

SPRINT

LOOPBAND SPRINT PRO

GEbruikersHANDLEIDING



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



Inhoudsopgave

Hoofdstuk	Beschrijving
1. Veiligheidsinstructies	Waarschuwingen en opmerkingen voor veilig gebruik
2. Onderdelen van de loopband	Lijst van meegeleverde onderdelen
3. Montageschappen	Stapsgewijze montage-instructies
4. Technische specificaties	Specificaties van het apparaat
5. Aardingsmethoden	Aardingsinstructies voor veilig gebruik
6. Explosietekening	Visuele weergave van onderdelen en posities
7. Onderdelenlijst	Gedetailleerde lijst van alle onderdelen
8. Opwarmfase	Vorbereidende stretchoefeningen
9. Oefeningsinstructies	Instructies voor opwarmen, trainingsfase en intensiteit
10. Onderhoudsinstructies	Onderhouds- en schoonmaakrichtlijnen
11. Afstelling van de Loopbandriem	Instructies voor het afstellen en centreren van de riem
12. Handleiding voor de Bediening van de Console	Overzicht van console-functies en bediening
13. Hartslagmeetfunctie	Instructies voor het meten van de hartslag
14. Automatisch Programma	Beschrijving van ingebouwde trainingsprogramma's
15. Parameterinstellingen in 3 Modi	Instellingen voor tijd, calorieën en afstand
16. Lichaamsvettest (FAT)	Instructies voor het meten van lichaamsvetpercentage
17. Overige Informatie	Details over terugkeer naar handmatige modus, parameterinstelling en calorieberekening
18. Betekenis van Foutmeldingscodes	Oplossingen en oorzaken voor foutmeldingen (E1 tot E7)



Veiligheid instructies

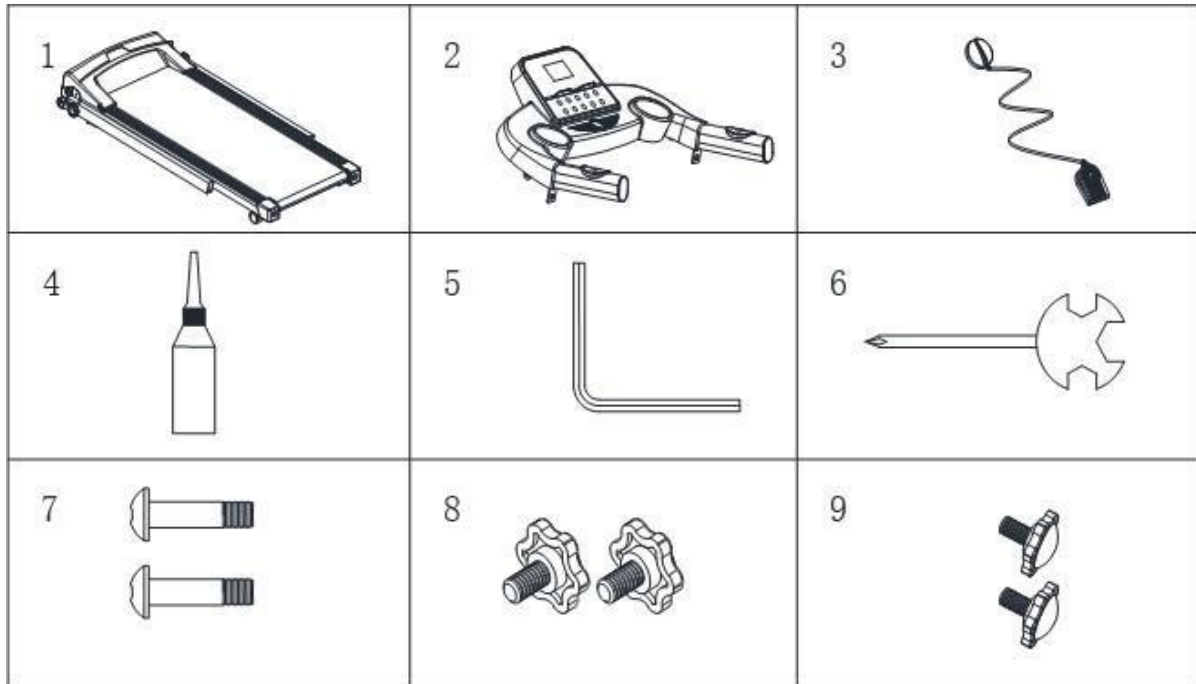
Waarschuwing: Raadpleeg uw arts voordat u met uw training begint, vooral als u ouder bent dan 35 jaar of gezondheidsproblemen hebt gehad. Wij zijn niet verantwoordelijk voor problemen of verwondingen als u onze instructies niet opvolgt. Zorg ervoor dat de loopband zorgvuldig wordt gemonteerd en met de motorkap wordt afgedekt voordat deze op het stroomnet wordt aangesloten.

Opmerkingen:

1. Bevestig de klem van de veiligheidssleutel aan uw kleding voordat u de loopband gebruikt.
2. Steek geen voorwerpen in enig deel van het apparaat.
3. Plaats de loopband op een schone, vlakke ondergrond en niet op dik tapijt of in de buurt van water.
4. Start de loopband nooit terwijl u op de loopbandriem staat. Wacht tot de band beweegt.
5. Draag geschikte kleding en schoenen tijdens het trainen.
6. Houd kinderen en huisdieren uit de buurt van de loopband tijdens het trainen.
7. Sport niet binnen 40 minuten na het eten.
8. Volwassenen moeten jongeren begeleiden tijdens het trainen.
9. Houd de handgrepen vast totdat u comfortabel bent met de loopband.
10. De loopband is alleen voor binnengebruik. Houd de opbergplaats schoon, vlak en droog.
11. Bij een elektronische storing, trek de veiligheidssleutel uit de console om te stoppen.
12. Sluit geen andere kabels aan op de stroomkabel. Gebruik geen stopcontact met meerdere aansluitingen.
13. Schakel de stroom uit en trek de stekker uit het stopcontact als het apparaat niet wordt gebruikt. Trek niet aan de stroomkabel.
14. Deze loopband is alleen voor thuisgebruik.

