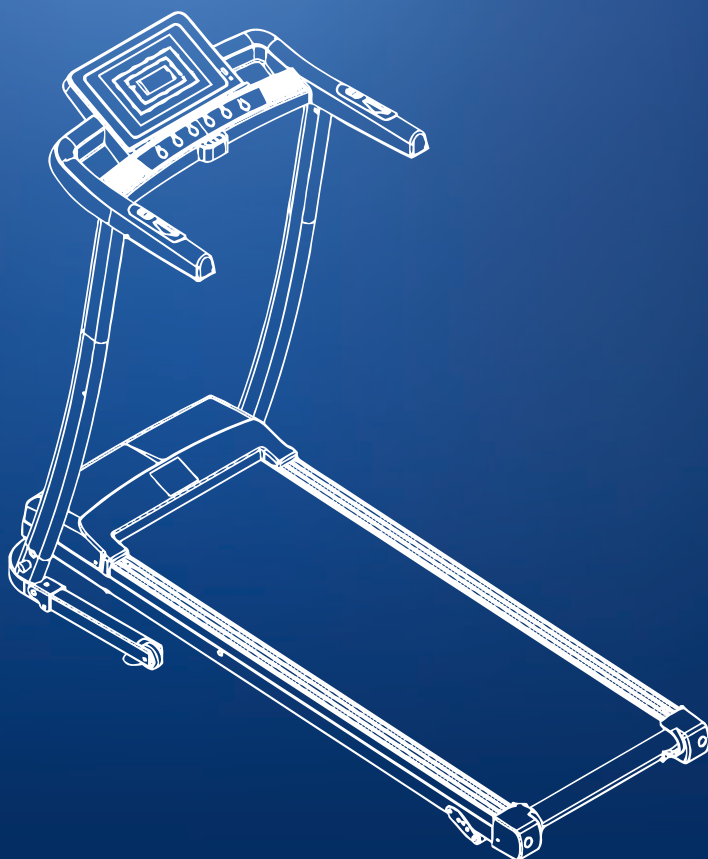


MANUAL DE INSTRUCCIONES

Cinta de correr 0-12km/h con Bluetooth y

altavoz

ETNA



Manual de instrucciones

ES

Instruction manual

EN

Manuel D'Utilisation

FR

Manuale D'Istruzioni

IT

Anweisungen

DE

Instruções

PT

Gebruiksaanwijzing

NL

Bruksanvisning

SWE

Instrukcja obsługi

PL

Brugsanvisning

DK



ES - Lea las instrucciones antes de usar el producto.

EN - Please read instructions before use.

FR - Lisez les instructions avant d'utiliser le produit.

IT - Leggere le istruzioni prima di usare il prodotto.

DE - Lesen Sie die Gebrauchsanweisung, bevor Sie das Produkt verwenden.

PT - Leia as instruções antes de utilizar o produto.

NL - Lees de instructies voordat u het product gebruikt.

SWE - Läs instruktionerna innan du använder produkten.

PL - Läs instruktionerna innan du använder produkten.

DK - Læs vejledningen, før du bruger produktet.



Other languages





IMPORTANTE

CONSERVAR PARA POSTERIORES CONSULTAS.

El propósito principal de una cinta de correr es proporcionar un lugar para correr o caminar sin moverse de un mismo sitio. Esto lo hace una opción conveniente para las personas que viven en áreas urbanas o tienen poco tiempo para salir a correr.

Las cintas de correr se pueden utilizar para una variedad de propósitos, que incluyen: ejercicio cardiovascular, fortalecimiento muscular, rehabilitación o pérdida de peso.

Este tipo de máquina de ejercicio es una herramienta versátil que puede proporcionar una variedad de beneficios para la salud.

1. ADVERTENCIAS

1. **¡ADVERTENCIA!** Antes de utilizar la cinta de correr, asegúrese de que está totalmente conectada a tierra para evitar accidentes y peligros.
2. **¡ADVERTENCIA!** No utilices el pulsómetro junto con otros pulsómetros inalámbricos, ya que podrían producirse interferencias eléctricas.
3. **¡ADVERTENCIA!** Durante el funcionamiento, por favor, sujete el clip de bloqueo de seguridad (rojo) en la ropa para facilitar la detención de la máquina en caso de emergencia.
4. **¡ADVERTENCIA!** Antes de realizar ejercicio físico, consulte a su médico.
5. **¡ADVERTENCIA!** Por favor, use ropa deportiva adecuada para hacer ejercicio.
6. **¡ADVERTENCIA!** Mantenga la habitación limpia y ordenada: evite que la suciedad sea absorbida por la cinta de correr, lo que provocará un mal funcionamiento.
7. **¡ADVERTENCIA!** El peso del usuario no debe superar los 120 kg.
8. **¡ADVERTENCIA!** Este producto es para una sola persona cuando está en funcionamiento. No deje que niños o mascotas jueguen alrededor para evitar accidentes.
9. **¡ADVERTENCIA!** El espacio mínimo requerido para ser colocado en el hogar después de que la máquina se despliega (en la distancia de la pared y muebles), la parte delantera y los lados no son menos de 100CM, y la parte trasera no es menos de 200CM.
10. **¡ADVERTENCIA!** No utilice la unidad si el cable de alimentación está dañado.
11. **¡ADVERTENCIA!** Si la cinta de correr está dañada o rota, no la utilice y póngase en contacto con su distribuidor local para el servicio postventa.
12. **¡ADVERTENCIA!** No toque ninguna parte en movimiento de la máquina con las manos.
13. **¡ADVERTENCIA!** No presione ni introduzca ningún objeto, como toallas, que pueda ocasionar su obstrucción en la unidad.

- 14.¡ADVERTENCIA!** Coloque la cinta de correr sobre una superficie limpia y nivelada y manténgala bien ventilada. Asegúrese de que no haya objetos afilados cerca. No la utilices cerca de fuentes de agua y fuego.
- 15.¡ADVERTENCIA!** Por favor, utilice el pasamanos al subir y bajar de la máquina, no baje de la máquina hasta que no esté completamente parada.
- 16.¡ADVERTENCIA!** Para mantener el funcionamiento normal de esta unidad, no instale en ella ningún accesorio que no haya sido suministrado por el fabricante original.
- 17.¡ADVERTENCIA!** Todas las partes de la máquina deben mantenerse en perfectas condiciones, firmes y no plegadas mientras estén en funcionamiento.
- 18.¡ADVERTENCIA!** Por favor, apague y desenchufe la máquina después de usarla.

2. ESPECIFICACIONES

Grados de inclinación: Nivel 1 (0° - 5°) Nivel 2 (5° - 10°) Nivel 3 (10° - 15°)

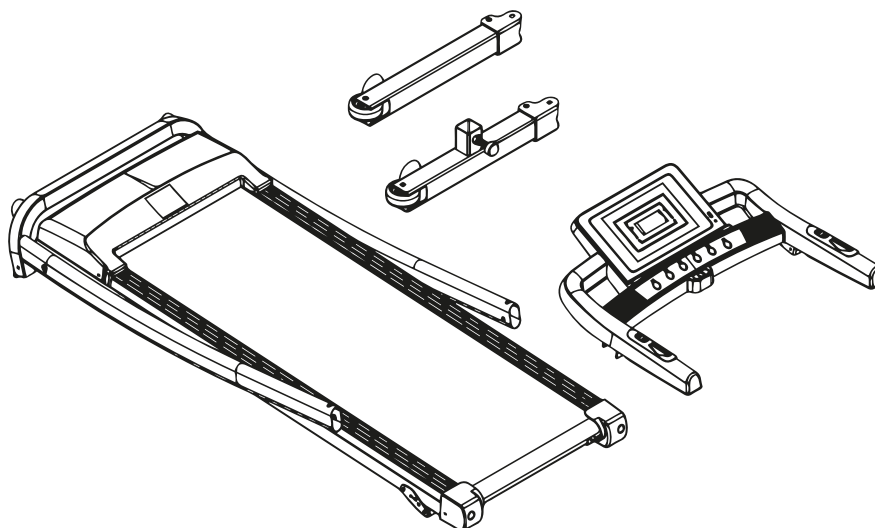
Velocidad máxima: 12 km/h

Número de serie	Piezas
1	Bastidor principal
2	Panel eléctrico
3	Tubo izquierdo del bastidor inferior
4	Tubo derecho del bastidor inferior
5	Manual
6	Herramientas

