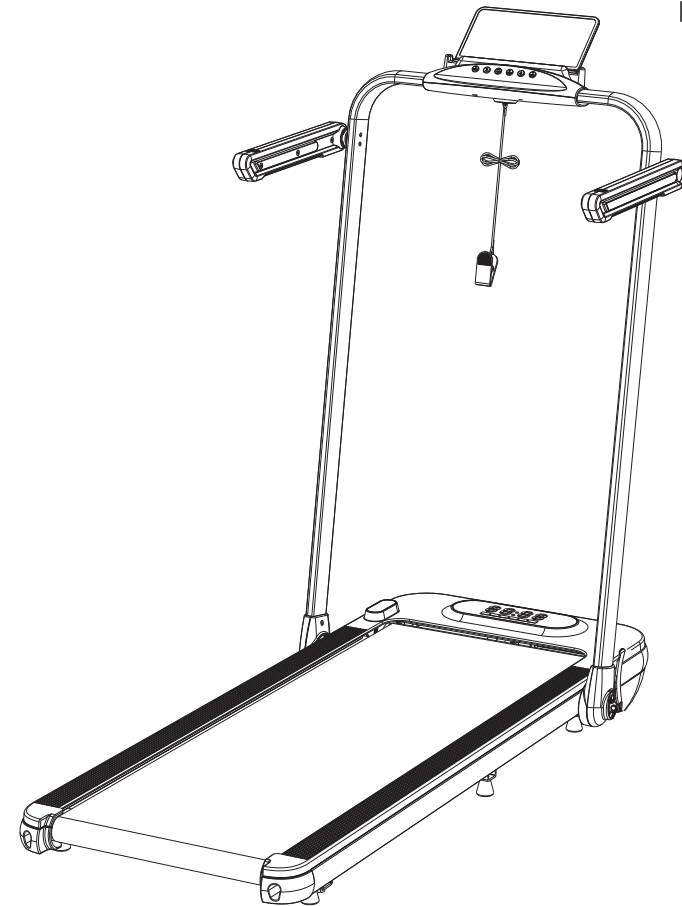


# Product Instruction Manual

**TREADMILL SE**

Model NO:T4089



# Inhaltsverzeichnis

1. Sicherheitsvorkehrungen und Warnhinweise -----	02
2. Produktvorstellung -----	06
3. Aufbauanleitung -----	08
4. Einstellung der Spannung des klappbaren Griffs-----	10
5. Übungsempfehlungen und Richtlinien -----	11
6. Betriebsanleitung -----	13
7. Häufige Fehler und Fehlerbehebung -----	17
8. Wartung des Produkts-----	18
9. Servicezusage -----	19
10. FCC-Hinweis-----	20

## 1. Sicherheitsvorkehrungen und Warnhinweise

**Hinweis: Bitte lesen Sie die Bedienungsanleitung sorgfältig vor der Nutzung und beachten Sie die folgenden Sicherheitsvorkehrungen.**

- ★ Das Laufband sollte in einem gut belüfteten und trockenen Innenbereich platziert werden, um Feuchtigkeit zu vermeiden. Legen Sie keine Fremdkörper auf das Laufband, um Schäden am Motor durch eindringendes Wasser zu verhindern.
- ★ Stellen Sie vor Beginn des Trainings sicher, dass Sie geeignete Sportbekleidung und professionelle Sportschuhe tragen und Ganzkörperdehnübungen durchführen. Trainieren Sie nicht barfuß auf dem Laufband.
- ★ Der Netzstecker muss sicher geerdet sein, und die Steckdose sollte einen dedizierten Stromkreis haben, um das Teilen von Strom mit anderen elektrischen Geräten zu vermeiden.
- ★ Halten Sie Kinder von diesem Gerät fern, um Unfälle zu verhindern.
- ★ Vermeiden Sie den langen Betrieb des Laufbands unter Überlastbedingungen, da dies zu Schäden am Motor und Controller führen kann und den Verschleiß und das Altern von Lagern, Laufbändern und dem Laufdeck beschleunigen kann. Es wird empfohlen, regelmäßige Wartung durchzuführen, um sicherzustellen, dass das Gerät in gutem Zustand ist.
- ★ Um den normalen Betrieb von elektronischen Instrumenten und Controllern aufrechtzuerhalten, reduzieren Sie den Hausstaub und halten Sie die Raumluftfeuchtigkeit aufrecht, um starke elektrostatische Störungen zu verhindern.
- ★ Schalten Sie nach der Nutzung unbedingt die Stromversorgung des Laufbands aus.
- ★ Sorgen Sie für eine Luftzirkulation im Innenbereich während der Nutzung des Laufbands.
- ★ Wenn Sie während des Trainings Unbehagen verspüren oder abnormale Zustände erleben, halten Sie sofort an und konsultieren Sie einen medizinischen Fachmann.
- ★ Nach der Verwendung von Silikonöl lagern Sie es an einem für Kinder unzugänglichen Ort, um ernste Folgen bei versehentlichem Verschlucken zu vermeiden.
- ★ Der Sicherheitsbereich hinter dem Laufband beträgt 1000\*2000 mm.
- ★ Vermeiden Sie das Platzieren des Laufbands auf einem Teppich, da dies die Belüftungs- und Kühlleistung reduzieren kann und zu einem möglichen Ausbrennen des Motors führen kann.

**Warnung: Um Unfälle zu vermeiden, befolgen Sie bitte diese Vorschriften.**

- ★ Überprüfen Sie vor der Benutzung des Laufbands, ob die Kleidung richtig sitzt und die Reißverschlüsse richtig geschlossen sind.
- ★ Tragen Sie keine Gegenstände, die vom Laufband erfasst werden könnten.
- ★ Halten Sie das Netzkabel von Wärmequellen fern.
- ★ Verhindern Sie, dass Kinder sich dem Laufband nähern.
- ★ Verwenden Sie das Laufband nicht im Freien.
- ★ Trennen Sie die Stromversorgung, bevor Sie das Laufband bewegen.
- ★ Öffnen Sie die obere Abdeckung sowie die linken und rechten Rückstützen nicht ohne professionelle Aufsicht.
- ★ Begrenzt auf eine Person, die das Laufband benutzt.
- ★ Wenn Sie Schwindel, Brustschmerzen, Übelkeit oder Atemnot während des Trainings verspüren, halten Sie sofort an und konsultieren Sie einen medizinischen Fachmann.