SPRINT

Onderdelen van de loopband die in de doos zitten:



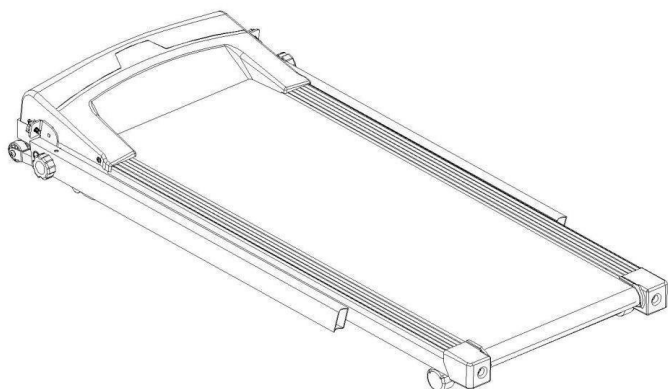
Onderdelen #	Omschrijving	Opmerkingen	Aantallen
1	Stalen constructiedek		1set
2	Bedieningspaneel		1 set
3	Veiligheidsslot		1 stuk
4	Siliconenolie	30ml	1 stuk
5	Binnenhoek sleutel S5	5	1 stuk
6	Schroevendraaier	13/14/15	1 stuk
7	Schroeven	M8*20	2 stuks
8	Draaiknop Schroeven(groot)	M8*35	2 stuks
9	Draaiknop Schroeven (klein)	M8*15	2 stuks + 2 Extra (4)

Nummer 9 kan worden gebruikt om het console eventueel vast te zetten, zodat het eenvoudiger kan worden opgeborgen. Dankzij deze oplossing kan het console met de hand worden losgemaakt in plaats van met een inbussleutel. Vandaar de 2 extra draaiknoppen van ond. 9

SPRINT

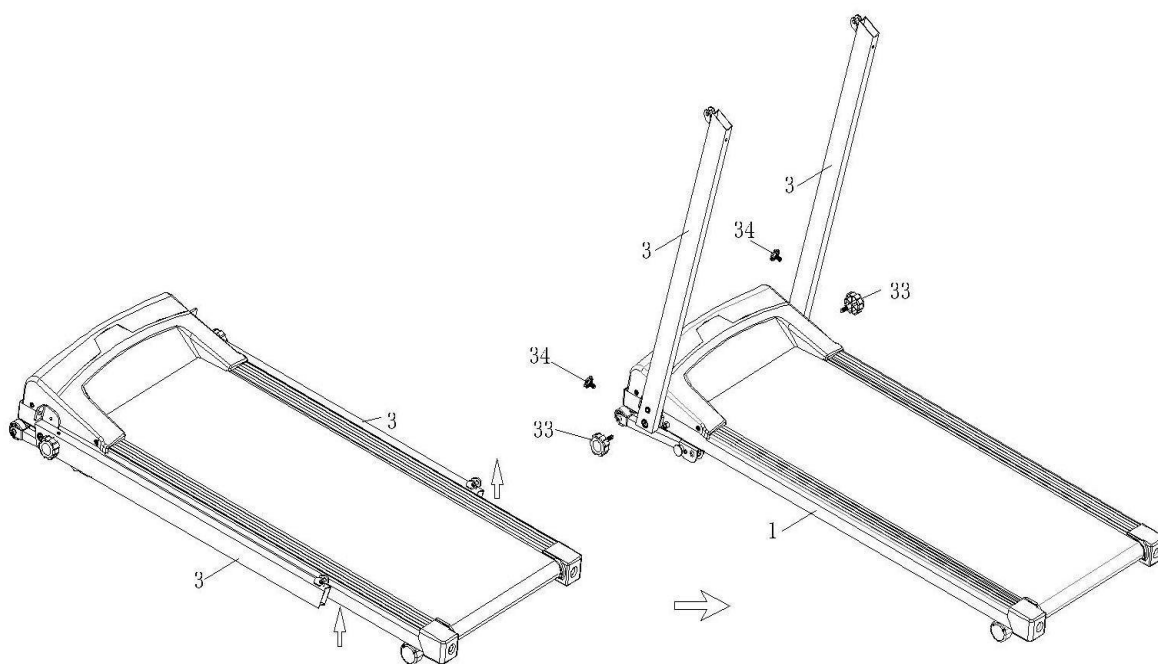
Montagestappen

Stap 1: Haal de loopband uit de doos.



Stap 2:

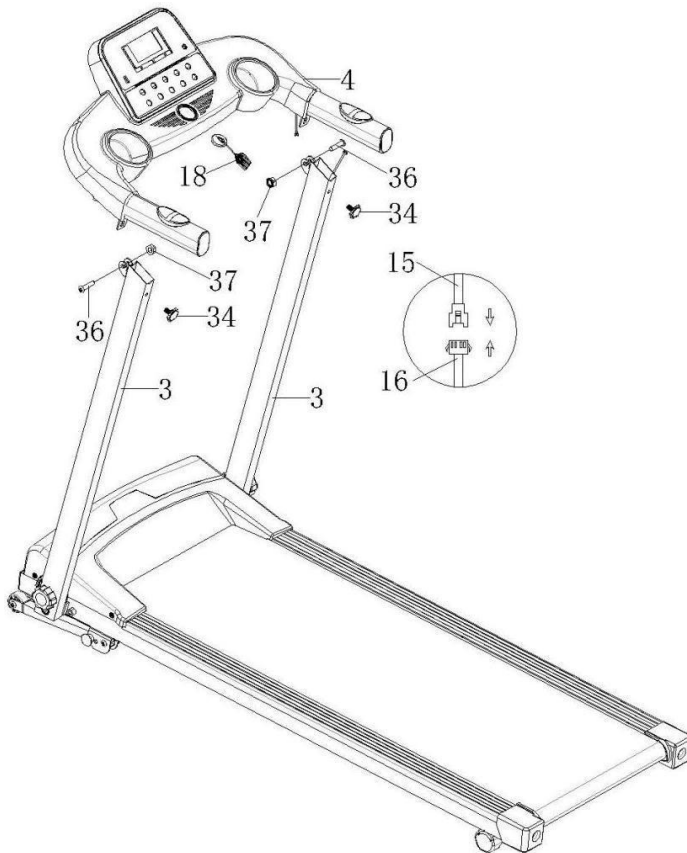
1. Til beide zijframes (nr. 3) omhoog zoals weergegeven in de onderstaande afbeelding.
2. Bevestig de zijframes (nr. 3) aan de stalen structuur (nr. 1) met behulp van de grote knopschroeven (nr. 33) en de kleine knopschroeven (nr. 34).