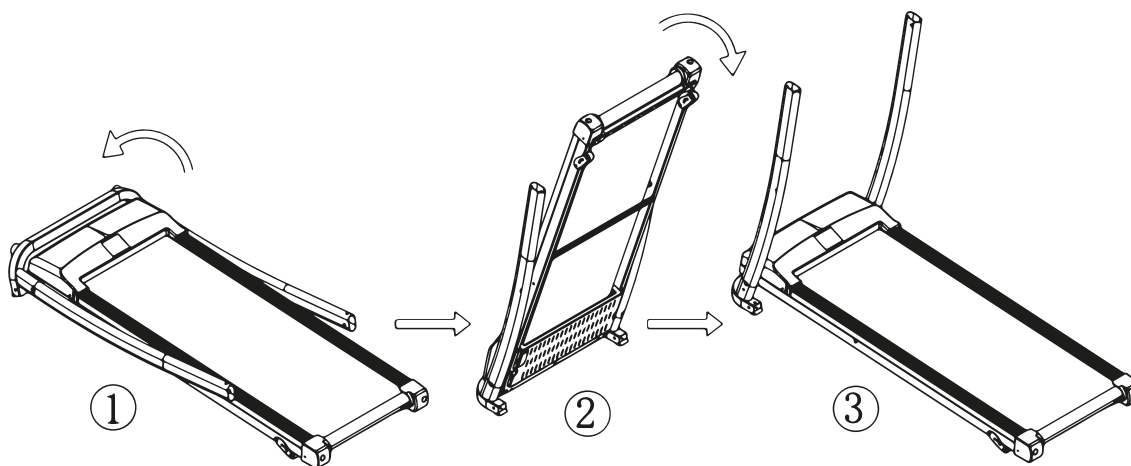
Número de serie	Piezas	Cantidad
A	Llave de seguridad	1
B	Llave allen de 6 mm	1
C	-	-
D	Tornillo hexagonal de media cabeza redonda M8*16	4
E	Arandela plana M8	10
F	Tornillo hexagonal de media cabeza redonda M8*55	4
G	Tuerca hexagonal M8	4
H	Llave inglesa	1
I	Llave allen de 5 mm	1
J	Tornillo hexagonal de media cabeza redonda M8*50	2
K	Pestillo	1
L	Tuerca de sombrerete M8	2

3. MONTAJE

PASO 1. Saque el bastidor principal y el panel eléctrico de la caja de cartón y abra la correa de sujeción del bastidor.



PASO 2. Cuando despliegue el bastidor, primero levante la máquina en la dirección de la flecha (como se muestra en la figura 1) y, a continuación, coloque el bastidor plano en el suelo en la dirección de la flecha (como se muestra en las figuras 2 y 3).

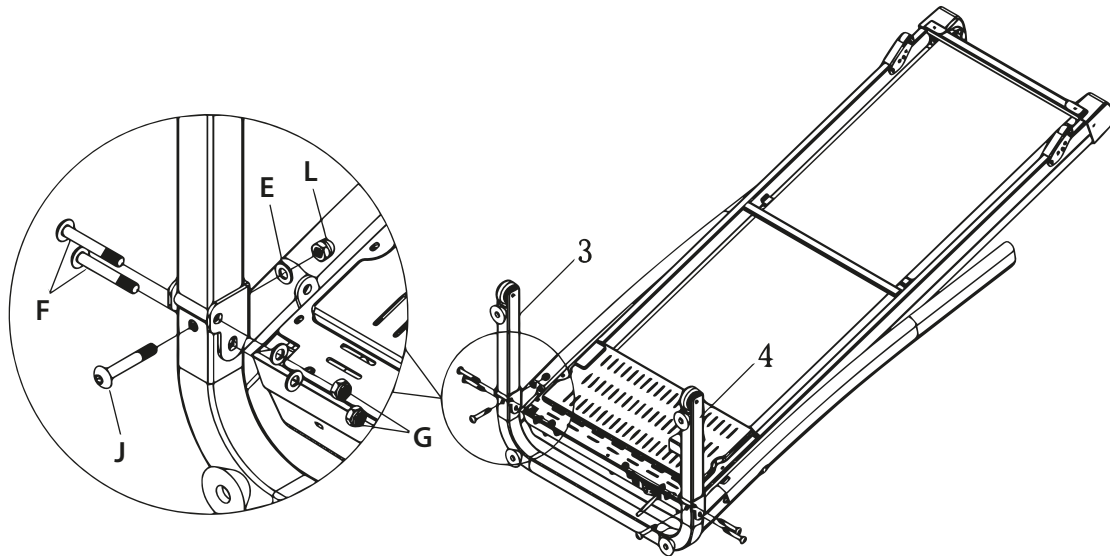


PASO 3. Inserte el tubo del borde del marco inferior en el marco inferior en la dirección de la flecha, y fije los tornillos F (tornillos de cabeza hueca de media cabeza redonda), G (tuercas hexagonales) y E (arandelas planas) en el marco inferior.

Luego, inserte los tornillos J (tornillos de cabeza hueca de media cabeza redonda) desde el marco inferior, y fije el tubo del borde del marco inferior con el marco inferior a través de las arandelas planas E (arandelas planas) y las tuercas ciegas L (tuercas ciegas).

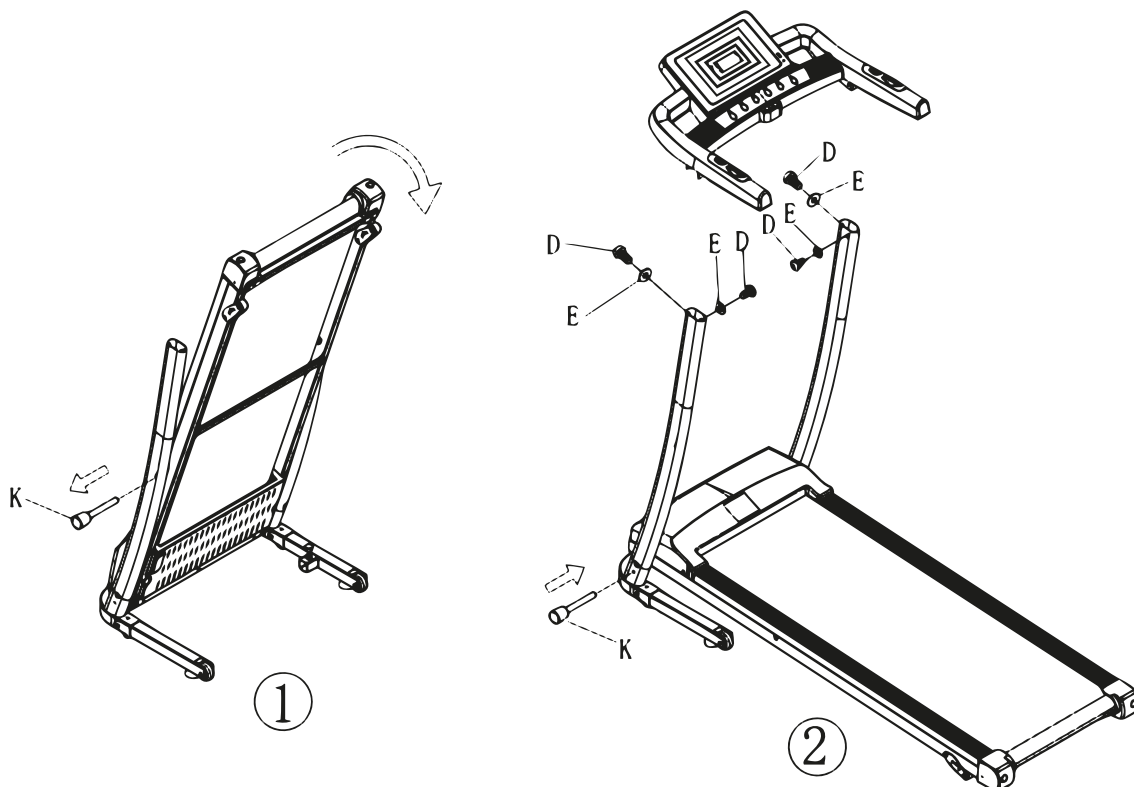
Inserte el K (pasador) de la parte inferior de la columna en el orificio de la placa de hierro inferior del extremo delantero de la plataforma de rodadura (como se muestra en la figura).

Nota: Aquí se necesitan I (llave hexagonal de 5 mm) y H (llave fija).