## Warnung! Pflicht!

**Wenn Sie sich in medizinischer Behandlung befinden oder zu den folgenden Patiententypen gehören, sollten Sie unbedingt vor der Nutzung einen Facharzt konsultieren.**

- (1) Patienten mit Rückenschmerzen oder solche, die Verletzungen an den Beinen, im unteren Rücken oder am Nacken erlitten haben, oder solche, die Schmerzen in den Beinen, im unteren Rücken, im Nacken und in den Armen verspüren (wie chronische Patienten mit Bandscheibenvorfall, Wirbelsäulenverlagerung, Bandscheibenvorwölbung, etc.).
- (2) Patienten mit Osteoarthritis, Rheuma oder schmerzhaftem Rheuma.
- (3) Personen mit Anomalien wie Osteoporose.
- (4) Personen mit Erkrankungen des Kreislaufsystems (Herzkrankheiten, Gefäßerkrankungen, hoher Blutdruck, etc.).
- (5) Personen mit Störungen der Atemorgane.
- (6) Personen, die künstliche Herzschrittmacher oder implantierte medizinische elektronische Geräte verwenden.
- (7) Personen mit bösartigen Tumoren.
- (8) Personen mit Thrombosen oder schweren Blutzirkulationsstörungen, akuter Venenentzündung, etc.
- (9) Personen mit peripheren Durchblutungsstörungen aufgrund von Bedingungen wie Diabetes.
- (10) Personen mit Hautwunden.
- (11) Personen mit Fieber aufgrund von Krankheiten (Hauttemperatur von 38°C oder höher).
- (12) Personen mit abnormen oder gebogenen Rücken.
- (13) Schwangere oder potenziell schwangere Frauen oder Frauen während der Menstruation.
- (14) Personen, die sich körperlich unnormal fühlen und Ruhe brauchen.
- (15) Personen mit offensichtlich schlechtem körperlichem Zustand.
- (16) Personen, die das Gerät zu Rehabilitationszwecken verwenden.
- (17) Personen, die eine Abnormalität in ihrem Körper verspüren, die nicht zu den oben genannten Situationen gehört.

- Die Verwendung kann Unfälle oder eine Verschlechterung des körperlichen Zustands verursachen.

- ◆ Wenn Sie während des Trainings ungewöhnliche Schmerzen wie Rückenschmerzen, Taubheitsgefühl in den Beinen, Schwindel, abnormale Herzschläge oder ein Gefühl von Unwohlsein, das sich von der üblichen Empfindung unterscheidet, verspüren, halten Sie sofort an und konsultieren Sie einen medizinischen Fachmann.
- ◆ Aufsichtspersonen von Kindern sollten darauf achten, dass diese sich nicht um das Produkt herumspielen. - Nichtbefolgung dieser Regel kann zu Verletzungen führen.
- ◆ Während der Nutzung oder beim Be- und Entladen des Produkts stellen Sie sicher, dass sich keine Personen oder Haustiere in der Nähe befinden (hinten, unten, vor dem Produkt).

## Verbotene!

- ◆ Verwenden Sie dieses Gerät nicht, wenn das Gehäuse gerissen, gebrochen oder abgelöst ist (innere Strukturen freigelegt) oder wenn geschweißte Teile gelöst sind.
- Andernfalls können Unfälle oder Verletzungen auftreten.
- ◆ Springen Sie während des Trainings nicht auf oder vom Laufband.
- Dies kann zu Stürzen und Verletzungen führen.

- ◆ Verwenden oder lagern Sie das Laufband nicht im Freien, im Badezimmer oder anfeuchten oder leicht nassen Orten.
- ◆ Stellen Sie das Laufband nicht in direktes Sonnenlicht oder in eine Umgebung mit hoher Temperatur, wie um einen Kamin oder auf Heizgeräten wie elektrischen Decken.
- Andernfalls kann es zu elektrischem Leck oder Feuer kommen.
- ◆ Wenn das Netzkabel oder der Netzstecker beschädigt ist oder die Steckdose lose ist, verwenden Sie das Laufband nicht.
- Andernfalls können elektrischer Schlag, Kurzschluss oder Feuer auftreten.
- ◆ Beschädigen, biegen oder verdrehen Sie das Netzkabel nicht. Vermeiden Sie es auch, schwere Gegenstände auf das Netzkabel zu legen oder das Kabel einzuklemmen.
- Andernfalls kann es zu Leckagen oder Feuer kommen, oder sogar zu einem elektrischen Schlag, Kurzschluss.
- ◆ Lassen Sie nicht zwei oder mehr Personen gleichzeitig das Laufband benutzen, und achten Sie während der Nutzung darauf, dass sich niemand in der Nähe befindet.
- Andernfalls können Unfälle oder Verletzungen auftreten.
- ◆ Erlauben Sie Personen, die ihr Bewusstsein nicht ausdrücken können oder das Laufband nicht eigenständig bedienen können, nicht die Verwendung.
- Dies kann zu Unfällen oder Verletzungen führen.

## Zerlegen Sie das Laufband nicht!

- ◆ Es ist strengstens untersagt, das Laufband zu zerlegen, zu reparieren oder Komponenten des Laufbandes auszutauschen.
- Es besteht Verletzungsgefahr aufgrund mechanischer Ausfälle.

## Vermeiden Sie Kontakt mit Wasser!

- ◆ Lassen Sie den Hauptkörper oder Steuerungskomponenten nicht mit Wasser oder anderen leitfähigen Flüssigkeiten in Kontakt kommen.
- Dies kann zu elektrischem Schlag oder Feuer führen.

## Verboten!

- ◆ Personen, die nicht regelmäßig Sport treiben, sollten nicht plötzlich anstrengenden Sport treiben.
- Dies kann der Gesundheit schaden.
- ◆ Verwenden Sie das Gerät nicht nach dem Trinken von Wasser, bei Müdigkeit, zu Beginn des Trainings oder wenn sich der Körper in einem abnormalen Zustand befindet.
- Dies kann zu Verletzungen führen.
- ◆ Dieses Produkt ist für den Heimgebrauch geeignet und eignet sich nicht für Orte mit mehreren unspezifischen Benutzern, wie Schulen oder Fitnessstudios.
- ◆ Verwenden Sie es nicht beim Trinken, Essen oder anderen Aktivitäten.
- ◆ Verwenden Sie es nicht, wenn Sie sich nach dem Trinken träge fühlen.
- Dies kann zu Unfällen oder Verletzungen führen.
- ◆ Verwenden Sie es nicht mit harten Gegenständen in den Taschen der Hose.
- Dies kann zu Unfällen oder Verletzungen führen.

- ◆ Lassen Sie keine Nadeln, Abfälle oder Wasser am Netzstecker haften.
  - Dies kann zu elektrischem Schlag, Kurzschluss oder Feuer führen.
- ◆ Ziehen Sie den Netzstecker nicht heraus oder schalten Sie den Netzschalter während der Verwendung auf "Aus".
  - Dies kann zu Verletzungen führen.

