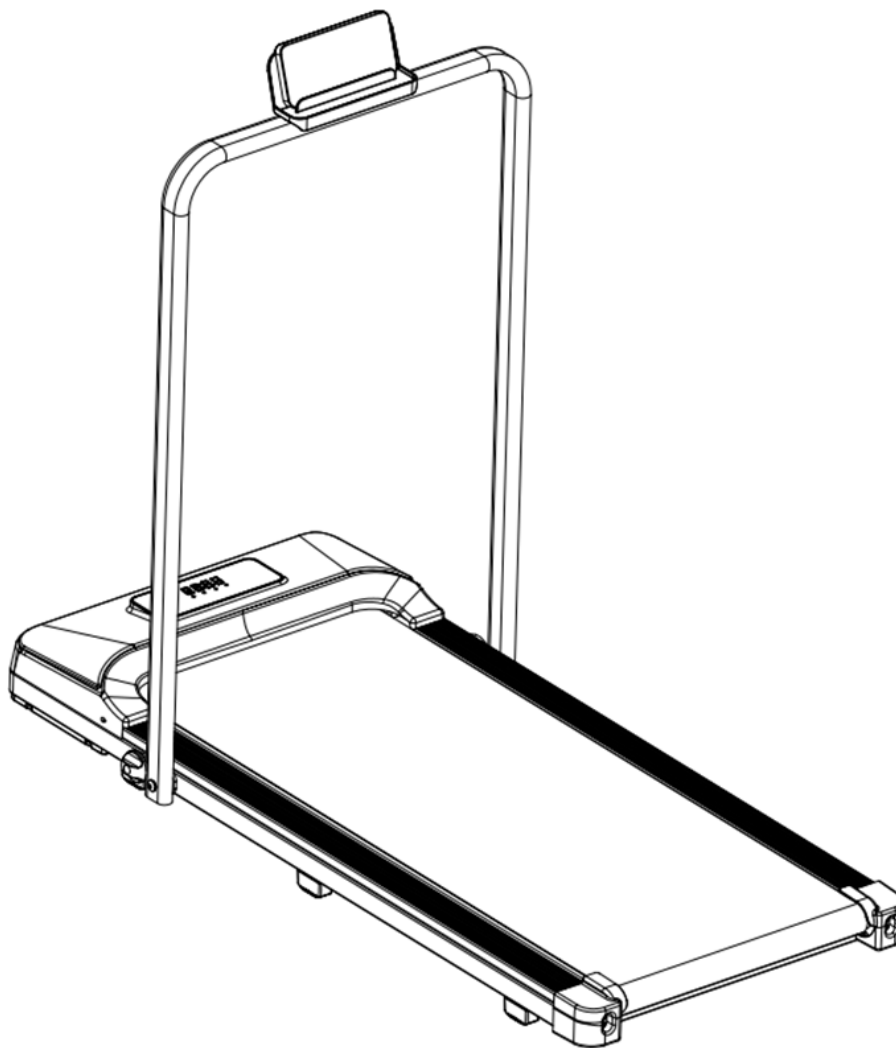




**LOOPBAND VENEC SPRINT
GEBRUIKERSHANDLEIDING**



Gelieve alle instructies in de handleiding zorgvuldig door te lezen voordat u deze loopband installeert en gebruikt, en bewaar deze handleiding goed.



