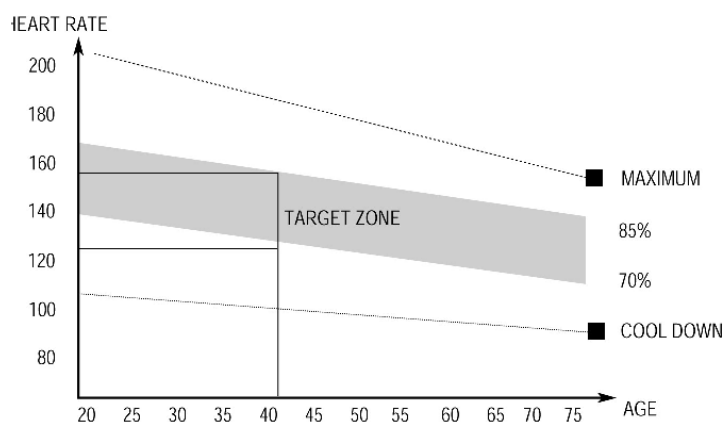
EXERCISE INSTRUCTIONS

1. THE WARM UP PHASE:

This stage helps get the blood flowing around the body and the muscles working properly. It will also reduce the risk of cramp and muscle injury. It is advisable to do a few stretching exercises before you start exercising. Each stretch should be held for approximately 30 seconds, do not force or jerk your muscles into a stretch - if it hurts, STOP.

2. THE EXERCISE PHASE:

This is the stage where you put the effort in. After regular use, the muscles in your legs will become stronger. Work to your comfort but it is very important to maintain a steady tempo throughout. The rate of work should be sufficient to raise your heart beat into the target zone shown on the graph below.



This stage should last for a minimum of 12 minutes though most people start at about 15-20 minutes

3. THE COOL DOWN PHASE:

This stage is to let your Cardio-vascular System and muscles wind down. This is a repeat of the warm up exercise e.g. reduce your tempo, continue for approximately 5 minutes. The stretching exercises should now be repeated, again remembering not to force or jerk your muscles into the stretch.

As you get fitter you may need to train longer and harder. It is advisable to train at least three times a week, and if possible space your workouts evenly throughout the week.

To tone muscle while on your Treadmill you will need to have the incline set quite high. This will put more strain on our leg muscles and may mean you cannot train for as long as you would like. If you are also trying to improve your fitness you need to alter your training program. You should train as normal during the warm up and cool down phases, but towards the end of the exercise phase you should increase the incline, making your legs work harder than normal. You may have to reduce your speed to keep your heart rate in the target zone.

The important factor here is the amount of effort you put in. The harder and longer you work the more calories you will burn. Effectively this is the same as if you were training to improve your fitness, the difference is the goal.





DKN-Technology Customer Service

Kundendienst.

Möchten Sie Hilfe zum diesem Produkt benötigen, sammeln Sie bitte die folgenden Informationen und kontaktieren Sie uns mit die Details:

- Produkt nr – Finden Sie auf dem Product Etikett
- Kaufdatum
- Ort des Kaufs
- Informationen über den Ort und die Bedingungen für die Verwendung
- Genaue Beschreibung des Problems oder Defekt

WICHTIG!! - Bitte bewahren Sie den Kaufbeleg. DKN-Technology Customer Care kann das Kaufnachweis verlangen um Garantieleistung zu validieren.

Garantieschutz beginnt ab dem Kaufdatum der Ausschreibung des Produkts.

Der beste Weg, uns zu kontaktieren ist über www.dkn-technology.com.

Customer Support.

Should you require any assistance regarding this product please gather the following information and then contact us using the details below:

- Product nr - This can be found on the product label
- Original purchase date
- Place of purchase
- Information about the place and conditions of use
- Precise description of the issue or defect

IMPORTANT!! - Please retain your sales receipt, DKN-Technology Customer Care may request proof of purchase to validate eligibility for warranty service.

Warranty cover starts from the date shown on the proof of purchase.

The best way to contact us is via www.dkn-technology.com.

Atención al cliente.

En caso de necesitar asistencia con respecto a este producto, reunir la siguiente información y contacto con nosotros utilizando los datos a continuación:

- Nr producto - Este se puede encontrar en la etiqueta del producto
- Fecha de compra original
- Lugar de compra
- Información sobre el lugar y condiciones de uso
- La descripción clara del problema o defecto

¡¡IMPORTANTE!! - Por favor, guarde el recibo de compra. DKN-Technology Customer Care puede solicitar una prueba de compra para validar la elegibilidad para el servicio de garantía.

