

FÖR MODELL:

T903

T904

T905

Tempo
FITNESS

BRUKSANVISNING FÖR LÖPBAND

INLEDNING

GRATTIS och TACK för att du har valt detta löpband från Tempo Fitness!

Oavsett om ditt mål är att vinna ett lopp eller att skaffa en bättre och mer hälsosam livsstil kan ett löpband från Tempo hjälpa dig. Det ger gymkänsla till din hemmaträning och har de ergonomiska och innovativa funktioner du behöver för att snabbt bli starkare och sundare. Eftersom vi anser att träningsutrustning bör konstrueras inifrån och ut använder vi endast komponenter av högsta kvalitet.

Vi vet att du vill ha träningsutrustning med största möjliga komfort, högsta möjliga tillförlitlighet och bästa möjliga kvalitet. Tempo Fitness – löpband som ger resultat!

INNEHÅLLSFÖRTECKNING

<i>Inledning</i>	<i>3</i>
<i>Viktiga säkerhetsföreskrifter</i>	<i>4</i>
<i>Grundläggande användning</i>	<i>6</i>
<i>Konsolen T903 904 905</i>	<i>10</i>
<i>Använda konsolen</i>	<i>11</i>
<i>Konsolskärm</i>	<i>15</i>
<i>Komma igång</i>	<i>17</i>
<i>Tillgängliga program</i>	<i>19</i>
<i>Monteringsanvisningar</i>	<i>22</i>
<i>Felsökning</i>	<i>28</i>
<i>Underhåll</i>	<i>31</i>

VIKTIGA SÄKERHETSFÖRESKRIFTER

SPARA DESSA INSTRUKTIONER

Läs igenom löpbandsguiden innan du använder bruksanvisningen. Vid användning av elektriska produkter ska de grundläggande säkerhetsföreskrifterna alltid beaktas, inklusive följande: Läs igenom alla instruktioner innan du använder löpbandet. Det är ägarens ansvar att se till att alla som använder löpbandet har informerats om alla varningar och säkerhetsföreskrifter.



För att minska risken för brännskador, brand, elektriska stötar eller personskador:

- Använd inte löpbandet förrän du har fäst säkerhetsklämman i kläderna.
- Om du upplever smärta, inklusive men inte begränsat till bröstsmärtor, illamående, yrsel eller andnöd, bör du omedelbart avbryta träningspasset och rådfråga en läkare innan du fortsätter. Felaktig eller överdriven träning kan vara skadlig för hälsan.
- Håll alltid ett tempo som du känner dig bekväm med.
- Använd inte kläder som kan fastna i löpbandets rörliga delar.
- Använd alltid tränings skor när du använder utrustningen.
- Hoppa inte på löpbandet.
- Lägg inte en filt eller kudde på löpbandet under användning. Det kan leda till överhettning vilket kan resultera i brand, elektriska stötar eller personskador.
- Endast en person får stå på löpbandet när det är igång.
- Använd inte löpbandet i utrymmen som inte är temperaturreglerade, till exempel garage, verandor, poolutrymmen, badrum, carportar eller utomhus etc. Om detta inte följs kan garantin upphävas.
- För inte in några föremål i någon öppning eftersom elektriska stötar kan uppstå.
- Produkten får aldrig lämnas utan uppsikt när den är ansluten till eluttaget. Koppla bort produkten från eluttaget när den inte används eller innan du monterar eller demonterar produkt delar.
- Se till att nätsladden inte kommer i kontakt med varma ytor. Lyft inte utrustningen i nätsladden och använd inte sladden som handtag.
- Bryt strömförsörjningen innan utrustningen servas eller flyttas. Rengör löpbandet genom att torka av ytorna med såpa och en fuktig trasa. Använd inte lösningsmedel. (Se UNDERHÅLL)
- Använd inga tillbehör som inte har rekommenderats av tillverkaren. Sådana tillbehör kan orsaka personskador.
- Ta inte bort konsolskydden om inte din återförsäljare instruerat dig att göra det. Servicearbeten får endast utföras av en auktoriserad servicetekniker.
- Använd inte löpbandet om luftventilen är blockerad. Håll luftventilen ren och fri från ludd och hår.
- Använd inte löpbandet i utrymmen där aerosolprodukter (sprayer) eller syrgas används.
- Löpbandet får endast användas enligt beskrivningen i löpbandsguiden och bruksanvisningen.
- När du sänker löpdäcket ska du vänta tills de bakre stödbenen står stadigt på golvet innan du stiger upp på det.
- Dra ur säkerhetsspärren så att löpbandet inte kan användas okontrollerat av tredje part.
- Utrustningen ska placeras på ett stabilt underlag.
- Smörj och centrera löpmattan regelbundet enligt medföljande anvisningar.
- Håll dig innanför det tryckta mönstret (logotypen) på mattan när du tränar för att minska risken för skador.



Husdjur och barn under 13 år får aldrig uppehålla sig närmare löpbandet än 3 meter.
Barn under 13 år får inte använda löpbandet.
Barn över 13 år och funktionshindrade personer bör endast använda löpbandet under överinseende av en vuxen.

Löpbandet bör endast användas inomhus, i ett temperaturreglerat utrymme. Om löpbandet har exponerats för låga temperaturer eller hög luftfuktighet bör det värmas upp till rumstemperatur innan det används på nytt. Annars kan elektriska fel uppstå i förtid.

JORDNINGSANVISNINGAR

Produkten måste jordas. Vid ett eventuellt funktions- eller maskinfel på löpbandet utgör jordningen en ledande förbindelse för strömmen, vilket minskar risken för elektriska stötar. Produktens nätsladd är utrustad med jordledare och jordningskontakt. Kontakten ska anslutas till ett lämpligt uttag som är korrekt installerat och jordat i enlighet med tillämpliga lokala bestämmelser.

Om jordledaren är felaktigt ansluten finns risk för elektriska stötar. Rådfråga en behörig elektriker eller servicetekniker om du är osäker på huruvida produkten är korrekt jordad. Modifiera inte kontakten som medföljer produkten. Om den inte passar i uttaget ska du låta en behörig elektriker installera ett korrekt uttag.

Produkten ska anslutas till en dedikerad krets. För att avgöra om kretsen är dedikerad stänger du av strömmen till kretsen och kontrollerar om strömförsörjningen bryts till andra enheter. Om så sker måste dessa enheter flyttas till en annan krets.



Anslut träningsprodukten till ett korrekt jordat uttag.

Använd inte produkten om dess sladd eller kontakt är skadad, även om den fungerar som den ska. Använd inte produkten om den verkar skadad eller har exponerats för vatten. Kontakta närmaste återförsäljare för byte eller reparation.

GRUNDLÄGGANDE ANVÄNDNING

Grattis till ditt val av löpband!

Du har tagit ett viktigt steg mot att utarbeta och fullfölja ett träningsprogram. Löpbandet är ett mycket effektivt verktyg för att uppnå dina personliga träningsmål. Regelbunden användning av löpbandet kan förbättra din livskvalitet på många olika sätt.

Dessa är endast några av hälsofördelarna med träning:

- Viktminskning
- Starkare hjärta
- Större muskelmassa
- Förbättrad energinivå

Nyckeln till att uppnå dessa resultat är att skapa bra träningsvanor. Ditt nya löpband hjälper dig att eliminera barriärer som kan hindra dig från att träna. Dåligt väder och mörker kommer inte att påverka din träning eftersom du använder löpbandet i hemmet. Denna bruksanvisningen innehåller den grundläggande information du behöver för att kunna använda och njuta av din nya maskin.

PLACERING AV LÖPBANDET

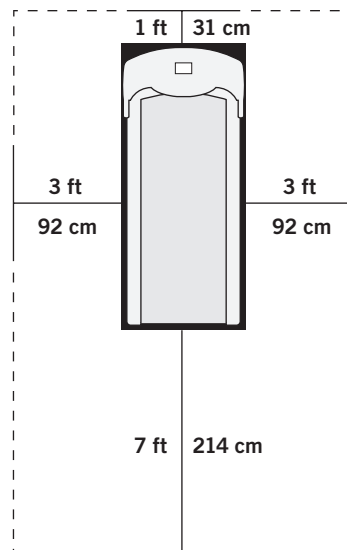
Placera löpbandet på ett jämnt underlag. Det bör finnas 214 cm fritt utrymme bakom löpbandet, 92 cm fritt utrymme på vardera sidan (eller samma bredd som löpbandet) och ca 30 cm fritt utrymme framför löpbandet för nätsladden och så att utrustningen kan fällas ihop. Placera inte löpbandet på en plats där det blockerar ventiler eller luftintag. Löpbandet bör inte placeras i ett garage, på en övertäckt innergård, i närheten av vatten eller utomhus.

STÅ INTE PÅ LÖPBANDET

Stå inte på löpbandet medan du förbereder det för användning. Ställ dig på sidokanterna innan du startar löpbandet. Börja inte gå på löpmattan förrän den har börjat röra sig. Starta aldrig löpbandet i hög hastighet och försök inte att hoppa på det.

ANVÄNDA SÄKERHETSSPÄRREN

Löpbandet startar inte om inte säkerhetsspärren är i rätt läge. Fäst säkerhetsklämman ordentligt i kläderna. Säkerhetsspärren bryter strömtillförseln till löpbandet om du ramlar. Kontrollera var 14:e dag att säkerhetsspärren fungerar som den ska.



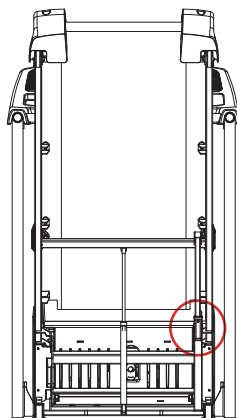
Använd inte löpbandet utan att fästa säkerhetsklämman i kläderna. Dra lite i klämman först för att kontrollera att den inte lossnar från kläderna.

KORREKT ANVÄNDNING

Löpbandet kan uppnå höga hastigheter. Börja alltid i låg hastighet och öka sedan hastigheten i små steg. Lämna aldrig löpbandet utan uppsikt när det är igång. När det inte används drar du ur säkerhetsspärren, sätter strömbrytaren till läge "OFF" och drar ut nätsladden. Följ anvisningarna för UNDERHÅLL längst bak i denna bruksanvisning. Håll kroppen och huvudet riktade framåt. Försök inte att vända dig om eller titta bakåt när löpbandet är igång. Avbryt omedelbart träningspasset om du upplever smärta, yrsel, illamående eller andnöd.