**Vorsicht bei nassen Händen!**

- ◆ Ziehen oder stecken Sie den Netzstecker nicht mit nassen Händen heraus.
  - Dies kann zu elektrischem Schlag und Verletzungen führen.

**Ziehen Sie den Netzstecker heraus!**

- ◆ Wenn das Gerät nicht benutzt wird, ziehen Sie den Netzstecker aus der Steckdose.
  - Staub und feuchte Luft können zu einer Degradierung der Isolierung führen, was zu elektrischem Leck oder Feuer führen kann.
- ◆ Ziehen Sie bei Wartungsarbeiten unbedingt den Netzstecker aus der Steckdose.
  - Nichtbefolgung kann zu elektrischem Schlag oder Verletzungen führen.
- ◆ Wenn das Gerät nicht starten kann oder Abnormalitäten auftreten, hören Sie auf es zu benutzen. Ziehen Sie sofort den Netzstecker heraus und lassen Sie einen Fachmann das Gerät überprüfen und reparieren.
  - Nichtbefolgung kann zu elektrischem Schlag oder Verletzungen führen.
- ◆ Ziehen Sie bei einem Stromausfall sofort den Netzstecker heraus.
  - Andernfalls können Unfälle oder Verletzungen auftreten, wenn die Stromversorgung wiederhergestellt wird.
- ◆ Wenn Sie den Netzstecker herausziehen, ziehen Sie nicht am Kabel; fassen Sie den Stecker, um ihn herauszuziehen.
  - Andernfalls können Kurzschlüsse, elektrischer Schlag oder Feuer auftreten.

**Erdungsanweisungen!**

- ◆ Dieses Produkt benötigt eine Erdung. Wenn das Gerät nicht funktioniert, bietet die Erdung den minimalen Widerstandspfad für den Strom, wodurch das Risiko eines elektrischen Schlags reduziert wird.
- ◆ Das Produkt ist mit einem Draht zur Erdung des Geräts und einem Erdungsstecker ausgestattet. Dieser Stecker muss in eine ordnungsgemäß installierte und geerdete Steckdose eingesteckt werden, die vollständig den örtlichen Vorschriften oder gesetzlichen Anforderungen entspricht.

**Gefahr!**

- ◆ Eine unsachgemäße Verbindung des Erdungsleiters des Geräts kann ein elektrisches Schlagrisiko darstellen. Wenn Sie Zweifel an der Erdung des Produkts haben, lassen Sie einen professionellen Elektriker dies überprüfen. Ändern Sie es nicht, selbst wenn der mit dem Gerät gelieferte Stecker nicht zur Steckdose passt.
  - Lassen Sie einen professionellen Elektriker die geeignete Steckdose installieren. Dieses Produkt hat einen Erdungsstecker. Stellen Sie sicher, dass er an eine Steckdose angeschlossen ist, die seinem Steckerformat entspricht.
  - Dieses Produkt darf nicht an einen Adapter angeschlossen werden.

**2. Produktvorstellung**



**Packliste:**

NO.	Name	Anzahl	Bemerkungen
1	Haupteinheit	1	
2	Ersatzteilpaket	1	Siehe beigefügte Tabelle

## Technische Parameter

Betriebsspannung	AC 220-240V 50/60Hz
Maximale Belastung	120kg
Produktabmessungen	1239*687*1134mm
Maße zusammengeklappt	1391*687*210mm
Laufbandfläche	400*1000mm
Maximale Leistung	2.5PS
Anzeigegeschwindigkeit	1-12km/h
Steuerungsmethoden	Fernbedienung, elektronische Anzeige

## Anhang (Liste des Ersatzteilpakets)

NO.	Name	Anzahl	Bemerkungen
1	5# Inbusschlüssel	1	Verschiedenes
2	6# Inbusschlüssel	1	Einstellung des Laufbands
3	Verstellbarer Schraubenschlüssel	1	
4	Steckschlüssel	1	
5	Stufenbolzen	2	
6	Wellenscheibe	4	
7	Linke und rechte Griffe	1 jeweils	
8	Griff-Rundstecker	2	
9	Flacher Halter	1	
10	Netzkabel	1	
11	Fernbedienung	1	
12	Sicherheitsschloss	1	
13	Methylsilikonöl	1	
14	Anleitung, Konformitätszertifikat	1	

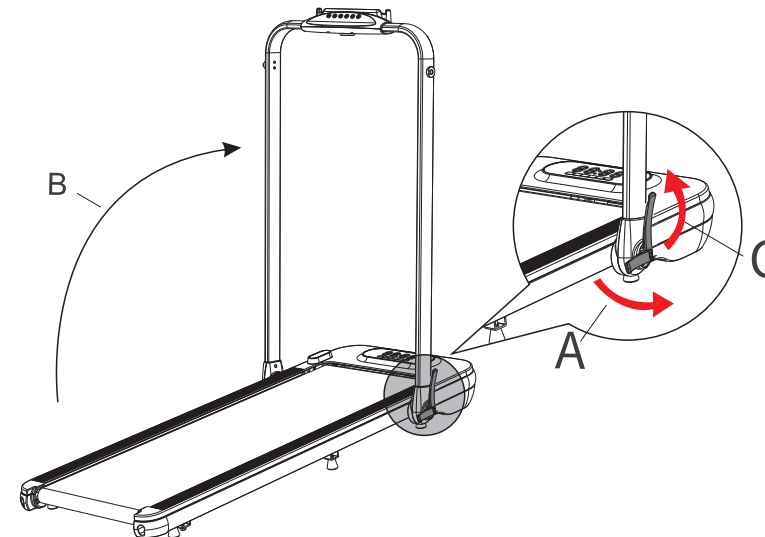
## 08 Aufbauanleitung

## 3. Aufbauanleitung

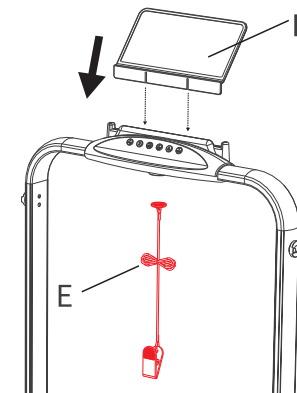
1. Platzieren Sie das Hauptgerät nach dem Auspacken auf dem Boden, wie in Schritt (A) in der Abbildung unten gezeigt. Brechen Sie den "klappbaren Griff" in die gezeigte Richtung, und das untere Ende der Säule öffnet sich natürlich zu beiden Seiten.

Im Schritt (B) unten heben Sie die Säule auf die obere Grenzposition.