Inhoudsopgave

Inhoudsopgave - Handleiding Loopband Venec Sprint
1. Veiligheidsinstructies
2. Montage-instructies
- Armeleuningen uitklappen en bevestigen
- Telefoonhouder plaatsen
- Loopband verplaatsen
3. Onderdelen van de Loopband
4. Technische Specificaties
- Afmetingen en gewicht
- Vermogen, spanning, en snelheid
5. Installatiestappen
- Montage-instructies
- Verplaatsen van de loopband
6. Aardingsmethoden
- Aardingsinstructies
- Veilig gebruik van stopcontacten
7. Explosiediagram en Onderdeeloverzicht
8. Oefeningsinstructies
- Warming-up en stretching
- Trainingsfase en intensiteit
9. Onderhoudsinstructies
- Schoonmaak en onderhoud
- Smeren en afstellen van de loopbandriem
- Centreren van de loopbandriem
10. Bediening van de Console
- Starten, stoppen en snelheid instellen
- Display functies (Snelheid, Tijd, Afstand, Calorieën)
11. Hoofdfunctionaliteiten van de Loopband
- Start- en standby-modus, snelheidsinstellingen
12. Foutmeldingscodes



Veiligheidsinstructies

Waarschuwing: Raadpleeg uw arts of een gezondheidsprofessional voordat u met uw training begint, vooral als u ouder bent dan 35 jaar of eerder gezondheidsproblemen hebt gehad. Wij nemen geen verantwoordelijkheid voor eventuele problemen of verwondingen als u onze instructies niet opvolgt. De loopband mag pas worden aangesloten op het stroomnet nadat deze volledig is geïnstalleerd.

1. **Steek geen voorwerpen in enig deel van het apparaat** om schade te voorkomen.
2. **Plaats de elektrische loopband op een schone, vlakke ondergrond.** Vermijd dik tapijt om luchtcirculatie te waarborgen en zet de loopband niet buiten of in de buurt van water.
3. **Start de machine niet terwijl u op de loopbandriem staat.** Begin op de antislipplaten aan weerszijden.
4. **Draag geschikte sportkleding en schoenen** om te voorkomen dat kledingstukken verstrikt raken in het apparaat.
5. **Houd kinderen en huisdieren uit de buurt** tijdens het gebruik. Zorg voor een vrije ruimte van 50-100 cm rondom de loopband.
6. **Voer intensieve oefeningen pas 40 minuten na een maaltijd uit.**
7. **Gebruik het apparaat uitsluitend binnenshuis.** De omgeving moet droog en vrij van vocht zijn.
8. **Verbind de stroomkabel uitsluitend met een geaard stopcontact.** Verleng de stroomkabel niet en gebruik geen multi-plug aansluitingen om risico op brand of stroomschokken te vermijden.

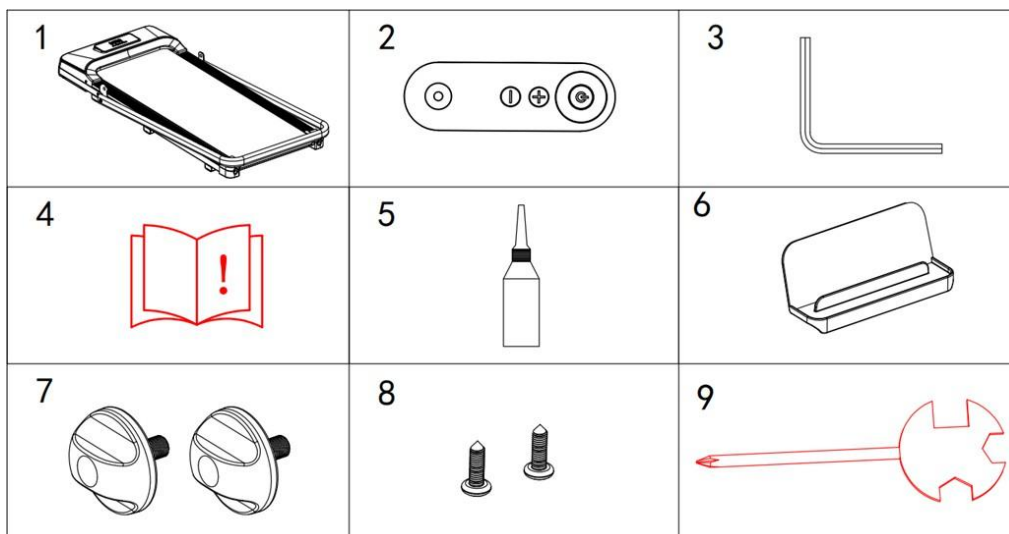


Montage-instructies

Dit product vereist geen uitgebreide installatie. Haal de loopband uit de doos en volg de stappen:

1. **Uitklappen van de armleuningen:** Klap de armleuningen uit tot een hoek van 90 graden.
2. **Bevestiging met draaiknoppen:** Gebruik de draaiknoppen om de armleuningen aan beide zijden vast te zetten.
3. **Plaatsing van de telefoonhouder:** Zet de telefoonhouder op de juiste plaats en bevestig deze met de bijgeleverde kruisschroeven.
4. **Verplaatsing van de machine:** Til de loopband iets op tot het transportwiel de grond raakt, zodat u de loopband gemakkelijk kunt verplaatsen.

Onderdelen van de loopband



Onderdelen#	Omschrijving	Aantal
1	Complete machine	1
2	Afstandsbediening	1
3	Inbussleutel S5	1
4	Handleiding	1
5	Siliconenolie (25ml)	1
6	Telefoonhouder	1
7	Draaiknop	2
8	Kruiskopschroef ST4.2*13	2
9	Kruissleutel	1



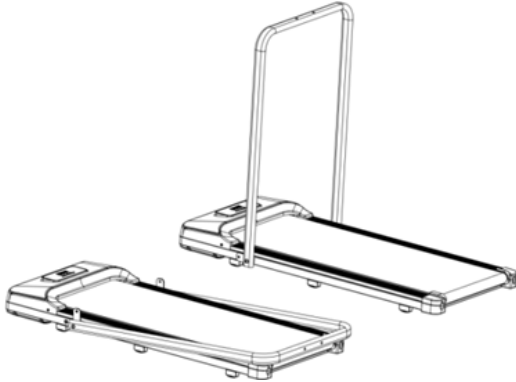
Technische Specificaties

- Afmetingen uitgeklaapt (mm): 1140 x 540 x 960
- Vermogen: 2.0HP
- Werkspanning: 220V
- Frequentie: 50HZ-60HZ
- Loopoppervlak (mm): 380 x 950
- Snelheidsbereik: 1.0 - 8 KM/u
- Netto gewicht: 20.5 KG
- Maximale belasting: 110 KG
- Displayfuncties: Tijd, snelheid, calorieën, afstand

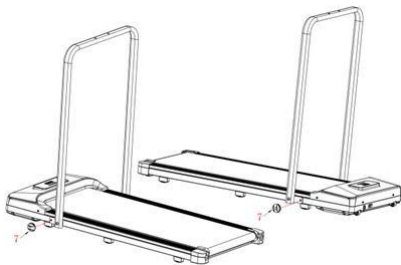


Installatiestappen

Stap 1: Haal het product uit de doos en klap de armluning uit tot 60 graden zoals op de foto!



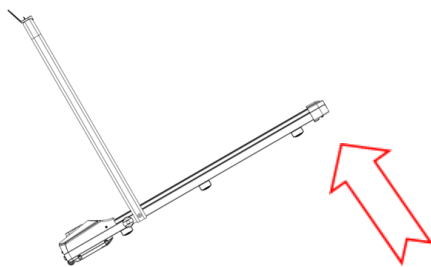
Stap 2: Gebruik onderdeelnummer "7" om het in het overeenkomstige schroefdraadgat te bevestigen, zoals weergegeven in de afbeelding, symmetrisch aan beide zijden.



Stap 3: Plaats onderdeel "6" in de positie zoals weergegeven in de afbeelding en gebruik gereedschap "9" om onderdeel "8" met de klok mee vast te draaien.



Stap 4: Til de loopband aan beide zijkanten 45 graden op tot het voorste transportwiel de grond raakt en verplaats hem vervolgens naar de gewenste plek.