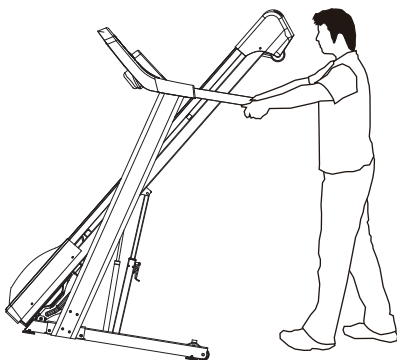
FÄLLA IHOP LÖPBANDET

Fatta tag i löpbandets bakände med ett fast grepp. Lyft försiktigt upp löpbandets bakände till upprätt läge tills vikspärren eller däckets låsspärr aktiveras och låser löpdäcket i upprätt läge. Kontrollera att löpdäcket är ordentligt låst innan du släpper taget om det. När du vill fälla ner löpbandet igen fattar du bakänden med ett fast grepp. Tryck försiktigt ned vikspärren (A eller B) med foten tills spärren frigörs eller dra i däckets låsspärr för att lossa löpdäcket. Sänk försiktigt ned löpdäcket till golvet.



FLYTTA LÖPBANDET

Löpbandet har två transporthjul* inbyggda i ramen. Vid flytt ska löpbandet vara hopfällt och ordentligt låst. Fatta handtagen med ett fast grepp, luta löpbandet bakåt och rulla det till önskad plats.



Se till att löpbandet har stannat helt innan det fälls ihop. Starta inte löpbandet när det är hopvikt.



Våra löpband är tunga. Var försiktig vid flytt och be om nödvändigt en annan person om hjälp. Försök inte att flytta eller transportera löpbandet om det inte är i upprätt, hopvikt läge och spärren inte är ordentligt låst. Om dessa anvisningar inte följs kan skador uppstå.

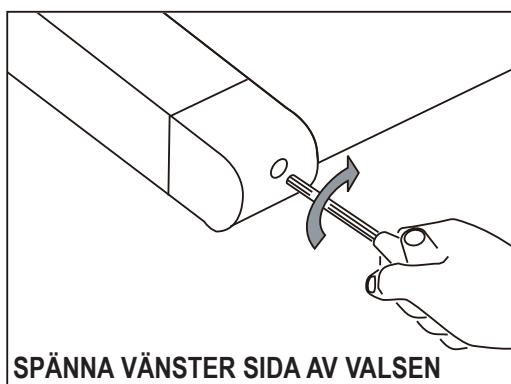
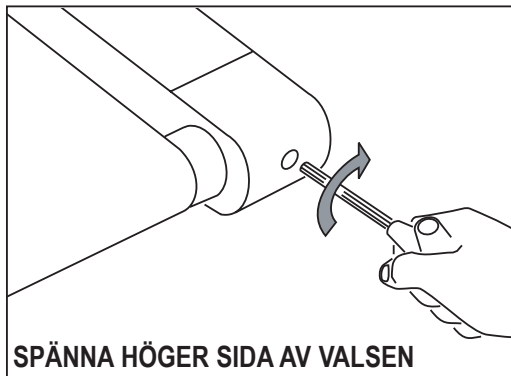
SPÄNNA LÖPMATTAN

Löpmattan ställdes in rätt på fabriken innan den levererades. Löpmattan kan ibland förskjutas något i sidled under transport.



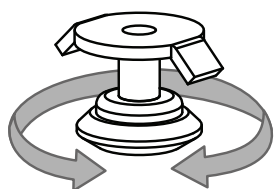
Löpmattan får **INTE** vara i rörelse när den justeras. Om löpmattan är för hårt spänd kan löpbandet och dess komponenter utsättas för onödigt slitage. Spänn aldrig löpmattan för hårt.

Om det känns som om mattan glider när du springer på löpbandet måste mattan spännas. I de flesta fall har mattan sträckts något till följd av användning, vilket gör att den glider. Detta är normalt och enkelt att justera. Du åtgärdar det genom att stänga av löpbandet och dra åt båda de bakre justeringsskruvarna med hjälp av den medföljande insexnyckeln. Vrid skruvarna $\frac{1}{4}$ varv åt höger såsom bilden visar. Sätt på löpbandet och kontrollera om mattan glider. Upprepa om nödvändigt, men vrid aldrig justeringsskruvarna mer än $\frac{1}{4}$ varv åt gången. Mattan är korrekt spänd när det inte längre känns som om den glider.

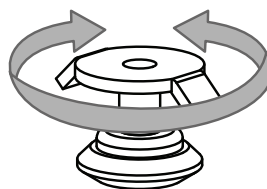


STÄLLA IN LÖPBANDET

Ställ in löpbandet för optimal användning. Placera löpbandet på önskad plats, höj eller sänk det ena eller båda justeringsvredena som sitter på undersidan av löpbandets ram*. Vi rekommenderar att du använder ett vattenpass. Om löpbandet inte är jämnt justerat finns det risk att löpmattan inte löper korrekt över valsarna. Lås fast justeringsvredena genom att dra åt muttrarna mot ramen när löpbandet är justerat (vissa löpband har inga justeringsvredena).



**JUSTERA
HÖJD**



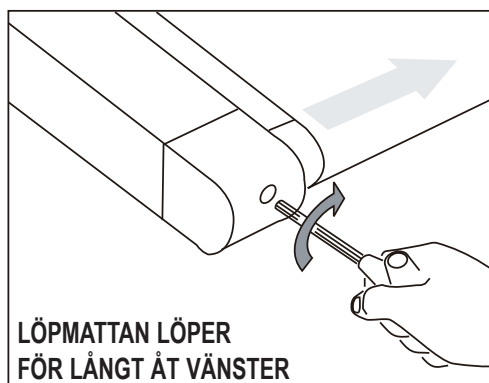
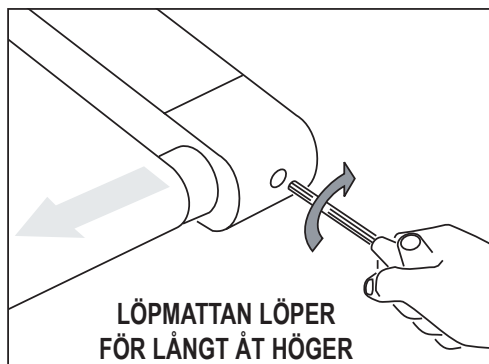
**LÅS
JUSTERINGEN**

CENTRERA LÖPMATTAN

Löpmattan ställdes in rätt på fabriken innan den levererades. Löpmattan kan ibland förskjutas något i sidled under transport. Kontrollera att löpmattan är centrerad och löper i mitten innan du använder löpbandet.



Kör inte bandet snabbare än 1,6 km/h när du centrerar löpmattan. Håll alltid fingrar, hår och kläder borta från löpmattan.



Om löpmattan löper för långt åt höger: Kör löpbandet i 1,6 km/h, vrid vänster justeringsskruv $\frac{1}{4}$ varv motsols åt gången (använd den medföljande insexnyckeln). Kontrollera mattans placering. Låt mattan löpa ett helt varv innan du avgör om ytterligare justering behövs. Upprepa om nödvändigt tills mattan löper i mitten.

Om löpmattan löper för långt åt vänster: Kör löpbandet i 1,6 km/h, vrid höger justeringsskruv $\frac{1}{4}$ varv motsols åt gången (använd den medföljande insexnyckeln). Kontrollera mattans placering. Låt mattan löpa ett helt varv innan du avgör om ytterligare justering behövs. Upprepa om nödvändigt tills mattan löper i mitten.

*ANMÄRKNING: Anvisningarna för att fälla ihop, flytta och ställa in löpbandet kan variera mellan olika modeller. Mer information finns i bruksanvisningen.

ANVÄNDA PULSFUNKTIONEN

Löpbandet är utrustat med antingen handpulssensorer eller en tumpulssensor. Se början på monteringsavsnittet i bruksanvisningen för att ta reda på vad din modell är utrustad med.

Pulsfunktionen på den här produkten är inte en medicinteknisk enhet. Även om handpulssensorerna och tumpulssensorn kan ge en ungefärlig uppskattning av din aktuella puls bör de inte användas i de fall en exakt avläsning är nödvändig. Vissa personer, exempelvis personer som deltar i hjärtrehabiliteringsprogram, kan behöva använda ett annat pulskontrollsystem, t.ex. ett pulsbånd för bröstet eller handleden. Olika faktorer, bland annat användarens rörelser, kan påverka pulsavläsningens riktighet. Pulsavläsningen är endast avsedd som ett träningshjälpmedel för att bedöma den generella pulsutvecklingen. Rådgör med din läkare.

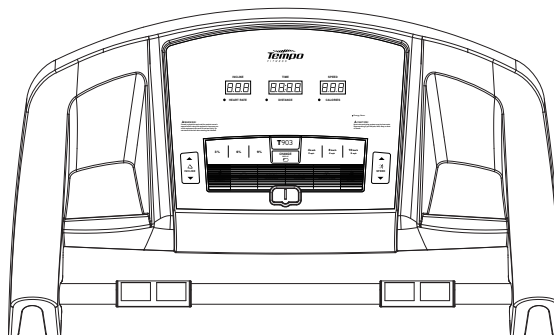
PULSSENSORER

Placera handflatorna direkt mot pulssensorerna på handtagen. För att pulsen ska kunna läsas av måste båda händerna greppa handtagen. Pulsen läses av efter 5 hjärtslag i följd (15–20 sekunder). Håll inte för hårt runt handtagen. Om du håller för hårt kan ditt blodtryck stiga. Håll handtagen med ett lätt, kupformigt grepp. Avläsningen kan bli oregelbunden om du håller om sensorerna hela tiden. Se till att pulssensorerna är ordentligt rengjorda så att kontakten upprätthålls.

