

casall®



T600 TREADMILL

T800 TREADMILL

## HÅNDBOK FOR TREDEMØLLE



Les VEILEDNING FOR TREDEMØLLE før du bruker denne HÅND-



# MONTER-



## ADVARSEL

Det er flere områder under monteringen som krever spesiell oppmerksomhet. Det er svært viktig å følge monteringsanvisningen nøye og påse at alle delene strammes godt. Hvis monteringsanvisningen ikke følges nøye, kan tredemøllen få deler som ikke er strammet nok og som derfor kan virke løse og lage irriterende ulyder. For å hindre skade på tredemøllen må monteringsanvisningen gjennomgås og korrigerende tiltak iverksettes.

Før du fortsetter må du finne tredemøllens serienummer på det fremre stabilisatorrøret og skrive det inn i feltet nedenfor. Noter deg også modellnavnet ved siden av serienummeret.

SKRIV INN SERIENUMMERET OG MODELLNAVNET I FELTENE NEDENFOR:

SERIENUMMER:

--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

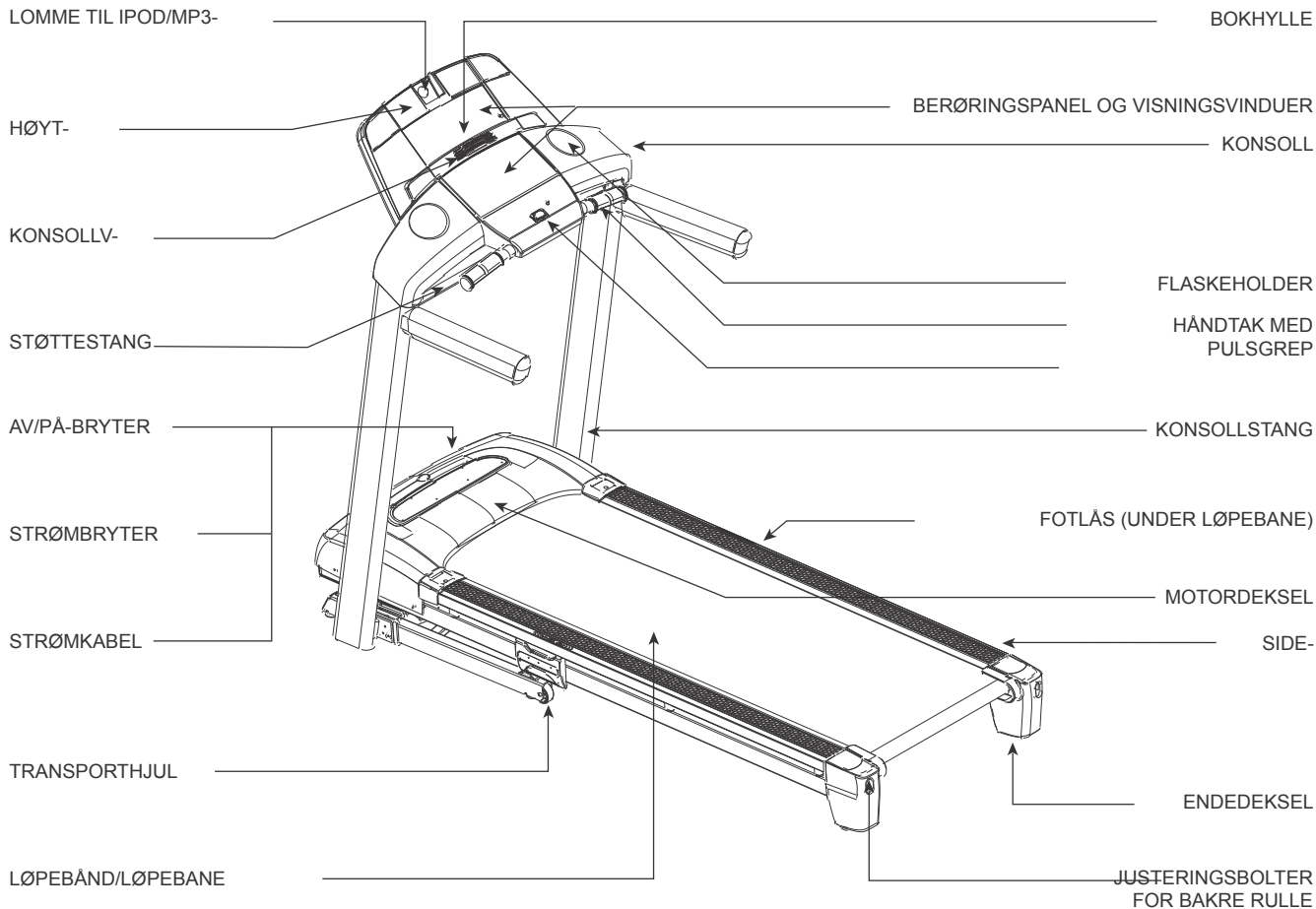
MODELLNAVNET: **CASALL**

--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

**TREDEMØLLE**



ALLE  
MODELLER



## MEDFØLGENDE VERKTØY:

- 6 mm T-nøkkel
- 5 mm L-nøkkel
- 4 mm L-nøkkel
- 4 mm T-nøkkel

## MEDFØLGENDE DELER:

- 1 konsollenhet
- 2 konsollstenger
- 2 holdere
- 1 støttestang
- 5 deleposer
- 1 sikkerhetsnøkkel
- 1 lydadapterkabel
- 1 flaske silikonsmøremiddel  
(for 2 smøringer)
- 4 iPod®-dokkinnsatser (kun T800)
- 1 iPod®-dokkgummiplugg (kun T800)
- 1 strømkabel

# FØR MONTER-

## UTPAKKING

Plasser esken med tredemøllen på et plant underlag. Det anbefales at du legger et beskyttende dekke på gulvet. Vær **FORSIKTIG** ved håndtering og transport av denne enheten. Åpne aldri esken når den ligger på siden. Når stroppene er fjernet, må du ikke løfte eller transportere denne enheten med mindre den er ferdig montert og i stående og sammenfoldet stilling med låsemekanismen aktivert. Pakk ut enheten der den skal brukes. Den vedlagte tredemøllen er utstyrt med høytrykksdempere og kan plutselig åpne seg ved feilhåndtering. Ikke ta tak i noen del av skrårammen for å prøve å løfte eller flytte tredemøllen.