SPRINT

Stap 3:

1. Plaats de console op de beide zijframes (nr. 3) en monteer deze met schroeven (nr. 36) en moeren (nr. 37). Verbind de communicatiekabels (nr. 15) en (nr. 16). Bevestig vervolgens de console en de frames met knopschroeven (nr. 34).
2. Plaats de veiligheidssleutel (nr. 18) op de correcte positie (geel gemarkeerd gebied) in de console (nr. 4). Hiermee is de installatie van het product voltooid.



SPRINT

Technische specificaties

Kenmerk	Specificatie
Opgebouwde Afmetingen	1355 x 545 x 1215 mm
Motor	DC 2,5 PK
Spanning	200V - 220V
Frequentie	50Hz - 60Hz
Loopoppervlak	1100 x 400 mm
Snelheidsbereik	0,8 - 12 km/u
Brutogewicht	31 kg
Maximaal Gebruikersgewicht	110 kg
3,5" LCD-display	Toont snelheid, tijd, afstand, hartslag en calorieën

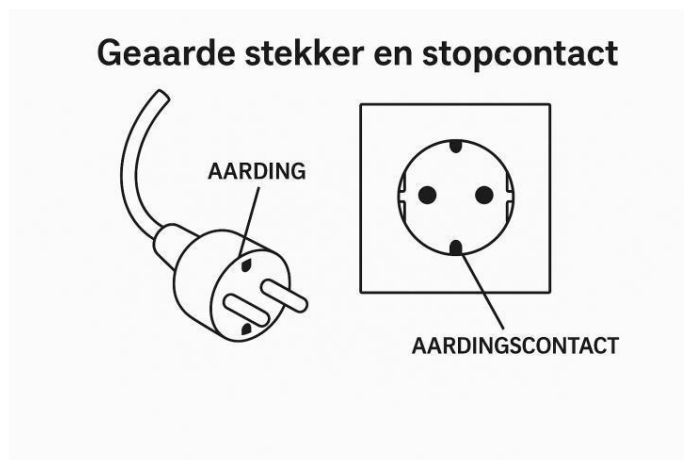
SPRINT

Aardingsmethoden

Dit product moet geaard worden. In geval van een storing of defect biedt aarding een pad met de minste weerstand voor elektrische stroom, waardoor het risico op elektrische schokken wordt verminderd. Dit product is uitgerust met een snoer met een aardingsgeleider en een geaarde stekker. De stekker moet worden aangesloten op een geschikt stopcontact dat correct is geïnstalleerd en geaard volgens alle lokale codes en voorschriften.

GEVAAR: Onjuiste aansluiting van de aardingsgeleider kan leiden tot het risico op elektrische schokken. Raadpleeg een gekwalificeerde elektricien als u twijfelt of het product correct is geaard. Verander de bijgeleverde stekker niet. Als de stekker niet in uw stopcontact past, laat dan door een gekwalificeerde elektricien een geschikt stopcontact installeren.

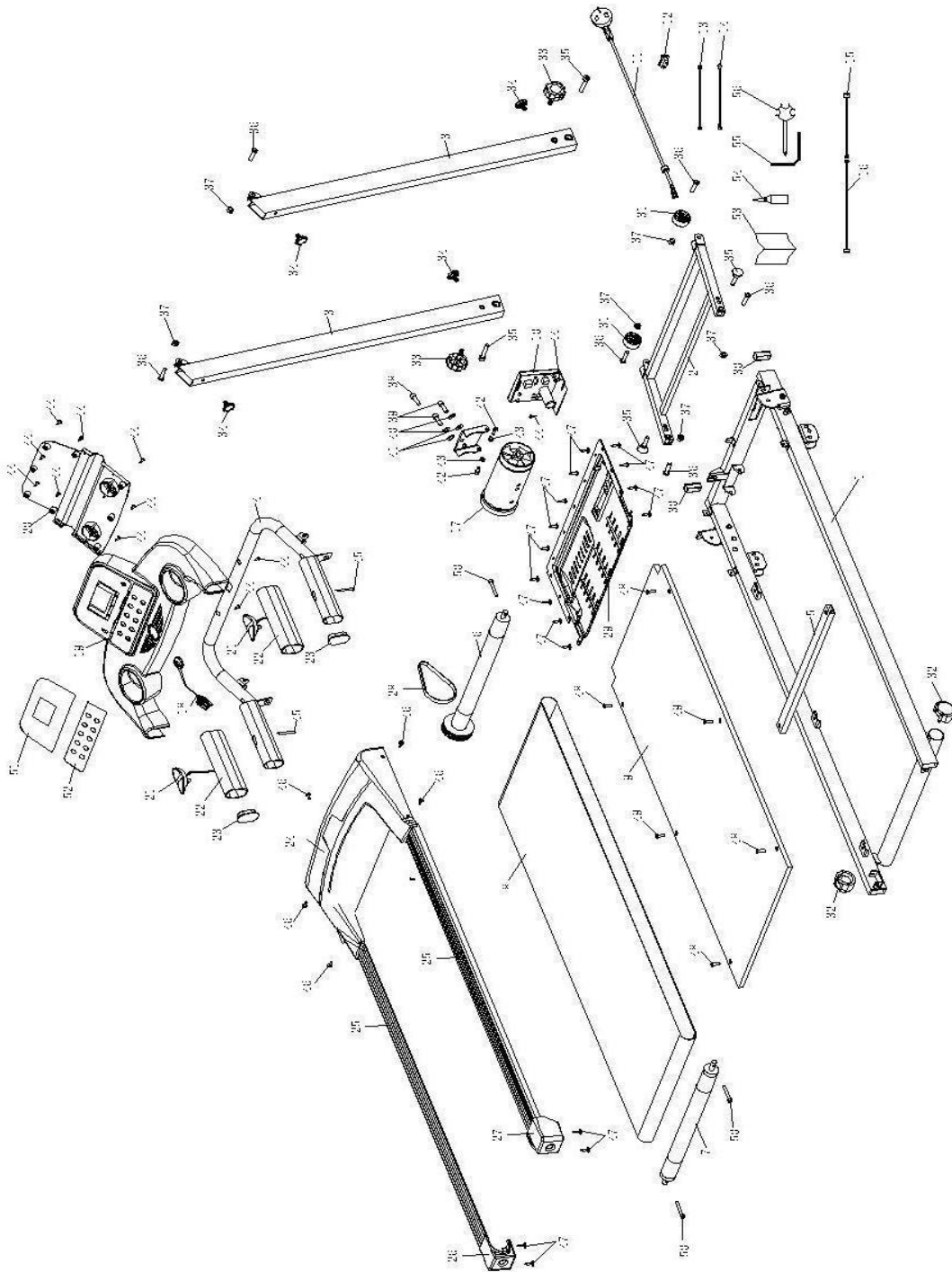
Dit product is bedoeld voor gebruik op een nominaal 220-voltcircuit en is voorzien van een geaarde stekker zoals weergegeven in afbeelding A in de onderstaande figuur. Zorg ervoor dat het product is aangesloten op een stopcontact met dezelfde configuratie als de stekker. Er mag geen adapter worden gebruikt met dit product.