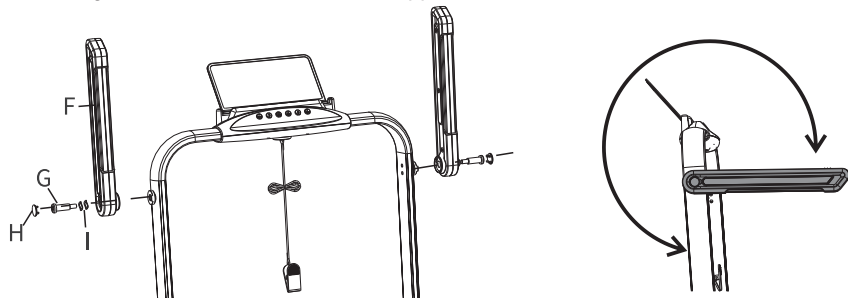
Im Schritt (C) unten drücken Sie auf den "klappbaren Griff", um die Säule zu verriegeln.



2. Richten Sie, wie in den folgenden Schritten gezeigt, die flache Halterung (D) mit der Installation am Bedienfeld aus und lassen Sie das rote Sicherheitsschloss (E) in die gelbe Position unter dem Bedienfeld einschnappen. Beim Gebrauch des Laufbands klemmen Sie ein Ende des Sicherheitsschlosses an den Rand Ihrer Kleidung.

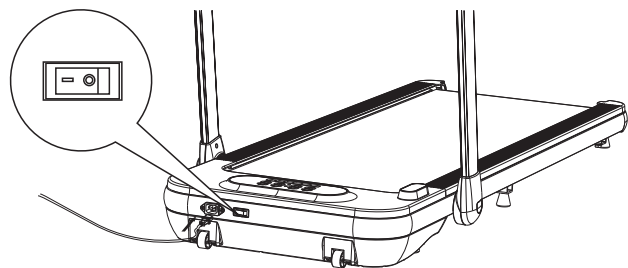


## 3. Anleitung zum Zusammenbauen und Klappen des Griffs.

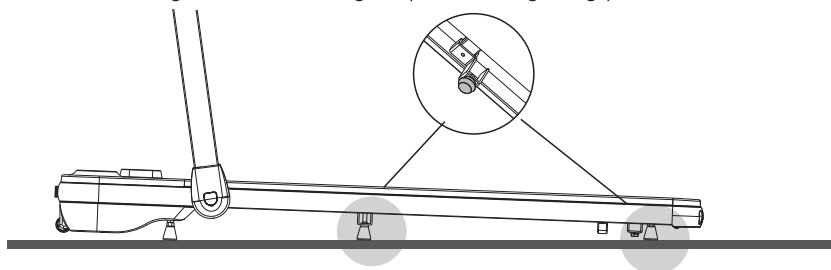


Wie oben gezeigt, stecken Sie das linke Handlaufrohr (F) in die entsprechende Position der linken Säule, führen Sie den (G) Stufenschraubenbolzen durch die (I) Wellenscheibe, um den linken Griff an der Säule festzuziehen, und verwenden Sie den (H) Rundpfropfen, um das Schraubenloch am Handlauf festzuziehen. (Der rechte Handlauf wird auf die gleiche Weise installiert; bitte unterscheiden Sie zwischen den linken und rechten Handläufen bei der Installation.) Nach der Installation der linken und rechten Handläufe drehen Sie diese im Uhrzeigersinn oder gegen den Uhrzeigersinn in die Endposition, um die Handläufe zu klappen oder zu entfalten.

4. Wie unten gezeigt, stecken Sie das Netzkabel in die vordere Buchse des Laufbands, schalten Sie den Netzschalter unten vorne am Gerät ein, und das Laufband wechselt in den Standby-Modus.



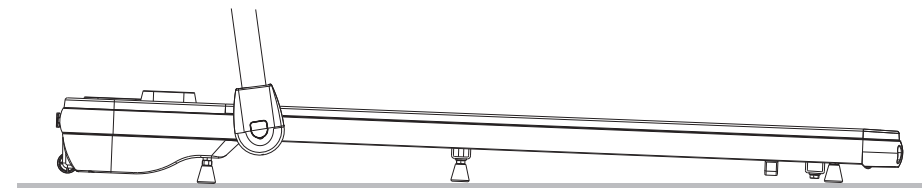
5. Wenn der Boden uneben ist oder das Laufband wackelt, justieren Sie die verstellbaren Fußpolster unten in der Mitte und hinten des Laufbands in die geeignete Position. Die Fußpolster müssen eng am Boden anliegen. (Wie unten gezeigt)



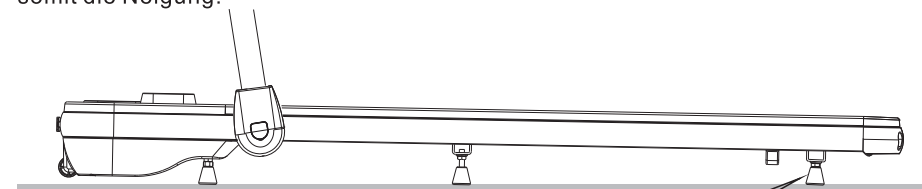
## 10 Einstellung der Spannung des klappbaren Griffs

## Fußpolsterverstellung

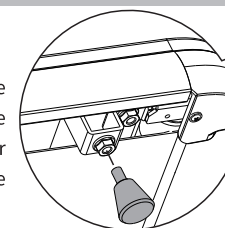
1. Wie unten gezeigt, wenn die Fußpolster in der Position unter dem Laufband installiert sind, erhöht sich der Winkel zwischen dem Laufband und dem Boden und erhöht somit die Neigung.



2. Wie unten gezeigt, wenn die Fußpolster in der Position unter dem Laufband installiert sind, verringert sich der Winkel zwischen dem Laufband und dem Boden und verringert somit die Neigung.

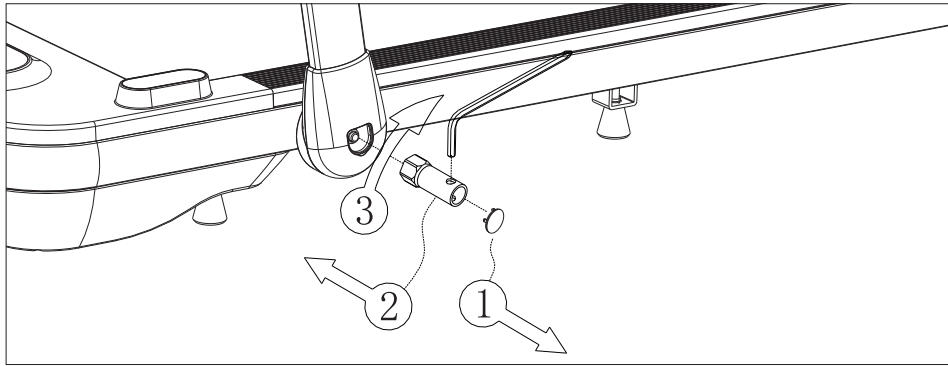


Installationsmethode: Entfernen Sie die originalen Fußpolster und installieren Sie sie in den Schraubenlöchern in der in der Abbildung gezeigten Position, um die Neigung des Laufbands zu verringern.