PASO 4. En primer lugar, inserte panel eléctrico en la columna en la dirección de la flecha y, a continuación, fije el panel en la columna con E (arandelas planas M8) y D (M8*16) (como se muestra en la figura).

Nota: Aquí se necesita B (llave hexagonal de 6 mm).



PASO 5. Uso del producto: en este momento, la luz del panel eléctrico está encendida, y la máquina sólo puede funcionar tras pulsar la tecla de inicio.

Nota: El cierre de seguridad debe estar colocado en la posición de la etiqueta amarilla en el centro de la parte inferior del aparato para que la cinta pueda arrancar normalmente; si en la ventana del reloj eléctrico aparece "E07", significa que el cierre de seguridad no está colocado o no está en su sitio).

Función de parada de emergencia

Una vez retirado el bloqueo de seguridad, la fuente de alimentación se desconecta y la parte de corriente débil permanece encendida. Esta operación no está controlada por software.

Por su seguridad, utilice la pinza de seguridad cuando haga ejercicio.

Tenga en cuenta que después de confirmar que toda la instalación se ha completado de acuerdo con el requisito anterior, todos los tornillos deben ser uniformemente bloqueados y comprobados por cualquier omisión antes de conectar a la fuente de alimentación.

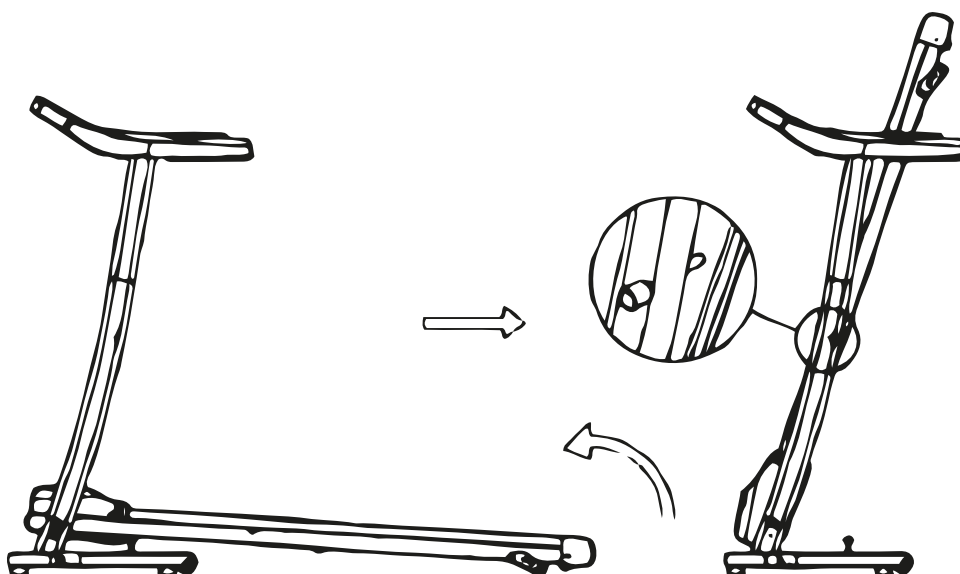
Plegado del producto

Cuando necesite transportar o no vaya a utilizar este producto durante mucho tiempo, plieguelo como se muestra en la figura siguiente:

Sujete con la mano el extremo posterior de la plataforma de rodadura y levántela lentamente en la dirección indicada por la flecha hasta que la plataforma de rodadura quede básicamente paralela al pilar. Utilice la otra mano para insertar la K (clavija) desde un lado del pilar, asegurándose de que la clavija se inserta en el orificio de plegado del lateral de la plataforma de rodadura.

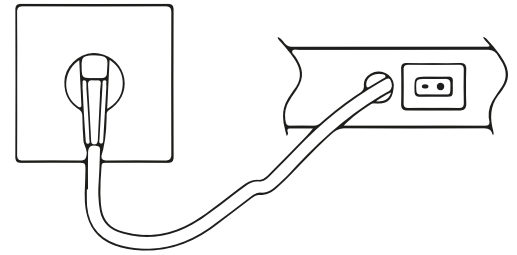
Despliegue del producto

Con la mano, tire de la K (clavija) de la columna y, a continuación, baje la mesa de rodaje hasta que entre en contacto con el suelo para desplegar el producto. A continuación, inserte la K (clavija) de la parte inferior de la columna en el orificio de la placa de hierro situada en el extremo delantero de la mesa móvil.



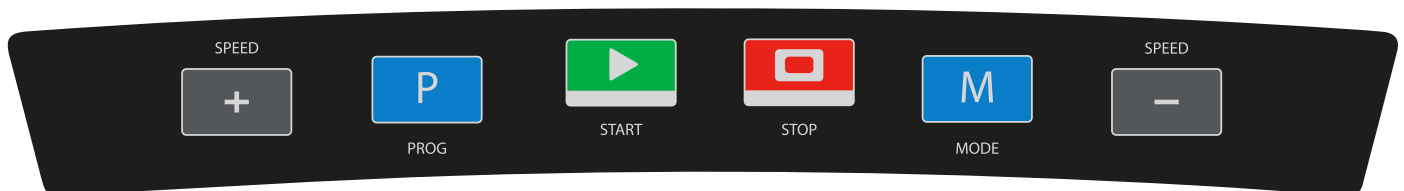
4. INSTRUCCIONES DEL MANDO ELÉCTRICO

1. Enchufe la alimentación y encienda el interruptor. Espere a que se encienda la pantalla y entre en la interfaz de inicio.



2. Introducción del cierre de seguridad: Coloque el bloqueo de seguridad completamente en la zona de colocación del bloqueo de seguridad del reloj electrónico antes de que la cinta de correr pueda funcionar; enganche el clip del bloqueo de seguridad a su ropa. En caso de una situación inesperada, tire inmediatamente del bloqueo de seguridad para detener el funcionamiento del motor; si desea continuar utilizando la cinta de correr, vuelva a colocar el bloqueo de seguridad; en cualquier caso, desenchufe el bloqueo de seguridad para detener la cinta de correr.

3. Aspecto de la pantalla



4. Arranque: Arranque normal tras 3 segundos de cuenta atrás.

5. Número de programas: 3 programas manuales y 12 programas automáticos

6. Función de bloqueo de seguridad: Una vez que se extrae el bloqueo de seguridad, la cinta de correr "E07" se detendrá rápidamente, y aparecerá un sonido de alarma de tic-tac. Cuando se pone el bloqueo de seguridad, el reloj electrónico se mostrará durante 2 segundos, y todos los datos se pondrán a cero.

7. Función de las teclas

Botón de inicio / Botón de parada: Botón de inicio, cuando la cinta de correr se detiene, pulse el botón de inicio, la velocidad mostrará "1km", y la cinta de correr se pondrá en marcha.

Botón de parada, cuando la cinta esté en marcha, pulse el botón de parada y todos los datos se pondrán a cero. Cuando la cinta se detenga, volverá al modo manual y la cinta se parará. El mango contiene estos dos botones.

Teclas de programa: en estado de espera, pulse esta tecla para seleccionar del modo manual al programa automático P1-P12, el modo manual es el modo de funcionamiento por defecto del sistema.

Tecla de modo: En estado de espera, pulse esta tecla para seleccionar 3 modos diferentes de funcionamiento de la cuenta atrás en un ciclo. Modo de cuenta atrás de tiempo, modo de cuenta atrás de distancia, modo de cuenta atrás de calorías. Al elegir los distintos modos, el botón de velocidad más o menos se puede utilizar para ajustar el valor de cuenta atrás correspondiente. Después del ajuste, pulse el botón "start" para poner en marcha la cinta rodante.

Tecla de velocidad más o menos: Se puede utilizar para ajustar el valor de configuración al configurar los

parámetros de la cinta de correr. Después de que la cinta de correr se ponga en marcha, se puede utilizar para ajustar la velocidad, aumentando 0,1km/vez, y aumentando o disminuyendo automáticamente de forma continua cuando la cinta de correr se mantiene pulsada durante más de 2 segundos. La empuñadura contiene estos dos botones.

8. Función de visualización

Indicación de velocidad: Muestra el valor actual de la velocidad de marcha.

Visualización del tiempo: El tiempo transcurrido en modo manual o el inverso del tiempo transcurrido en modo y programa.

Visualización de la distancia: Muestra la distancia acumulada en los modos manual y programa o la cuenta atrás de la distancia recorrida en el modo.

Visualización de calorías: Muestra el recuento de calorías para el ejercicio manual y el modo de programa o ejecuta el recuento de calorías en el modo.