SPRINT

Explosietekening

Hieronder vindt u de explosietekening van de loopband, waarin alle onderdelen en hun respectieve posities zijn weergegeven om u te helpen bij de montage en het onderhoud.





Onderdelenlijst

Hieronder vindt u een gedetailleerde lijst van alle onderdelen van de loopband, inclusief het artikelnummer, de beschrijving en de hoeveelheid.

Artikel nr.	Beschrijving	Aantal	Artikel nr.	Beschrijving	Aantal
1	Stalen hoofdframe	1	29	Onderste motorkap	1
2	Onderste stalen steun	1	30	Stoppers van het hoofdframe	2
3	Zijframes	2	31	Transportwielen	2
4	Stalen console-ondersteuning	1	32	Achterwielen	2
5	Loopplank ondersteunende stalen buis	1	33	Knopschroeven (groot)	2
6	Voorste rol	1	34	Knopschroeven (klein)	4
7	Achterste rol	1	35	Schroef M8*50	2
8	Loopband	1	36	Zeskantbout M8*35	6
9	Loopplank	1	37	Nylon moer M8	6
10	Printplaat (PCB)	1	38	Zeskantbout M8*350	1
11	Stroomkabel	1	39	Zeskantbout M8*25	2
12	Schakelaar	1	40	Veerring D8	2
13	Stroomaansluitkabel	1	41	Platte ring D8	2
14	Aardingskabel	1	42	Inbusbout M6*15	2
15	Bovenste communicatiekabel	1	43	Nylon moer M6	2
16	Onderste communicatiekabel	1	44	Kruiskopschroef ST4,2*15	12
17	DC-motor 0,75 PK	1	45	Kruiskopschroef ST4,2*45	2
18	Veiligheidssleutel	1	46	Kruiskopschroef ST4,2*19	5
19	Bovenste consolekap	1	47	Kruiskopschroef ST4,2*16	17
20	Onderste consolekap	1	48	Inbusbout M6*25	4
21	Hartslagsensor	2	49	Inbusbout M6*40	2
22	Schuimrubberen bekleding van handgrepen	2	50	Inbusbout M6*45	3
23	Stoppers voor de handgrepen	2	51	Console-sticker	1
24	Bovenste motorkap	1	52	Membraanknop	1
25	Afdekking van de loopplank	2	53	Gebruikershandleiding	1
26	Linker achterkap	1	54	Siliconenolie	1
27	Rechter achterkap	1	55	Inbusleutel S5	1
28	Motorriem	1	56	Schroevendraaier 13#, 14#, 15#	1

SPRINT

Opwarmfase

Voor de training is het beter om eerst de spieren op te warmen, omdat warme spieren gemakkelijker rekken. Begin met 5 tot 10 minuten opwarmen. Doe daarna de volgende stretchoefeningen vijf keer, waarbij elke beenstrekking minstens 10 seconden duurt. Herhaal deze oefeningen na het beëindigen van de training.

1. Voorover strekken:

Houd de knieën licht gebogen en buig het lichaam langzaam naar voren zodat de rug en schouders ontspannen zijn. Probeer met je handen je tenen aan te raken. Houd 10 tot 15 seconden vast en ontspan dan. Herhaal drie keer (zie Figuur 1).

2. Hamstring stretch:

Zit op een schone stoel en strek één been recht uit. Plaats het andere been zo dat het tegen de binnenkant van het gestrekte been ligt. Probeer met je handen de tenen aan te raken. Houd 10 tot 15 seconden vast en ontspan dan. Herhaal drie keer per been (zie Figuur 2).