## ADVARSEL

IKKE PRØV Å LØFTE TREDEMØLLEN! Ikke flytt eller løft tredemøllen fra emballasjen før dette spesifiseres i monteringsanvisningen. Du kan fjerne plasten som ligger rundt konsollstengene.

## ADVARSEL

HVIS DU IKKE FØLGER DISSE INSTRUKSJONENE, KAN DET FØRE TIL

MERK: Under hvert monteringsstrinn må du forsikre deg om at ALLE mutrer og bolter er på plass og delvis skrudd inn før NOEN av dem strammes helt.

MERK: Påføring av litt fett kan gjøre det lettere å montere delene. Alt fett kan brukes, for eksempel litiumfett til sykkel.



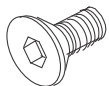
ALLE

# MONTERING TRINN

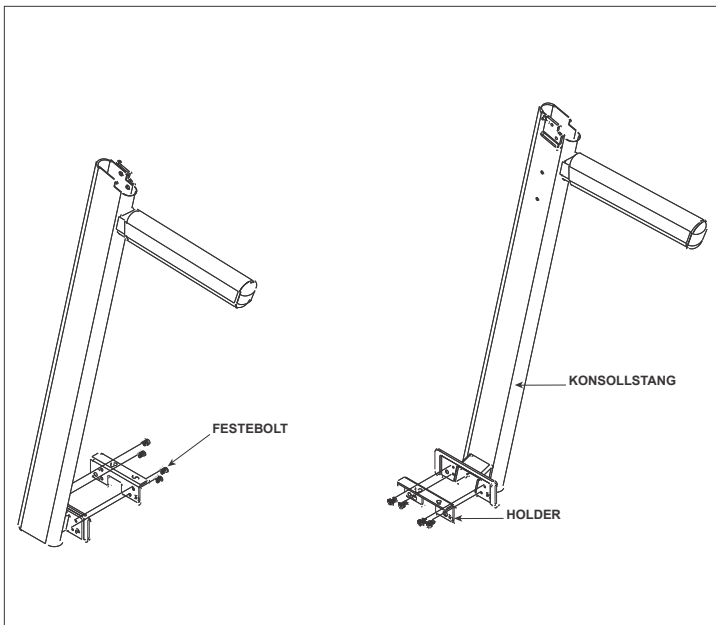


ALLE

## DELEPOSE 1 INNHOLD:



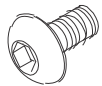
FESTEBOLT 10  
mm  
Ant.: 8



- A Skjær av de gule stroppene, og løft **LØPEBANEN** opp til **FOTLÅSEN** går i lås. Fjern alt innholdet fra undersiden av løpebanen.
- B Åpne **DELEPOSE 1**.
- C Fest **VENSTRE HOLDER** til **VENSTRE KONSOLLSTANG** med 4 **FESTEBOLTER (A)**.
- D Fest **HØYRE HOLDER** til **HØYRE KONSOLLSTANG** med 4 **FESTEBOLTER (A)**.

# MONTERING TRINN

## DELEPOSE 2 INNHOLD:



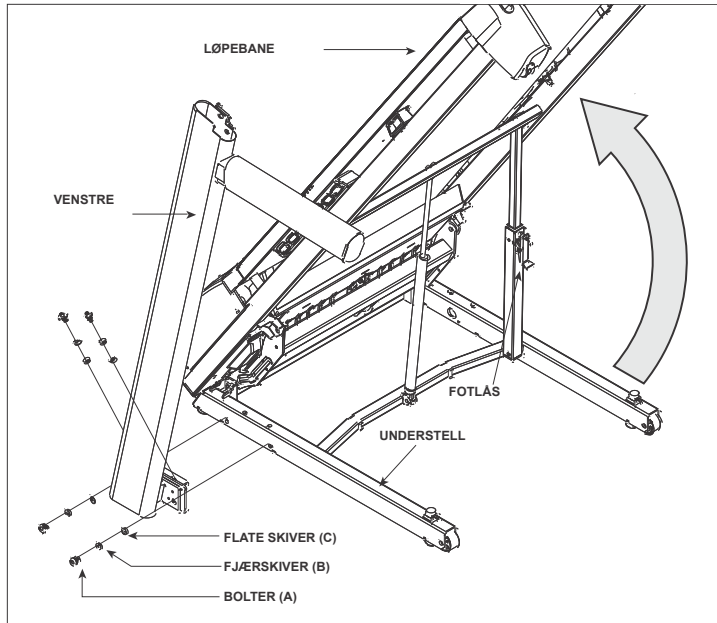
BOLT (A) 20  
mm Ant.: 4



FJÆRSKIVE (B)  
15 mm  
Ant.: 4



FLAT SKIVE (C)  
15 mm  
Ant.: 4



A Åpne **DELEPOSE 2**.

B Med **LØPEBANEN** i hevet

posisjon fester du **VENSTRE KONSOLL-STANG** til **UNDERSTELLET** med 4 **BOLTER (A)**, 4 **FJÆRSKIVER (B)** og 4 **FLATE SKIVER (C)**.