Cobertura de la garantía comienza a partir de la fecha indicada en el comprobante de compra.

La mejor manera de contactarnos es a través de www.dkn-technology.com.





Service client.

Si vous avez besoin d'aide concernant ce produit svp recueillir les informations suivantes, puis nous contacter en utilisant les détails ci-dessous:

- nr produit – se retrouve sur l'étiquette du produit
- date d'achat originale
- Lieu d'achat
- Information sur le lieu et les conditions d'utilisation
- Une description précise de la question ou d'un défaut

IMPORTANT!! - Conservez votre reçu de vente, DKN-Technology Customer Care peut demander une preuve d'achat pour confirmer la garantie.

La couverture de garantie s'applique pour une durée d'un (1) an, à partir de la date indiquée sur la preuve d'achat.

La meilleure façon de nous contacter est via www.dkn-technology.com.

Supporto clienti.

Se hai bisogno di assistenza per quanto riguarda questo prodotto, raccogliere le seguenti informazioni e quindi contattarci utilizzando i dati qui di seguito:

- nr del prodotto - Questo può essere trovato sull'etichetta del prodotto
- data di acquisto originale
- Luogo d'acquisto
- Informazioni sul luogo e le condizioni d'uso
- descrizione precisa del problema o difetto.

IMPORTANTE!! - Conservare lo scontrino di vendita, DKN-Technology Customer Care può richiedere la prova di acquisto per convalidare l'idoneità per il servizio di garanzia.

Copertura della garanzia decorre dalla data indicata sulla prova di acquisto.

Il modo migliore per contattarci è via www.dkn-technology.com.

Klanten service.

Mocht u hulp nodig hebben met betrekking tot dit product, verzamel dan de volgende informatie en neem contact met ons op met onderstaande gegevens:

- Product Nr - kunt u vinden op het productlabel
- Originele aankoopdatum
- Plaats van aankoop
- Informatie over gebruiksvoorwaarden
- Precieze beschrijving van het probleem of defect.

BELANGRIJK!! - Bewaar uw kassabon, DKN-Technology Customer Care kan een kopij van uw aankoopbewijs vragen om eventuele garantie te valideren.

Garantiedekking begint vanaf de datum op het aankoopbewijs.

De beste manier om ons te contacteren is via www.dkn-technology.com.

Kundsupport.

Om du behöver hjälp med denna produkt, samla in följande information och kontakta oss med hjälp av informationen nedan:

- Produkt nr - Detta finns på produktetiketten
- Original köpdatum
- Köpplats
- Information om platsen och användningsvillkoren
- Exakt beskrivning av problemet eller defekten

VIKTIG!! - Behåll ditt försäljningskvitto. DKN-Technology Kundtjänst kan begära köpbevis för att bekräfta kvalificering för garantiservice.