3. Benen en voeten stretch:

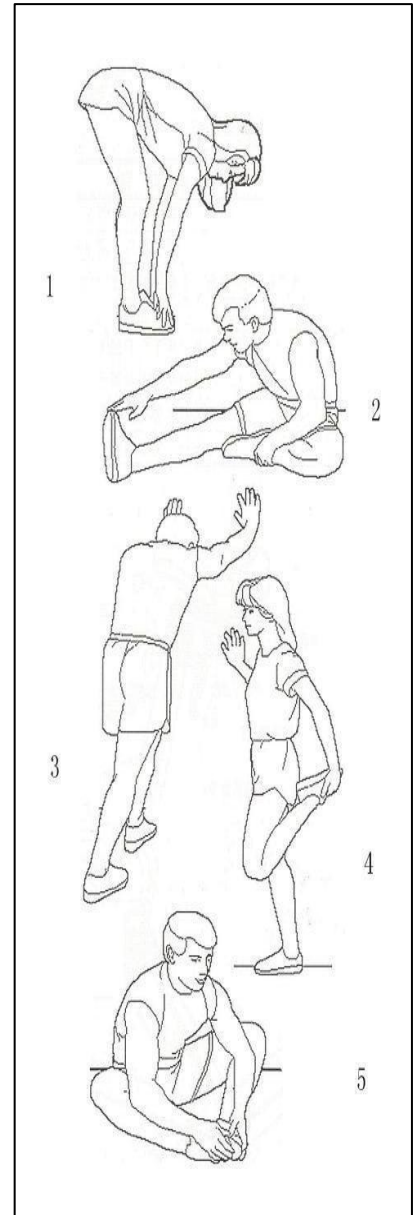
Sta met beide handen tegen een muur of boom, één voet naar voren. Houd de benen recht en de hiel naar de muur of boom gekeerd. Houd 10 tot 15 seconden vast en ontspan dan. Herhaal drie keer per been (zie Figuur 3).

4. Quadriceps stretch:

Houd met de linkerhand een muur of tafel vast voor balans, en trek met de rechterhand je rechtersoet naar de billen totdat je spanning voelt in de voorkant van de dij. Houd 10 tot 15 seconden vast en ontspan dan. Herhaal drie keer per been (zie Figuur 4).

5. Sartorius stretch (binnenste dijspieren):

Plaats de voeten tegen elkaar, knieën naar buiten en ga zitten. Grijp de voeten en trek ze naar de lies. Houd 10 tot 15 seconden vast en ontspan dan. Herhaal drie keer (zie Figuur 5).





Oefeningsinstructies

Opwarmfase:

Als u ouder bent dan 35 jaar, niet in goede gezondheid verkeert of als het uw eerste keer is dat u gaat sporten, raadpleeg dan uw arts of een professional.

Voordat u de gemotoriseerde loopband gebruikt, moet u leren hoe u de machine bedient. Weet goed hoe u moet starten, stoppen, de snelheid aanpassen, enzovoort; ga op dit moment nog niet op de machine staan. Daarna kunt u de machine gebruiken. Ga op de antislipmatten aan beide zijden staan en houd met beide handen de handgrepen vast. Stel de machine in op een lage snelheid van ongeveer 1,6 tot 3,2 km/u en test de bewegende band met één voet. Zodra u gewend bent aan de snelheid, kunt u op de machine gaan lopen en de snelheid verhogen tussen 3 en 5 km/u. Houd deze snelheid ongeveer 10 minuten aan en stop dan de machine.

Trainingsfase:

Leer hoe u de snelheid en helling aanpast voordat u begint met gebruiken. Loop ongeveer 1 km met een constante snelheid en noteer de tijd; dit zal ongeveer 15 tot 25 minuten duren. Als u loopt met 4,8 km/u, duurt het ongeveer 12 minuten om 1 km af te leggen. Voelt u zich comfortabel bij deze constante snelheid, dan kunt u de snelheid en helling verhogen; na 30 minuten heeft u een goede training. In deze fase moet u de snelheid of helling niet te veel in één keer verhogen om comfortabel te blijven.

Trainingsintensiteit:

Warm op met een snelheid van 4,8 km/u gedurende 2 minuten, verhoog dan de snelheid naar 5,3 km/u en blijf 2 minuten lopen. Verhoog vervolgens naar 5,8 km/u en loop nog eens 2 minuten. Daarna verhoogt u elke 2 minuten met 0,3 km/u, totdat u snel begint te ademen maar zich nog comfortabel voelt.

Calorieverbranding—de meest effectieve manier

Warm 5 minuten op met 4-4,8 km/u. Verhoog dan elke 2 minuten de snelheid met 0,3 km/u, tot u een comfortabele snelheid bereikt voor 45 minuten. Om de intensiteit te verhogen, handhaaf de snelheid tijdens een tv-programma van 1 uur en verhoog deze met 0,3 km/u tijdens elke reclamepauze, waarna u terugkeert naar de oorspronkelijke snelheid. Dit zorgt voor optimale calorieverbranding tijdens reclame en verhoogde hartslag. Verlaag tot slot de snelheid geleidelijk over 4 minuten.

SPRINT

Trainingsfrequentie:

De cyclus: 3 tot 5 keer per week, 15 tot 60 minuten per keer. Stel een wetenschappelijk trainingsschema op, niet alleen gebaseerd op uw hobby.

U kunt de trainingsintensiteit regelen door de snelheid en helling van de loopband aan te passen. We raden aan om de helling in het begin niet in te stellen; het verhogen van de helling is een effectieve manier om de intensiteit van de training te versterken.

Raadpleeg uw arts of een gezondheidsprofessional voordat u met uw training begint. Professionals kunnen u helpen een geschikt oefenschema op te stellen op basis van uw leeftijd en gezondheidstoestand, en de snelheid en intensiteit van de oefening bepalen. Stop

onmiddellijk als u tijdens het sporten beklemming of pijn op de borst, onregelmatige hartslag, ademhalingsmoeilijkheden, duizeligheid of ander ongemak voelt. U dient uw arts of een gezondheidsprofessional te raadplegen voordat u verdergaat.

U kunt kiezen voor normale wandelsnelheid of joggingsnelheid als u regelmatig op de loopband traint. Als u niet genoeg ervaring heeft of de testsnelheid niet kunt bepalen, kunt u de volgende instructies volgen:

- **Snelheid 1,0-3,0 km/u:** Slechte fysieke conditie
- **Snelheid 3,0-4,5 km/u:** Weinig beweging en training
- **Snelheid 4,5-6,0 km/u:** Normaal wandelen
- **Snelheid 6,0-7,5 km/u:** Snel wandelen
- **Snelheid 7,5-9,0 km/u:** Joggen
- **Snelheid 9,0-12,0 km/u:** Hardlopen op gemiddelde snelheid

Let op: Voor wandelaars is het beter om de snelheid op ≤ 6 km/u te houden. Voor hardlopers is het beter om de snelheid op $\geq 8,0$ km/u te houden.