Houd de loopband in deze positie wanneer u de loopband verplaatst



Parameter tabel van de loopband:

Parameter	Waarde
Uitgevouwen afmeting (mm)	1140 x 540 x 960
Vermogen	2.0HP
Bedrijfsspanning	220V
Frequentie	50HZ-60HZ
Loopoppervlak (mm)	380 x 950
Snelheidsbereik	1.0-8KM/u
Netto gewicht	20.5KG
Maximale belasting	110kg
LED-display functies	Tijd, snelheid, calorieën, afstand

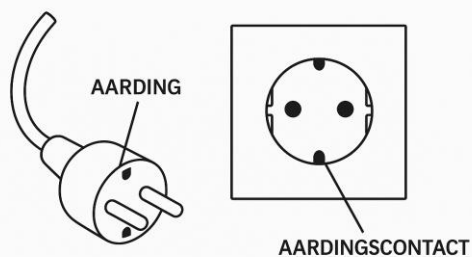
Aardingsmethoden

Dit product moet geaard zijn om bij storing of defect elektrische schokken te voorkomen. Het heeft een snoer met aardingsgeleider en een geaarde stekker, die op een correct geïnstalleerd en geaard stopcontact moet worden aangesloten volgens lokale codes en voorschriften.

GEVAAR: Onjuiste aansluiting kan elektrische schokken veroorzaken. Raadpleeg een gekwalificeerde elektricien bij twijfel. Verander de stekker niet; past deze niet, laat dan een geschikt stopcontact installeren.

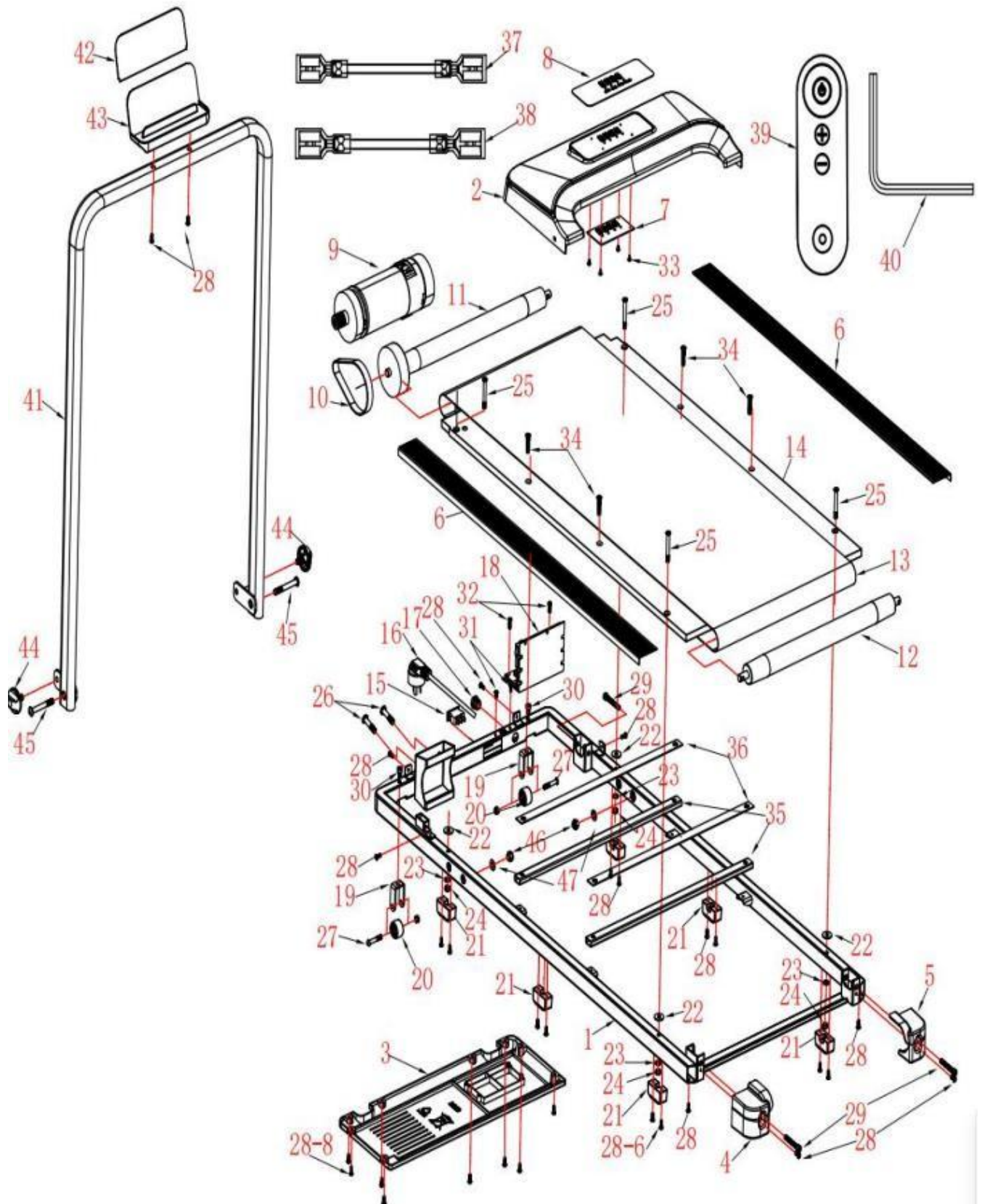
Dit product is voor een 220V-circuit en heeft een geaarde stekker (zie afbeelding A). Gebruik alleen een passend stopcontact en geen adapter

