

everfit

MANUEL D'UTILISATION



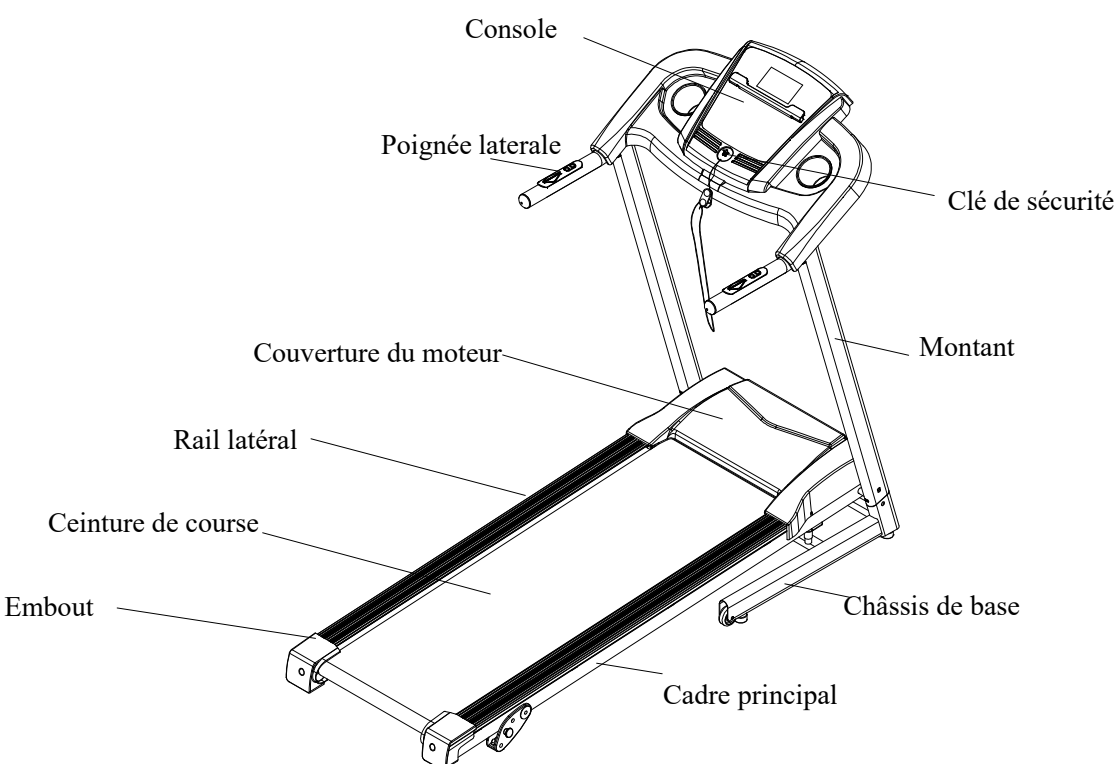
TFK | 250 EVO



Paramètres techniques

Alimentation : 220V	Température de fonctionnement: 0-40 °C
Plage de vitesse : 0.8-14KM/H	Gamme d'inclinaison: Inclinaison manuelle en 3 sections
Poids Max. de l'utilisateur: 100kg	Plage d'affichage de la distance: 0.00-99.9km
Plage d'affichage calories : 000-999	Plage d'affichage du temps: 00: 00-99: 59 (min : sec)
Plage fréquence card.: 50-200 (time / min)	Surface de course: 400*1200mm
Taille du produit: 1560*710*1330 mm	Taille tapis de course plié: 760*710*1470mm

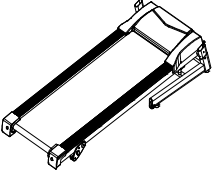

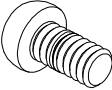
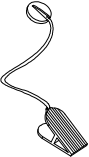
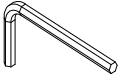
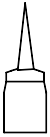
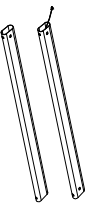
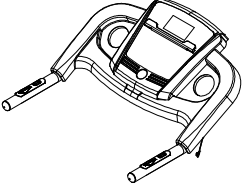