## 4. Einstellung der Spannung des klappbaren Griffs

Die Maschine wird mit diesem Teil auf eine leicht geeignete Spannung eingestellt, aber aufgrund unterschiedlicher Handgelenkstärken können Benutzer den klappbaren Griff nach ihren Vorlieben einstellen. Vermeiden Sie ein zu starkes Lockern, da übermäßiges Lockern zu Laufbandwackeln aufgrund zu großer Lücken zwischen dem Klappteil der Säule und dem Hauptgerät führen kann. Wie im Schritt ① in der Abbildung unten gezeigt, heben Sie den Stecker am unteren Ende der linken Säule heraus; kombinieren Sie den Innensechskantschlüssel und den Steckschlüssel zu einem Hebel. Dann, wie im Schritt ② unten gezeigt, stecken Sie das Innensechskantende des Steckschlüssels in das Loch am unteren Ende der linken Säule und passen Sie es mit der Sechskantschraube an, drehen Sie im Uhrzeigersinn, um festzuziehen, und gegen den Uhrzeigersinn, um leicht zu lockern.



## 5. Übungsempfehlungen und Richtlinien

### Aufwärmen

Vor jeder Trainingseinheit ist ein 5-10-minütiges Aufwärmen notwendig.

### Atmung

Halten Sie während des Trainings nicht den Atem an. Atmen Sie regelmäßig, abgestimmt auf Ihre Bewegungen. Wenn die Atmung zu schnell wird, hören Sie sofort mit dem Training auf.

### Frequenz

Das Training derselben Muskelgruppe sollte einen 48-stündigen Ruhezeitraum haben, das bedeutet, dass dieselbe Muskelgruppe an aufeinanderfolgenden Tagen nicht trainiert werden sollte.

### Trainingsbelastung

Bestimmen Sie die Trainingsbelastung basierend auf dem persönlichen Fitnessniveau und üben Sie dann nach dem Prinzip der progressiven Belastung. Muskelkater ist normal beim ersten Training. Mit konstantem Training wird der Muskelkater allmählich nachlassen.

### Entspannung

Führen Sie nach jeder Trainingseinheit ein 5-minütiges Cool-down durch, insbesondere das Dehnen und Entspannen der Muskeln in den Füßen, um anhaltende Spannung zu verhindern und die Elastizität der Muskeln aufrechtzuerhalten.

### Ernährung und Flüssigkeitszufuhr

Es wird empfohlen, mindestens eine Stunde nach einer Mahlzeit zu trainieren und sofort nach dem Training auf das Essen zu verzichten. Trinken Sie sparsam während des Trainings, insbesondere größere Mengen sollten vermieden werden, um Stress auf das Herz und die Nieren zu verhindern.

## 12 Übungsempfehlungen und Anleitung

### Dehnübungen

Es ist ratsam, mit Dehnübungen zu beginnen, bevor Sie das Laufband verwenden. Aufgewärmte Muskeln sind flexibler, also nehmen Sie sich 5-10 Minuten Zeit zum Aufwärmen. Bevor Sie gehen, führen Sie die folgenden Dehnübungen durch - 5 Mal, 10 Sekunden oder länger für jedes Bein; wiederholen Sie diese Übung nach dem Gehen auf dem Laufband.



#### 1. Vorwärtsdehnung

Beugen Sie beide Knie leicht, neigen Sie sich langsam nach vorne und lassen Sie Rücken und Schultern entspannen. Versuchen Sie, mit den Händen Ihre Zehen zu berühren. Halten Sie 10-15 Sekunden lang und entspannen Sie sich dann. Wiederholen Sie dies 3 Mal (siehe Abbildung 1).

#### 2. Achillessehnen-Dehnung

Setzen Sie sich auf eine saubere Matte mit einem Bein geradeaus. Bringen Sie das andere Bein nach innen und drücken Sie es gegen die Innenseite des gestreckten Beins. Versuchen Sie, mit den Händen Ihre Zehen zu berühren. Halten Sie 10-15 Sekunden lang und entspannen Sie sich dann. Wiederholen Sie dies 3 Mal für jedes Bein (siehe Abbildung 2).

#### 3. Waden- und Fersensehnen-Dehnung

Stehen Sie mit beiden Händen gegen die Wand, mit einem Fuß hinten. Halten Sie das hinterste Bein gerade und die Ferse auf dem Boden, lehnen Sie sich zur Wand. Halten Sie 10-15 Sekunden lang und entspannen Sie sich dann. Wiederholen Sie dies 3 Mal für jedes Bein (siehe Abbildung 3).

#### 4. Quadrizeps-Dehnung

Halten Sie sich mit der linken Hand an der Wand oder am Tisch fest, dann strecken Sie die rechte Hand nach hinten, greifen Sie den rechten Knöchel und ziehen Sie ihn langsam in Richtung Gesäß, bis Sie eine Spannung in der Vorderseite des Oberschenkels spüren. Halten Sie 10-15 Sekunden lang und entspannen Sie sich dann. Wiederholen Sie dies 3 Mal für jedes Bein (siehe Abbildung 4).

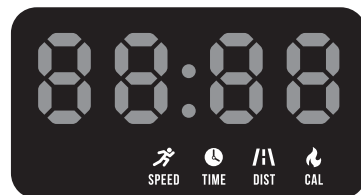
#### 5. Adduktoren (Innere Oberschenkelmuskeln) Dehnung

Füße zueinander, Knie nach außen. Kniebeuge, greifen Sie beide Füße und ziehen Sie sie in Richtung Leiste. Halten Sie 10-15 Sekunden lang und entspannen Sie sich dann. Wiederholen Sie dies 3 Mal (siehe Abbildung 5).

## 6. Bedienungsanleitung

### Anzeige

Die Anzeige zeigt den Countdown beim Starten an und zeigt "3", "2", "1" an. Während des Betriebs wechselt es automatisch alle 5 Sekunden zu verschiedenen Anzeigebereichen (in der Reihenfolge: "GESCHWINDIGKEIT", "ZEIT", "DIST" und "CAL").



Während des Betriebs wechselt die LED-Anzeige automatisch alle 5 Sekunden, um diese Metriken anzuzeigen.