9. Programa automático: Cada programa tiene 10 segmentos, y el tiempo de ejecución de cada segmento del programa se distribuye por igual. A continuación se muestra un diagrama de los movimientos de los 12 programas.

Programa		SET TIME / 10 = Tiempo de funcionamiento de cada intervalo									
P1	VELOCIDAD	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
P2	VELOCIDAD	3	3	8	5	5	6	3	4	4	3
P3	VELOCIDAD	3	3	4	4	5	6	5	8	8	4
P4	VELOCIDAD	3	3	5	4	2	6	5	4	3	3
P5	VELOCIDAD	3	8	2	4	5	5	2	5	5	4
P6	VELOCIDAD	2	8	5	4	4	3	2	3	3	3
P7	VELOCIDAD	2	4	5	8	5	8	5	3	2	2
P8	VELOCIDAD	2	4	4	4	5	6	5	3	8	2
P9	VELOCIDAD	2	4	5	5	8	5	8	3	3	2
P10	VELOCIDAD	2	5	5	5	3	2	5	2	4	3
P11	VELOCIDAD	2	5	8	3	5	3	2	5	3	2
P12	VELOCIDAD	2	3	5	8	4	8	3	8	5	3

10. Configuración de parámetros en los tres modos: La cuenta atrás se establece inicialmente en 10:00 minutos, y el rango de ajuste es de 5:00 - 99:59 minutos, y el paso es de 1:00.

Contar calorías: Ajuste la caloría inicial a 50 kcal, ajuste el rango a 20 - 990 kcal, paso 10.

Distancia de conteo ajuste la distancia inicial a 1,0 km, ajuste el rango a 1,0 - 99,9 km, paso 0,1.

Orden de cambio de ciclo: manual, tiempo, distancia, calorías.

11. Después de que se ejecute un parámetro de cuenta atrás, la pantalla mostrará FIN y la alarma sonará durante 0,5 segundos cada 2 segundos hasta que la cinta se detenga y, a continuación, volverá al modo manual.

El tiempo de cuenta atrás, las calorías y la distancia sólo pueden ajustarse a una de estas opciones. Pulsa la última opción para correr, y los parámetros configurados realizarán una cuenta atrás mientras que los

demás mostrarán el conteo hacia delante.

12. Selección de funciones

Siga las instrucciones que se indican a continuación según las funciones del producto seleccionado.

Compartir música por Bluetooth: Encienda el interruptor de alimentación de la cinta de correr, busque manualmente el dispositivo bluetooth (DP) con el teléfono móvil, encuentre el dispositivo bluetooth y haga clic en "Conectar". Cuando la conexión se haya realizado correctamente, la música del teléfono móvil podrá transmitirse al amplificador de potencia de la cinta de correr a través de Bluetooth para su reproducción.

5. DIRECTRICES DE MANTENIMIENTO

Un mantenimiento adecuado puede mantener su cinta de correr en las mejores condiciones para siempre; un mantenimiento incorrecto puede dañar o acortar la vida útil de la cinta.

Advertencia: Asegúrese de desenchufar la cinta de correr antes de limpiar o realizar el mantenimiento del producto.

1. Elimine regularmente el polvo para mantener limpias las piezas
2. Después de cada uso de la cinta de correr, limpie el medidor con una toalla limpia o un paño. Por favor, preste atención a no hacer salpicaduras de agua en los componentes eléctricos y debajo de la cinta de correr.
3. Por favor, coloque su cinta de correr en un ambiente limpio y seco, asegúrese de que la corriente ha sido apagada y el enchufe desenchufado.
4. Para facilitar el desplazamiento, la cinta de correr lleva ruedas. Por favor, asegúrese de desconectar la alimentación eléctrica y plegar la cinta antes de moverla.
5. Compruebe con frecuencia todas las piezas de la cinta de correr; las piezas dañadas deben sustituirse inmediatamente.
6. Para mantener y prolongar la vida útil de la cinta de correr, se recomienda dejarla descansar durante 10 minutos después de un uso continuado de 30 minutos.
7. La cinta de correr ha sido ajustada antes de salir de la fábrica. Es normal que la cinta de correr se estire durante el uso. Después de un periodo de uso, si la cinta de correr resbala o no es suave cuando utiliza la cinta de correr, puede ajustar la tensión de la cinta de correr para mejorarla.
 - a. Si la cinta de correr está demasiado floja, por favor inserte la llave hexagonal aleatoria en el agujero de ajuste del protector de pie izquierdo de la cinta de correr y gírela 1/4 de vuelta en el sentido de las agujas del reloj. Luego ajuste la derecha y gírela 1/4 de vuelta en el sentido de las agujas del reloj también. Tenga en cuenta que la izquierda y la derecha deben ajustarse de forma sincronizada para que la cinta de correr pueda tensarse y la cinta de correr no se desvíe del punto central. Si la correa de transmisión está demasiado tensa, ajústela a la izquierda y a la derecha simultáneamente y en sentido contrario a las agujas del reloj.

Nota: La correa no debe estar demasiado apretada. Esto tirará de la correa, aumentará la presión del rodillo delantero/trasero, dañará el cojinete del rodillo, producirá un sonido diferente u otros problemas, ajuste la correa para que no se deslice.

b. Ajuste de la alineación de la correa

Al correr en la cinta, la presión sobre la cinta se desequilibra porque los dos pies ejercen fuerzas diferentes

durante la carrera, lo que hace que la cinta se descentre. Esta desviación es normal; cuando no hay nadie corriendo sobre la cinta, ésta vuelve automáticamente al centro. Si tiene alguna duda, contacte con el fabricante.

Haga funcionar la cinta sin carga, ajuste la velocidad a la 6ª marcha y observe la distancia hasta las barras de los bordes izquierdo y derecho:

- Si está a la izquierda, utilice la llave hexagonal para girar el tornillo izquierdo 1/4 de vuelta en el sentido de las agujas del reloj.
- Si está a la derecha, utilice la llave hexagonal en el sentido de las agujas del reloj para girar el tornillo derecho 1/4 de vuelta
- Si el cinturón sigue sin estar en el centro, repite la operación hasta que esté en el centro.

Después de ajustar la marcha al medio, ajuste la velocidad a la 6ª marcha y observe la desviación de la cinta de correr y la suavidad de la marcha. Si hay alguna desviación, repita el paso de ajuste.

¡Atención! No apriete demasiado el rodillo. Esto provocaría daños permanentes en el rodamiento.

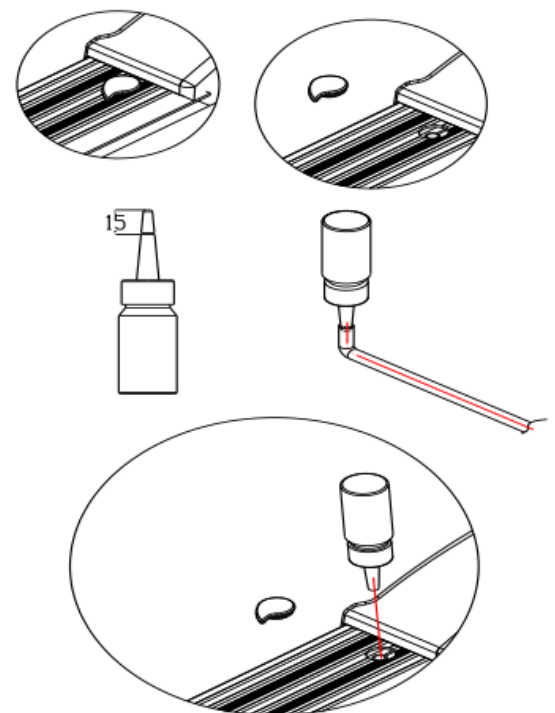
6. ACEITE LUBRICANTE

La cinta de correr está lubricada cuando sale de fábrica, pero debe ser revisada con frecuencia, para que se mantenga en las mejores condiciones de uso. Se recomienda lubricarla después de un año de uso o 100 horas de funcionamiento.

Después de cada 30 horas o 30 días de uso, cuando la cinta de correr esté parada, tire de la correa de arranque desde el lado y extienda la mano para tocar la superficie de la cinta de correr hacia dentro tanto como sea posible.