Présentation du produit



Instructions de montage

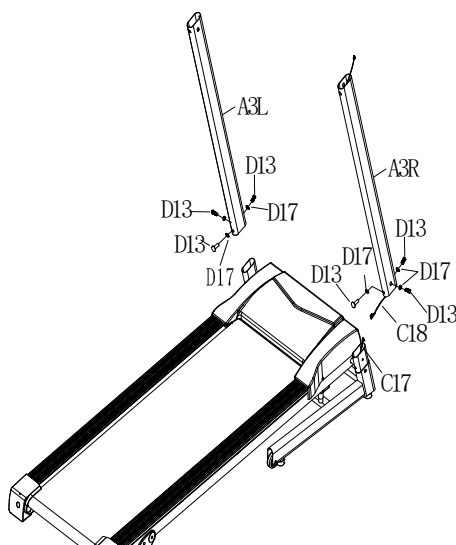
QUAND VOUS OUVREZ LE CARTON, VOUS TROUVEREZ LES PIÈCES DE RECHANGE CI-DESSOUS:

ÉTAPE 1: Sortir et préparer les pièces ci-dessous

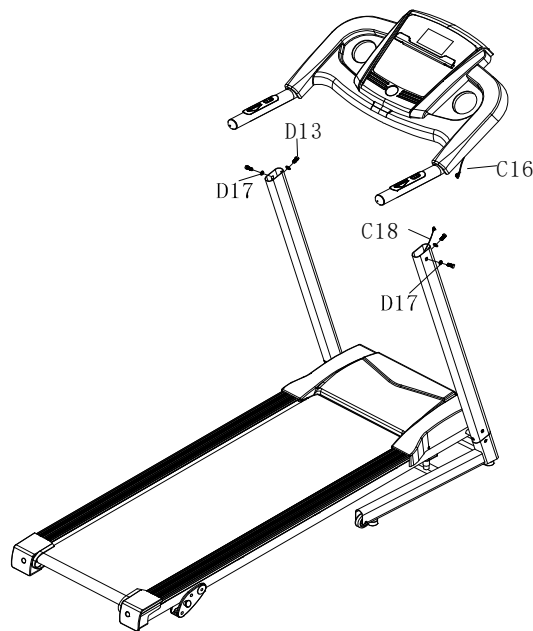
<p>Cadre principal 1 kit</p> 	<p>D17 Rondelle étoile interne M8 10 PCs</p> 	<p>D13 Boulon hexagonal rond M8*15 10 PCs</p> 	<p>C13 Clé de sécurité 1 PC</p> 
<p>D3 Clé Allen 5MM, 1 PC</p> 	<p>B18 Huile de silicium</p> <p>1 PCS</p> 	<p>A3L/A3R Gauche / droite uprights 2 PCs</p> 	<p>Poignées laterales / support de console 1 set</p> 
<p>B49 porte-gobelet bouteille d'eau 2 PCs</p> 			

Notes: Ne pas serrer les boulons en même temps lors du montage au début. Veuillez serrer tous les boulons après avoir placé les pièces requises dans la bonne position.

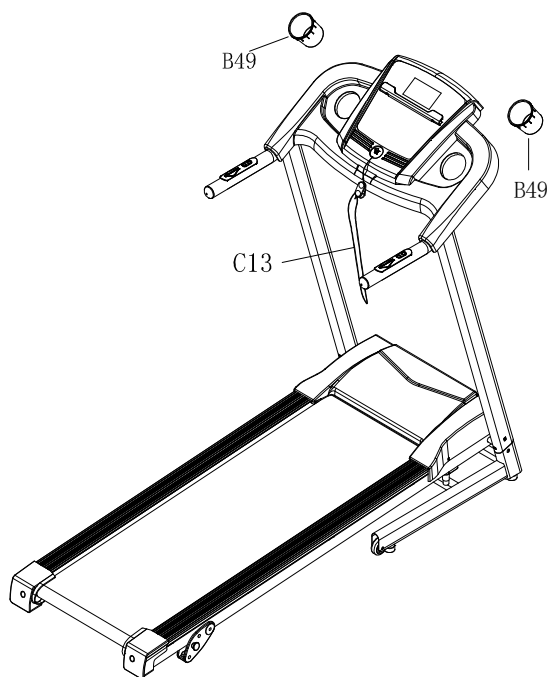
ÉTAPE 2: Connectez le câble inférieur (C17) et le câble de connexion (C18), puis serrez les montants gauche / droit (A3L / R) avec le boulon M8 * 15 (D13) et la rondelle en étoile interne (D17).