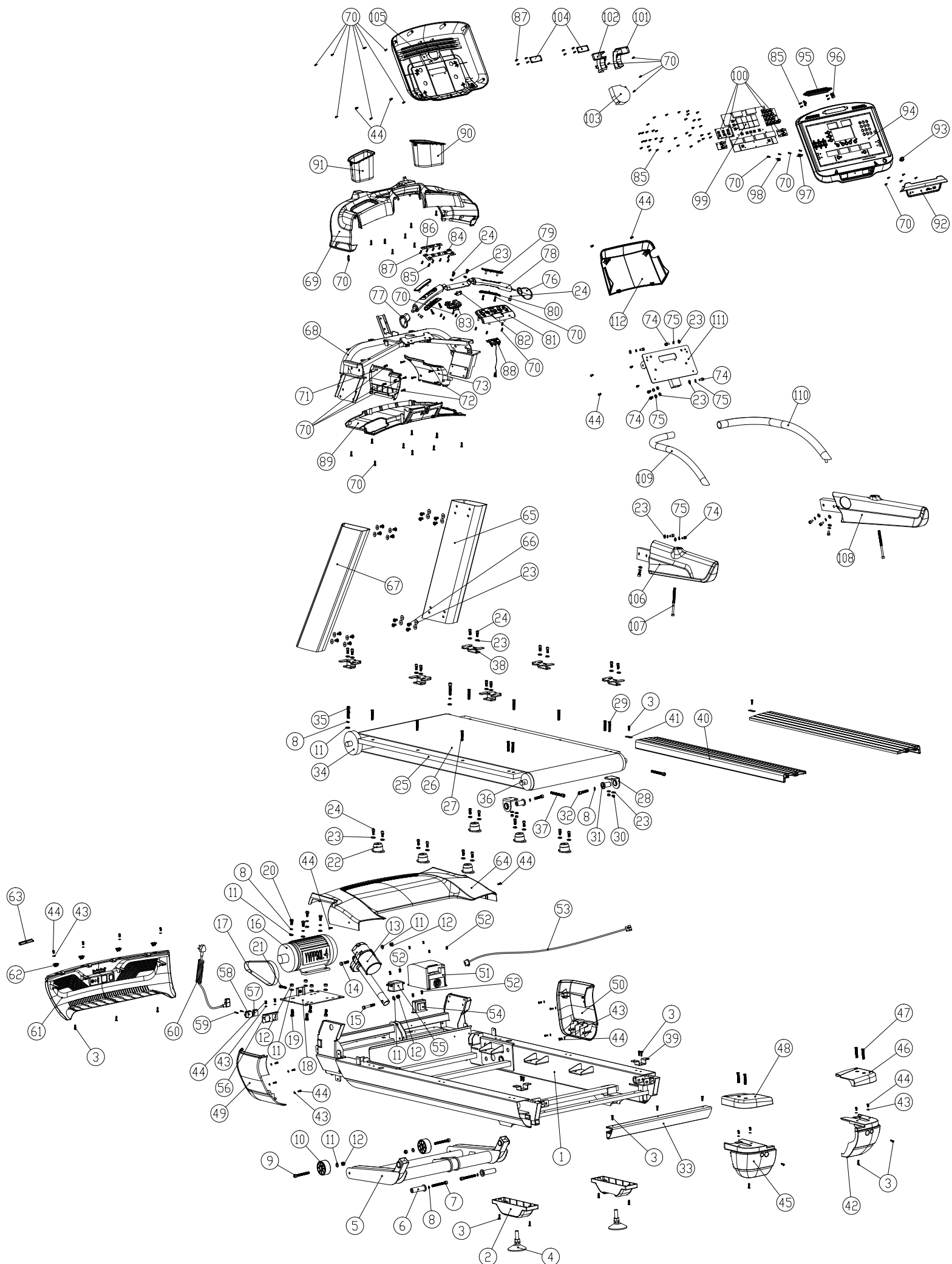
Garantitäckning börjar från det datum som visas på köpbeviset.

Det bästa sättet att kontakta oss är via www.dkn-technology.com.





Exploded View





Parts List

No.	Description	No.	Description
1	Frame	57	Main Switch
2	Lower Cap	58	Power plug
3	Cross Screw ST4.8 × 13	9	Cross Screw M3 × 8
4	Floor Leverer	60	AC Cable
5	Incline Frame	61	Front Cover
6	Incline Frame Bushing	62	Buckle
7	Hex screw M10 × 90	63	Fastener
8	Spring washer 10	64	Motor cover
9	Hex Screw M10 × 65	65	Upright R
10	Wheel assembly	66	Hex Screw M8 × 16
11	Washer 10	67	Upright L
12	Hex Lock Nut M10	68	H'Bar Frame
13	Incline motor	69	H'Bar Upper Cover
14	Hex bolt M10 × 45	70	Cross Screw ST3.5 × 9.5
15	Hex Bolt M10 × 70	71	Armrest Cover L
16	AC motor	72	Cross Screw ST4.2x13
17	Motor belt	73	Armrest Cover R
18	Motor Base	74	Hex Screw M8 × 16
19	Hex Bolt M10 × 30	75	Spring washer 8
20	Hex Bolt M10 × 20	76	Ferrule R
21	Hex Screw M8 × 45	77	Ferrule L
22	Cushion Pad	78	Handgrip
23	Washer 8	79	HR Sensor Upper
24	Hex crew M8 × 12	80	HR Sensor Lower
25	Running Board	81	Lower Console Cover
26	Running Belt	82	Micro switch
27	Cross Screws M8 × 35	83	Switch Casing
28	Running Board Bracket	84	Lower Display Circuit Board
29	Cross Screw M8 × 40	85	Cross Screw ST2.9 × 9.5
30	Hex Lock Nut M8	86	Buttons Circuit Board
31	Swivel Support Cap	87	Cross Screw ST2.2 × 6.5
32	Hex Screw M10 × 50	88	Safety Switch (clip included)
33	Rear Cover	89	H'Bar Lower Cover
34	Front Roller	90	Cup Holder R
35	Hex Screw M10 × 30	91	Cup Holder L
36	Rear Roller	92	Tablet Holder
37	Hex Screw M10 × 80	93	Reset switch assembly
38	Support Plate	94	Upper Console Cover
39	Rear Bracket	95	Air outlet
40	Side Rail	96	Air outlet mounting bracket
41	Side board	97	USB Circuit Board
42	Endcap R	98	MP3 Jack
43	Washer 5	99	Display Circuit board
44	Cross Screw M5 × 12	100	Buttons Circuit Board
45	Endcap L	101	Fan1
46	Endcap Cover R	102	Fan2
47	Cross Screw M8 × 50	103	Centrifugal Fan
48	Endcap Cover L	104	Square Bracket 70 × 30
49	Sider Cover L	105	Rear Console Cover
50	Sider Cover R	106	Armrest Cover L
51	Inverter	107	Hex Screw M8 × 80
52	Assembly M4 × 10	108	Armrest Cover R
53	Five Core Wire	109	Armrest Assembly L
54	Inductor	110	Armrest Assembly R
55	Filter	111	Console Support Frame
56	Switch Base	112	Console Support Cover