Cómo añadir aceite lubricante

Siga el método que se muestra en la figura siguiente. Abra la tapa decorativa de repostaje situada en la barra lateral delantera izquierda, utilice unas tijeras o un cuchillo para cortar la botella de aceite lubricante de acuerdo con el tamaño que se muestra en la figura siguiente y, a continuación, lubrique de acuerdo con el diagrama inferior. Cuando lubrique, preste atención a insertar la varilla delgada de la parte delantera de la botella de aceite lubricante en el tubo de repostaje de la plataforma antes de inyectar el aceite.



7. AVERÍAS Y RESOLUCIÓN DE PROBLEMAS

7.1. LA PANTALLA MUESTRA EL CÓDIGO DE ERROR Y EXCLUYE

CÓDIGO DE ERROR	DESCRIPCIÓN DE LA AVERÍA	GESTIÓN DE FALLOS
E1	No hay buena conexión entre la consola y el mando eléctrico	<ol style="list-style-type: none"> 1. Compruebe el estado de los cables y asegúrese de que todas las clavijas están conectadas entre el controlador de motor y la pantalla. 2. Compruebe que el sensor de velocidad y el imán están correctamente alineados y que no hay obstrucciones en el imán. (El imán se encuentra en el rodillo delantero, cerca de la correa del motor). 3. Si la cinta de correr se mueve y la consola muestra el error E1 después de 10 segundos, sustituya el sensor de velocidad. 4. Si la cinta de correr no se mueve, sustituya el controlador.
E2	Detección anormal de tensión * Tensión normal: 220V	<ol style="list-style-type: none"> 1. Asegúrese de que el cable del motor o el controlador eléctrico están bien conectados. Si la luz de la placa del circuito: <ul style="list-style-type: none"> - Se enciende: Cambiar motor. - No se enciende: Cambiar placa de control.
E3	No hay señal de velocidad	<ol style="list-style-type: none"> 1. Asegúrese de que todos los enchufes están conectados entre el controlador del motor y la pantalla. 2. Si la cinta de correr no se mueve, sustituya el controlador. 3. Compruebe que el sensor de velocidad y el imán están correctamente alineados y que no hay obstrucciones en el imán.
E5	La corriente supera la corriente nominal	<ol style="list-style-type: none"> 1. El peso de carga es superior al peso máximo de carga. 2. Compruebe si hay una resistencia anormal de la mesa de trabajo, la correa o la correa del motor, o rocíe aceite lubricante en la mesa de trabajo.
E6	Menos de la tensión normal	Contacte con atención al cliente.
E7	La llave de seguridad no está en la posición correcta	Coloque la llave de seguridad en la posición correcta

7.2. PROBLEMAS COMUNES Y MÉTODOS DE ELIMINACIÓN

- La cinta de correr no arranca: compruebe si el enchufe de alimentación está enchufado, si el interruptor de alimentación está encendido y si el interruptor de seguridad está retirado.
- La cinta de correr patina: Consulte las instrucciones para ajustar la tensión de la cinta de correr.
- Cinta de correr fuera de la pista: Siga las instrucciones y ajuste la cinta de correr al centro.
- Sonido anormal en funcionamiento: Compruebe si los tornillos de la máquina están flojos y si es necesario lubricar la correa de rodadura.

8. PAUTAS DE EJERCICIO

Consulte a su médico antes de iniciar un programa de ejercicio o entrenamiento. Siga los consejos e instrucciones del médico para el entrenamiento.

Establece tus objetivos con tu médico antes de asegurarte de que el plan es realista y comienza el programa de entrenamiento con tranquilidad.

Puede añadir algún ejercicio aeróbico a su plan de ejercicios, como caminar, correr, nadar, bailar o montar en bicicleta. Compruebe siempre el pulso, si no dispone de un pulsómetro electrónico, pregunte a su médico cómo medir el pulso con la mano o el cuello. Además, debe establecer la frecuencia cardíaca objetivo en función de la edad y el bienestar físico.

9. EJERCICIOS DE CALENTAMIENTO

Calentamiento y ejercicios relajantes: un programa de ejercicios exitoso debe incluir calentamiento, ejercicios aeróbicos y relajantes. La duración de los ejercicios será de al menos dos o tres veces por semana, y un día después del ejercicio se puede aumentar el número de ejercicios a cuatro o cinco días al cabo de unos meses.





IMPORTANT

TO KEEP FOR FUTURE REFERENCE.

The main purpose of a treadmill is to provide a place to run or walk without moving from one location. This makes it a convenient option for people who live in urban areas or have little time to go running.

Treadmills can be used for a variety of purposes, including: cardiovascular exercise, muscle strengthening, rehabilitation or weight loss.

This type of exercise machine is a versatile tool that can provide a variety of health benefits.

1. WARNINGS

1. **WARNING!** Before using the treadmill, make sure that it is fully earthed to prevent accidents and hazards.
2. **WARNING!** Do not use the heart rate monitor together with other wireless heart rate monitors, as electrical interference may occur.
3. **WARNING!** During operation, please fasten the safety lock clip (red) on the clothing to facilitate stopping the machine in case of emergency.
4. **WARNING!** Before exercising, please consult your doctor.
5. **WARNING!** Please wear appropriate sports clothing when exercising.
6. **WARNING!** Keep the room clean and tidy: prevent dirt from being absorbed by the treadmill, which will cause it to malfunction.
7. **WARNING!** The user's weight must not exceed 120 kg.
8. **WARNING!** This product is for one person only when in operation. Do not allow children or pets to play around it to avoid accidents.
9. **WARNING!** The minimum space required to be placed in the home after the machine is unfolded (in the distance from the wall and furniture), the front and sides are not less than 100CM, and the back is not less than 200CM.
10. **WARNING!** Do not use the unit if the power cord is damaged.
11. **WARNING!** If the treadmill is damaged or broken, do not use it and contact your local dealer for after-sales service.
12. **WARNING!** Do not touch any moving parts of the machine with your hands.
13. **WARNING!** Do not press or insert any objects, such as towels, which may cause blockage into the unit.
14. **WARNING!** Place the treadmill on a clean, level surface and keep it well ventilated. Make sure there

are no sharp objects nearby. Do not use near sources of water and fire.

15. WARNING! Please use the handrail when getting on and off the machine, do not get off the machine until it has come to a complete stop.

16. WARNING! To maintain normal operation of this unit, do not install any accessories on this unit that have not been supplied by the original manufacturer.

17. WARNING! All parts of the machine must be kept in perfect, firm and unfolded condition while in operation.

18. WARNING! Please switch off and unplug the machine after use.

2. SPECIFICATIONS

Degrees of inclination: Level 1 (0° - 5°) Level 2 (5° - 10°) Level 3 (10° - 15°)

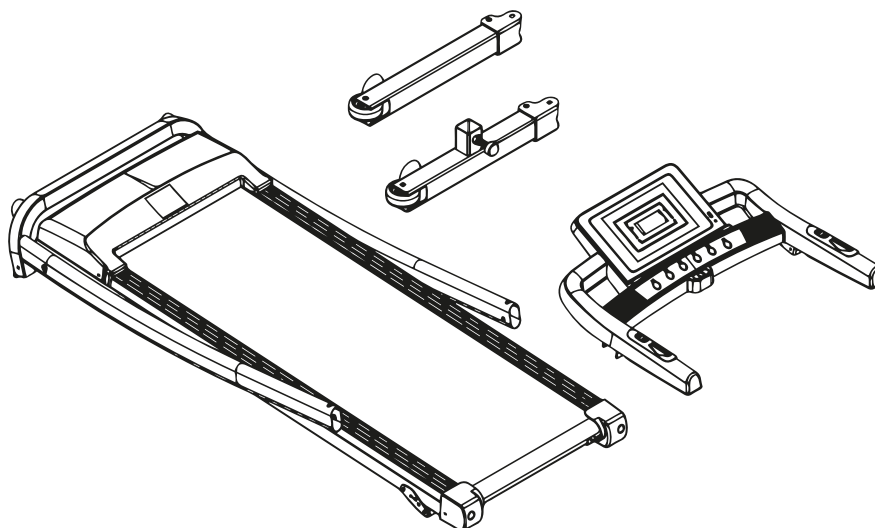
Maximum speed: 12 km/h

Serial number	Parts
1	Main frame
2	Electrical panel
3	Left lower frame tube
4	Right lower frame tube
5	Manual
6	Tools