STEP 3: Connect upper cable (C16) and connecting cable (C18), and then place the handrail/console bracket on the left/right uprights (A3L/A3R) with bolt M8*15 (D13) and inner star washer (D17).

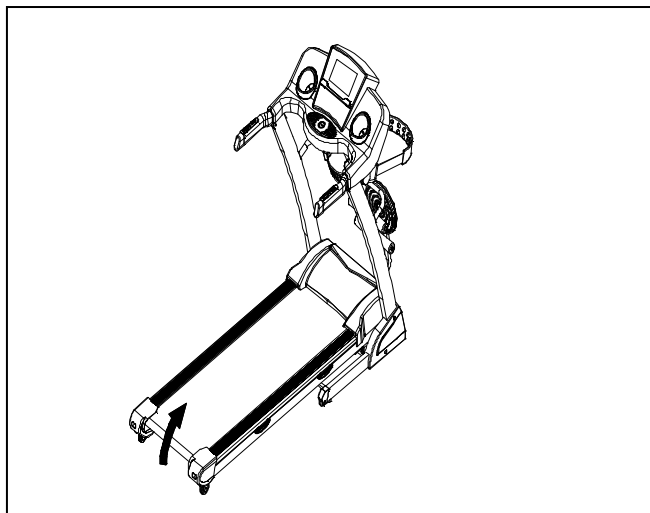


Étape 4: Brancher la clé de sécurité (C13) et le porte-bouteille (B49).



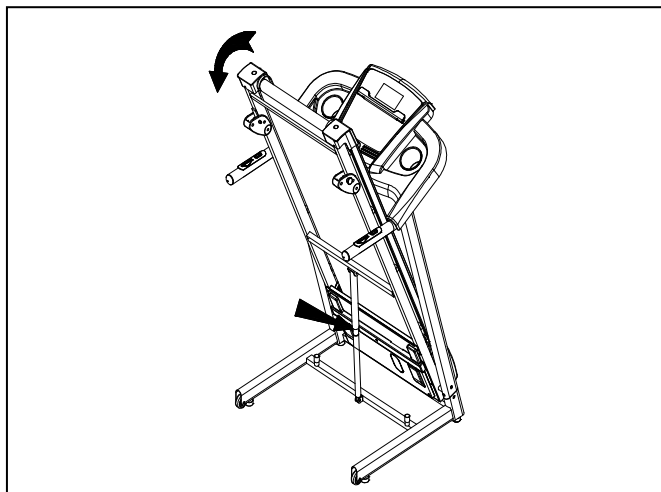
Étape 4 : Pour vérifier si la bande de course fonctionne correctement, placez le tapis de course en position de pliage et serrez tous les boulons. Réglez ensuite la vitesse à moins de 3 km / h et vérifiez si la courroie fonctionne sans problème.

Instruction de pliage



Soulevez la surface de course et forcez pour tirer jusqu'à ce que vous entendiez "clic" produit par le boîtier de sécurité coincé grâce au cylindre pneumatique.

Instruction de dépliage



Frappez légèrement avec votre pied le manchon de sécurité et abaissez en même temps la surface de course dans le sens de la flèche. Ensuite, la surface de course tombera doucement.

Guide d'opération

1.1. AFFICHAGE

1.1. Console



1.2. START

Démarrage après 5 secondes de compte à rebours

1.3 PROGRAMME

12 programmes pré-réglés, 1 programme de graisse corporelle, 3 fonctions de compte à rebours

1.4. FONCTION DE VERROUILLAGE DE SÉCURITÉ

La fenêtre affiche "---" lorsque vous retirez le verrou de sécurité et le tapis roulant s'arrête rapidement avec "bip" sonore d'alarme. Branchez la clé de sécurité, la console s'affichera pendant 2 secondes et puis le compte à rebours démarrera le décompte.