SPRINT

Onderhoudsinstructies

WAARSCHUWING: Koppel de loopband altijd los voordat u begint met schoonmaken of onderhoud.

Regelmatig schoonmaken zal de levensduur van de loopband aanzienlijk verlengen.

Houd de loopband schoon door regelmatig stof te verwijderen. Zorg ervoor dat u het blootgestelde deel van de loopplank aan beide zijden van de loopbandriem en ook de zijrails schoonmaakt. Houd uw loopschoenen schoon om te voorkomen dat er vreemde materialen onder de loopbandriem terechtkomen.

WAARSCHUWING: Koppel de loopband altijd los voordat u de motorkap verwijdert.

Zorg ervoor dat u de motorkap verwijdert en de motor eenmaal per jaar schoonmaakt.

Smering van de loopbandriem en loopplank

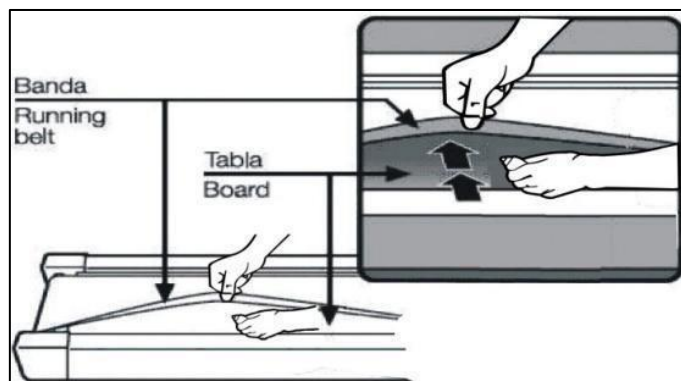
Deze loopband is uitgerust met een vooraf gesmeerd, onderhoudsarm decksysteem. De wrijving tussen de loopbandriem en de loopplank kan een grote invloed hebben op de werking en levensduur van uw loopband, waardoor periodieke smering noodzakelijk is. We raden aan om de loopplank periodiek te inspecteren. Neem contact op met onze servicedienst als u schade aan de loopplank constateert.

We adviseren om de loopplank volgens het volgende schema te smeren:

- **Lichte gebruikers** (minder dan 3 uur per week): **Eens per jaar**
- **Gemiddelde gebruikers** (3-5 uur per week): **Elke zes maanden**
- **Zware gebruikers** (meer dan 5 uur per week): **Elke drie maanden**

We raden aan dat u het smeermiddel bij onze distributeur koopt of rechtstreeks bij ons.

WAARSCHUWING: Reparaties dienen altijd te worden uitgevoerd door een professionele technicus.



SPRINT

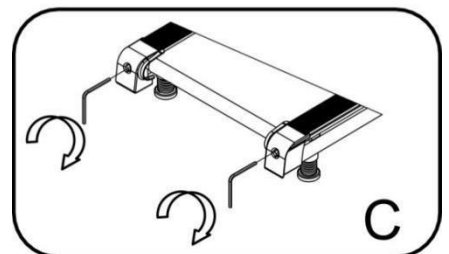
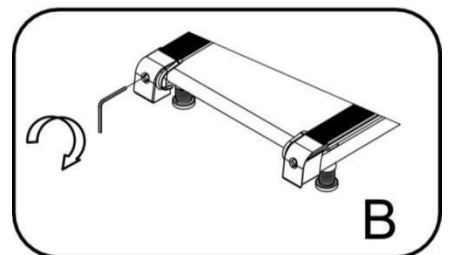
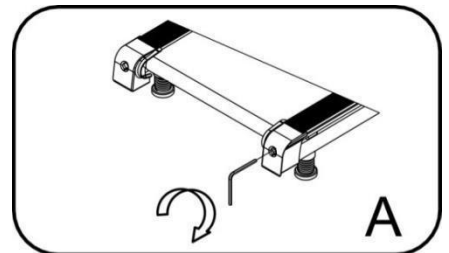
Afstelling van de Loopbandriem

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

Als de loopbandriem te los is tijdens het gebruik, kan deze gaan slippen. Als de riem te strak staat, kan dit de prestaties van de motor negatief beïnvloeden en de slijtage van de rollen en de riem verhogen. 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 de loopband draaien met een snelheid van ongeveer 6-8 km/u en controleer de werking. Als de riem naar rechts is verschoven, trek dan de veiligheidssleutel eruit en schakel de stroom uit. Draai vervolgens de rechter afstelschroef een kwartslag met de klok mee. Start de loopband opnieuw om te controleren of de riem gecentreerd is. **(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.

SPRINT

Handleiding voor de Bediening van de Console

1. Console-interface:



2. Starten

Normaal starten na een terugtelling van 5 seconden.

3. Aantal Programma's

Automatische programma's **P1 ~ P12**.

4. Veiligheidssleutelfunctie

Bij het verwijderen van de veiligheidssleutel wordt onmiddellijk "E7" weergegeven. De loopband stopt snel en er klinkt een alarm met "Bi-Bi-Bi". Plaats je de veiligheidssleutel terug, dan wordt de elektronische meter na 2 seconden opnieuw ingesteld en worden de gegevens weergegeven.

SPRINT

5. Functies van de Toetsen

5.1 START/STOP

- **START:** Dit is de startknop. Druk op "START" wanneer de loopband in de stopstand staat; de loopband zal starten met een snelheid van "0,8" km/u.
- **STOP:** Dit is de stopknop. Druk op "STOP" terwijl de loopband draait; alle gegevens worden gereset en het systeem keert terug naar de handmatige modus nadat de loopband volledig is gestopt.
- **Opmerking:** Deze twee toetsen bevinden zich op de handgreep.