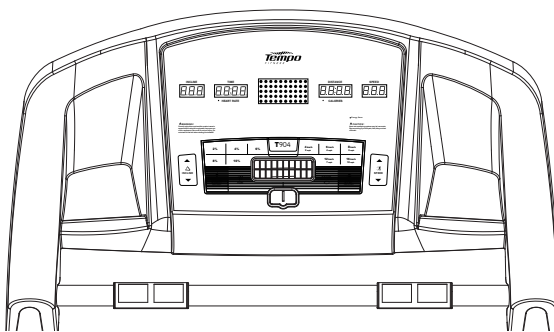


Stå still på löpbandets sidokanter när du mäter pulsen. Avläsningen kan bli felaktig om du kontrollerar pulsen när du rör dig. Tryck inte för hårt på sensorn eftersom den kan skadas.

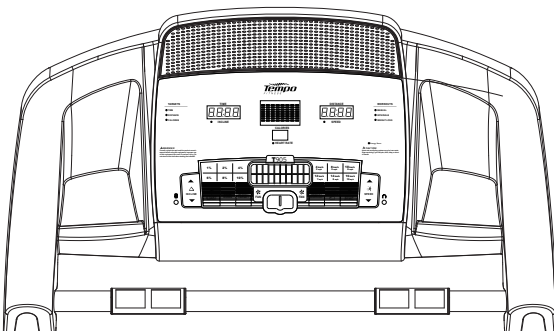
KONSOLEN T903 904 905



BRONSKONSOL



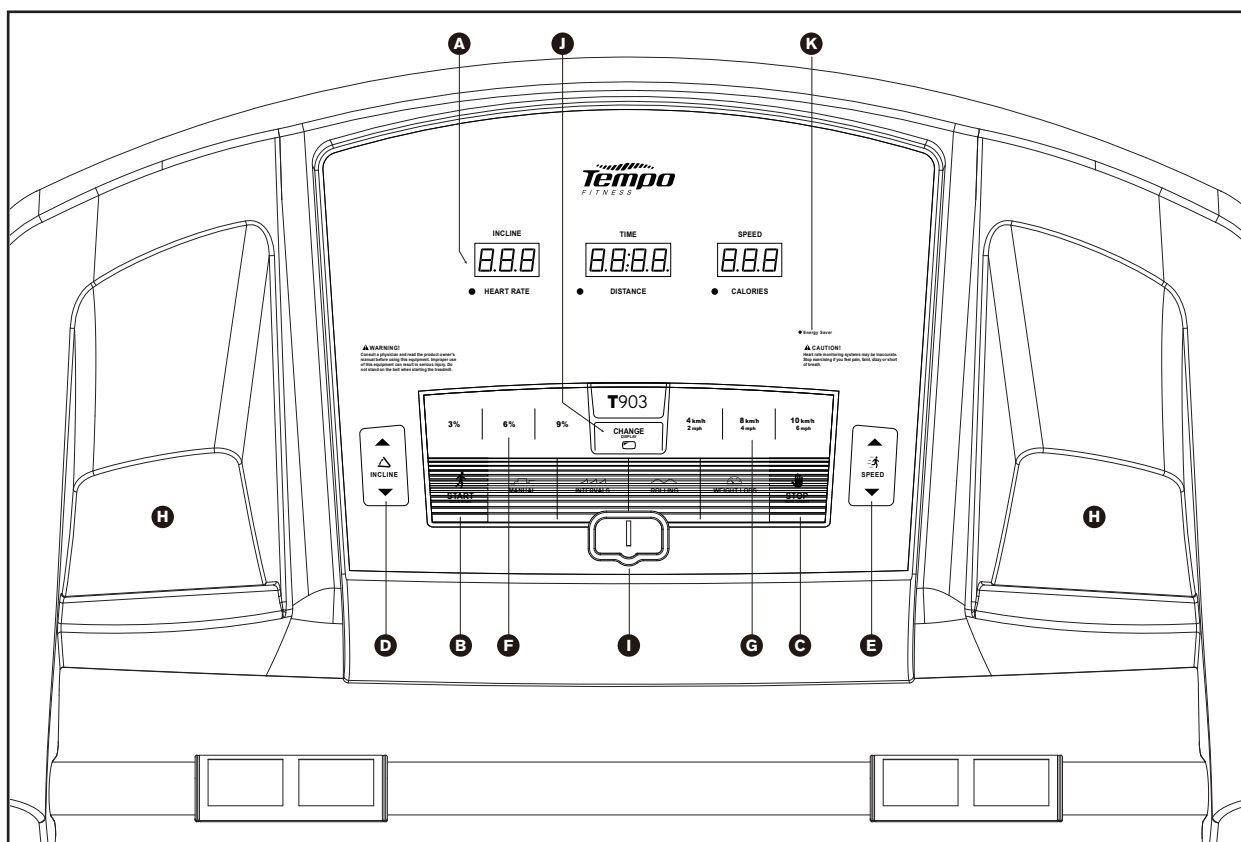
SILVERKONSOL



GULDKONSOL

OBS! Kontrollera vilken konsol du har och följ nedanstående anvisningar.

ANVÄNDNING AV BRONSKONSOL

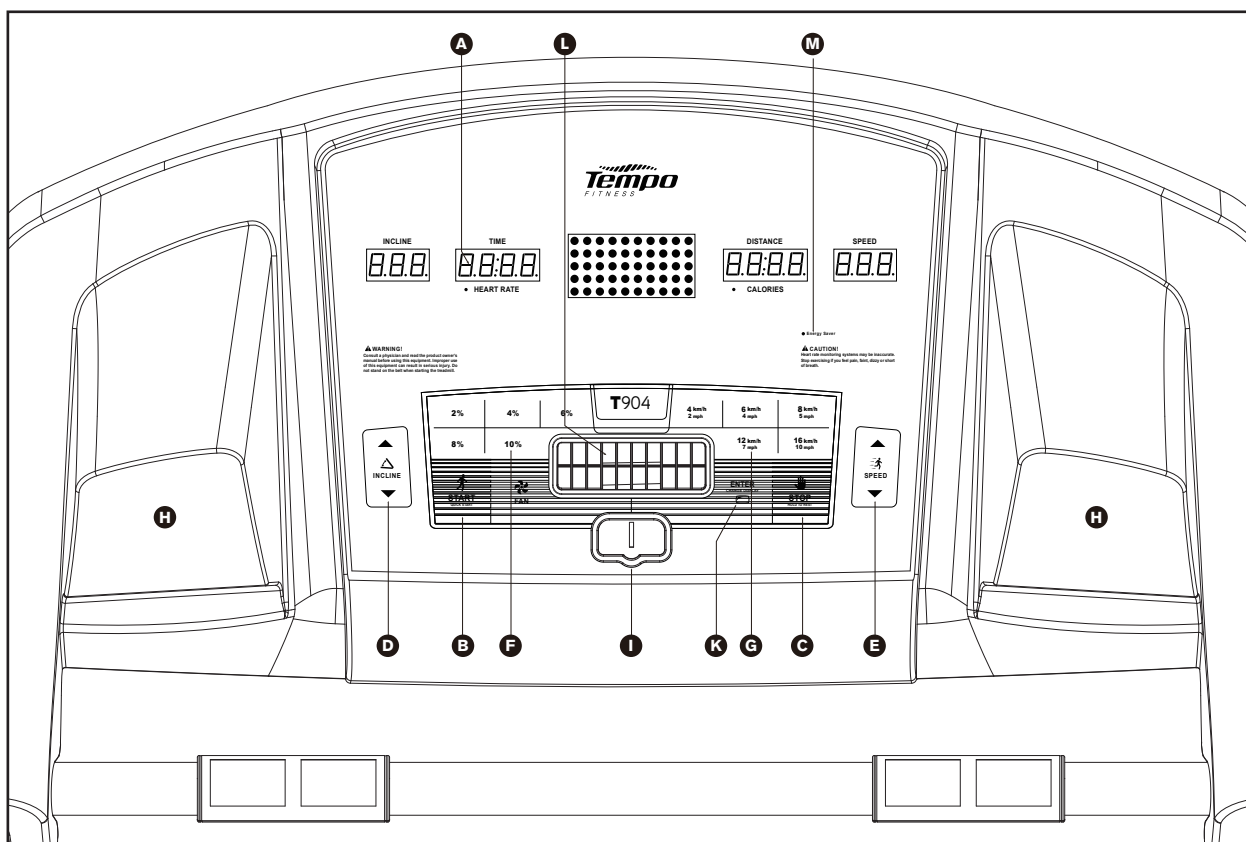


Obs! Konsolen är täckt av en tunn, genomskinlig skyddsplast som bör tas bort före användning.

- A) LED-skärm: tid, sträcka, kalorier, puls, hastighet och lutning.
- B) Start: Tryck på startknappen när du vill börja träna eller återuppta ett pausat träningspass.
- C) Stop: Tryck på stoppknappen om du vill pausa/avbryta träningspasset. Håll knappen nedtryckt i 3 sekunder för att återställa konsolen.
- D) Lutningsknappar $\blacktriangle/\blacktriangledown$: Används för att justera lutningen i små steg (0,5 %).
- E) Hastighetsknappar +/-: Används för att justera hastigheten i små steg (0,1 mph eller 0,1 km/h).
- F) Snabbknappar lutning: Används för att snabbt ställa in önskad lutning.
- G) Snabbknappar hastighet: Används för att snabbt ställa in önskad hastighet.
- H) Flaskhållare: Här kan du placera personlig träningsutrustning.
- I) Uttag för säkerhetsspärr: Löpbandet kan användas när säkerhetsspärren har satts i.
- J) Change display (byt visningsläge): Använd den här knappen för att välja program.
- K) Energisparläge: När löpbandet har varit i viloläge i 10 minuter aktiveras energisparläget automatiskt för att minimera energiförbrukningen.

* Maxvikt användare = 110 kg.