Geaarde stekker en stopcontact



Venec

productexplosiediagram





Explosie overzichtslijst

Nr.	Naam en specificatie	Aantal	Nr.	Naam en specificatie	Aantal	Nr.	Naam en specificatie	Aantal
1	Hoofdframe lasassemblage	1	16	Stroomkabel	1	31	Kruiskop platte kop comb. schroef M4*10	-
2	Motor bovenkap	1	17	Kabelklem 6N-4	1	32	Kruiskop pan kop zelftappend ST4.2*16	-
3	Motor onderkap	1	18	Onderbediening	1	33	Kruis zelftappende schroef ST3.0*8	-
4	Linker achterafdekking	1	19	Transportwiel U-vorm bevestigingszetel	2	34	Inbus verzonken schroef M6*30	-
5	Rechter achterafdekking	1	20	Transportwiel 25	2	35	Hoofdframe loopvlak ondersteuning buis	-
6	Zijstrip L-type	2	21	Voetkussen	6	36	Hoofdframe ondersteuning buis EVA-pad	-
7	Displaypaneel bovenbediening	1	22	Hoofdframe rubber afdichting	4	37	AC aansluitkabel (rood)	-
8	Oppervlakte sticker	1	23	Platte ring 136.2T1	6	38	C aansluitkabel (zwart)	-
9	2.0HP motor	1	24	M6 nylon dop	8	39	Afstandsbediening	-
10	PJ310 poly-V riem	1	25	Inbus verzonken schroef (half draad) M6*50	6	40	Inbussleutel 5#	-
11	Voorrol	1	26	Inbus M8*35	2	41	Leuning lasassemblage	-
12	Achterrol	1	27	Inbus M6*35	2	42	Mobiele telefoonhouder siliconen pad	-
13	Loopband	1	28	Kruiskopschroef zelfborend ST4.2*13	-	43	Mobiele telefoonhouder	-
14	Loopvlak	1	29	Zeskantbout M6*45	3	44	-	-
15	Aan/uitschakelaar	1	30	Zeskantbout M6*10	-	45	-	-

Oefeningsinstructies

Voordat u begint, doet u er goed aan uw spieren op te warmen. Besteed 5 tot 10 minuten aan warming-up en rekoefeningen om blessures te voorkomen.