5.2 Programmaknop

- **PROGRAM:** Dit is de programmaknop. In de standby-modus kun je met "PROGRAM" kiezen tussen de handmatige modus en de automatische programma's P1 – P12. De handmatige modus is de standaardmodus met een startsnelheid van 0,8 km/u en een maximale snelheid van 10 km/u.

5.3 Modusknop

- **MODE:** Dit is de modusknop. In de standby-modus kun je met "MODE" kiezen uit drie soorten aftelmodi van H-1 tot H-3:
 - **H-1:** Tijdsaftelmodus
 - **H-2:** Afstandsftelmodus
 - **H-3:** Calorieënaftelmodus
- Gebruik "SPEED+" en "SPEED–" om de gewenste aftelwaarde in te stellen. Druk na het instellen op "START" om de loopband te starten.

5.4 Snelheidstoetsen

- **SPEED+** en **SPEED–:** Dit zijn de versnelling- en vertragingstoetsen.
 - Bij het instellen van parameters kunnen deze toetsen worden gebruikt om waarden aan te passen.
 - Tijdens het lopen kun je de snelheid met 0,1 km/u per keer aanpassen.
 - Houd je de toets langer dan 2 seconden ingedrukt, dan zal de snelheid automatisch continu verhogen of verlagen.
- **Opmerking:** Deze twee toetsen bevinden zich op de handgreep.

SPRINT

6. Functies van het Display

6.1 Snelheidsweergave

- Toont de huidige loopsnelheid.

6.2 Tijdsweergave

- Toont de verstreken tijd in handmatige modus of de resterende tijd in de aftel- en programmeermodi.

6.3 Afstandweergave

- Geeft de totale afgelegde afstand weer in de handmatige en programmeermodus of de resterende afstand in de aftelmodus.

6.4 Calorieënweergave

- Toont het totale aantal verbruikte calorieën in de handmatige en programmeermodus of de resterende calorieën in de aftelmodus.

6.5 Hartslagweergave

- Wanneer er hartslagsignalen worden gedetecteerd, knippert het hartvormige pictogram en wordt de hartslagwaarde weergegeven.

6.6 Weergavebereik van Parameters

- **TIJD:** 0:00 – 99:59 minuten
 - **AFSTAND:** 0,00 – 99,0 km
 - **CALORIEËN:** 0,0 – 990 kcal
 - **SNELHEID:** 0,8 – 10,0 km/u
 - **HARTSLAG:** 50 – 200 bpm
-

SPRINT

7. Hartslagmeetfunctie

- Terwijl de loopband is ingeschakeld, houd je de hartslagsensoren gedurende 5 seconden vast; de hartslagwaarde wordt vervolgens weergegeven.
- De initiële waarde is je daadwerkelijk gemeten hartslag, met een bereik van 50 tot 200 slagen per minuut.
- Tijdens het meten knippert het hartvormige pictogram.
- **Let op:** De weergegeven hartslag is alleen ter referentie en kan niet worden gebruikt als medische data.

8. Automatisch Programma

- **Standaard looptijd:** 10 minuten.
- **Instellen van de looptijd:** Stel na het kiezen van het programma de gewenste looptijd in.
- **Programma-indeling:** Elk programma is opgedeeld in 10 secties; de totale looptijd wordt gelijkmatig over deze secties verdeeld.
- **Diagram:** Hieronder staat een diagram van een programma met 10 secties.

Ingebouwde Programmagegevens

Tijd Programma		Steltijd / 10 = looptijd voor elk segment									
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
P1	Snelheid	3	3	6	5	5	4	4	4	4	3
P2	Snelheid	3	3	4	4	5	5	5	6	6	4
P3	Snelheid	2	4	6	8	7	8	6	2	3	2
P4	Snelheid	3	3	5	6	7	6	5	4	3	3
P5	Snelheid	3	6	6	6	8	7	7	5	5	4
P6	Snelheid	2	6	5	4	8	7	5	3	3	2
P7	Snelheid	2	9	9	7	7	6	5	3	2	2
P8	Snelheid	2	4	4	4	5	6	8	8	6	2
P9	Snelheid	2	4	5	5	6	5	6	3	3	2
P10	Snelheid	2	5	7	5	8	6	5	2	4	3
P11	Snelheid	2	5	6	7	8	9	10	5	3	2
P12	Snelheid	2	3	5	6	8	6	9	6	5	3

***S*PRINT**

G. Parameterinstellingen in 3 Modi

- **Tijdsaftelmodus:**
 - **Beginwaarde:** 10:00 minuten
 - **Bereik:** 5:00 ~ 99:00 minuten
 - **Stapgrootte:** 1:00 minuut
- **Calorieënaftelmodus:**
 - **Beginwaarde:** 50 kcal
 - **Bereik:** 20 ~ 990 kcal
 - **Stapgrootte:** 10 kcal
- **Afstandsftelmodus:**
 - **Beginwaarde:** 1,0 km
 - **Bereik:** 1,0 ~ 99,0 km
 - **Stapgrootte:** 1,0 km

Schakelvolgorde van de modi: Handmatig, Tijd, Afstand en Calorieën.

SPRINT

10. (FAT) Lichaamsvettest

In de standby-modus kunt u uw lichaamsvetpercentage evalueren:

1. Start de test:

- Druk continu op de **PROGRAMMA**-knop totdat 'FAT' in het snelheidsvenster verschijnt.

2. Parameters instellen:

- Druk op **MODE** om de volgende parameters te selecteren en gebruik **SPEED ▲/▼** om de waarden aan te passen:
 - **F1 - GESLACHT:** 01 = Man, 02 = Vrouw
 - **F2 - LEEFTIJD:** 10 ~ 99 jaar
 - **F3 - LENGTE:** 100 ~ 200 cm
 - **F4 - GEWICHT:** 20 ~ 150 kg

3. Resultaat bekijken:

- Na het instellen toont het venster **F5**.
- Houd met beide handen de hartslagsensoren vast.
- Het systeem berekent uw FAT-waarde en laat zien of uw lengte en gewicht in verhouding zijn.