Trouble Shooting

ERROR	POSSIBLE CAUSE	CORRECTION
Display does not power on	Power plug not connected to the mains Power switch not in 'ON' position Socket has no power Treadmill fuse blown Faulty MCB Connections base to upper console Faulty display	Plug in power cable Turn power switch to 'On' position Check AC (mains) Replace fuse Check and or replace MCB Replug all connections Replace display
Partial display LED	Faulty LED Strip Faulty LED driver IC	Replug all console connections Replace Display
Runs with shocks	Running belt tension Running belt alignment Insufficient driver torque	Adjust running belt tension Adjust running belt alignment Adjust torque potentiometer
E-01	Communication Error	Check wiring inverter > Console Replug connectors console Replug connectors inverter Replace inverter
E-02	Stall: impact protection or motor blocked	Turn motor manually for few rotations, and check again
E-04	Incline motor connection error Incline motor blocked Incline motor error	Replug all incline motor connections Restart treadmill Replace incline motor
E-07	Voltage error	Check Grid Current Install current regulator
E-08	Motor or Inverter Error Broken IC	Check commercial current Replace MCB
E-13	Abnormal loading Motor wearing out Mechanical part blocking	Replace motor Check all moving parts (rollers, bearings, belt...)
Belt does not run properly	Lubrication Running belt tension too high	Apply lubrication (silicon spray) Adjust belt tension
Belt is slipping	Too much lubrication Running belt tension too loose Motor belt too loose	Try to remove overspill using dry towel Adjust belt tension Adjust motor belt tension



Garantie - Warranty - Garancia - Garanzia - Garantie - Εγγύηση

DKN-Technology garantiert, dass dieses Produkt frei von Material zum Zeitpunkt der Ausschreibung des Produkts der Lieferung. Diese 'Carry-in' Garantie umfasst alle Herstellungs- und Materialfehler von DKN-Technology Produkten, die bei DKN-Technology erworben wurden innerhalb eines Zeitraumes von 2 Jahren nach Kaufdatum.

Diese Garantie ist nicht übertragbar und gilt nicht für normale Abnutzung (einschließlich, aber nicht zu, Schaden begrenzt und tragen zu Batterien, Federn, Lager, Betrieb Matten, Hydrauliksysteme, Seile, Riemen, Riemenscheiben, Macht Schocks, Antriebsriemen und andere kurzlebige Teile, etc. ..).

Diese eingeschränkte Gewährleistung ist nichtig, wenn das Produkt durch Unfall, unsachgemäßen Gebrauch, unsachgemäßen Service, Missachtung von Anweisungen, Modifikation von seinem ursprünglichen Zustand, oder andere Ursachen nicht ermittelt, die sich aus Material-, Folgen unsachgemäßer Behandlung, schlechte folgen beschädigt ist.

Die folgenden Schäden sind nicht durch die Garantie abgedeckt: Falsche Installation, falsche Montage oder Manipulation der Teile durch fehlerhafte Montage, unsachgemäße Verwendung der Maschine (zB zu schwere Last in der Zeit, Gewicht etc. ..), Probleme, die durch mangelnde Wartung verursacht werden, Abweichungen von der Standard-Maschine, wie Licht Erschütterungen oder Lärm, etc...

Transportkosten, Reise-Gebühren für Techniker und Händler möglich und/oder Workshop Gebühren sind von dieser Garantie ausgenommen und wird auf alleinige Kosten des Besitzers sein.

Der Hersteller ist in keinem Fall für Begleit- und Folgeschäden, Beschädigungen oder Ausgaben in Verbindung mit dem Trainingsgerät.