ALLE

# MONTERING TRINN



ALLE

## DELEPOSE 3 INNHOLD:



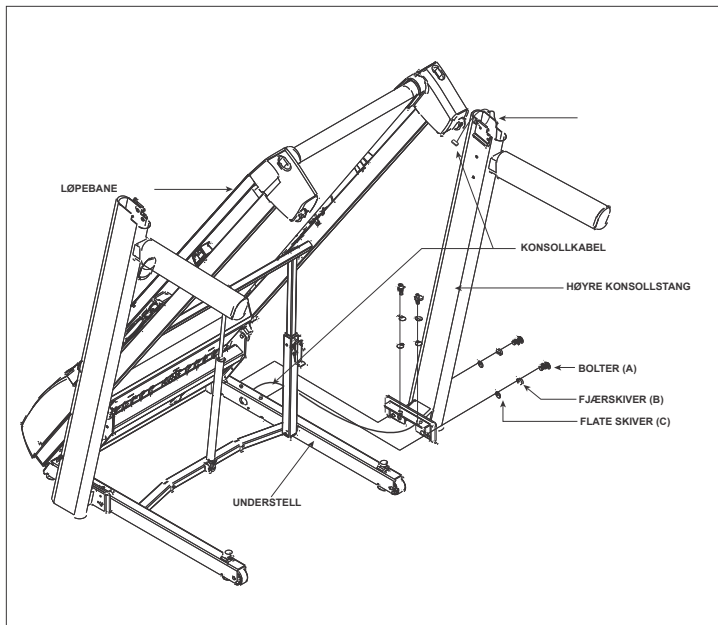
BOLT (A) 20  
mm Ant.: 4



FJÆRSKIVE (B)  
15 mm  
Ant.: 4



FLAT SKIVE (C)  
15 mm  
Ant.: 4



- A Åpne **DELEPOSE 3**.
- B Trekk føringsledningen gjennom **HØYRE KONSOLLSTANG**. Etter at føringsledningen er trukket gjennom stangen, skal toppen av **KONSOLLKABELEN** befinne seg på toppen av stangen. Løsne føringsledningen, og fjern den.
- C Med **LØPEBANEN** i hevet posisjon fester du **HØYRE KONSOLLSTANG** til **UNDERSTELLET** med 4 **BOLLER (A)**, 4 **FJÆRSKIVER (B)** og 4 **FLATE SKIVER (C)**.

**MERK:** Vær forsiktig så du ikke klemmer noen ledninger mens du monterer høyre



# MONTERING TRINN

## DELEPOSE 4 INNHOLD:



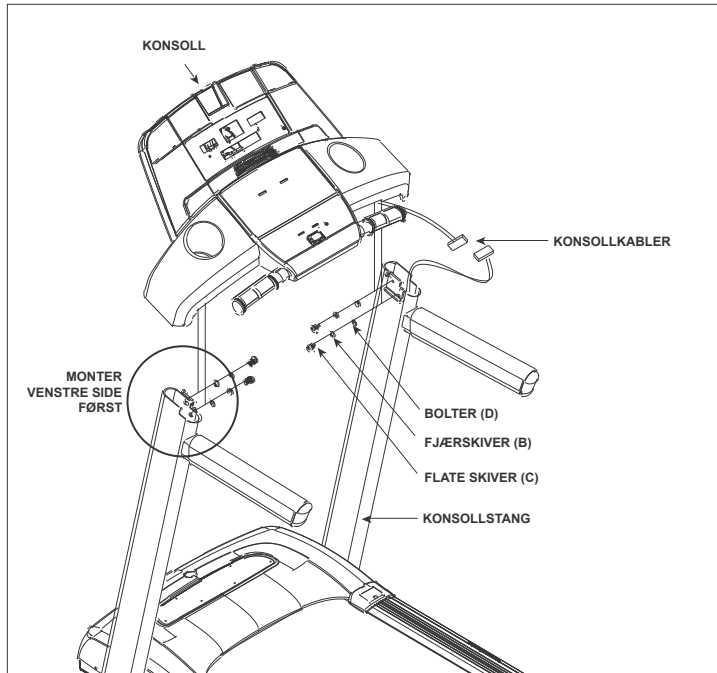
**BOLT (D)**  
15 mm  
Ant.: 4



**FJÆRSKIVE (B)**  
15 mm  
Ant.: 4



**FLAT SKIVE (C)**  
15 mm  
Ant.: 4



- A Løsne **LÅSEMEKANISMEN TIL BANELÅSEN** med foten for å senke **LØPEBANEN**.
- B Åpne **DELEPOSE 4**.
- C Plasser **KONSOLLEN** forsiktig på toppen av **KONSOLLSTENGENE**. Fest **VENSTRE SIDE** først med 2 **BOLTER (D)**, 2 **FJÆRSKIVER (B)** og 2 **FLATE SKIVER (C)**.
- D Koble til **KONSOLLKABLENE**, og pakk ledningene forsiktig inn i stengene for å unngå skader.
- E Fest **HØYRE SIDE** av **KONSOLLEN** med 2 **BOLTER (D)**, 2 **FJÆRSKIVER (B)** og 2 **FLATE SKIVER (C)**.

**MERK:** Vær forsiktig så du ikke klemmer noen ledninger



ALLE

# MONTERING TRINN

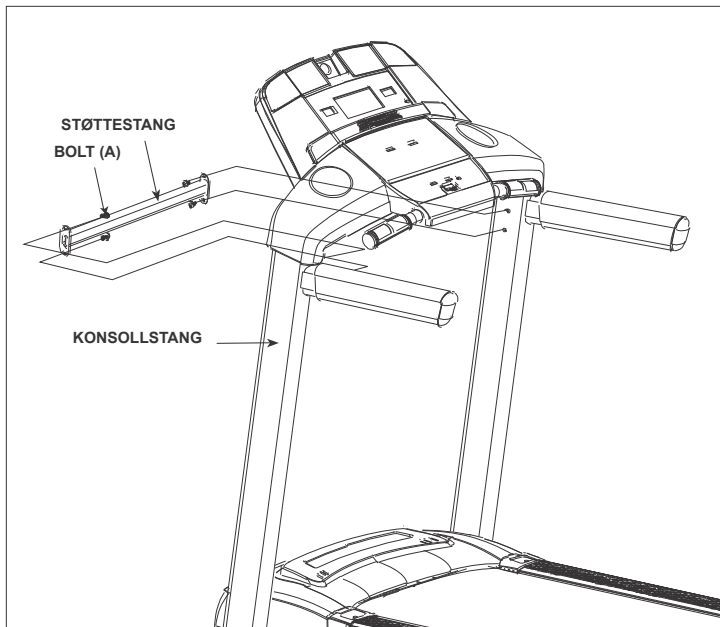


ALLE  
MODELLER

## DELEPOSE 5 INNHOLD:



BOLT (A)  
15 mm  
Ant.: 4



- A Åpne **DELEPOSE 5**.
- B Rett inn **STØTTESTANGEN** med hullene i **KONSOLLSTENGENE**.
- C Sett **BOLTENE (A)** inn i alle de 4 hullene på **STØTTESTANGEN**.
- D Trekk til alle konsollboltene (trinn 3) og støttestangboltene (trinn C ovenfor).