ANVÄNDNING AV SILVERKONSOL

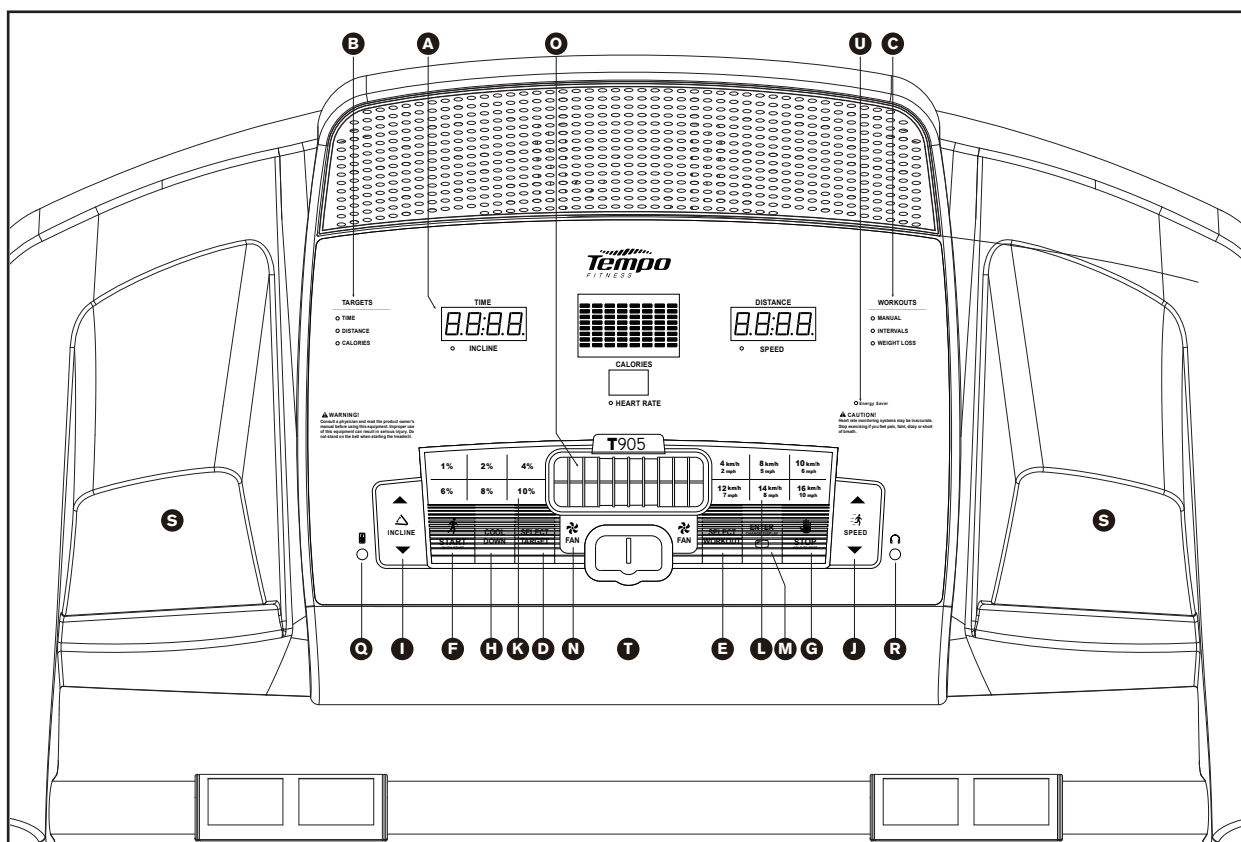


Obs! Konsolen är täckt av en tunn, genomskinlig skyddsplast som bör tas bort före användning.

- A) LED-skärm: tid, sträcka, kalorier, puls, hastighet, lutning och träningsprofiler.
- B) Start: Tryck på startknappen när du vill börja träna eller återuppta ett pausat träningspass.
- C) Stop: Tryck på stoppknappen om du vill pausa/avbryta träningspasset. Håll knappen nedtryckt i 3 sekunder för att återställa konsolen.
- D) Lutningsknappar ▲/▼: Används för att justera lutningen i små steg (0,5 %).
- E) Hastighetsknappar +/-: Används för att justera hastigheten i små steg (0,1 mph eller 0,1 km/h).
- F) Snabbknappar lutning: Används för att snabbt ställa in önskad lutning.
- G) Snabbknappar hastighet: Används för att snabbt ställa in önskad hastighet.
- H) Flaskhållare: Här kan du placera personlig träningsutrustning.
- I) Uttag för säkerhetsspär: Löpbandet kan användas när säkerhetsspärren har satts i.
- J) Fan (fläkttreglage): Med den här knappen slår du på och av fläkten.
- K) Enter/Change display (enter/byt visningsläge): Används för att välj program och tid.
- L) Fläkt: Träningsfläkt
- M) Energisparläge: När löpbandet har varit i viloläge i 10 minuter aktiveras energisparläget automatiskt för att minimera energiförbrukningen.

* Maxvikt användare = 125 kg.

ANVÄNDNING AV GULDKONSOL



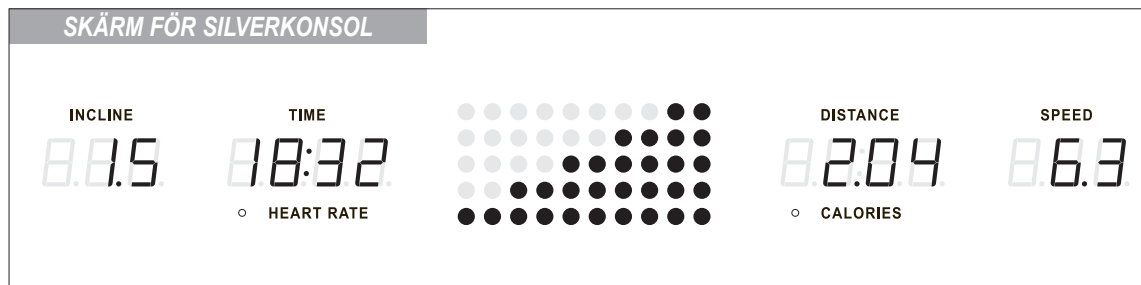
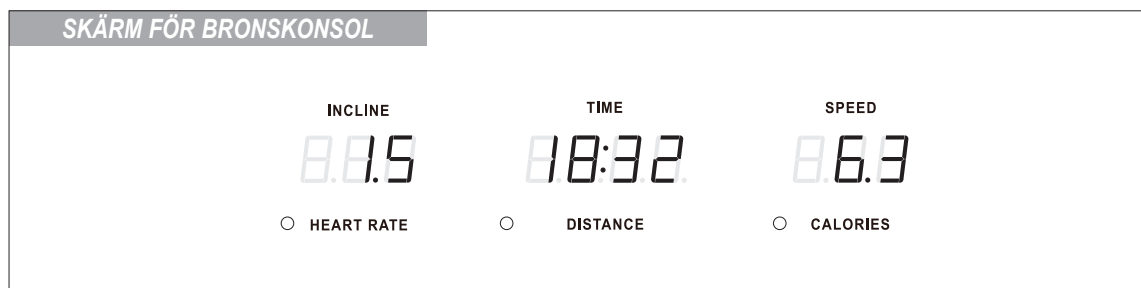
Obs! Konsolen är täckt av en tunn, genomskinlig skyddsplast som bör tas bort före användning.

- A) LED-skärm: tid, sträcka, kalorier, puls, hastighet, lutning och träningsprofiler.
- B) Mållampor: Visar målinställningen (i förekommande fall) för aktuellt program.
- C) Träningslampor: Visar vilket träningspass som valts för aktuellt program.
- D) Select target (ange mål): Tryck på den här knappen om du vill ange målvärden.
- E) Select workout (välj träningspass): Tryck på den här knappen för att välja önskat träningspass.
- F) Start: Tryck på startknappen när du vill börja träna eller återuppta ett pausat träningspass.
- G) Stop: Tryck på stoppknappen om du vill pausa/avbryta träningspasset. Håll knappen nedtryckt i 3 sekunder för att återställa konsolen.
- H) Cool down (nedvarvning): Tryck på den här knappen för att aktivera nedvarvningsläget. En nedvarvningsperiod pågår i 4 minuter och minskar hastigheten och lutningen så att din puls sänks och anpassas till den minskade ansträngningen.
- I) Lutningsknappar ▲/▼: Används för att justera lutningen i små steg (0,5 %).
- J) Hastighetsknappar +/-: Används för att justera hastigheten i små steg (0,1 mph eller 0,1 km/h).
- K) Snabbknappar lutning: Används för att snabbt ställa in önskad lutning.
- L) Snabbknappar hastighet: Används för att snabbt ställa in önskad hastighet.
- M) Enter/Change display (enter/byt visningsläge): Används för att ändra mål- och träningsinställningar. Tryck på den här knappen om du vill ändra vilka parametrar som visas under träningspasset.
- N) Fan (fläktreglage): Med den här knappen slår du på och av fläkten.

- O) *Fläkt: Träningsfläkt.*
- P) *Högtalare: Musik spelas via högtalarna om en CD-/MP3-spelare är ansluten till konsolen.*
- Q) *Ljudingång: Anslut en CD-/MP3-spelare till konsolen med den medföljande audiokabeln.*
- R) *Ljudutgång/uttag för hörlurar: Anslut hörlurar till det här uttaget om du vill lyssna på musik via hörlurar. Obs! När hörlurarna är anslutna till hörlorsuttaget går inget ljud via högtalarna.*
- S) *Flaskhållare: Här kan du placera personlig träningsutrustning.*
- T) *Uttag för säkerhetsspärr: Löpbandet kan användas när säkerhetsspärren har satts i.*
- U) *Energisparläge: När löpbandet har varit i viloläge i 10 minuter aktiveras energisparläget automatiskt för att minimera energiförbrukningen.*

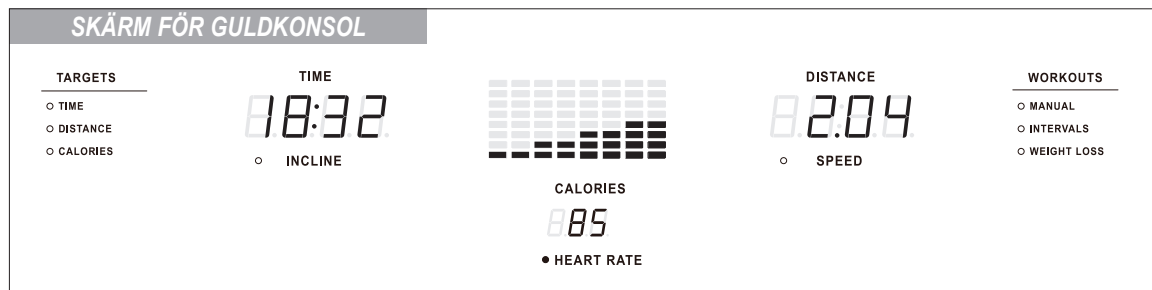
** Maxvikt användare = 125 kg.*

SKÄRM FÖR BRONS- OCH SILVERKONSOL



- **INCLINE (lutning)**
Anges som procent. Anger gång- eller löpytans lutning.
- **TIME (tid)**
Visas som minuter:sekunder. Anger återstående tid eller hur länge träningspasset har pågått.
- **SPEED (hastighet)**
Visas som MPH eller km/h. Anger hur snabbt gång- eller löpytan rör sig.
- **HEART RATE (puls)**
Visas som BPM (slag per minut). Används för att mäta pulsen (visas när händerna är i kontakt med båda pulssensorerna).
- **DISTANCE (sträcka)**
Anges i miles eller kilometer. Visar tillryggalagd eller återstående sträcka för träningspasset.
- **CALORIES (kalorier)**
Totalt antal brända kalorier eller återstående kalorier att bränna under träningspasset.
- **PROGRAM PROFILES (programprofiler) (endast för silver- och guldkonsol)**
Visar profilen för det program som används (hastighet för hastighetsbaserade program och lutning för lutningsbaserade program).