Over de FAT-waarde:

- De FAT-waarde geeft de relatie weer tussen uw lengte en gewicht, maar niet de exacte lichaamssamenstelling.
- Geschikt voor zowel mannen als vrouwen.
- De ideale FAT-waarde ligt tussen **20 en 25**.
 - **≤1G:** Ondergewicht
 - **20 ~ 25:** Normaal gewicht
 - **25 ~ 2G:** Overgewicht
 - **≥30:** Obesitas

Deze gegevens zijn alleen ter referentie en niet bedoeld voor medisch gebruik.

SPRINT

11. Overige Informatie

11.1 Automatisch Terugkeren naar Handmatige Modus

- Nadat een aftelparameter is voltooid, wordt 'END' weergegeven.
- Het systeem geeft om de 2 seconden een alarm van 0,5 seconde totdat de loopband volledig is gestopt.
- Vervolgens keert het systeem terug naar de handmatige modus.

11.2 Circulaire Parameterinstelling

- U kunt parameters cyclisch instellen.
- Bijvoorbeeld: Als u bij het tijdstelbereik van **5:00 ~ GG:00** op “+” drukt wanneer **GG:00** wordt weergegeven, springt de waarde terug naar **5:00**.
- Gebruik de “+” en “-” toetsen om waarden te verhogen of te verlagen.

11.3 Beperkingen bij Aftelmodi

- U kunt slechts één van de volgende aftelmodi tegelijk instellen: Tijd, Calorieën of Afstand.
- Alleen de laatst ingestelde parameter wordt geactiveerd.
- De ingestelde parameter telt af, terwijl de andere parameters optellen tijdens het gebruik.

11.4 Standaard Calorieverbruik




- Het standaard calorieverbruik is ingesteld op **30 kcal/km**.

11.5 Versnelling en Vertraging

- **Versnelling:** 0,5 km/u per seconde
- **Vertraging:** 0,5 km/u per seconde



Bluetooth-functie gebruiken op de loopband

1.  **Schakel Bluetooth in op uw telefoon**
Open de Bluetooth-instellingen van uw telefoon en zet Bluetooth aan.
2.  **Verbind met de loopband**
Zoek in de lijst met beschikbare apparaten naar **BT-301-AUDIO** en selecteer deze om verbinding te maken.
3.  **Geniet van uw muziek**
Zodra de verbinding tot stand is gebracht, kunt u direct muziek afspelen via de luidsprekers van de loopband.



12. Betekenis van Foutmeldingscodes

Foutcode	Beschrijving van het probleem	Oplossingen
E1	Abnormale communicatie tussen de controller en de elektronische console na inschakelen.	<p>Stop de controller om de foutstatus te activeren. Het apparaat kan niet worden gestart. De elektronische meter toont de foutcode en de zoemer klinkt 3 keer.</p> <p>Mogelijke oorzaken: De communicatie tussen de controller en de elektronische console is onderbroken; controleer elke verbinding van de communicatiekabels tussen de console en de controller en zorg ervoor dat alle draden goed zijn aangesloten. Controleer of de bedrading tussen de console en de controller beschadigd is; vervang de beschadigde kabel indien nodig.</p>
E2	Controller kan de motorspanning niet detecteren: Geen snelheidssensorsignaal.	<p>1. Controleer of de motorkabel goed is aangesloten op de controller.</p> <p>2. Stop en ga naar de foutstatus. De zoemer van de console klinkt 9 keer en de foutcode wordt weergegeven. Geen andere weergave. Als het systeem na ongeveer 10 seconden in de standby-modus gaat, kan het opnieuw worden gestart.</p> <p>Mogelijke oorzaken: Als het snelheidssensorsignaal langer dan 3 seconden niet wordt ontvangen, controleer dan of de sensorconnector goed is aangesloten of beschadigd is; sluit hem goed aan of vervang de sensor.</p> <p>3. Stop en ga naar de foutstatus. De zoemer van de console klinkt 9 keer en de foutcode wordt weergegeven. Geen andere weergave. Als het systeem weer normaal wordt en na het stoppen in de standby-modus gaat, kan normaal worden gestart.</p> <p>Mogelijke oorzaken: Controleer of de motorkabels goed zijn aangesloten; sluit de motorkabels opnieuw aan. Controleer of de controller een abnormale geur afgeeft; vervang deze indien nodig.</p>

SPRINT

Foutcode	Beschrijving van het probleem	Oplossingen
E5	Overstroombeveiliging: Tijdens het gebruik is de stroom van de DC-motor hoger dan de nominale stroom +6A gedurende meer dan 3 seconden.	<ol style="list-style-type: none">1. Controleer of er olie is tussen de loopband en de loopplank. Zo niet, voeg dan 15 ml smeerolie toe.2. Een deel van de loopband is vastgelopen waardoor de motor niet kan draaien.3. Controleer of er een brandgeur uit de motor komt; vervang deze indien nodig.4. Controleer of er een brandgeur uit de onderliggende besturingskaart komt; vervang deze indien nodig.
E6	Explosiebeveiliging: Abnormale netspanning of motorproblemen leiden tot beschadiging van het aandrijfmotorcircuit.	<p>Stop en ga naar de foutstatus. De zoemer van de console klinkt 9 keer en de foutcode wordt weergegeven. Geen andere weergave. Als het systeem weer normaal wordt en na het stoppen in de standby-modus gaat, kan normaal worden gestart.</p> <p>Mogelijke oorzaken: Controleer of de voedingsspanning minder is dan 50% van de normale waarde; zorg voor de juiste spanning en test opnieuw. Controleer of de controller een brandgeur afgeeft; vervang deze indien nodig. Controleer of de motorkabels goed zijn aangesloten; sluit de motorkabels opnieuw aan.</p>
E7	Veiligheidssleutel niet op zijn plaats.	<p>Plaats de veiligheidssleutel op de juiste positie. Vervang de veiligheidsschakelaar en sluit de kabel van de veiligheidssleutel opnieuw aan.</p>