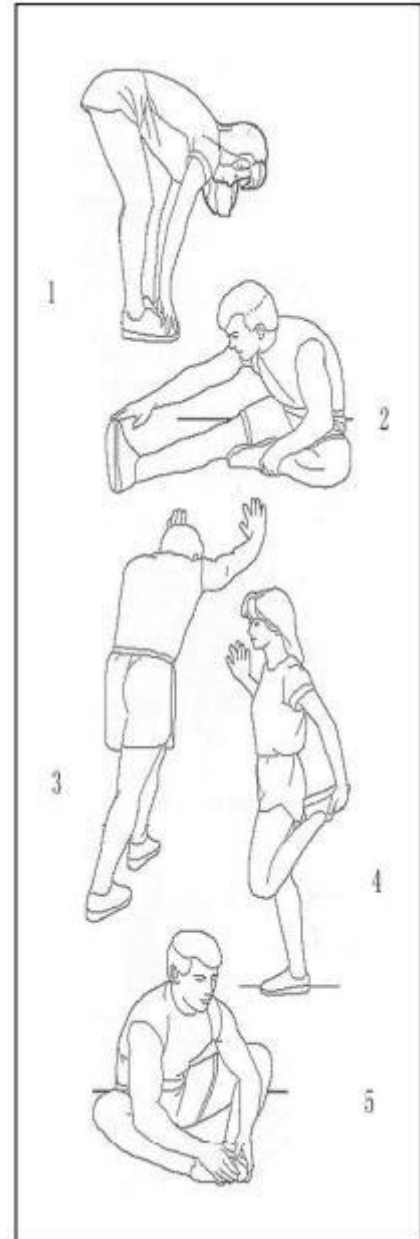
1. **Voorover buigen:** Buig lichtjes door de knieën, buig voorover en probeer uw tenen aan te raken. Houd dit 10-15 seconden vast.
2. **Hamstring stretch:** Ga zitten, strek één been uit en buig het andere naar binnen. Probeer uw tenen aan te raken.
3. **Kuitspier stretch:** Plaats beide handen tegen een muur, zet één voet naar achteren en houd de hiel op de grond.
4. **Quadriiceps stretch:** Houd een steun vast, buig uw been naar achteren en trek uw voet naar de bil.
5. **Binnenbeenspier stretch:** Zit met uw voetzolen tegen elkaar en trek ze richting uw lies.

Trainingsfase

1. **Begin langzaam** met een snelheid van 1,6 tot 3,2 km/u.
2. **Verhoog de snelheid** naar 3-5 km/u en houd dit 10 minuten aan.
3. **Gemiddelde snelheid:** Loop ongeveer 1 km op 4,8 km/u. Na gewenning kunt u de snelheid stapsgewijs verhogen.

Trainingsintensiteit en -frequentie

- **Calorieverbranding:** Warm 5 minuten op bij 4 km/u, verhoog daarna elke 2 minuten de snelheid met 0,3 km/u tot een comfortabele intensiteit.
- **Frequentie:** Train 3-5 keer per week, 15-60 minuten per keer.





Onderhoudsinstructies

WAARSCHUWING: Trek altijd de stekker uit het stopcontact voordat u schoonmaak- of onderhoudswerkzaamheden uitvoert.

- **Regelmatig schoonmaken** houdt de loopband in optimale staat. Verwijder stof van de loopplank en zijrails.
- **Smering:** De loopband is vooraf gesmeerd, maar regelmatig smeren verlengt de levensduur.
 - **Lichte gebruikers:** eenmaal per jaar
 - **Gemiddelde gebruikers:** elke zes maanden
 - **Zware gebruikers:** elke drie maanden