DKN-Technology warrants this product to be free from defects in material at the time of the product's tender of delivery. This 'Carry-in' Limited Warranty applies for a period of two (2) years, beginning on the date mentioned on your product invoice or proof of purchase of product issue by DKN-Technology.

This Limited Warranty is not transferable and does not cover normal wear and tear (including, but not limited to, damage and wear to batteries, springs, bearings, running mats, hydraulic systems, ropes, belts, pulleys, power shocks, drive belts and other non-durable parts, etc...).

This Limited Warranty is void if the product is damaged by accident, unreasonable use, improper service, failure to follow instructions provided, modification from its original state, or other causes determined not arising out of defects in material, the consequences of improper treatment, bad installation, wrong assembly or tampering of the parts by incorrect assembly, improper use of the machine (eg. too heavy load in time, weight etc...), problems caused by lack of maintenance, deviations of the standard machine, such as light vibrations or noise, etc...

Transport charges, travel charges for technicians, and possible trader and/ or workshop charges are excluded from this warranty, and will be at the sole cost of the owner.

The liability of the manufacturer under this Limited Warranty shall not include any liability for direct, indirect, or consequential damages resulting from any defect nor the use of this machine.





Garantie - Warranty - Garancia - Garanzia - Garantie - Εγγύηση

DKN garantiza que este producto está libre de defectos de material en el momento de la venta, del envío y de la entrega. La duración de la garantía de este producto está limitada a un periodo de dos (2) años a partir de la fecha de la compra, esta debe de estar indicada en su factura o ticket de compra. Este comprobante de compra debe de ser facilitado por DKN-Technology.

Esta garantía limitada es intransferible y no cubre el desgaste normal por el uso (incluyendo piezas dañadas por el desgaste como baterías, muelles, rodamientos, piezas de funcionamiento, sistemas hidráulicos, cables, correas, poleas, amortiguadores, correas de transmisión de energía y otras partes no duraderas, que se han estropeado debido al mal uso y a la falta de mantenimiento).

Esta Garantía Limitada será considerada nula si el producto: Ha sido golpeado, o ha tenido un mantenimiento inadecuado, o si el usuario no ha seguido las instrucciones del montaje, o si el usuario ha modificado su estado original, o por otras causas que determinen que no existen defectos en el material debido a consecuencias de un tratamiento inadecuado, mala instalación, montaje incorrecto, que el usuario tenga un peso superior al peso máximo de usuario, subida de tensión, etc...

Los gastos de transporte y gastos de desplazamiento de los técnicos, están excluidos de esta garantía y estarán a cargo exclusivo del cliente.

La responsabilidad del fabricante bajo esta Garantía Limitada, no incluirá responsabilidad alguna por daños directos, indirectos o consecuentes resultantes de cualquier defecto o mal uso de la maquina.

DKN-Technology garantit que ce produit est exempt de tous vices de forme, entre sa mise sur le marché et sa livraison. La garantie de prise en charge s'applique pour une durée de deux (2) ans, débutant le jour mentionné sur la facture d'achat établie par DKN-Technology.

Cette garantie limitée n'est pas cessible et ne couvre pas l'usure normale (comprenant, mais pas exclusivement, les dommages et l'usure des piles, ressorts, roulements à billes, systèmes hydrauliques, cordes, courroies, poulies, et d'autres pièces non durables, ou suite à des variations de tensions électriques...).

Cette garantie limitée n'est pas applicable si le produit est endommagé par accident, utilisation abusive ou non adaptée, mauvais entretien, non-respect des instructions fournies, modification de son état d'origine, par d'autres causes non inhérentes à un défaut du matériel, ou suite à un traitement inadéquat, une mauvaise installation, un montage erroné altérant les pièces, une mauvaise manipulation, etc...

Les frais de transport, le déplacement d'un technicien, et les frais éventuels d'un intervenant agréé DKN-Technology et/ou les frais de réparation en atelier ne sont pas compris dans la garantie, et seront à la seule charge de l'acquéreur.

Le fabricant en vertu de la présente garantie ne peut être tenu responsable d'aucun dommage direct, indirect ou consécutif, résultant d'un défaut, ou de l'utilisation de cette machine.





Garantie - Warranty - Garancia - Garanzia - Garantie - Εγγύηση

DKN-Technology garantisce che questo prodotto è esente da difetti materiali al momento della consegna del prodotto per il periodo di tempo indicato nelle pagine degli elementi per uso domestico.

La Garanzia Limitata "carry-in" è valida per un periodo di due (2) anni, a partire dalla data indicata sulla fattura del prodotto o sulla prova di acquisto del prodotto venduto dalla rete di rivenditori autorizzati al cliente.