# MONTERING TRINN

---



DU ER FERDIG!



ALLE



# BRUK AV TREDEMØLLEN

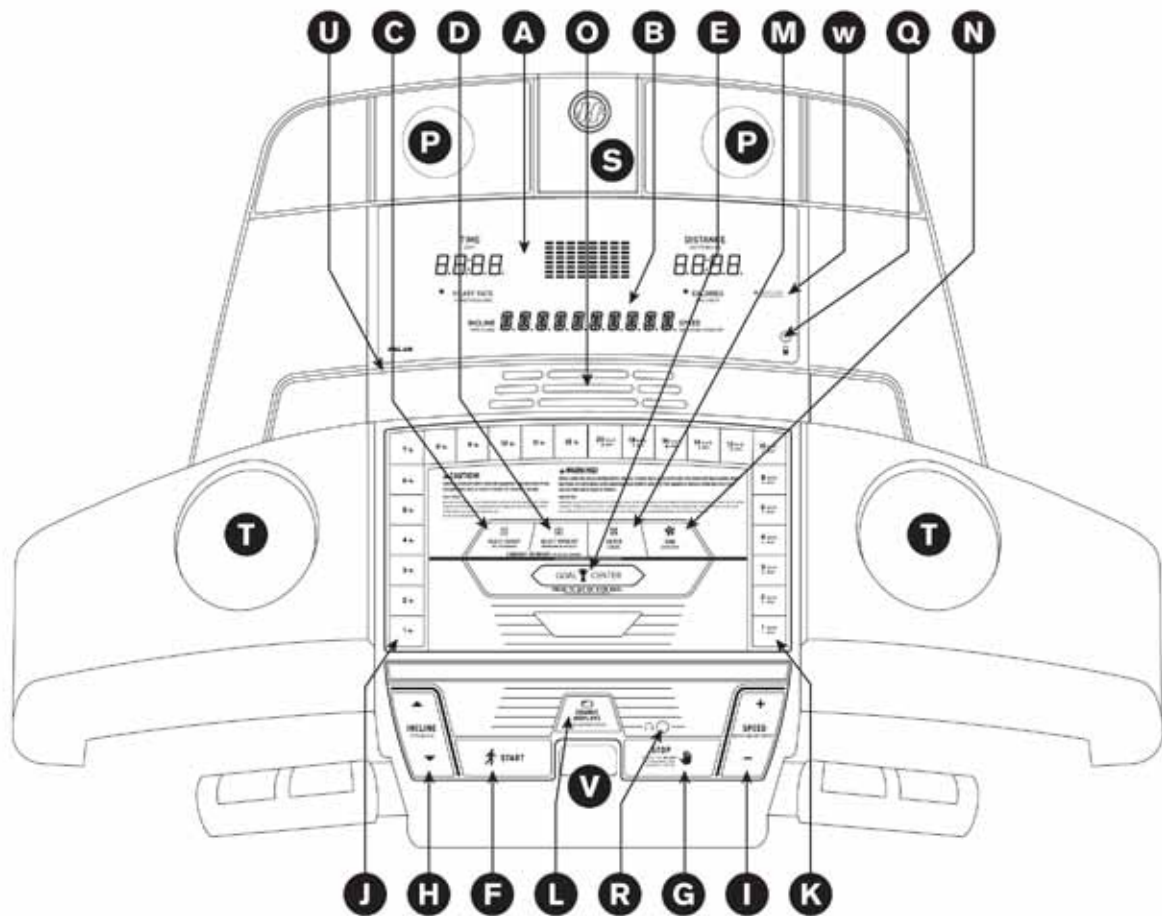


Dette avsnittet forklarer hvordan du bruker tredemøllens konsoll og programmeringsfunksjon. Avsnittet GRUNNLEGGENDE BRUK i VEILEDNINGEN FOR TREDEMØLLEN har instruksjoner for følgende:

- Plassering av tredemøllen
- Bruk av sikkerhetsnøkkelen
- Slå sammen tredemøllen
- Flytting av tredemøllen
- Nivåregulering av tredemøllen
- Stramming av løpebåndet
- Sentrering av løpebåndet
- Bruk av pulsfunksjonen



T600



## CASALL T600 BRUK AV KONSOLLEN

Merk: Det er en tynn beskyttelsesfilm over konsollen som bør fjernes før bruk.