### Anzeigebereiche der Metriken

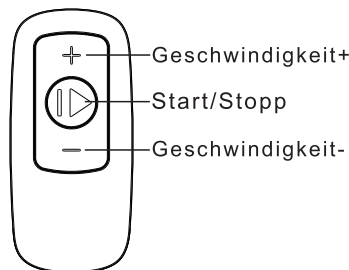
Einstellparameter	Anfangswert	Anzeigebereich
Zeit (min:sec)	0:00	0:00–99:59
Geschwindigkeit (km/h)	1.0	1.0-12.0
Entfernung (km)	0.00	0.00-99.99
Kalorien (kcal)	0.0	0.0-9999

### Fernbedienung Kopplungsmethode

Wenn das Sicherheitsschloss nicht eingerastet ist, drücken und halten Sie die Taste "I▷" auf der Fernbedienung. Wenn Sie kontinuierliche Pieptöne vom Summer des Laufbands hören, bedeutet dies eine erfolgreiche Kopplung. Sie können dann die Fernbedienung verwenden, um das Laufband zu bedienen. Nach dem Koppeln ist bei der nächsten Verwendung keine erneute Kopplung erforderlich.

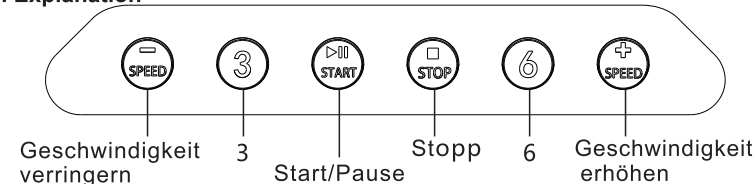
### Funktionen der Fernbedienung

1. Start/Stopp: Im Standby-Modus die "Start/Stopp"-Taste auf der Fernbedienung drücken. Das Laufband startet einen Countdown von 3 Sekunden und läuft mit einer Geschwindigkeit von 1,0 km/h. Während des Trainings können Sie jederzeit die "Start/Stopp"-Taste drücken, um den Motor zu stoppen.
2. Während das Laufband läuft, erhöht ein kurzer Druck auf die Taste "+" auf der Fernbedienung allmählich die Geschwindigkeit. Ein langer Druck erhöht die Geschwindigkeit schnell. Die Geschwindigkeit erhöht sich kontinuierlich um 0,5 km/h.
3. Während das Laufband läuft, verringert ein kurzer Druck auf die Taste "-" auf der Fernbedienung allmählich die Geschwindigkeit. Ein langer Druck verringert die Geschwindigkeit schnell. Die Geschwindigkeit verringert sich kontinuierlich um 0,5 km/h.



## 14 Bedienungsanleitung

### Button Explanation



1. Funktionsknöpfe: "Geschwindigkeit-", "3", "Start/Pause", "Stopp", "6", "Geschwindigkeit+".

A. Start/Pause-Knopf: Im Standby-Modus drücken Sie die Taste "I▷", um das Laufband zu starten. Im Laufmodus drücken Sie die Taste "I▷", um das Laufband zu pausieren. (Hinweis: Nach dem Pausieren zeigt das Display "PAU" an. Um fortzufahren, erfolgt ein Countdown von 3333, 2222, 1111 und kehrt zur Mindestgeschwindigkeit zurück.)

B. "SPEED-" Wenn das Laufband in Betrieb ist, kurzes Drücken der "-" Taste auf dem Display für langsames Abbremsen, langes Drücken für schnelles Abbremsen, und die Geschwindigkeit nimmt kontinuierlich ab; der Abstand beträgt 0,5 km/h.

C. "SPEED+" Wenn das Laufband in Betrieb ist, kurzes Drücken der "+" Taste auf dem Display für langsames Beschleunigen, langes Drücken für schnelles Beschleunigen, und die Geschwindigkeit nimmt kontinuierlich zu; der Abstand beträgt 0,5 km/h.

D. 3: Geschwindigkeits-Schnellzugriffstaste "3".

E. 6: Geschwindigkeits-Schnellzugriffstaste "6".

F. Stopp-Taste: Im Lauf- oder Pausenzustand die Stopp-Taste drücken, um den Betrieb des Laufbands zu beenden.

F. Stop Button: In running or paused state, press the stop button to end treadmill operation.

### Sicherheitsschloss-Funktion

Wenn das Sicherheitsschloss in einem beliebigen Zustand entfernt wird, zeigt das Display des Laufbands den Fehlercode "E07" an. Wenn das Laufband läuft und das Sicherheitsschloss entfernt wird, erfolgt ein Notstopp. Ohne eingesetztes Sicherheitsschloss können keine Operationen am Laufband durchgeführt werden.

### Geh- und Laufmodi

Die Maschine verfügt über Geh- und Laufmodi. In der gefalteten Position (Säule parallel zum Laufband) befindet sich das Laufband im Gehmodus mit einem Geschwindigkeitsbereich von 1-6 km/h. In der entfalteten Position befindet sich das Laufband im Laufmodus mit einem Geschwindigkeitsbereich von 1-12 km/h.



Gehmodus



Laufmodus

### Mobvoi Home Laufband Smart Experience

Verbessern Sie Ihre Laufband-Erfahrung, indem Sie eine Smartwatch mit Wear OS by Google™ verbinden und die Mobvoi Treadmill App auf der Smartwatch installieren. Dadurch können Sie Trainingsdaten nahtlos verfolgen und gleichzeitig Ihre Herzfrequenz sowohl auf Ihrer Smartwatch als auch auf unserem Laufband überwachen.

#### Mobvoi Treadmill App herunterladen und installieren

1. Öffnen Sie auf Ihrer Smartwatch den Play Store. Suchen Sie nach "Mobvoi Treadmill" und installieren Sie die App.
2. Gleichfalls auf Ihrer Smartwatch im Play Store suchen Sie nach der App "Mobvoi Account" und installieren Sie sie.



Mobvoi Treadmill



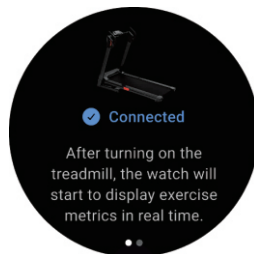
Mobvoi Account

3. Melden Sie sich bei Ihrem Mobvoi-Konto an.

- a. Nach der Installation öffnen Sie die Uhrenplattform und die Mobvoi Treadmill App. Entscheiden Sie sich für die Anmeldung mit Ihrem Mobvoi-Konto über die Uhr oder das Telefon.
- b. Wenn Sie kein Mobvoi-Konto haben, wählen Sie die Option zur Anmeldung über das Telefon und schließen Sie die Kontoanmeldung gemäß den Anweisungen ab.