1.5. FONCTION DE BOUTON

1.5.1. COMMENCER ARRÊTER

"START" - Lorsque le tapis de course ne fonctionne pas, appuyez sur ce bouton pour démarrer, la vitesse sera "0,8".

"STOP" - Lorsque le tapis de course est en marche, appuyez sur ce bouton si vous voulez l'arrêter, puis réglez le programme par défaut puis, retourner en mode manuel.

1.5.2 BOUTON "PROGRAM"

Lorsque le tapis de course n'est pas en fonction, appuyez sur ce bouton pour choisir entre le mode du programme cercle et le mode manuel (P1-P12). La vitesse la plus basse pour le mode manuel est "0,8" et la vitesse la plus élevée est "14".

1.5.3 BOUTON "MODE"

Lorsque le tapis de course ne fonctionne pas, appuyez sur ce bouton pour choisir les modes de compte à rebours: "H-1", "H-2", "H-3".

H-1 est le mode de compte à rebours du temps,

H-2 est le mode de compte à rebours de la distance,

H-3 est le mode de compte à rebours des calories.

Appuyez sur le bouton "**SPEED +/-**" pour ajuster les données. Après cela, appuyez sur le bouton "**START**" pour démarrer le tapis de course.

1.5.4 BOUTON "VITESSE +/-"

SPEED +/- - Réglez la vitesse au démarrage du tapis de course, l'incrément est de 0,1 km / heure en kilomètre. Appuyez sur le bouton plus de 2 secondes, et il augmentera ou diminuera automatiquement la vitesse.

1.5.5 BOUTON RAPIDE VITESSE

Appuyez sur les boutons de raccourci : 2km / h, 3km / h, 4km / h, 5km / h, 6km / h, 8m / h, 9km / h, 10m / h, 11km / h, 12m / h pour régler la vitesse directement lorsque le tapis de course est en fonction.

1.6. FONCTION D'AFFICHAGE

1.6.1 TEMPS

Affiche le temps de fonctionnement ou le compte à rebours.

1.6.2 VITESSE

Affiche la vitesse de course.

1.6.3 PULSE

Afficher les données d'impulsion.

1.6.4 DISTANCE

Afficher la distance totale cumulée ou le compte à rebours de la distance.

1.6.5 CALORIES

Afficher le compte à rebours de calories ou de calories.

1.6.6 DIAGRAMME DE VITESSE

Affiche le diagramme de la vitesse de course.

1.6.7 PLAGE DE DONNÉES D'AFFICHAGE DE FENÊTRE

TIME: 0:00 – 99.59(MIN)

DISTANCE: 0.00 – 99.9(KM)

CALORIES: 0.0 – 999 (C)

SPEED/vitesse: 0.8 -12 (km/h)

PULSE: 50 – 200 (BPM)

1.7 FONCTION IMPULSIONNELLE

Lorsque le tapis de course est en fonction, saisissez la poignée avec capteur d'impulsion de la main environ 5 secondes, la console affichera les données d'impulsion. La plage de données d'impulsion est de 50 à 200 battement / minute.

Il s'afficheront des icônes en forme de cœur lors du test des pouls. Ces données sont seulement à titre de référence, et ne peuvent pas être considérés comme des données médicales.

1.8 TABLEAU DU PROGRAMME DES EXERCICES

Il y a 10 sections dans chaque programme.

TIME		SET TIME/16 =TEMPS TOTAL DANS CHAQUE SEGMENT									
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
P1	VITESSE	3	3	6	5	5	4	4	4	4	3
2	VITESSE	3	3	4	4	5	5	5	6	6	4
P3	VITESSE	2	4	6	8	7	8	6	2	3	2
P4	VITESSE	3	3	5	6	7	6	5	4	3	3
P5	VITESSE	3	6	6	6	8	7	7	5	5	4
P6	VITESSE	2	6	5	4	8	7	5	3	3	2
P7	VITESSE	2	9	9	7	7	6	5	3	2	2
P8	VITESSE	2	4	4	4	5	6	8	8	6	2
P9	VITESSE	2	4	5	5	6	5	6	3	3	2
P10	VITESSE	2	5	7	5	8	6	5	2	4	3
P11	VITESSE	2	5	6	7	8	9	10	5	3	2
P12	VITESSE	2	3	5	6	8	6	9	6	5	3

1.9 TROIS FONCTIONS DE COMPTE A REBOURS DE DONNEES

Réglage initial du temps de compte à rebours 10:00 minutes, plage de réglage entre 5:00 --- 99:00 minutes, chaque étape = 1:00. Compte à rebours des Calories: réglage initial 50therm, plage de réglage entre 20 --- 990 terme, chaque étape = 10.