- A) **VISNINGSVINDUER:** tid, distanse, kalorier, puls, hastighet, helling og treningsprofiler.
- B) **ALFANUMERISK VISNING:** Viser mål- og programinformasjon.
- C) **VELG MÅL:** Trykk for å velge ønsket mål.
- D) **VELG TRENING:** Trykk for å velge ønsket trening.
- E) **GOAL CENTER™:** Trykk for å angi eller vise målet.
- F) **START:** Trykk for å begynne å trene, starte treningsøkten eller fortsette å trene etter pause.
- G) **STOPP:** Trykk for å ta pause i / avslutte treningsøkten. Hold inne i 3 sekunder for å nullstille konsollen.
- H) **TASTER FOR HELLINGSVINKEL** ▲ / ▼: Brukes til å justere hellingsvinkelen i små trinn (på 0,5 %).
- I) **TASTER FOR HASTIGHET + / -:** Brukes til å justere hastigheten i små trinn (på 0,1 mph eller 0,1 km/t).
- J) **HURTIGTASTER FOR HELLINGSVINKEL:** Brukes for raskere å nå ønsket hellingsvinkel.
- K) **HURTIGTASTER FOR HASTIGHET:** Brukes for raskere å nå ønsket hastighet.
- L) **ENDRE VISNING:** Trykk for å endre visning av tilbakemeldinger under treningen.
- M) **ENTER:** Brukes til å bekrefte og mål- og treningsinnstillinger.
- N) **VIFTETAST:** Trykk for å slå viften av og på.
- O) **VIFTE:** Vifte til bruk ved trening.
- P) **HØYTTALERE:** Musikken spilles gjennom høyttalerne når CD-/MP3-spilleren er koblet til konsollen.
- Q) **LYDINNGANG:** Koble CD-/MP3-spilleren til konsollen med den medfølgende lydadapterkabelen.
- R) **LYDUTGANG/HODETELEFONKONTAKT:** Koble hodetelefonene til denne kontakten for å lytte til musikk gjennom hodetelefonene.  
Merk: Når hodetelefonene er koblet til hodetelefonkontakten, vil ikke lyden lenger komme ut gjennom høyttalerne.
- S) **LOMME TIL MP3-SPILLER:** Brukes til å holde MP3-spilleren.
- T) **FLASKELOMMER:** Brukes til å oppbevare personlig treningsutstyr.
- U) **BOKHYLLE:** Holder lesestoff.
- V) **POSISJON FOR SIKKERHETSNOKKEL:** Gjør at du kan bruke tredemøllen når sikkerhetsnøkkelen er satt inn.
- W) **STRØMSPARING:** Etter 10 minutter i standby-modus vil strømsparingsfunksjonen automatisk starte for å redusere strømforbruket.

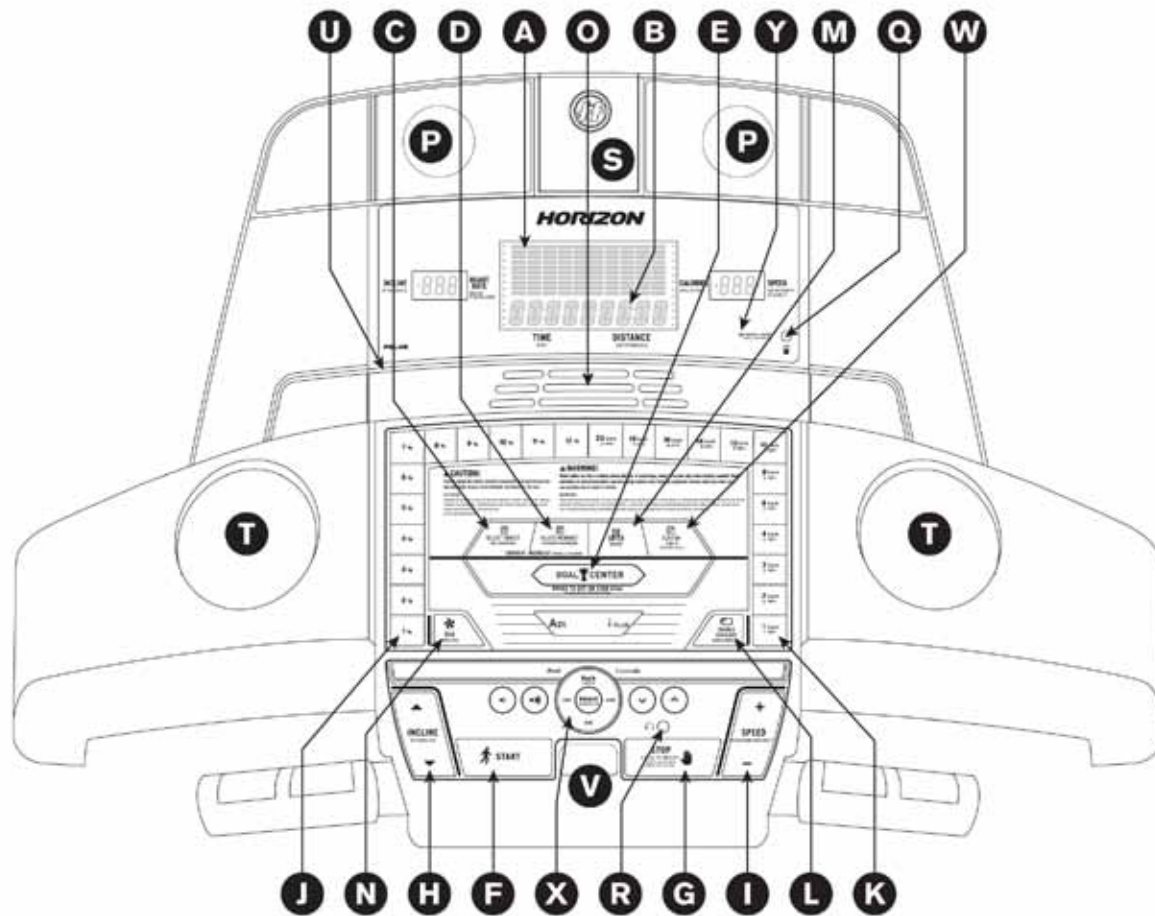
\* Maks. kroppsvekt for bruker = 147 kg / 325 lbs.



T600



T800





## CASALL T800 BRUK AV KONSOLLEN

Merk : Det er en tynn beskyttelsesfilm over konsollen som bør fjernes før bruk.