#### Verwenden der Mobvoi Treadmill App mit der Smartwatch

1. Stellen Sie sicher, dass das Laufband im Bluetooth-Modus eingeschaltet ist und die Bluetooth-Funktion Ihrer Smartwatch aktiviert ist. Öffnen Sie die Mobvoi Treadmill App auf Ihrer Smartwatch, wählen Sie "Geräte verbinden" aus und beobachten Sie das automatische Pairing zwischen dem Laufband und der Smartwatch, um die erfolgreiche Verbindung zu bestätigen.



2. Nach erfolgreichem Pairing erhalten Sie Zugriff auf Herzfrequenzdaten, Trainingsaufzeichnungen und Echtzeitinformationen wie Trainingsdauer, Geschwindigkeit, Entfernung, Kalorien und Schritte direkt über die Mobvoi Treadmill App auf Ihrer Smartwatch während des Trainings.



3. Überwachen Sie die Daten während Ihres Workouts und halten Sie eine niedrige Geschwindigkeitseinstellung am Laufband für die persönliche Sicherheit aufrecht.
4. Am Ende Ihrer Trainingseinheit zeichnet die Smartwatch-Plattform eine umfassende Sportaufzeichnung auf.

#### Erleben Sie die Mobvoi Health App auf Ihrem Telefon

Synchronisieren Sie Ihre Smartwatch-Daten mit der Mobvoi Health App auf Ihrem Mobilgerät für ein umfassendes Trainingserlebnis.

1. Suchen Sie im App Store nach der Mobvoi-App, laden Sie sie herunter und installieren Sie sie. Melden Sie sich bei Ihrem Mobvoi-Konto an.
2. Gehen Sie auf der Startseite zur "Sports Card", um Ihre Trainingshistorie aus der Mobvoi Treadmill App zu überprüfen.
3. In der mobilen Mobvoi-App erhalten Sie Zugriff auf detaillierte Datensätze und können Ihre Trainingshistorie mit anderen teilen und so Ihre Fitnessreise verbessern.

## 7. Häufige Störungen und Fehlerbehebung

Wenn Sie weitere Fragen haben, wenden Sie sich bitte an den örtlichen Händler oder den Kundendienst unseres Unternehmens.

Probleme	Mögliche Ursachen	Fehlerbehebungsschritte
Das Laufband läuft nicht reibungslos.	Strom nicht angeschlossen.	Stecken Sie das Netzkabel in die Steckdose.
	Strom nicht eingeschaltet.	Schalten Sie den Netzschalter in die ON-Position.
	Fehlfunktion im Schaltkreissignal.	Überprüfen Sie die Eingangs- und Signalwege des Controllers.
Das Laufband läuft nicht reibungslos.	Unzureichende Schmierung.	Tragen Sie Schmiermittel auf Basis von Methylsilikonöl auf.
	Laufband zu straff eingestellt.	Passen Sie die Spannung des Riemens an.
Das Laufband rutscht.	Laufband zu straff eingestellt.	Passen Sie die Spannung des Riemens an.
	Lockerer Riemen.	Passen Sie die Spannung des Riemens an.

Anzeigefehlermeldungen und Lösungen

Fehler codes	Mögliche Ursachen	Fehlerbehebungsschritte
E01	Kommunikationsstörung zwischen der unteren Steuerung und der Elektronikplatine	Überprüfen Sie, ob das Kommunikationskabel zwischen der unteren Steuerung und der Elektronikplatine locker oder getrennt ist.
E02	1. Motorleitungen sind locker oder getrennt. 2. Kohlebürsten sind abgenutzt oder haben keinen Kontakt mit dem Rotor. 3. Die untere Steuerung ist beschädigt.	Untersuchen Sie die Motorleitungen auf Lockerheit oder Trennung. Wenn nicht getrennt, überprüfen Sie, ob die Motorbürsten abgenutzt sind oder keinen Kontakt mit dem Rotor haben. Wenn der Motor normal ist, könnte die untere Steuerung beschädigt sein.
E05	Überlastschutz aktiviert.	Wenn es eine Überlast gibt und der Nennstrom überschritten wird, schalten Sie die Stromversorgung aus und starten Sie neu.
E07	Sicherheitsschloss nicht eingerastet.	Überprüfen Sie, ob das Sicherheitsschloss nicht eingerastet ist oder ob das Sicherheitsschlosskabel locker ist.
E08	Kommunikationsstörung zwischen oberem und unterem Tisch.	Überprüfen Sie, ob die Kommunikationsleitung, die den oberen Tisch mit dem unteren Tisch verbindet, locker oder getrennt ist.
Anzeigeabnormitäten	Externe Störungen.	Schalten Sie den Netzschalter aus, warten Sie 1 Minute und schalten Sie dann die Stromversorgung ein und starten Sie neu.

## 18. Wartung des Produkts

### 8. Wartung des Produkts

#### 1. Schmieren:

Nach einer bestimmten Nutzungsdauer ist es notwendig, das Laufband mit dem speziellen Methylsilikonöl zu schmieren.

##### Empfehlung:

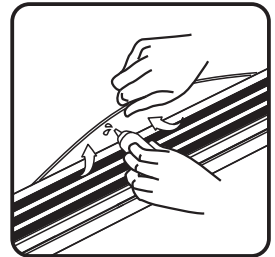
- ★ Wöchentliche Nutzung weniger als 3 Stunden: Einmal alle 5 Monate schmieren.
- ★ Wöchentliche Nutzung zwischen 4-7 Stunden: Einmal alle 2 Monate schmieren.
- ★ Wöchentliche Nutzung mehr als 7 Stunden: Einmal pro Monat schmieren.

**Merkregel:** Übermäßige Schmierung ist nicht besser. Die richtige Schmierung ist ein entscheidender Faktor für die Lebensdauer des Laufbands.

#### 2. Überprüfung der Schmierung:

Um zu überprüfen, ob Schmierung erforderlich ist, heben Sie das Laufband an und berühren Sie die Rückseite des Gurts in der Mitte mit Ihrer Hand. Wenn Ihre Hand ein leicht feuchtes Gefühl von Silikonöl hat, ist keine Schmierung erforderlich. Wenn das Laufband trocken ist und Ihre Hand kein Silikonöl erhält, ist Schmierung erforderlich.

- ★ Schritte zum Auftragen von Schmiermittel auf das Laufband (wie im rechten Bild gezeigt).
- ★ Stoppen Sie das Laufband.
- ★ Heben Sie einen kleinen Teil des Laufbands an und sprühen Sie Methylsilikonöl auf die Innenseite des Gurts, nahe der Mitte.
- ★ Lassen Sie das Laufband mit 1,0 km/h laufen, um das Öl gleichmäßig über das Laufband zu verteilen. Betreten Sie den Gürtel leicht von links nach rechts. Dieser Vorgang dauert einige Minuten, um eine vollständige Absorption zu gewährleisten.