Afstelling van de Loopbandriem

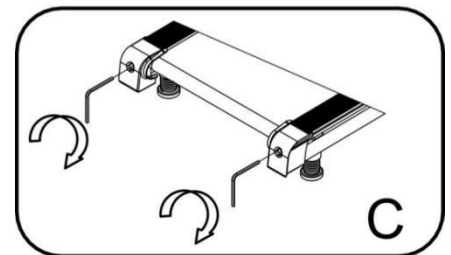
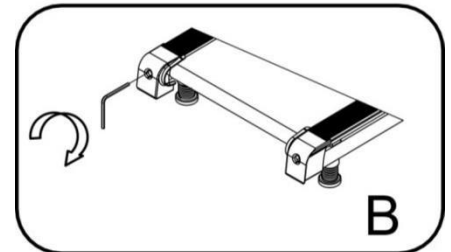
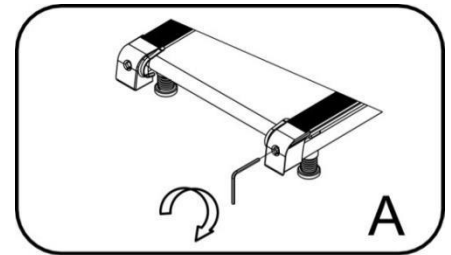
We raden aan om de stroom uit te schakelen en de loopband 10 minuten te laten rusten na 1,5 uur continu gebruik, om het onderhoud te ondersteunen.

Bij een te losse riem kan deze slippen; bij een te strakke riem wordt de motorprestatie negatief beïnvloed en slijten rollen en riem sneller. Een goed gespannen riem kan ongeveer 50 tot 75 mm van de loopplank worden opgetild.

Het Centreren van de Loopbandriem


1. **Plaats de loopband op een vlakke ondergrond.** Laat deze draaien op 6-8 km/u en controleer de werking. Als de riem naar rechts schuift, trek dan de veiligheidssleutel eruit en schakel de stroom uit. Draai de rechter afstelschroef een kwartslag met de klok mee. Start de loopband opnieuw en controleer of de riem gecentreerd is. Herhaal deze stappen totdat de riem correct is gecentreerd. **(AFBEELDING - A)**
2. **Als de riem naar links is verschoven,** trek dan de veiligheidssleutel eruit en schakel de stroom uit. Draai de linker afstelschroef een kwartslag met de klok mee. Start de loopband opnieuw om te controleren of de riem gecentreerd is. Blijf deze stappen herhalen totdat de riem correct gecentreerd is. **(AFBEELDING - B)**
3. **Pas de riem aan na verloop van tijd.** Trek de veiligheidssleutel eruit en schakel de stroom uit. Draai zowel de linker als de rechter afstelschroef een kwartslag met de klok mee. Start de loopband opnieuw en controleer de spanning van de riem totdat deze de juiste spanning heeft bereikt. **(AFBEELDING - C)**

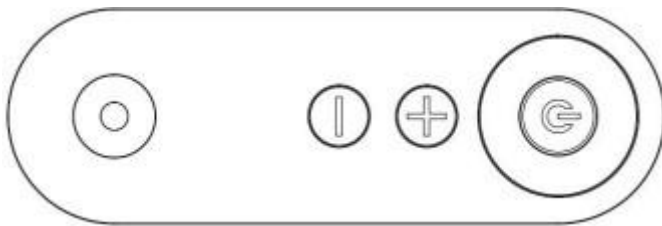
Let op: Zorg ervoor dat u de loopband altijd uitschakelt en de veiligheidssleutel verwijdert voordat u aanpassingen uitvoert. Dit voorkomt ongelukken en garandeert uw veiligheid tijdens het onderhoud.