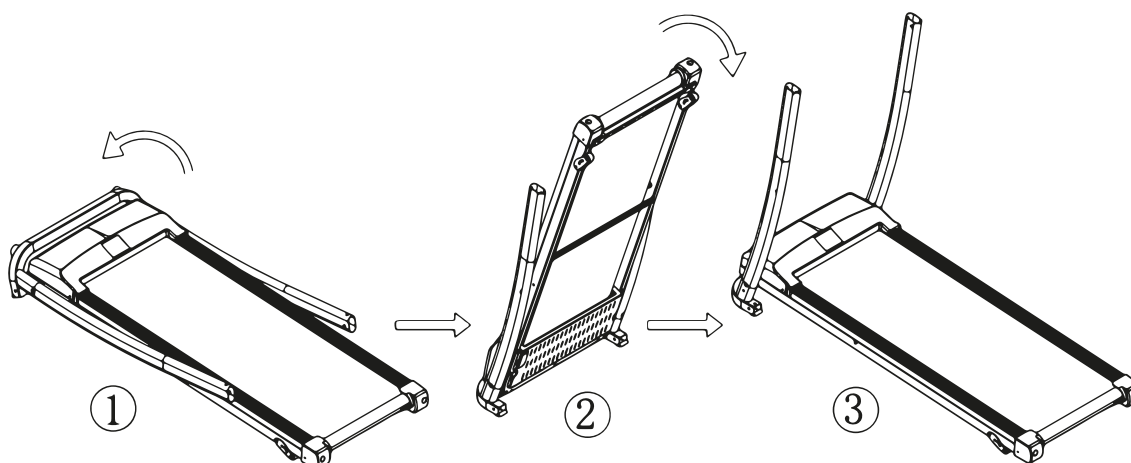
Serial number	Parts	Quantity
A	Security key	1
B	6 mm Allen key	1
C	-	-
D	Hexagon socket head cap screw M8*16	4
E	Flat washer M8	10
F	Hexagon socket head cap screw M8*55	4
G	Hexagon nut M8	4
H	Spanner	1
I	5 mm Allen key	1
J	Hexagon head half round head screw M8*50	2
K	Latch	1
L	Cap nut M8	2

3. ASSEMBLY

STEP 1. Remove the main frame and electrical panel from the carton and open the frame retaining strap.



STEP 2. When unfolding the frame, first lift the machine in the direction of the arrow (as shown in Figure 1), and then place the frame flat on the ground in the direction of the arrow (as shown in Figures 2 and 3).

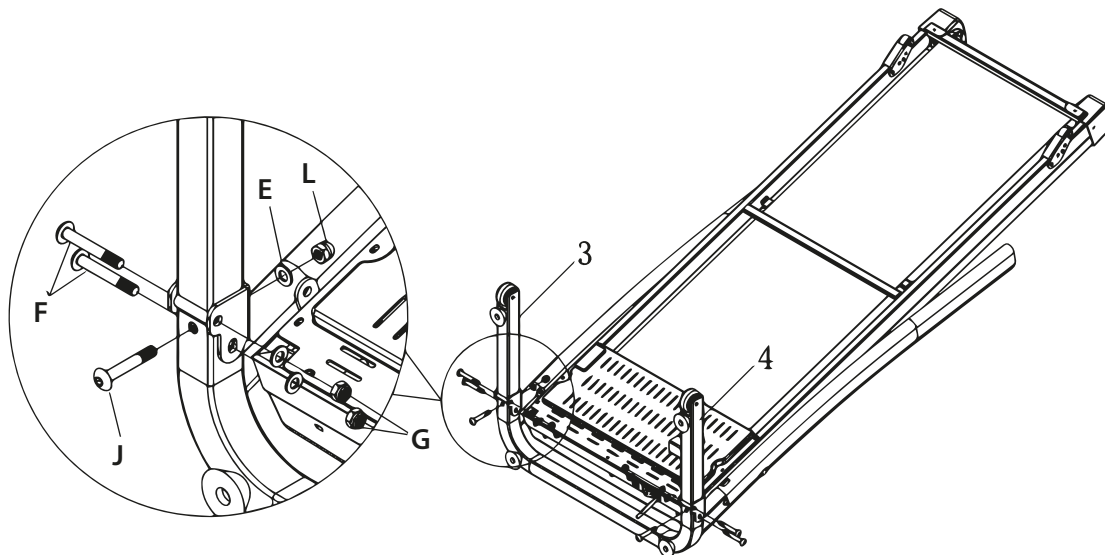


STEP 3. Insert the lower frame edge tube into the lower frame in the direction of the arrow, and fasten screws F (half round head socket head cap screws), G (hex nuts) and E (flat washers) into the lower frame.

Then, insert the screws J (half round head socket head cap screws) from the lower frame, and fix the lower frame edge tube with the lower frame through the flat washers E (flat washers) and the cap nuts L (cap nuts).

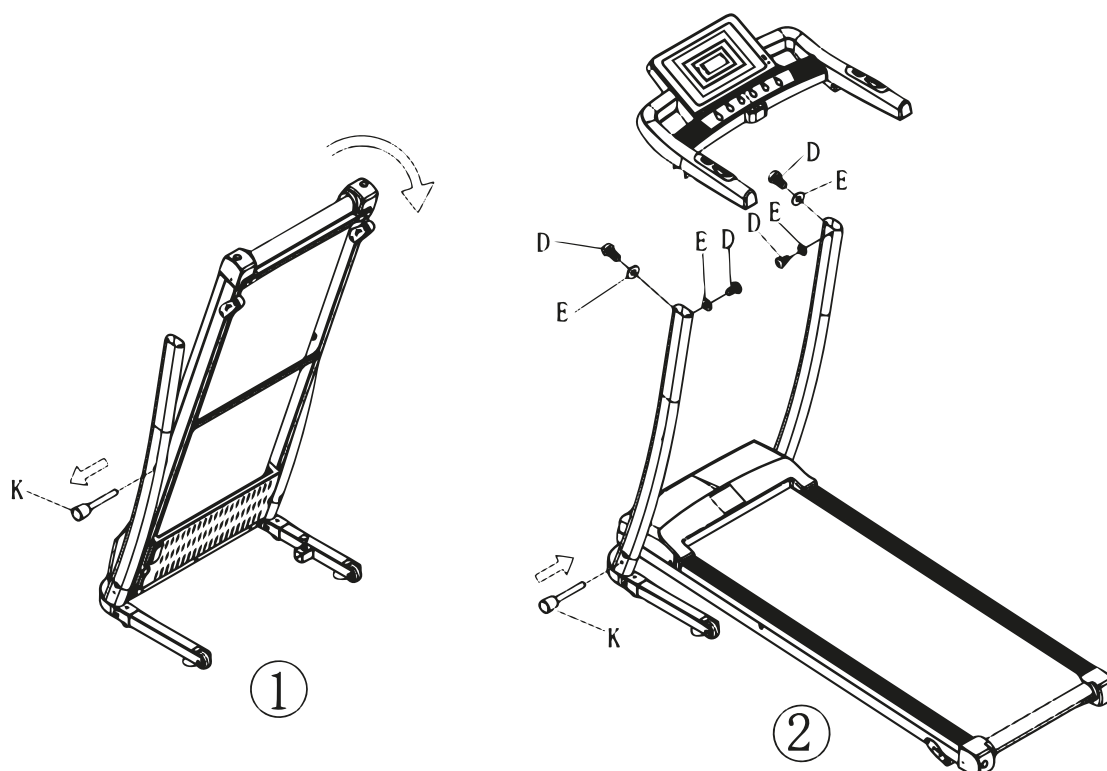
Insert K (pin) from the bottom of the column into the hole in the lower iron plate at the front end of the running board (as shown in the figure).

Note: I (5 mm hexagon spanner) and H (open-end spanner) are required here.



STEP 4. First, insert electrical panel into the column in the direction of the arrow, and then fix the panel on the column with E (M8 flat washers) and D (M8*16) (as shown in the figure).

Note: B (6 mm hexagon spanner) is required here.



STEP 5. Using the product: at this time, the light on the electrical panel is on, and the machine can only operate after pressing the start key.

Note: The safety lock must be placed in the position of the yellow label in the centre of the bottom of the machine for the belt to start normally; if "E07" appears in the electric clock window, it means that the safety lock is not placed or is not in place).

Emergency stop function

Once the safety lock is removed, the power supply is switched off and the weak current part remains switched on. This operation is not software controlled.

For your safety, use the safety clamp when exercising.

Note that after confirming that all installation has been completed in accordance with the above requirement, all screws must be uniformly locked and checked for any omissions before connecting to the power supply.