SKÄRM FÖR GULDKONSOL



- **TARGETS (mål): (endast guldkonsol)**

En lampa tänds bredvid valt mål. Om ingen lampa tänds har inget mål aktiverats.

- **WORKOUTS (träningsspass): (endast guldkonsol)**

En lampa tänds bredvid valt träningspass.

KOMMA IGÅNG

- 1) Se till att det inte ligger några föremål på löpmattan som hindrar löpbandets rörelser.
- 2) Anslut nätsladden och sätt på löpbandet.
- 3) Ställ dig på löpbandets sidokanter.
- 4) Fäst säkerhetsklämman i dina kläder och kontrollera att den sitter fast ordentligt och inte lossnar när du börjar springa.
- 5) Sätt i säkerhetsspärren i uttaget på konsolen.
- 6) Det finns två olika sätt att starta ett träningspass:

A) SNABBSTART

Tryck på GO/START när du vill börja träna.

Tid, sträcka och kaloriförbränning räknas från noll. ELLER ...

B) ANGE ETT MÅL OCH BÖRJA SEDAN TRÄNA (GULDKONSOL)

- 1) Ange ett MÅL med knappen SELECT TARGET.
- 2) Ändra MÅLINSTÄLLNINGARNA med pilknapparna.
- 3) Gå vidare genom att trycka på ENTER.
- 4) Välj TRÄNINGSPASS med knappen SELECT WORKOUT.
- 5) Starta träningspasset genom att trycka på GO/START.

OBS! Om du inte anger något MÅL eller TRÄNINGSPASS fungerar programmet som ett MANUELLT program. Med denna inställning måste alla ändringar av hastighet och lutning göras av användaren.

ÄNDRA MÅLVÄRDE UNDER PÅGÅENDE TRÄNING

Du kan ändra målvärde medan du tränar utan att de befintliga värdena raderas.

Du kan närsomhelst under pågående träning trycka på knappen Select target och ange ett nytt målvärde.

Använd ▲/▼ eller +/- för att ange nya målvärden och tryck sedan på ENTER. Alla tidigare data överförs till det nya målet, så du förlorar inget.

OBS! Om du av misstag trycker på knappen SELECT TARGET, återupptas aktuellt mål om inga knappar trycks in under 5 sekunder.

ÄNDRA TRÄNINGSPASS UNDER PÅGÅENDE TRÄNING

Du kan ändra träningspass medan du tränar.

Du kan närsomhelst under pågående träning trycka på knappen SELECT WORKOUT och välja önskat träningspass. Tryck på ENTER.

Det nya träningspasset startar vid första segmentet efter uppvärmning och alla träningsdata överförs.

TILLGÄNGLIGA PROGRAM

BRONSKONSOL

1) **MANUAL (manuellt):** Hastighet och lutning kan ändras under pågående träning. Tidsbaserat mål.

2) **INTERVALS (intervaller):** Gå eller spring i varierande hastighet. Tidsbaserat mål.

Segment	Uppvärmning				1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	Nedvarvning			
Tid	4 minuter				Varje segment är 60 sekunder												4 minuter			
Hastighet (mph)	2	2	2	3	2	5	2	5	3	5	3	5	2	4	2	4	2	2	2	2
Hastighet (km/h)	3,2	3,2	3,2	4,8	3,2	8	3,2	8	4,8	8	4,8	8	3,2	6,4	3,2	6,4	3,2	3,2	3,2	3,2

3) **ROLLING (rullande):** Skapar en känsla av att gå eller springa i kuperad terräng. Tidsbaserat mål.

Segment	Uppvärmning				1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	Nedvarvning			
Tid	4 minuter				Varje segment är 60 sekunder												4 minuter			
Hastighet (mph)	2	2	2	2	2	3	4	5	4	3	2	3	4	5	4	3	3	2	2	2
Hastighet (km/h)	3,2	3,2	3,2	3,2	3,2	4,8	6,4	8	6,4	4,8	3,2	4,8	6,4	8	6,4	4,8	4,8	3,2	3,2	3,2

4) **WEIGHT LOSS (viktninskning):** Ser till att användaren håller sig inom området för optimal fettförbränning.

Segment	Uppvärmning				1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	Nedvarvning			
Tid	4 minuter				Varje segment är 60 sekunder												4 minuter			
Hastighet (mph)	2	2	2	3	2	3	3	4	4	3	3	4	4	3	3	4	3	3	2	2
Hastighet (km/h)	3,2	3,2	3,2	4,8	3,2	4,8	4,8	6,4	6,4	4,8	4,8	6,4	6,4	4,8	4,8	6,4	4,8	4,8	3,2	3,2

SILVERKONSOL

1) **MANUAL (manuellt):** Hastighet och lutning kan ändras under pågående träning. Tidsbaserat mål.

2) **INTERVALS (intervaller):** Gå eller spring i varierande hastighet. Tidsbaserat mål.

Segment	Uppvärmning				1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	Nedvarvning			
Tid	4 minuter				Varje segment är 60 sekunder												4 minuter			
Hastighet (mph)	2	2	2	3	2	5	2	5	3	5	3	5	2	4	2	4	2	2	2	2
Hastighet (km/h)	3,2	3,2	3,2	4,8	3,2	8	3,2	8	4,8	8	4,8	8	3,2	6,4	3,2	6,4	3,2	3,2	3,2	3,2

3) **ROLLING (rullande):** Skapar en känsla av att gå eller springa i kuperad terräng. Tidsbaserat mål.

Segment	Uppvärmning				1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	Nedvarvning			
Tid	4 minuter				Varje segment är 60 sekunder												4 minuter			
Lutning	0	0	0	1	1	2	3	4	5	6	5	4	3	2	1	2	1	1	0	0

4) **WEIGHT LOSS (viktninskning):** Ser till att användaren håller sig inom området för optimal fettförbränning.

Segment	Uppvärmning				1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	Nedvarvning			
Tid	4 minuter				Varje segment är 60 sekunder												4 minuter			
Hastighet (mph)	2	2	2	3	2	3	3	4	4	3	3	4	4	3	3	4	3	3	2	2
Hastighet (km/h)	3,2	3,2	3,2	4,8	3,2	4,8	4,8	6,4	6,4	4,8	4,8	6,4	6,4	4,8	4,8	6,4	4,8	4,8	3,2	3,2

5) FAT BLAST (fettförbränning): Snabbare fettförbränning.

Segment	Uppvärmning				1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	Nedvarvning			
Tid	4 minuter				Varje segment är 60 sekunder												4 minuter			
Lutning	1	2	2	3	3	3	4	4	5	5	5	5	4	4	3	3	2	1	0	0

6) CARDIO BURN (kondition/förbränning): Bränner kolhydrater och bygger muskler. Tidsbaserat mål.

Segment	Uppvärmning				1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	Nedvarvning			
Tid	4 minuter				Varje segment är 60 sekunder												4 minuter			
Hastighet (mph)	2	2	2	3	4	3	4	4	3	3	4	4	4	3	4	3	3	3	2	2
Hastighet (km/h)	3,2	3,2	3,2	4,8	6,4	4,8	6,4	6,4	4,8	4,8	6,4	6,4	6,4	4,8	6,4	4,8	4,8	4,8	3,2	3,2

7) ENDURANCE CHALLENGE (uthållighet): Bygger muskler och förbättrar syreupptagningsförmågan.

Segment	Uppvärmning				1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	Nedvarvning			
Tid	4 minuter				Varje segment är 60 sekunder												4 minuter			
Lutning	1	1	2	3	2	3	4	5	5	6	6	4	4	3	4	5	3	2	0	0

GULDKONSOL (MÅLPROFILER)



MÅL 1 – TID: Användaren kan ange ett mål utifrån hur länge han/hon vill träna. Intervall för tidsmål: 15:00–99:00. TIME (tid) räknas ned. DISTANCE (sträcka) och CALORIES (kaloriförbränning) räknas upp från noll.



MÅL 2 – STRÄCKA: Användaren kan ange ett mål utifrån vilken sträcka han/hon vill tillryggalägga. Intervall för sträckmål: 0,25–26,25 miles eller 0,4–42 km. DISTANCE (sträcka) räknas ned. TIME (tid) och CALORIES (kaloriförbränning) räknas upp från noll.



MÅL 3 – KALORIFÖRBRÄNNING: Användaren kan ange ett mål utifrån hur många kalorier han/hon vill bränna. Intervall för kaloriförbränningsmål: 20–980 kalorier. CALORIES (kaloriförbränning) räknas ned. TIME (tid) och DISTANCE (sträcka) räknas upp från noll.



INGET MÅL: Användaren kan välja en träningsprofil utan angiven tid, sträcka eller kaloriförbränning. TIME, DISTANCE och CALORIES räknas upp från noll.

TRÄNINGSPROFILER (ENDAST GULDKONSOL)

1) MANUAL (MANUELLT): Hastighet och lutning kan ändras under pågående träning.

2) INTERVALS (INTERVALLER): Förbättrar din styrka, hastighet och uthållighet genom att hastigheten ökar och minskar under hela träningspasset, vilket gör att hjärtat och andra muskler får jobba.