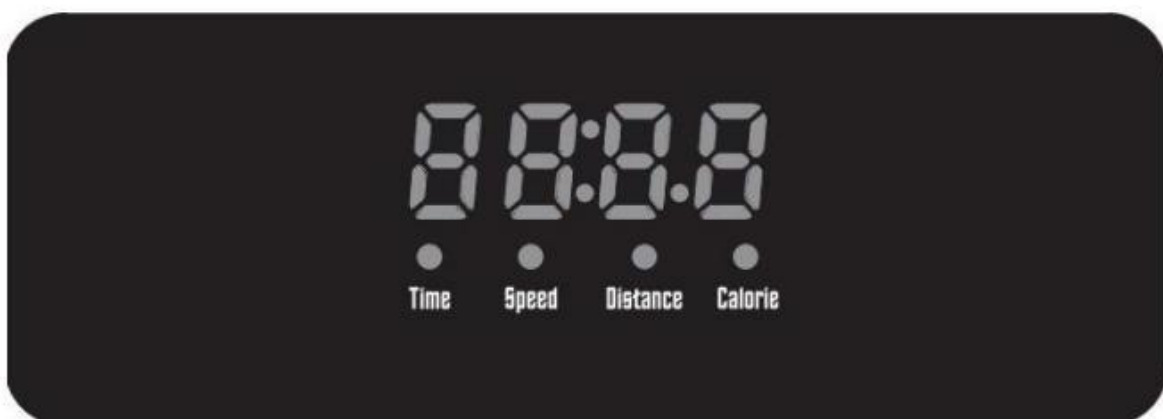
Handleiding voor de Bediening van de Console i.c.m. de afstandsbediening

1. **Starten en stoppen:** Druk op "Start"  om de loopband te activeren; gebruik "Stop" om te stoppen.
2. **Snelheid aanpassen:** Verhoog of verlaag de snelheid met de "+" en "-" knoppen, telkens in stappen van 0,1 km/u. Wanneer een knop effectief wordt ingedrukt, klinkt er een geluidssignaal.



Display functies:


- **Snelheid:** Actuele loopsnelheid. (het bereik tussen 1,0-8,0 KM/U)
- **Tijd:** Telt door of telt af in de timer-modus. (van 0:00 tot 99:59)
- **Afstand:** Geeft afgelegde afstand weer. (van 0,00 tot 99,0)
- **Calorieën:** Laat het aantal verbrande calorieën zien. (van 0,0 tot 999)
- Wanneer deze overloopt, wordt de teller gereset.






Hoofdfuncties:

Zet de stroom aan, alle vensters lichten gedurende 2 seconden op en het apparaat gaat dan naar de standby-modus.

Druk op de startknop , en na een aftelling van 3 seconden begint de loopband op de laagste snelheid te lopen.

Gebruik de knoppen "+, -" om de snelheid aan te passen. Om te stoppen, drukt u op de stopknop .

De versnelling- en vertragingknoppen op de afstandsbediening kunnen ook worden gebruikt om de snelheid aan te passen, met een stap van 0,1 per keer.

Wanneer de knop langer dan 2 seconden wordt ingedrukt, verandert de stap naar 0,5 per keer, waarbij de snelheid continu verhoogd of verlaagd wordt.

Betekenis van Foutmeldingscodes

Foutcode	Foutbeschrijving	Fouthandling
E1	Communicatiefout: Na inschakeling is de communicatie tussen de onderste bediening en de elektronische meter abnormaal.	Controleer alle verbindingen van de communicatielijn van de elektronische meter naar de onderste bediening om ervoor te zorgen dat elke kern volledig is aangesloten. Controleer of de verbindingenkabel beschadigd is en vervang deze indien nodig.
E2	Voltage- en stroomafwijking: Geeft aan dat de controller een abnormale spanning en stroom op de motor detecteert.	Controleer of de motor een geur afgeeft en vervang de motor, of vervang de controller als de IGBT-buis defect is.
E5	Overstroombeveiliging: De onderste bediening detecteert dat de stroom van de DC-motor groter is dan de nominale stroom +10A gedurende meer dan 3 seconden.	Dit kan worden veroorzaakt doordat de loopband lange tijd boven de nominale belasting is gebruikt, waardoor het systeem zichzelf beschermt.
E7	Veiligheidsschakelaar losgekoppeld	Controleer of de veiligheidsschakelaar correct is aangesloten en herstart de loopband indien nodig.