#### 3. Einstellung der Laufbandspannung:

Alle Laufbänder sollten vor Verlassen des Werks und nach der Einrichtung zu Hause auf Laufbandspannung eingestellt werden. Nach einiger Nutzung kann sich das Laufband jedoch lockern. Wenn Benutzer beim Laufen ein Rutschen erleben, muss das Band angepasst werden. Drehen Sie die Riemenjustierschrauben im Uhrzeigersinn in halben Umdrehungen, synchron auf beiden Seiten.

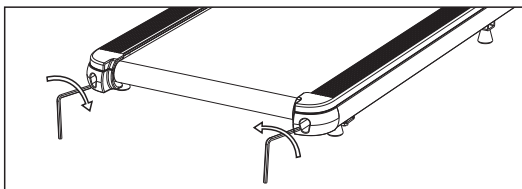
Wenn das Laufband zu locker ist, kann es zu einem Schlupf zwischen Laufband und Rolle kommen, wenn auf das Laufband getreten wird. Zu straff ist jedoch nicht ideal, da dies die Belastung des Motors erhöhen und zu Schäden am Motor, Laufband, Rolle und anderen Komponenten führen kann.

#### 4. Einstellung der Laufbandabweichung:

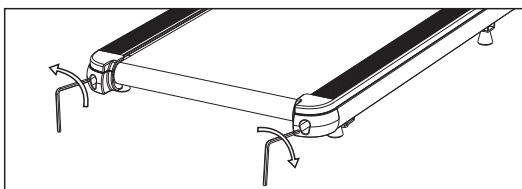
Alle Laufbänder sollten vor Verlassen des Werks und nach der Einrichtung zu Hause auf Laufbandspannung eingestellt werden. Dennoch kann nach einiger Nutzung eine Abweichung auftreten, verursacht durch:

- ① instabile Platzierung;
- ② ungleichmäßigen Fußdruck;
- ③ ungleichmäßige Kraft, die vom Benutzer mit den beiden Füßen angewendet wird.

Wenn das Laufband durch die Nutzung abweicht, kann durch mehrminütiges Laufen ohne Belastung der normale Betrieb wiederhergestellt werden. Bei Fällen, in denen eine automatische Wiederherstellung nicht möglich ist, verwenden Sie den mitgelieferten 6# Inbusschlüssel, um in halben Umdrehungen schrittweise anzupassen.



Wenn das Band nach links abweicht: Stellen Sie die linke Schraube im Uhrzeigersinn oder die rechte Schraube gegen den Uhrzeigersinn ein.



Wenn das Band nach rechts abweicht: Stellen Sie die rechte Schraube im Uhrzeigersinn oder die linke Schraube gegen den Uhrzeigersinn ein.

**Hinweis: Die Abweichung des Laufbands wird nicht durch die Garantie abgedeckt. Benutzer müssen gemäß der Bedienungsanleitung Wartungsarbeiten durchführen. Eine schnelle Erkennung und Korrektur sind erforderlich, um ernsthafte Schäden zu verhindern.**

## 9. Service-Verpflichtung

Für das elektrische Laufband gilt unter normalen Bedingungen innerhalb eines Jahres, dass wir den Benutzern kostenlose Ersatzteile für nicht durch den Menschen verursachte Schäden bereitstellen. Nach Ablauf der Garantiezeit werden Ersatzteile zu günstigen Preisen angeboten.

Dieses Produkt ist ausschließlich für den Heimgebrauch vorgesehen. Wir übernehmen keine Verantwortung für Probleme, die sich aus gewerblicher Nutzung ergeben. Für After-Sales-Probleme wenden Sie sich an den After-Sales-Service Ihres örtlichen Händlers.

## 20 FCC-HINWEIS

Wir bieten den gesetzlichen Gewährleistungsdienst im Land an, in dem Sie das Produkt gekauft haben. Die Einhaltung der Vorschriften und die vollständige Lieferantenbestätigung (DoC) sind auf der offiziellen Website verfügbar.

Besuchen Sie unsere offizielle Website, um mehr zu erfahren: [www.mobvoi.com/products](http://www.mobvoi.com/products)  
Bitte kontaktieren Sie uns, wenn Sie Probleme haben. Kundenservice: [support@mobvoi.com](mailto:support@mobvoi.com)  
Die eingeschränkte Garantie gilt für das elektrische Laufband N4092A. Innerhalb der Garantiezeit für den normalen Gebrauch, wie z.B. nicht durch menschliche Schäden, kann Mobvoi den Benutzern kostenlose Zubehörteile bereitstellen. Nach Ablauf der Garantiezeit können Vorzugspreise für Ersatzteile für frühere Käufer angeboten werden.  
Hersteller: Jiangxi EQi Industrial Co., Ltd.



### FCC-HINWEIS

Dieses Gerät wurde getestet. Dieses Gerät sollte mit einem Mindestabstand von 15 cm zwischen der Antenne und allen Personen installiert und betrieben werden.

Dieses Gerät wurde getestet und entspricht den Grenzwerten für ein digitales Gerät der Klasse B gemäß Teil 15 der FCC-Vorschriften. Diese Grenzwerte sollen einen angemessenen Schutz vor schädlichen Interferenzen in einer Wohninstallation bieten. Dieses Gerät erzeugt, verwendet und kann Funkfrequenzenergie abstrahlen und kann, wenn es nicht gemäß den Anweisungen installiert und verwendet wird, schädliche Interferenzen mit Funkkommunikation verursachen.

Es besteht jedoch keine Garantie dafür, dass in einer bestimmten Installation keine Interferenzen auftreten. Wenn dieses Gerät Funk- oder Fernsehstörungen verursacht, die durch Ein- und Ausschalten des Geräts festgestellt werden können, wird der Benutzer ermutigt, die Störung durch eine oder mehrere der folgenden Maßnahmen zu beheben:

- Antenne neu ausrichten oder versetzen.
- Abstand zwischen Gerät und Empfänger vergrößern.
- Gerät in eine Steckdose stecken, die sich in einem anderen Stromkreis als der Empfänger befindet.
- Konsultieren Sie den Händler oder einen erfahrenen Radio-/TV-Techniker um Hilfe.

Änderungen oder Modifikationen, die nicht ausdrücklich von der für die Einhaltung Verantwortlichen genehmigt wurden, können die Berechtigung des Benutzers zum Betrieb des Geräts aufheben.

Dieses Gerät entspricht Teil 15 der FCC-Regeln. Der Betrieb unterliegt den folgenden zwei Bedingungen: (1) Dieses Gerät darf keine schädlichen Interferenzen verursachen, und (2) dieses Gerät muss alle empfangenen Interferenzen akzeptieren, einschließlich solcher, die unerwünschten Betrieb verursachen können.