Questa Garanzia Limitata non è trasferibile e non copre la normale usura (ivi inclusi, ma non limitatamente a, danni e usura alle batterie, molle, cuscinetti, nastro di corsa, sistemi idraulici, funi, cinghie, pulegge, scosse elettriche, cinghie di trasmissione ed altri componenti non durevoli, ecc.)

Questa Garanzia Limitata non è valida se il prodotto è danneggiato da incidente, uso irragionevole, uso improprio, mancata osservanza delle istruzioni fornite, la modifica dal suo stato originale, o altre cause non determinate derivanti da difetti nel materiale, le conseguenze di trattamento improprio, errata installazione, montaggio errato o manomissione dei componenti da montaggio, uso improprio della macchina (es. Carico troppo pesante nel tempo, peso, ecc.), problemi causati dalla mancanza di manutenzione (come leggere vibrazioni o rumore).

Spese di trasporto, spese di viaggio per i tecnici e l'eventuale professionista e/o le spese di laboratorio sono escluse da questa garanzia, e saranno a carico esclusivo del cliente.

La presente Garanzia Limitata esclude il produttore da qualsiasi responsabilità derivante da danni diretti, indiretti o consequenziali risultanti da qualsiasi difetto nell'uso di questa macchina.

Deze 'carry-in' garantie is geldig voor een periode van twee (2) jaar vanaf de datum op de kassa of aankoopbon van het product dat door DKN-Technology werd verkocht. Garantie is niet overdraagbaar. Garantie kan worden ingeroepen wanneer het apparaat steeds in het bezit is geweest van de originele koper, en het originele aankoopbewijs kan worden voorgelegd.

De garantie geldt niet voor: normale slijtage, de gevolgen van een ondeskundige behandeling, manipulatie door de koper of door derden, slechte installatie, foutieve montage of het onklaar maken van onderdelen door onjuiste montage, oneigenlijk gebruik van het apparaat (bv. te zware belasting in tijd, gewicht enz...), problemen die voortvloeien uit een gebrek aan onderhoud, afwijkingen van het standaard apparaat, zoals lichte vibraties of geluiden die het functioneren van het apparaat niet beïnvloeden, die onderdelen die onderhevig zijn aan slijtage zoals: batterijen, veren, lagers, looptapijten, hydraulische systemen, touwen, aandrijfriemen, katrollen, enz..., schade aan het apparaat veroorzaakt door het transport van het apparaat.

Transportkosten, voorrijkosten van een monteur, en de eventuele handelaars en/of werkplaatskosten worden uitgesloten van deze garantie, en zijn dus voor rekening van de bezitter van het apparaat.

De fabrikant kan niet verantwoordelijk gesteld worden voor schade, verlies of kosten, incidenteel noch gerelateerd, ten gevolge van gebruik van dit toestel.





Garantia - Warranty - Garancia - Garanzia - Garantie - Εγγύηση

Esta garantia é válida durante os dois (2) anos seguintes para qualquer manufatura e danos materiais de produtos de fitness DKN-Technology adquiridos a DKN-Technology. Se pretender efectuar uma reclamação durante o período de garantia, a DKN tem a responsabilidade de reparar ou substituir o aparelho/peça com anomalias, à sua discreção. Os custos de transporte e custos relacionados com o vendedor deverão ser suportados pelo proprietário do aparelho.

Se quiser utilizar os seus direitos de garantia, leve o seu certificado de garantia à loja onde adquiriu o seu aparelho. O vendedor local agirá em conformidade com a situação. Se não tiver essa possibilidade, contacte o seu importador nacional DKN-Technology.

A garantia não é válida para os seguintes casos: desgaste normal, consequências de utilização imprópria, danos causados pelo comprador do aparelho e defeitos devidos a circunstâncias excepcionais. Não se pode recorrer a esta garantia depois de terem sido efectuadas alterações à construção original, ou se não se tiver utilizado peças DKN-Technology em caso de reparação ou substituição de peças.

Os custos de transporte, despesas de viagem de um mecânico, e qualquer vendedor e/ou custos da oficina estão excluídos desta garantia, e são, portanto, a cargo do proprietário da unidade.

O fabricante não pode ser responsabilizado por perdas acidentais ou consequenciais, danos ou despesas relacionadas com a utilização deste aparelho.

DKN-Technology garanterar att denna produkt är fri från materialfel vid tidpunkten för produktens anbud. Denna «Carry-in» begränsade garanti gäller under en period av två (2) år, från och med det datum som nämns på din produktfaktura eller bevis för att köpa produktutgåva av DKN-Technology.