Compte à rebours de la distance: réglage initial de 1,0 km, plage de réglage entre 1,0 --- 99,9 km, chaque étape = 0,1

L'ordre d'affichage de changement de cycle est: **manuel, temps, distance, calories.**

1.10 BODY TESTER (FAT) TESTEUR DE LA GRAISSE CORPORELLE

Lors du démarrage appuyez sur "**PROGRAM**" en continu pour entrer "**FAT**" test de graisse corporelle, la console affichera de la fenêtre "**FAT**". Puis appuyez sur "**MODE**" pour entrer (**F1 SEX, F2 AGE, F3 HEIGHT, F4 POIDS**). Appuyez sur "**SPEED +**", "**SPEED -**" pour définir la valeur. Après le réglage, la console affichera **F5** et saisira l'impulsion de la main, et enfin la console affichera votre indice de qualité corporelle.

L'indice de qualité corporelle teste la relation entre la taille et le poids. Le body FAT convient à tous les hommes et femmes.

Le FAT idéal devrait être entre 20-25, si c'est moins de 19 , cela signifie trop mince. Si c'est entre 25 et 29, cela signifie un excès de poids, si c'est plus de 30, cela signifie l'obésité.

(Les données sont juste pour référence et ne peuvent pas être considérées des données médicales)

01 Sexe 01 Homme 02 Femme

02 Âge 10-----99

03 Taille 100----200

04 Poids 20-----150

05 FAT ≤19 Sous poids

FAT= (20---25) Poids normal

FAT = (25---29) Embonpoint

FAT ≥30 Obésité

1.11 DIVERS

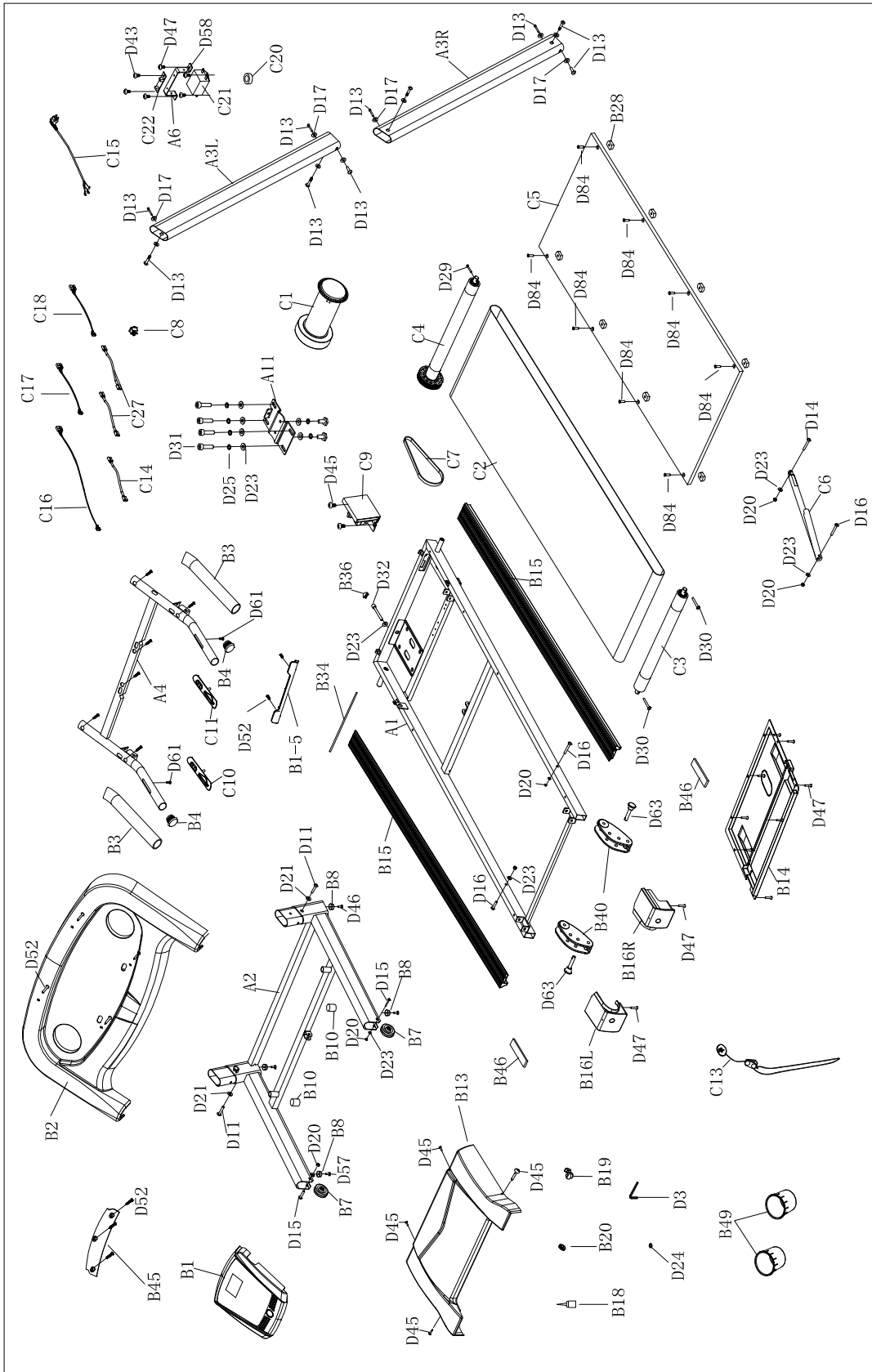
1.11.1 Lorsque le mode compte à rebours est terminé et que "END" apparaît à l'écran, un son d'avertissement se produit. Ensuite, il reviendra en mode manuel.