- A) **VISNINGSVINDUER:** tid, distanse, kalorier, puls, hastighet, helling og treningsprofiler.
- B) **ALFANUMERISK VISNING:** Viser mål- og programinformasjon.
- C) **VELG MÅL:** Trykk for å velge ønsket mål.
- D) **VELG TRENING:** Trykk for å velge ønsket trening.
- E) **GOAL CENTER™:** Trykk for å angi eller vise målet.
- F) **START:** Trykk for å begynne å trene, starte treningsøkten eller fortsette å trene etter pause.
- G) **STOPP:** Trykk for å ta pause i / avslutte treningsøkten. Hold inne i 3 sekunder for å nullstille konsollen.
- H) **TASTER FOR HELLINGSVINKEL ▲ / ▼:** Brukes til å justere hellingsvinkelen i små trinn (på 0,5 %).
- I) **TASTER FOR HASTIGHET + / -:** Brukes til å justere hastigheten i små trinn (på 0,1 mph eller 0,1 km/t).
- J) **HURTIGTASTER FOR HELLINGSVINKEL:** Brukes for raskere å nå ønsket hellingsvinkel.
- K) **HURTIGTASTER FOR HASTIGHET:** Brukes for raskere å nå ønsket hastighet.
- L) **ENDRE VISNING:** Trykk for å endre visning av tilbakemeldinger under treningen.
- M) **ENTER:** Brukes til å bekrefte og mål- og treningsinnstillinger.
- N) **VIFTETAST:** Trykk for å slå viften av og på.
- O) **VIFTE:** Vifte til bruk ved trening.
- P) **HØYTTALERE:** Musikken spilles gjennom høyttalerne når CD-/MP3-spilleren er koblet til konsollen.
- Q) **LYDINNGANG:** Koble CD-/MP3-spilleren til konsollen med den medfølgende lydadapterkabelen.
- R) **LYDUTGANG/HODETELEFONKONTAKT:** Koble hodetelefonene til denne kontakten for å lytte til musikk gjennom hodetelefonene.

Merk: Når hodetelefonene er koblet til hodetelefonkontakten, vil ikke lyden lenger komme ut gjennom høyttalerne.

- S) **IPOD®-DOKKINGSTASJON:** Brukes til å dokke og lade iPod (følger ikke med).
- T) **FLASKELOMMER:** Brukes til å oppbevare personlig treningsutstyr.
- U) **BOKHYLLE:** Holder lesestoff.
- V) **POSISJON FOR SIKKERHETSNOKKEL:** Gjør at du kan bruke tredemøllen når sikkerhetsnøkkelen er satt inn.
- W) **TASTEN CUSTOM 1 ELLER 2:** Trykk for å velge programmet Custom 1 eller Custom 2.
- X) **IPOD®-KONTROLLER:** Trykk for å justere iPod-lydinnstillingene.
- Y) **STRØMSPARING:** Etter 10 minutter i standby-modus vil strømsparingsfunksjonen automatisk starte for å redusere strømforbruket.

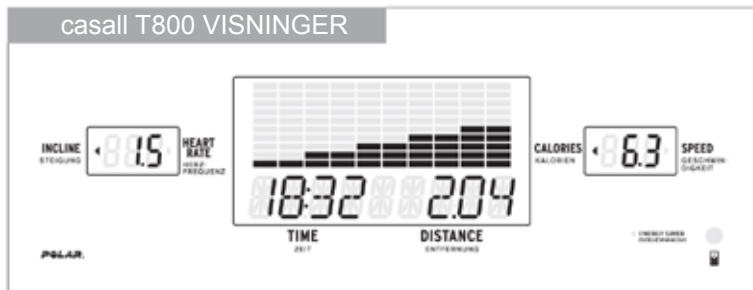
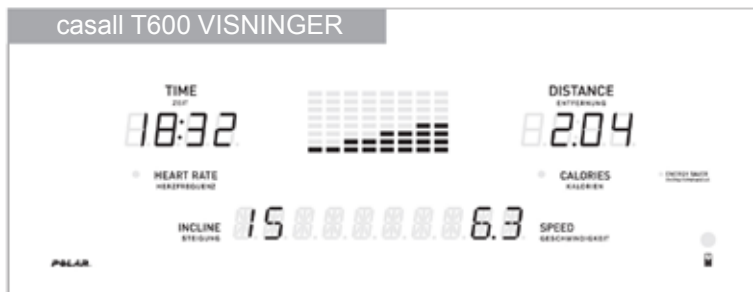
\* Maks. kroppsvekt for bruker = 160 kg / 350 lbs.



T800

## VISNINGSVINDUER

- **TID:** Vises som minutter: sekunder. Se gjenværende tid eller medgått tid i treningen.
- **DISTANSE:** Vises som miles eller km. Angir tilbakelagt distanse eller gjenværende distanse under treningen.
- **HASTIGHET:** Vises som MPH eller KM/T. Angir hvor raskt gå- eller løpebanen beveger seg.
- **HELLING:** Vises som prosenttall. Angir hellingsvinkelen på gå- eller løpebanen.
- **KALORIER:** Antall kalorier som er forbrent eller som det gjenstår å forbrenne under treningen.
- **PULS:** Vises som BPM (slag per minutt). Brukes til å overvåke pulsen (vises når det er kontakt med begge pulsgrepena).
- **PROGRAMPROFILER:** Representerer profilen til programmet som brukes (hastighet i hastighetsbaserte programmer og helling i hellingsbaserte programmer).
- **MÅL:**  
Målet vises i det alfanumeriske vinduet nederst i visningen.
- **TRENINGER:**  
Treningen vises i det alfanumeriske vinduet nederst i visningen.



## KOMME I GANG

- 1) Kontroller at det ikke er noe på båndet som kan hindre bevegelsen til tredemøllen.
- 2) Sett inn strømkabelen, og slå på tredemøllen.
- 3) Stå på sideskinnene på tredemøllen.
- 4) Fest klypen til sikkerhetsnøkkelen til et klesplagg, og påse at den sitter godt og ikke kan løsne under treningen.
- 5) Sett sikkerhetsnøkkelen inn i nøkkelhullet i konsollen.
- 6) Du kan starte treningsøkten på to måter:

### A) HURTIGSTART

Bare trykk på START-tasten for å begynne å trene. Tid, distanse og kalorier telles oppover fra null. ELLER...

### B) VELG ET MÅL OG EN TRENING

- 1) Velg et MÅL med VELG MÅL-tasten.
- 2) Juster MÅL-innstillingene med piltastene.
- 3) Trykk på ENTER for å gå videre.
- 4) Velg en TRENING med VELG TRENING-tasten.
- 5) Trykk på START for å starte treningen.