Segment	Uppvärmning		1	2	Segment 1 och 2 upprepas tills målet har uppnåtts
Tid	02:00 minuter	02:00 minuter	90 sekunder	30 sekunder	
Hastighet (mph)	1	1,5	2	4	
Hastighet (km/h)	1,6	2,4	3,2	6,4	
Lutning	1	1,5	0,5	1,5	

3) WEIGHT LOSS (viktminskning): Främjar viktminskning genom att hastigheten ökar och minskar inom fettförbränningszonen.

Segment	Uppvärmning		1	2	3	4	5	6	7	8	Segment 1–8 upp- repas tills målet har uppnåtts
Tid	02:00 min.	02:00 min.	30 sek.	30 sek.	30 sek.	30 sek.	30 sek.	30 sek.	30 sek.	30 sek.	
Hastighet (mph)	1	1,5	2	2,5	3	3,5	4	3,5	3	2,5	
Hastighet (km/h)	1,6	2,4	3,2	4	4,8	5,6	6,4	5,6	4,8	4	
Lutning	0	0,5	1,5	1,5	1	0,5	0,5	0,5	1	1,5	

ÅTERSTÄLLA KONSOLEN

Håll stoppknappen nedtryckt i 3 sekunder.

NEDVARVNING (ENDAST GULDKONSOL)

Aktiverar nedvarvningsläget. En nedvarvningsperiod pågår i 4 minuter och minskar hastigheten och lutningen så att din puls sänks och anpassas till den minskade ansträngningen.

AVSLUTA TRÄNINGSPASSET

När träningspasset är färdigt visas texten "FINISHED" på skärmen och ett pip ljud hörs. Träningsinformationen visas på konsolen i 30–45 sekunder. Därefter återställs konsolen.

RENSA AKTUELLT VAL

Om du vill rensa det aktuella programvalet eller skärmen håller du stoppknappen nedtryckt i 3–5 sekunder.

ANVÄNDA CD-/MP3-SPELARE (ENDAST GULDKONSOL)



- 1) Anslut den medföljande AUDIOKABELN till LJUDINGÅNGEN (AUDIO IN) längst ner till vänster på konsolen och till hörlursuttaget på din CD-/MP3-spelare.
- 2) Växla mellan olika spår med hjälp av knapparna på CD-/MP3-spelaren.
- 3) Dra ur AUDIOKABELN när den inte används.
- 4) Om du inte vill använda HÖGTALARNA kan du ansluta ett par hörlurar till LJUDUTGÅNGEN (AUDIO OUT) längst ner på konsolen.

MONTERINGSANVISNINGAR

MEDFÖLJANDE VERKTYG:

- 6 mm T-nyckel
- 5 mm L-nyckel

DELAR SOM INGÅR:

- 1 konsolenhet
- 2 konsolben
- 2 socklar (sockel för konsolben)
- 3 komponentpåsar
- 1 säkerhetsspärr
- 1 flaska silikonsmörjmedel
- 1 nätsladd

FÖRE MONTERING

UPPACKNING

Ställ kartongen med löpbandet på ett plant underlag. Lägg gärna ett golvskydd under utrustningen. Var **FÖRSIKTIG** när du hanterar och transporterar enheten. Öppna aldrig kartongen när den ligger på sidan. När fästremmarna har avlägsnats ska enheten inte lyftas eller flyttas om den inte är helt monterad och i upprätt, hopfällt läge med vikspärren ordentligt låst. Packa upp enheten på den plats där den ska användas. Löpbandet är utrustat med kraftiga stötdämpare som kan skjuta ut om de hanteras fel. Försök aldrig lyfta eller flytta löpbandet i någon del av ramen.

VARNING

FÖRSÖK INTE LYFTA LÖPBANDET! Försök inte flytta eller lyfta löpbandet från emballaget förrän detta anges enligt monteringsanvisningarna. Du kan dock ta bort plastskyddet från konsolbenen.

VARNING

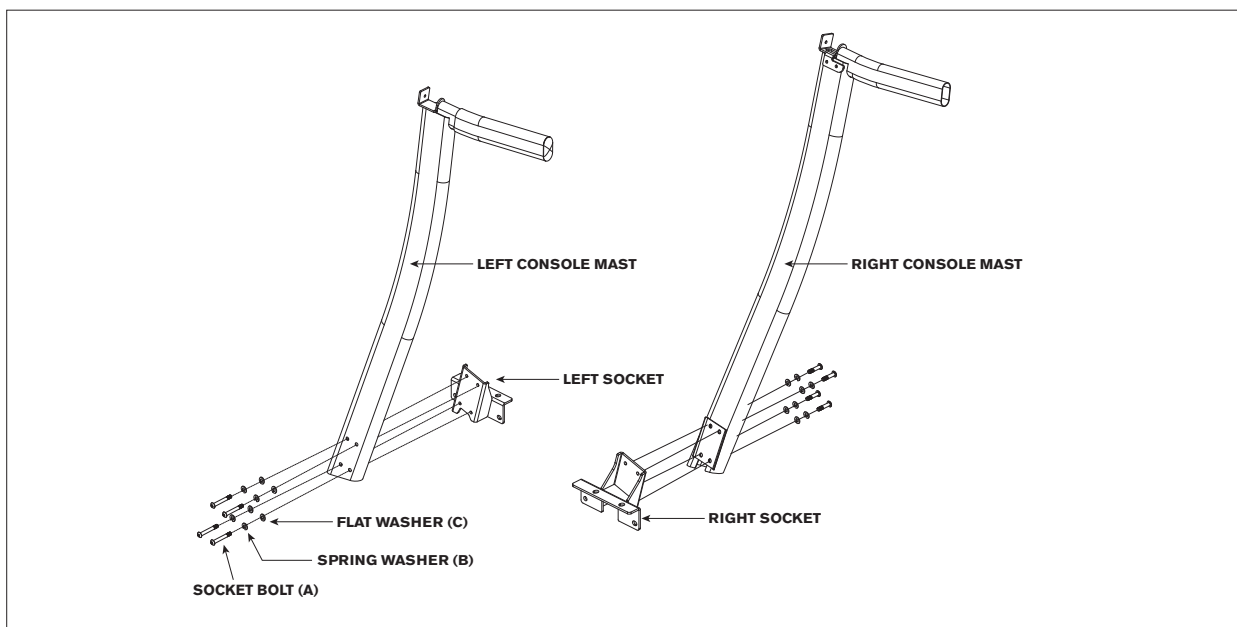
OM DESSA ANVISNINGAR INTE FÖLJS KAN SKADOR UPPSTÅ!

OBS! Vid varje monteringssteg ska **ALLA** muttrar och skruvar sitta på plats och vara delvis iskruvade innan **NÅGON** skruv dras åt helt.

OBS! Ett tunt fettlager kan underlätta monteringen av delarna. Du kan använda vilket smörjmedel som helst, till exempel litiumbaserad cykelolja.

MONTERING STEG 1

INNEHÅLL KOMPONENTPÅSE 1:



- A Kapa de gula fästremmarna och lyft upp **LÖPDÄCKET** tills **VIKSPÄRREN** låses fast så att allt material som ligger under det kan avlägsnas.
- B Öppna **KOMPONENTPÅSE 1**.
- C Fäst **VÄNSTER SOCKEL** på **VÄNSTER KONSOLBEN** med 4 **INSEXSKRUVAR (A)**, 4 **FJÄDERBRICKOR (B)** och 4 **PLANA BRICKOR (C)**.
- D Fäst **HÖGER SOCKEL** på **HÖGER KONSOLBEN** med 4 **INSEXSKRUVAR (A)**, 4 **FJÄDERBRICKOR (B)** och 4 **PLANA BRICKOR (C)**.

MONTERING STEG 2

INNEHÅLL KOMPLEMENTPÅSE 2:



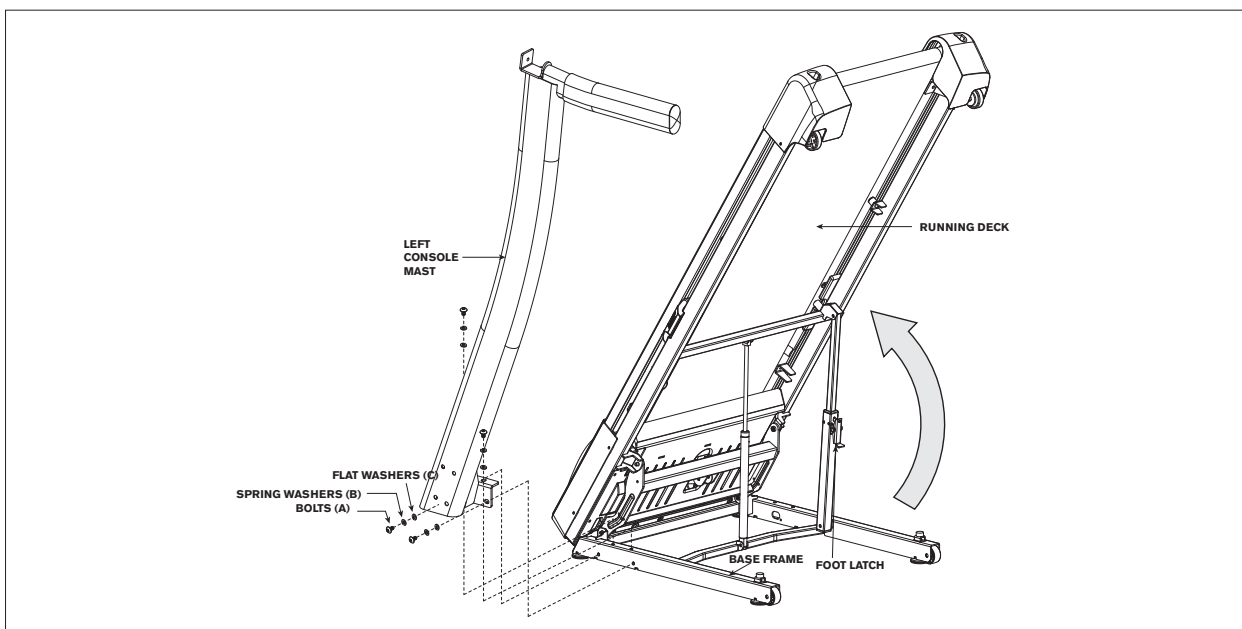
BOLT (A)
20 mm
Qty: 4



SPRING WASHER (B)
15 mm
Qty: 4



FLAT WASHER (C)
15 mm
Qty: 4



A Öppna **KOMPLEMENTPÅSE 2**.