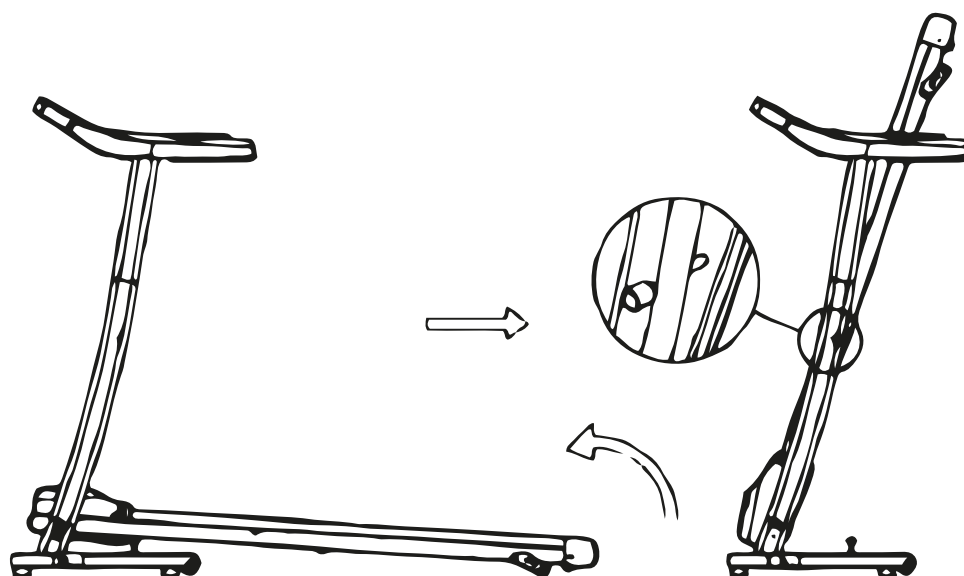
Folding the product

When you need to transport or will not use this product for a long time, fold it as shown in the figure below:

Grasp the rear end of the dolly with your hand and slowly lift it in the direction indicated by the arrow until the dolly is basically parallel to the pillar. Use the other hand to insert the K (pin) from the side of the pillar, making sure that the pin is inserted into the folding hole in the side of the runner.

Unfolding the product

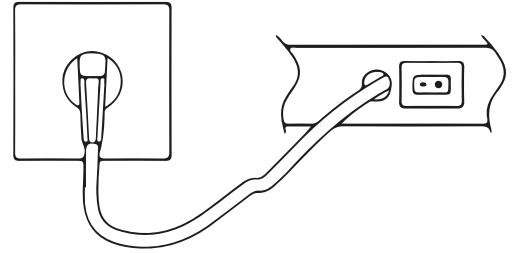
Pull the K (pin) on the column by hand, then lower the dolly until it comes into contact with the ground to unfold the product. Then insert the K (pin) at the bottom of the column into the hole in the iron plate at the front end of the dolly.



4. ELECTRICAL CONTROL INSTRUCTIONS

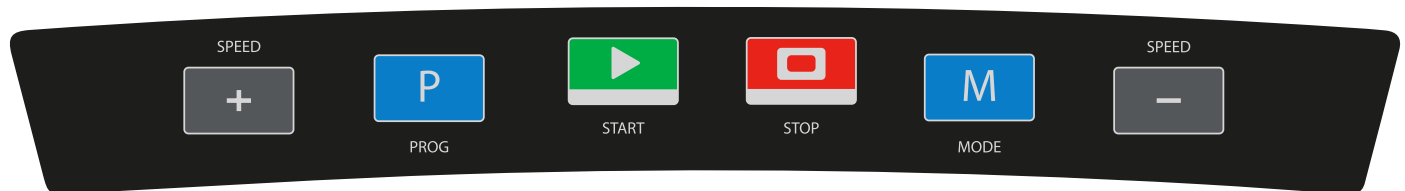
1. Plug in the power and turn on the power switch.

Wait for the display to turn on and enter the home interface.



2. Inserting the safety lock: Place the safety lock completely in the safety locking area of the electronic clock before the treadmill can operate; clip the safety lock clip to your clothing. In case of an unexpected situation, immediately pull the safety lock to stop the motor operation; if you wish to continue using the treadmill, replace the safety lock; in any case, unplug the safety lock to stop the treadmill.

3. Appearance of the screen



4. Start-up: Normal start-up after 3 seconds countdown.

5. Number of programmes: 3 manual programmes and 12 automatic programmes.

6. Safety lock function: Once the safety lock is removed, the treadmill "E07" will stop quickly, and a ticking alarm sound will appear. When the safety lock is set, the electronic clock will be displayed for 2 seconds, and all data will be reset to zero.

7. Function of the keys

Start button / Stop button: Start button, when the treadmill stops, press the start button, the speed will display "1km", and the treadmill will start running.

Stop button, when the treadmill is running, press the stop button and all data will be reset to zero. When the treadmill stops, it will return to manual mode and the treadmill will stop. The handle contains these two buttons.

Program keys: in standby state, press this key to select from manual mode to automatic program P1-P12, manual mode is the default operating mode of the system.

Mode key: In standby state, press this key to select 3 different modes of countdown operation in one cycle. Time countdown mode, distance countdown mode, calorie countdown mode.

When choosing the different modes, the speed plus or minus button can be used to adjust the corresponding countdown value. After adjustment, press the "start" button to start the treadmill.

Speed plus or minus button: Can be used to adjust the setting value when configuring the treadmill parameters. After the treadmill starts, it can be used to adjust the speed, increasing 0.1km/time, and automatically increasing or decreasing continuously when the treadmill is held down for more than 2 seconds. The handle contains these two buttons.

8. Display function

Speed display: Displays the current running speed value.

Time display: The elapsed time in manual mode or the inverse of the elapsed time in mode and programme.

Distance display: Shows the accumulated distance in manual and programme modes or the countdown of the distance travelled in mode.

Calorie display: Displays calorie count for manual exercise and program mode or runs calorie count in mode.

9. Automatic programme: Each programme has 10 segments, and the running time of each programme segment is distributed equally. A diagram of the movements of the 12 programmes is shown below.

Program		SET TIME / 10 = Operating time of each interval									
P1	SPEED	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
P2	SPEED	3	3	8	5	5	6	3	4	4	3
P3	SPEED	3	3	4	4	5	6	5	8	8	4
P4	SPEED	3	3	5	4	2	6	5	4	3	3
P5	SPEED	3	8	2	4	5	5	2	5	5	4
P6	SPEED	2	8	5	4	4	3	2	3	3	3
P7	SPEED	2	4	5	8	5	8	5	3	2	2
P8	SPEED	2	4	4	4	5	6	5	3	8	2
P9	SPEED	2	4	5	5	8	5	8	3	3	2
P10	SPEED	2	5	5	5	3	2	5	2	4	3
P11	SPEED	2	5	8	3	5	3	2	5	3	2
P12	SPEED	2	3	5	8	4	8	3	8	5	3

10. Parameter settings in three modes: The countdown is initially set to 10:00 minutes, and the setting range is 5:00 - 99:59 minutes, and the step is 1:00.

Calorie count: Set initial calorie to 50 kcal, set range to 20 - 990 kcal, step 10.

Count distance: Set initial distance to 1.0 km, set range to 1.0 - 99.9 km, step 0.1.

Cycle change order: manual, time, distance, calories.

11. After a countdown parameter is executed, the display will show END and the alarm will sound for 0.5 seconds every 2 seconds until the treadmill stops, then return to manual mode.

The countdown time, calories and distance can only be set to one of these options. Press the last option to run, and the set parameters will count down while the others will count forward.

12. Selecting functions

Follow the instructions below according to the functions of the selected product.

Bluetooth music sharing: Turn on the power switch of the treadmill, manually search for the bluetooth device (DP) with the mobile phone, find the bluetooth device and click "Connect". When the connection is successful, the music from the mobile phone can be transmitted to the power amplifier of the treadmill via Bluetooth for playback.

5. MAINTENANCE GUIDELINES

Proper maintenance can keep your treadmill in top condition forever; improper maintenance can damage or shorten the life of the treadmill.

Warning: Be sure to unplug the treadmill before cleaning or servicing the product.