MERK: Hvis du ikke har valgt MÅL eller TRENING, vil programmet fungere som et MANUELT program. Alle endringer i hastighet og hellingsvinkler må komme fra brukeren i denne

## ENDRE MÅL UNDER TRENINGØKTEN

Du kan endre målet direkte midt under treningsøkten uten å miste dine eksisterende treningsdata.

Du kan da når som helst under treningsøkten trykke på VELG MÅL-tasten til du har valgt ønsket MÅL.

Bruk tastene ▲ / ▼ eller + / - til å angi verdien for det nye MÅLET, og trykk på ENTER. Alle tidligere treningsdata vil bli inkludert i det nye MÅLET slik at du aldri går glipp av et

MERK: Hvis du kommer borti VELG MÅL-knappen under en treningsøkt, må du ikke trykke på noe før innstillingsmodusen forsvinner. Du vil da fortsette med det eksis-

## ENDRE TRENINGEN UNDER TRENINGØKTEN

Du kan endre treningen når som helst.

Du kan når som helst under treningsøkten trykke på VELG TRENING-tasten til du har valgt ønsket TRENING. Trykk på ENTER.

Den nye TRENINGØKTEN vil starte ved det første segmentet etter oppvarmingen, og alle treningsdataene vil bli overført.

MERK: HRC er ikke tilgjengelig for treningsendring. Hvis du kommer borti VELG TRENING-knappen under en treningsøkt, må du ikke trykke på noe før innstillingsmodusen forsvinner. Du vil da fortsette med det eksisterende målet.



## MÅLPROFILER



**MÅL 1 – TID:** Lar brukeren angi et mål basert på hvor lenge han ønsker å trene. Tidsmålene kan variere fra 15:00 – 99:00. TID teller ned. DISTANSE og KALORIER teller opp fra null.



**MÅL 2 – DISTANSE:** Lar brukeren angi et mål basert på distansen han vil legge bak seg. Distansemålene kan variere fra 0,4 – 42 KM. DISTANSE teller ned. TID OG KALORIER teller opp fra null.



**MÅL 3 – KALORIER:** Lar brukeren angi et mål basert på hvor mange kalorier han vil forbrenne. Kalorimålene kan variere fra 20 – 980 kalorier. KALORIER teller ned. TID og DISTANSE teller opp fra null.



**INGEN MÅL:** Lar brukeren velge en treningsprofil som ikke har noe bestemt tids-, distanse- eller kalorimål. TID, DISTANSE og KALORIER teller opp fra null.

## TRENINGSPROFILER

- 1) **MANUELL:** Lar brukeren manuelt endre hastighet og helling direkte.
- 2) **INTERVALLER:** Gir deg økt styrke, hastighet og utholdenhet ved å øke og redusere hastigheten gjennom treningen for å involvere hjertet og andre muskler.

Segment	Oppvarming		1	2	Segment 1 og 2 gjentas til målet er nådd
Tid	2:00 min	2:00 min	90 sek	30 sek	
Hastighet	1	1.5	2	4	
Helling	1	1.5	0.5	1.5	



3) **BAKKER:** Simulerer løp opp og ned bakker for å forbedre uthold-

Segment		Oppvarming		1	2	3	4	5	6	7	8	Segment 1–8 gjentas til målet er nådd
Tid		4:00 min		30 sek	30 sek	30 sek	30 sek	30 sek	30 sek	30 sek	30 sek	
Nivå 1	Helling	1	1.5	2	2.5	3	3.5	4	3.5	3	2.5	

4) **VEKTTAP:** Legger til rette for vekttap ved å øke og redusere hastigheten mens du hele tiden er i fettforbrenningssonen.

Segment		Oppvarming		1	2	3	4	5	6	7	8	Segment 1–8 gjentas til målet er nådd
Tid		4:00 min		30 sek	30 sek	30 sek	30 sek	30 sek	30 sek	30 sek	30 sek	
Nivå 1	Helling	0	0.5	1.5	1.5	1	0.5	0.5	0.5	1	1.5	
	Hastighet	1	1.5	2	2.5	3	3.5	4	3.5	3	2.5	

5) **HRC:** Når HRC-programmet er valgt, trykker du på ENTER. Når du skal justere målpulsen, trykker du på pluss- eller minusknappene for helling.

Du bør angi en målpuls som du kan holde gjennom det meste av treningsøkten. Når du har valgt målpulsen, trykker du på startknappen og starter treningen.

Etter 4 minutters oppvarming vil nivået øke gradvis slik at du kommer til den angitte målsonen for puls. Når du er i målsonen for puls, pluss eller minus 5 slag, vil tredemøllen holde seg på gjeldende motstandsnivå.

Hvis brukeren er mer enn 25 slag i minuttet over målsonen for puls, vil konsollen slå seg av av sikkerhetsårsaker.

MERK: Bryststroppen kreves for å kunne bruke HRC-programmet. Med HRC-programmet kan du bare velge tid som treningsmål.

## BRUKE CUSTOM-TRENINGER (KUN CASALL T800)

- 1) Velg bruker med tastene ▲ / ▼ eller + / –, og trykk på ENTER.
- 2) Trykk på tasten CUSTOM 1 eller 2 for å velge en egendefinert trening.
- 3) Trykk på VELG MÅL-tasten for å velge et tids-, distanse- eller kalorimål. Trykk på ENTER for å velge ønsket mål.
- 4) Angi hver hastighetsprofil med tastene ▲ / ▼ eller + / –, og trykk på ENTER. Gjenta dette for alle 15 hastighetsprofiler.
- 5) Angi hver hellingsprofil med tastene ▲ / ▼ eller + / –, og trykk på ENTER. Gjenta dette for alle 15 hellingsprofiler.
- 6) Trykk på START for å begynne.