Denna begränsade garanti är inte överförbar och täcker inte normalt slitage (inklusive, men inte begränsat till, skador och slitage på batterier, fjädrar, lager, löparmattor, hydraulsystem, rep, remmar, remskivor, elstötar, drivrem och andra icke hållbara delar osv ...).

Denna begränsade garanti ogiltigförklaras om produkten skadas av olycka, orimlig användning, felaktig service, underlåtenhet att följa anvisningarna, modifiering från sitt ursprungliga tillstånd eller andra orsaker som fastställts som inte uppstår på grund av materialfel, konsekvenserna av felaktig behandling, dålig installation, fel montering eller manipulering av delarna genom felaktig montering, felaktig användning av maskinen (t.ex. för tung belastning i tid, vikt osv ...), problem orsakade av bristande underhåll, avvikelser från standardmaskinen, t.ex. ljus vibrationer eller brus osv ...

Transportavgifter, resekostnader för tekniker och eventuella avgifter för näringsidkare och / eller verkstäder är undantagna från denna garanti och kommer att vara till ägarens enskilda kostnader.

Tillverkarens ansvar enligt denna begränsade garanti ska inte innehålla något ansvar för direkta, indirekta eller följdskador till följd av fel eller användning av denna maskin.





WICHTIGE WEEE-INFORMATION

Das WEEE-Zeichen gilt für Länder mit WEEE und E-Müll – Vorschriften (die Europäische Richtlinie 2002/96/EG). Geräte werden nach lokalen Vorschriften für Elektro-Altgeräte (WEEE) gekennzeichnet. Diese Vorschriften regeln den Rahmen für die Rücknahme und das Recycling gebrauchter Geräte, sofern in den einzelnen Geografien anwendbar. Dieses Zeichen gilt für verschiedene Produkte und gibt an, dass ein Produkt nicht mit dem Hausmüll entsorgt werden darf, sondern einer Sammelstelle zugeführt werden muss, die diese Altgeräte wiederverwendet.

Benutzer von Elektro-Altgeräten mit WEEE-Markierung dürfen nicht mehr benutzte Elektrogeräte nicht mit dem Hausmüll entsorgen, sondern verwenden das entsprechende Sammelsystem, um diese Geräte zurückzugeben, zu recyceln und zurückzugewinnen, um so schädliche Auswirkungen dieser Elektro-Altgeräte auf die Umwelt und die Gesundheit zu minimieren, denn in diesen Geräten sind gefährliche Substanzen vorhanden.

IMPORTANT WEEE INFORMATION

The WEEE marking applies to countries with WEEE and e-waste regulations, European Directive 2002/96/EC. Appliances are labelled in accordance with local regulations concerning waste electrical and electronic equipment (WEEE). These regulations determine the framework for the return and recycling of used appliances as applicable within each geography. This label is applied to various products to indicate that the product is not to be thrown away, but rather put in the established collective systems for reclaiming these end of life products.

Users of electrical and electronic equipment (EEE) with the WEEE marking must not dispose of end of life EEE as unsorted municipal waste, but use the collection framework available to them for the return, recycle, and recovery of WEEE and to minimize any potential effects of EEE on the environment and human health due to the presence of hazardous substances.

INFORMACION DE RAEE IMPORTANTE

La marca RAEE se aplica a países con normativas de RAEE y residuos electrónicos (la Directiva Europea 2002/96/EC). Los aparatos se etiquetan de acuerdo con los normativas locales relacionadas con residuos de aparatos eléctricos y electrónicos (RAEE). Estas normativas determinan la forma en que se devolverán y reciclarán los aparatos usados dependiendo de cada región. Esta etiqueta se aplica a varios productos para indicar que el producto no se puede tirar, sino que hay que dejarlo en los sistemas de recolección establecidos para reclamar estos productos al final de su vida útil.

Los usuarios de aparatos eléctricos y electrónicos (AEE) con la marca RAEE no se deben tirar al final de su vida útil a la basura municipal común, sino que es necesario utilizar la estructura de recolección disponible para cada uno de ellos, para así devolver, reciclar y recuperar los RAEE y minimizar cualquier efecto potencial que los AEE puedan tener en el medio ambiente y en la salud humana debido a la presencia de sustancias peligrosas.

INFORMATIONS WEEE IMPORTANTES

La marque WEEE s'applique aux pays ayant adopté les réglementations WEEE et e-waste (la directive européenne 2002/96/EC). Les appareils sont étiquetés conformément aux réglementations locales relatives aux déchets d'équipements électriques et électroniques (WEEE). Ces réglementations déterminent le cadre pour le retour et le recyclage des appareils usages conformément à chaque zone géographique. Cette étiquette est appliquée sur divers produits pour indiquer que le produit ne doit pas être jeté, mais déposé dans des systèmes de collecte établis pour récupérer ces produits en fin de vie.