1. Remove dust regularly to keep the parts clean.
2. After each use of the treadmill, wipe the meter with a clean towel or cloth. Please pay attention not to splash water on the electrical components and under the treadmill.
3. Please place your treadmill in a clean and dry environment, make sure that the power has been turned off and the plug unplugged.
4. For ease of movement, the treadmill is fitted with wheels. Please be sure to turn off the power and fold the treadmill before moving it.
5. Regularly check all parts of the treadmill; damaged parts should be replaced immediately.
6. To maintain and prolong the life of the treadmill, it is recommended to let it rest for 10 minutes after a continuous use of 30 minutes.
7. The treadmill has been adjusted before leaving the factory. It is normal for the treadmill to stretch during use. After a period of use, if the treadmill slips or is not smooth when you use the treadmill, you can adjust the tension of the treadmill to improve it.
 - a. If the treadmill is too loose, please insert the random hex key into the adjustment hole of the left foot guard of the treadmill and turn it 1/4 turn clockwise. Then adjust the right one and turn it 1/4 turn clockwise as well. Note that the left and right must be adjusted synchronously so that the treadmill can be tensioned and the treadmill does not deviate from the centre point. If the drive belt is too tight, adjust it left and right simultaneously and counterclockwise.

Note: The belt should not be too tight. This will pull on the belt, increase front/rear roller pressure, damage the roller bearing, produce a different sound or other problems, adjust the belt so that it does not slip.

b. Adjusting the belt alignment

When running on the belt, the pressure on the belt becomes unbalanced because the two feet exert different forces during running, which causes the belt to run off centre. This deviation is normal; when no one is running on the belt, the belt automatically returns to the centre. If in doubt, contact the manufacturer.

Run the belt without load, set the speed to 6th gear and observe the distance to the left and right edge bars:

- If it is on the left, use the hex spanner to turn the left screw clockwise 1/4 turn.
- If it is on the right, use the hex spanner clockwise to turn the right bolt 1/4 turn.
- If the belt is still not in the centre, repeat the operation until it is in the centre.

After adjusting the gear to the middle, adjust the speed to 6th gear and observe the deflection of the treadmill and the smoothness of the ride. If there is any deviation, repeat the adjustment step.

Attention! Do not over-tighten the roller. This will cause permanent damage to the bearing.

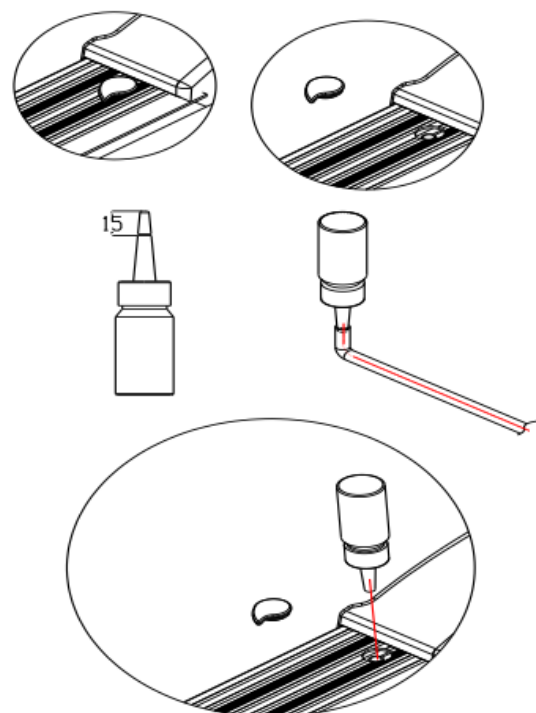
6. LUBRICATING OIL

The treadmill is lubricated when it leaves the factory, but it should be checked frequently to keep it in the best condition for use. It is recommended to lubricate it after one year of use or 100 hours of operation.

After every 30 hours or 30 days of use, when the treadmill is stopped, pull the starter belt from the side and reach out to touch the surface of the treadmill inwards as far as possible.

How to add lubricating oil

Follow the method shown in the figure below. Open the decorative refueling cap located on the left front side bar, use scissors or a knife to cut the lubricating oil bottle according to the size shown in the figure below, and then lubricate according to the diagram below. When lubricating, pay attention to insert the thin rod at the front of the lubricating oil bottle into the refueling tube of the platform before injecting the oil.



7. BREAKDOWNS AND TROUBLESHOOTING

7.1. THE DISPLAY SHOWS THE ERROR CODE AND EXCLUDES

ERROR CODE	DESCRIPTION OF THE FAULT	ERROR MANAGEMENT
E1	No good connection between the console and the electrical controller	<ol style="list-style-type: none"> 1. Check the condition of the cables and make sure that all pins are connected between the motor controller and the display. 2. Check that the speed sensor and magnet are correctly aligned and that there are no obstructions on the magnet. (The magnet is located on the front roller, near the motor belt). 3. If the treadmill moves and the console displays the E1 error after 10 seconds, replace the speed sensor. 4. If the treadmill does not move, replace the controller.
E2	Abnormal voltage detection * Normal voltage: 220V	<ol style="list-style-type: none"> 1. Make sure that the motor cable or electrical controller is properly connected. If the light on the circuit board: <ul style="list-style-type: none"> - Lights up: Replace motor. - Does not light: Replace control board.

E3	No speed sign	<ol style="list-style-type: none"> 1. Make sure that all plugs are connected between the motor controller and the display. 2. If the treadmill does not move, replace the controller. 3. Check that the speed sensor and magnet are correctly aligned and that there are no obstructions in the magnet.
E5	Current exceeds rated current	<ol style="list-style-type: none"> 1. The load weight is greater than the maximum load weight. 2. Check if there is abnormal resistance of the worktable, belt or motor belt, or spray lubricating oil on the worktable.
E6	Less than normal stress	Contact customer service.
E7	Safety key not in the correct position	Place the safety key in the correct position.

7.2. COMMON PROBLEMS AND METHODS OF ELIMINATION

- Treadmill does not start: Check if the power plug is plugged in, if the power switch is turned on and if the safety switch is removed.
- Treadmill skids: Refer to the instructions for adjusting the tension of the treadmill.
- Treadmill off track: Follow the instructions and adjust the treadmill to the centre.
- Abnormal running sound: Check if the machine screws are loose and if the running belt needs to be lubricated.

8. EXERCISE GUIDELINES

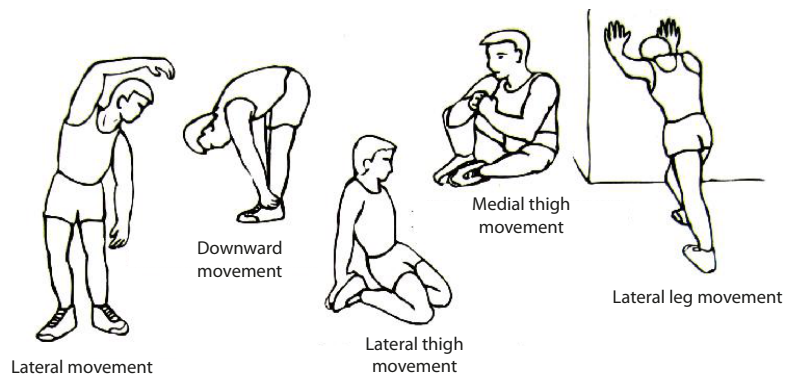
Consult your doctor before starting an exercise or training programme. Follow your doctor's training advice and instructions.

Set your goals with your doctor beforehand to make sure the plan is realistic and start the training programme with peace of mind.

You can add some aerobic exercise to your exercise plan, such as walking, running, swimming, dancing or cycling. Always check your pulse - if you do not have an electronic heart rate monitor, ask your doctor how to measure your pulse by hand or neck. In addition, you should set your target heart rate based on your age and physical well-being.

9. WARM-UP EXERCISES

Warm-up and relaxing exercises: A successful exercise programme should include warm-up, aerobic and relaxing exercises. The duration of the exercises should be at least two to three times a week, and one day after exercise the number of exercises can be increased to four to five days after a few months.



Made in P.R.C.



ES - Peso máximo 120 kg
EN - Maximum weight 120 kg
IT - Peso massimo 120 kg
FR - Poids maximum 120 kg
PT - Peso máximo 120 kg
DE - Maximales Gewicht 120 kg
NL - Maximaal gewicht 120 kg
SWE - Maximal vikt 120 kg
PL - Maksymalna waga 120 kg
DK - Maksimal vægt 120 kg



ZHEJIANG DAPAO TECHNOLOGY CO.,LTD.
No.65 Kaifa Avenue, Wuyi County, Jinhua City, Zhejiang
Province, China
baoyu@dapowsports.com



GRUPO R. QUERALTÓ S.A.
Polígono Industrial El Pino, Calle Pino Albar, 24, 41016,
Sevilla (Spain)
prrc@queralto.com