B Med **LÖPDÄCKET** i uppfällt läge: fäst **VÄNSTER KONSOLBEN** på **RAMEN** med **4 SKRUVAR (A)**, **4 FJÅDERBRICKOR (B)** och **4 PLANA BRICKOR (C)**.

MONTERING STEG 3

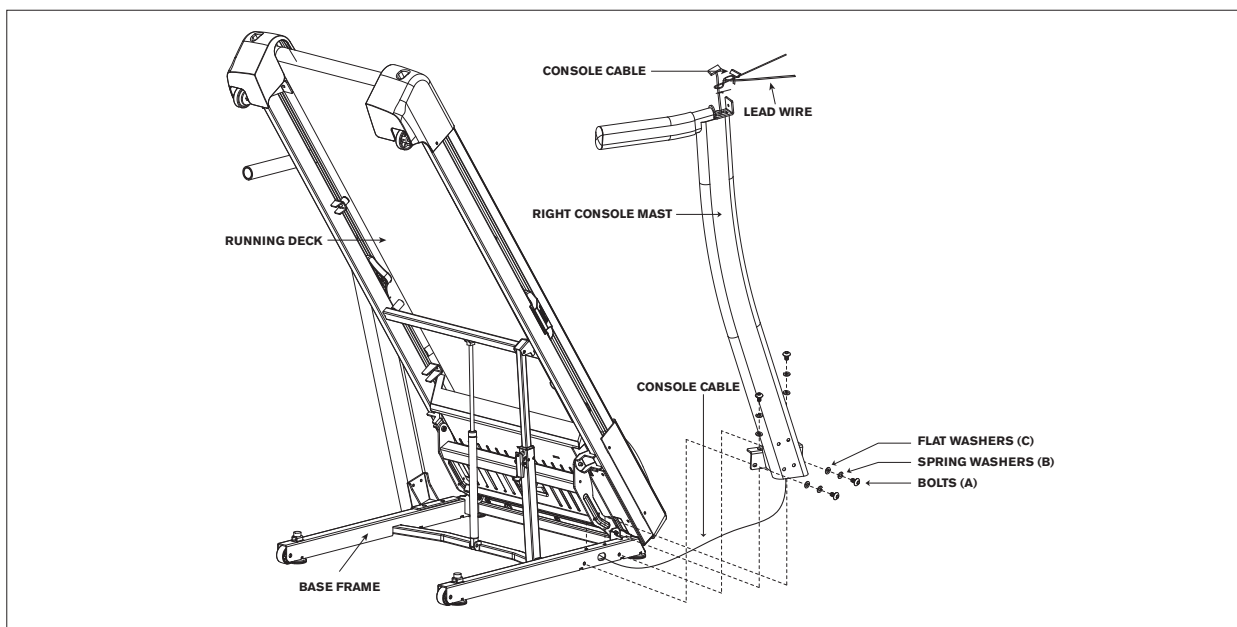
INNEHÅLL KOMPONENTPÅSE 2:



BOLT (A)
20 mm
Qty: 4

SPRING WASHER (B)
15 mm
Qty: 4

FLAT WASHER (C)
15 mm
Qty: 4



A Öppna **KOMPONENTPÅSE 2**.

B Dra **HJÄLPTRÅDEN** genom **HÖGER KONSOLBEN**. När du har dragit hjälptråden genom benet ska **KONSOLKABELNS** övre ände sticka ut genom benets ovansida. Lossa och kassera hjälptråden.

C Med **LÖPDÄCKET** i uppfällt läge: fäst **HÖGER KONSOLBEN** på **RAMEN** med **4 SKRUVAR (A)**, **4 FJÄDERBRICKOR (B)** och **4 PLANA BRICKOR (C)**.

OBS! Se till att inga kablar kläms när du monterar höger konsolben.

MONTERING STEG 4

INNEHÅLL KOMPLEMENTPÅSE 3:



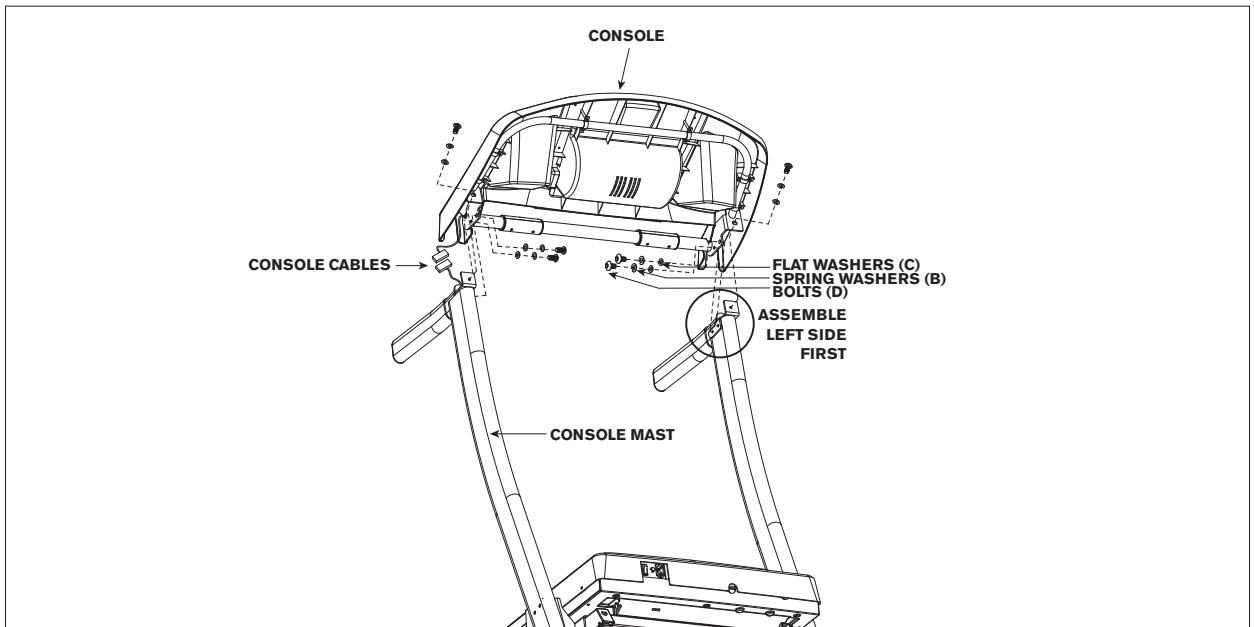
BOLT (D)
15 mm
Qty: 6



SPRING WASHER (B)
15 mm
Qty: 6



FLAT WASHER (C)
15 mm
Qty: 6



- A Lossa **DÄCKETS LÅSSPÄRR** med foten och sänk ned **LÖPDÄCKET**.
- B Öppna **KOMPLEMENTPÅSE 3**.
- C Dra **KONSOLKABLARN**A genom benen. Var försiktig så att de inte skadas.
- D Placera försiktigt **KONSOLE**N på **KONSOLBENEN**. Fäst **VÄNSTER SIDA** först med **3 SKRUVAR (D)**, **3 FJÄDERBRICKOR (B)** och **3 PLANA BRICKOR (C)**.
- E Fäst konsolens **HÖGERSIDA** med **3 SKRUVAR (D)**, **3 FJÄDERBRICKOR (B)** och **3 PLANA BRICKOR (C)**.

OBS! Se till att inga kablar kläms när du monterar konsolbenen.

MONTERING STEG 5

T903/T904



T905



MONTERINGEN ÄR KLAR!

FELSÖKNING

VANLIGA PRODUKTFRÅGOR

ÄR LJUDEN FRÅN MITT LÖPBAND NORMALA?

Alla löpband avger ett visst duns ljud på grund av att mattan löper över valsarna. Detta gäller i synnerhet nya löpband. Ljudet avtar med tiden men försvinner oftast inte helt. Allteftersom löpbandet används sträcks löpmattan, vilket gör att den löper smidigare över valsarna.

VARFÖR LÅTER DET LÖPBAND JAG HAR KÖPT MER ÄN DET SOM STOD I AFFÄREN?

Alla träningsprodukter verkar tystare i stora affärslokaler eftersom det generellt är mer bakgrundsljud där än i ditt hem. Dessutom blir det mindre eko på ett mattbelagt betonggolv jämfört med ett trägolv. Ibland kan en tjock gummimatta bidra till att minska ljudspridningen genom golvet. Om träningsprodukten placeras nära en vägg ökar det reflekterade ljudet.

NÄR SKA JAG OROA MIG FÖR ETT LJUD?

Så länge de ljud löpbandet avger inte överstiger normal samtalston anses de normala.

OBS! Anvisningarna kan variera beroende på modell. Kontakta närmaste återförsäljare för mer information.

GRUNDLÄGGANDE FELSÖKNING

PROBLEM: Konsolen tänds inte och/eller löpmattan rör sig inte.

LÖSNING: Kontrollera följande:

Tänds den röda lampan på strömbrytaren?

OBS! Vissa löpbandsmodeller har ingen strömbrytare med lampa. Fortsätt med ja- och nej-lösningarna nedan om så är fallet.

Om ja:

- Kontrollera att alla kablar är ordentligt anslutna, i synnerhet konsolkabeln. Verifiera detta genom att koppla ur och återansluta konsolen.
- Kontrollera att konsolkabeln inte är klämd eller skadad på något sätt.
- Stäng av strömmen, dra ur nätsladden och vänta i 60 sekunder. Ta bort motorskyddet. Vänta tills alla röda lampor på motorns styrdosa har slocknat innan du fortsätter. Kontrollera sedan att ingen av kablarna som är anslutna till den nedre dosan sitter löst eller har lossnat.

Om nej:

- Kontrollera att det uttag som maskinen är kopplat till fungerar. Kontrollera att brytaren inte har lösts ut och att utrustningen är ansluten till en dedikerad krets.
- Kontrollera att nätsladden inte är klämd eller skadad och att den är korrekt ansluten till både vägguttaget OCH maskinen.