## GOAL CENTER™

Forskning viser at de som fører dagbok over egne treningsmål eller -økter, i gjennomsnitt lykkes bedre enn de som ikke gjør det. Fordi den nye tredemøllen er utstyrt med GOAL CENTER™ Performance Tracker, har du tatt et viktig skritt mot å oppnå dine treningsmål. GOAL CENTER™ er et innovativt program som er integrert i tredemøllekonsollen og som lar deg følge med på treningsmålene over tid uten at du trenger journaler eller dagbøker av papir. Les mer for å finne ut hvordan GOAL CENTER™ kan motivere deg til å øke ytelsen.

### OPPSETT AV GOAL CENTER™

- 1) Velg BRUKER 1 eller BRUKER 2 med tastene ▲ / ▼ or + / –, og trykk på ENTER.
- 2) Trykk på og hold GOAL CENTER™ inne i ca. fem sekunder.
- 3) Trykk på VELG MÅL-tasten for å velge tids-, distanse- eller kalorimål.
- 4) Bruk tastene ▲ / ▼ eller + / – til å velge målverdi, og trykk på ENTER.
- 5) Bruk tastene ▲ / ▼ eller + / – til å velge ANTALL DAGER på å oppnå målet.
- 6) Trykk på ENTER igjen for å gå ut av oppsettmodus.

MERK: Du kan også følge denne fremgangsmåten når du skal slette et eksisterende mål og angi et nytt.

### WISE FREMDRIFT MOT MÅLET

Når du er logget på med brukerprofilen, kan du vise fremdriften mot målet ved å trykke på GOAL CENTER-tasten. Konsollen vil vise gjenværende tid, distanse eller kalorier, avhengig av hvilket mål som er valgt, og vil også vise tiden som gjenstår for å oppnå målet.

MERK: For at treningsdata skal samle seg opp mot målet MÅ du først velge brukeren før du begynner på en trening.



## NULLSTILLE KONSOLLEN

Hold STOPP-tasten inne i 3 sekunder.

## AVSLUTTE TRENINGSSØKTEN

Når treningen er fullført, vil skjermen blinke "FINISHED" og pipe. Informasjonen om treningen vises på konsollen i 30–45 sekunder før den nullstilles.

## FJERN NÅVÆRENDE VALG

For å fjerne nåværende programvalg eller -skjermvisning holder du STOPP-knappen inne i 3–5 sekunder.

## BRUKE CD-/MP3-SPILLEREN



- 1) Kople den medfølgende LYDADAPTERKABELEN til LYDINNGANGEN på toppen av konsollen og hodetelefonkontakten på CD-/MP3-spilleren.
- 2) Bruk knappene på CD-/MP3-spilleren til å justere sanginnstillingene.
- 3) Fjern LYDADAPTERKABELEN når den ikke er i bruk.
- 4) Hvis du ikke vil bruke HØYTTALERNE, kan du koble hodetelefonene til LYDUTGANGEN nederst på konsollen.



## IPOD®-DOKKINGSTASJON (KUN CASALL T800)

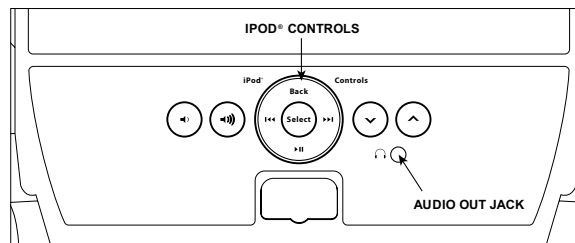
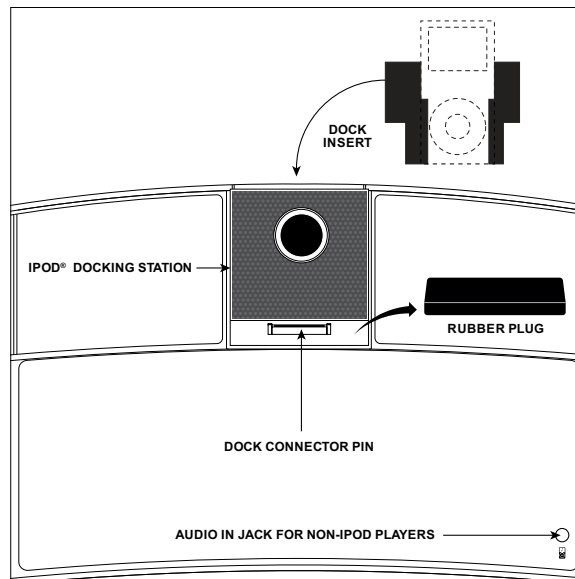
Ulike iPod-modeller med dokkingkontakt passer til denne dokkingstasjonen. iPhone er ikke kompatibel.

### BRUKE IPOD-DOKKINGSTASJONEN (IPOD IKKE INKLUDERT)

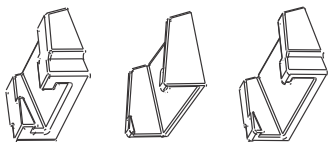
- 1) Fjern gummipluggen fra bunnen av dokkingstasjonen.
- 2) Plugg inn iPod-enheten ved å rette inn dokkingkontaktpinnen på tredemøllen mot dokkingkontakten på iPod-enheten. MERK: Når du har koblet iPod-enheten til dokkingstasjonen, bør du la det gå 2 minutter til synkronisering før du tar den i bruk.
- 3) Du kan bruke iPod-hjulet til å justere volum og sanginnstillinger. Eller du kan justere volumet og sanginnstillingene ved å bruke iPod-kontrolltastene på tredemøllekonsollen. MERK: Hvis du ikke vil bruke høyttalerne, kan du koble hodetelefonene til lydutgangen nederst på konsollen.

Når dokkingstasjonen ikke er i bruk, bør du sette på gummipluggen igjen.

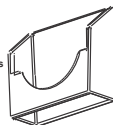
MERK: Det kommer ingen iPod-lyd gjennom høyttalerne hvis lydadapterkabelen er plagget inn mens iPod-enheten står i



iPod®  
dokkinginnsatser  
Merk: Størrelsene på



Universal dokkinginnsats  
for MP3-spiller







casall®

# HÅNDBOK FOR TREDEMØLLE

casall T600 & casall T800 Håndbok for tredemølle