Les utilisateurs en possession d'équipements électriques et électroniques (EEE) marqués WEEE ne doivent pas jeter les EEE en fin de vie comme déchet municipal non trié, mais utiliser le cadre de collecte disponible pour renvoyer, recycler et récupérer les WEEE et réduire tous les effets possibles sur l'environnement et la santé humaine dus à la présence de substances dangereuses.

IMPORTANTI INFORMAZIONI WEEE

Il marchio WEEE è adottato nelle nazioni in cui sono in vigore le normative e-waste e WEEE (Direttiva Europea 2002/96/EC). Il dispositivo sono etichettati in base alle normative locali sullo smaltimento di attrezzature elettroniche ed elettriche (WEEE). Tali normative definiscono le disposizioni, in base alla nazione, per la restituzione e il riciclo di apparecchi usati. L'etichetta viene applicata a diversi prodotti per indicare che essi non devono essere smaltiti come normali rifiuti domestici, viceversa devono essere portati nei centri di raccolta specifici per tali prodotti.

Gli utilizzatori di apparecchi elettronici ed elettrici (EEE) dotati del marchio WEEE non devono smaltire i prodotti EEE usati come normali rifiuti alla raccolta locale indifferenziata, ma devono utilizzare le strutture dedicate per consentire la restituzione, il riciclo e recupero dei prodotti WEEE in modo da ridurre al minimo gli effetti potenziali che gli EEE possono avere sull'ambiente e sulla salute a causa della presenza di sostanze pericolose.

BELANGRIJKE WEEE-INFORMATIE

De WEEE-markering geldt voor landen met WEEE regelgeving en regelgeving voor elektronisch afval (Europese richtlijn 2002/96/EG). Apparaten krijgen labels overeenkomstig lokale regelgeving betreffende afval en elektrische en elektronische apparatuur (WEEE).

Deze regelgeving bepaalt hoe gebruikte apparatuur in elk gebied wordt teruggebracht en gerecycleerd. Dit label wordt op verschillende producten aangebracht om aan te geven dat het product niet mag worden weggegooid, maar dat het naar inzamelpunten moet worden gebracht op het einde van de levensduur.

Gebruikers van elektrische en elektronische apparatuur (EEE) met het WEEE label mogen deze op het einde van hun levensduur niet als huis houdelijk afval weggooien, maar moeten het inzamelsysteem gebruiken om deze apparatuur in te zamelen, te recyclen en te hergebruiken om de mogelijke effecten van deze apparatuur op het milieu en de gezondheid ten gevolge van gevaarlijke stoffen te minimaliseren.

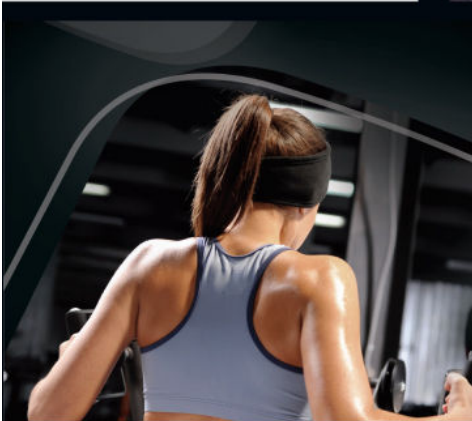
VIKTIGT WEEE-INFORMATION

WEEE-märkningarna gäller för länder med WEEE- och e-avfallsföreskrifter, Europeiska direktiv 2002/96 / EG. Hushållsapparater är märkta i enlighet med lokala bestämmelser om elektrisk och elektronisk utrustning (WEEE). Dessa bestämmelser fastställer ramarna för återlämnande och återvinning av begagnade apparater som är tillämpliga inom varje geografi. Denna etikett appliceras på olika produkter för att indikera att produkten inte ska kastas utan snarare läggas in i de etablerade kollektiva systemen för återvinning av dessa slutprodukter.

Användare av elektrisk och elektronisk utrustning (EEE) med WEEE-märkning får inte bortskaffa livslängd EEE som osorterat kommunalt avfall, utan använder den samlingsram som finns för dem för återlämnande, återvinning och återvinning av WEEE och för att minimera eventuella effekter av EEE på miljön och människors hälsa på grund av förekomsten av farliga ämnen.







www.dkn-technology.com