PROBLEM: Löpbandets brytare löser ut under pågående träning.

LÖSNING: Kontrollera följande:

- Kontrollera att löpbandet är anslutet till en dedikerad krets.
- Kontrollera att maskinen inte är kopplad till en förlängningssladd eller spänningsavledare.
- Smörj om nödvändigt löpbandets däck.

PROBLEM: Löpmattan löper inte i mitten under träning.

LÖSNING: Kontrollera följande:

- Kontrollera att löpbandet står på ett jämnt underlag.
- Kontrollera att mattan är ordentligt spänd och centrerad (detaljerade anvisningar finns i avsnitten SPÄNNA LÖPMATTAN och CENTRERA LÖPMATTAN).

PROBLEM: Löphastigheten upplevs ojämn.

LÖSNING: Autokalibrera löpbandet:

- Sätt på löpbandet med säkerhetsspärren på plats i konsolen. Aktivera inställningsläget (Engineering Mode) genom att hålla ned "+"-knappen för lutning och "-"-knappen för hastighet i ca 5 sekunder. Konsolen avger ett pip ljud och texten "ENG0" visas på skärmen.
- Tryck på "+" eller "-" för hastighet tills texten "ENG2" visas på skärmen.
- Bekräfta genom att trycka på "ENTER". Starta genom att trycka på "START". Löpbandets löpmatta börjar automatiskt röra sig och autokalibreringsfunktionen ställer in och sparar hastighetsvärdena.
- Efter en lyckad kalibrering piper löpbandet upprepade gånger. Konsolen lämnar automatiskt inställningsläget och återgår till startskärmen.

OBS! Vissa löpbandsmodeller har inte autokalibreringsfunktionen. Stäng av löpbandet och dra ur nätsladden. Kontrollera att konsolkabeln inte är klämd och att den är korrekt ansluten till både övre och nedre styrdosan.



STÅ INTE på löpmattan under kalibrering. Stå på sidokanterna. Löpbandet skiftar mellan låga och höga hastigheter under flera minuter tills kalibreringen är klar.

FELSÖKNING – PULS (ENDAST HANDPULSSENSORER)

Kontrollera träningsmiljön med avseende på störningskällor som fluorescerande ljus, datorer, nedgrävda stängsel, larmsystem eller utrustning med stora motorer. Sådana föremål kan störa pulsavläsningen.

Avläsningen kan bli oregelbunden under följande omständigheter:

- Om du håller för hårt om pulssensorena. Försök hålla lagom hårt om handtagens pulssensorer.
- Konstanta rörelser och vibrationer på grund av att du håller om handtagens pulssensorer under hela träningspasset. Om du får oregelbundna pulsvärden kan du försöka att endast hålla handtagen tills pulsen har lästs av.
- Om du andas tungt under träning.
- Om du bär ringar.
- Om dina händer är torra eller kalla. Försök fukta handflatorna genom att gnida dem mot varandra så att de blir varma.
- Om du lider av arytmier.
- Om du lider av åderförkalkning eller perifer cirkulationsinsufficiens.
- Om du har ovanligt tjock hud i handflatan.

KONTAKTA NÄRMASTE ÅTERFÖRSÄLJARE FÖR SUPPORT

Sluta använda produkten och stäng av strömmen om ovanstående felsökningsåtgärder inte avhjälper problemet.

Du kan ombes uppge följande information när du ringer, så ha dessa uppgifter till hands:

- Modellbeteckning
- Serienummer
- Köpedatum (kvitto eller kreditkortsutdrag)

För att din återförsäljare ska kunna serva ditt löpband kan de behöva ställa detaljerade frågor om de symtom du har upplevt. De kan till exempel ställa följande felsökningsfrågor:

- Hur länge har problemet förekommit?
- Inträffar problemet vid varje användningstillfälle? Med alla användare?
- Om du hör ett ljud, kommer det framifrån eller bakifrån? Vad för typ av ljud är det (duns, skrapljud, gnissel, knarrande osv.)?
- Har smörjning och underhåll utförts på maskinen enligt föreskrifterna?

Om du kan svara på dessa och andra frågor kan teknikerna skicka lämpliga reservdelar och utföra den service som krävs för att du och ditt löpband ska komma igång igen.

UNDERHÅLL

Förebyggande underhåll gör att utrustningen fungerar som den ska och användarens ansvar att utföra underhåll hålls till ett minimum. Utrustningen ska kontrolleras regelbundet. Defekta delar ska bytas ut direkt. Använd inte träningsutrustning som inte fungerar som den ska innan den har reparerats. Se till att personer som gör justeringar eller utför underhåll eller reparation är kvalificerade.

EFTER VARJE ANVÄNDNINGSTILLFÄLLE (DAGLIGEN)

Rengöring och kontroll enligt följande:

- Stäng av löpbandet med strömbrytaren och dra sedan ut nätsladden ur vägguttaget.
- Torka av löpmattan, däck, motorskyddet och konsolen med en fuktig trasa. Använd inte lösningsmedel eftersom de kan skada löpbandet.
- Kontrollera nätsladden. Kontakta närmaste återförsäljare om nätsladden är skadad.
- Kontrollera att nätsladden inte ligger under löpbandet eller någon annanstans där den kan klämmas eller skadas.
- Kontrollera löpmattans spänning och sidjustering. Kontrollera att löpmattan inte är felaktigt inställd på så sätt att den skadar andra komponenter på löpbandet.

VARJE VECKA

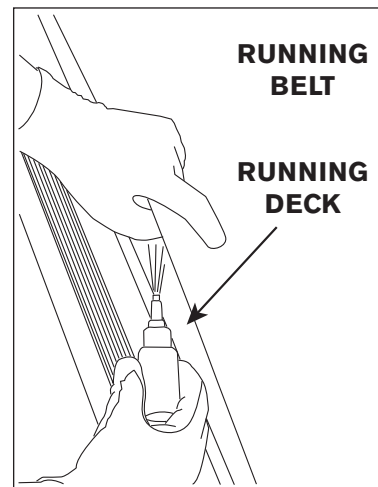
Rengör under löpmattan enligt följande:

- Stäng av löpbandet med strömbrytaren och dra sedan ut nätsladden ur vägguttaget.
- Fäll ihop löpbandet till upprätt läge. Kontrollera att spärren är ordentligt låst.
- Flytta löpbandet till ett avskilt utrymme.
- Torka eller dammsug bort allt damm och andra partiklar som har ansamlats under löpbandet.
- Flytta tillbaka löpbandet till den tidigare platsen och fäll ned det.
- Stäng av löpbandet med strömbrytaren och dra sedan ut nätsladden ur vägguttaget. Vänta 60 sekunder
- Kontrollera att alla fästsruvar är ordentligt åtdragna.
- Ta bort motorskyddet. Vänta tills ALLA skärmar är avstängda.
- Rengör motorn och den nedre styrdosan. Ta bort eventuellt ludd och damm. Om detta inte görs kan viktiga elektriska komponenter gå sönder i förtid.
- Dammsug löpmattan och torka av den med en fuktig trasa. Dammsug bort alla eventuella svart/vita partiklar som ansamlats kring enheten. Sådana partiklar kan ansamlas vid normal användning av löpbandet.

För att löpbandet ska fungera optimalt måste löpdäcket smörjas var sjätte månad eller var 240:e kilometer. Kontakta närmaste återförsäljare om du har frågor kring smörjning av löpbandet.

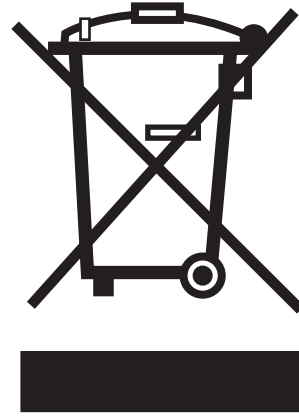
- Stäng av löpbandet med strömbrytaren och dra sedan ut nätsladden ur vägguttaget.
- Lossa båda de bakre justeringsskruvarna. (För bästa resultat: sätt två avtagbara märken på vardera sidan om ramen för att markera valsens position). När löpmattan har lossats applicerar du smörjmedel längs löpdäckets hela ovansida. Dra åt båda de bakre justeringsskruvarna till den ursprungliga positionen (använd märket). När du har applicerat smörjmedlet ansluter du nätsladden, sätter i säkerhetsspärren, startar löpbandet och går på löpmattan i två minuter så att smörjmedlet fördelas.
- Smörj stötdämparna med en teflonbaserad spray.

Kontakta närmaste återförsäljare om du har frågor kring smörjning av löpbandet.



⚠ OBS!

Observera att plastdelar, som ändpluggar, utsätts för slitage. Löpbandets säkerhetsnivå kan endast upprätthållas om det regelbundet kontrolleras beträffande skador och slitage.



D

Entsorgungshinweis

TEMPO Fitness - Produkte sind recyclebar. Führen Sie das Gerät am Ende der Nutzungsdauer einer sachgerechten Entsorgung zu (örtliche Sammelstelle).

S:

Avfallshantering

Produkter från TEMPO Fitness är återvinningsbara. En förbrukad artikel ska kasseras korrekt och säkert (på lokala avfallsanläggningar).

F:

Remarque relative à la gestion des déchets

Les produits TEMPO Fitness sont recyclables. A la fin sa durée d'utilisation, remettez l'appareil à un centre de gestion de déchets correct (collecte locale).

NL:

Verwijderingsinstructie:

TEMPO Fitness producten zijn recyclebaar. Breng het apparaat aan het einde van de gebruiksduur voor recycling naar een vakkundig verzamelpunt.

E:

Informaciones para la evacuación

Los productos de TEMPO Fitness son reciclables. Cuando se termina la vida útil de un aparato o una máquina, entréguelos a una empresa local de eliminación de residuos para su reciclaje.

I:

Indicazione sullo smaltimento

I prodotti TEMPO Fitness sono riciclabili. Quando l'apparecchio non servirà più, portatelo in un apposito punto di raccolta della Vostra città (Punti di raccolta comunali).

PL:

Wskazówka dotycząca usuwania odpadów.

Produkty firmy TEMPO Fitness podlegają recyklingowi. Pod koniec okresu użytkowania proszę oddać urządzenie do właściwego punktu usuwania odpadów (lokalny punkt zbiorczy).