1.11.2 Concernant le réglage du Compte à rebours du Temps, le compte à rebours de calories et le compte à rebours de la distance, vous pouvez simplement en définir un à la fois, appuyez sur le dernier élément pour définir l'exécution, le paramètre de réglage est le compte à rebours, d'autres affichent des données normales

1.11.3 Vous pouvez définir des statistiques en mode encerclé. Ex: Quand l'heure est réglée entre 5:00 et 99:00 et qu'elle atteint 99:00, appuyez sur le bouton "+", il recommencera à partir de 05:00.

1.11.4 La vitesse augmente de 0,5 km / s et diminue de 0,5 km / s.

Vue éclatée



Liste des pièces

A. Pièces de soudage

No.	Description	QTÉ	No.	Description	QTÉ
A1	Main frame	1	A4	Handrail/console bracket	1
A2	Base frame	1	A6	Filter bracket	1
A3L	Left upright	1	A11	Motor bracket	1
A3R	Right upright	1			

B. Pièce en plastique

No.	Description	QTÉ	No.	Description	QTÉ
B1	Kit de la Console	1	B16L	Embout gauche	1
B1-1	Couverture	1	B16R	Embout droite	1
B1-2	Clé de sécurité	1	B18	Huile de silicone	1
B1-3	Console	1	B19	Cable organizer	1
B1-5	Support pour iPad	1	B20	Prise ronde	2
B2	Couverture de la Console	1	B28	Prise carrée	8
B3	Mousse de protection	2	B34	EVA pad (pour support iPad)	1
B4	Prise de barre de poignée	2	B36	Prise ronde interne	1
B7	Roues de transport	2	B40	Inclinaison manuelle à 3 sections	2
B8	Pédane	4	B45	Couverture arrière console	1
B10	Limited cushion	2	B46	Patin en caoutchouc (pour #B40)	2
B13	Couverture supér. moteur	1	B49	Porte-gobelet	2
B14	Couverture infér. moteur	1			
B15	Rail latéral	2			

C. Parties électroniques

No.	Description	QTÉ	No.	Description	QTÉ
C1	DC moteur	1	C13	Clé de sécurité	1
C2	Running belt	1	C14	Cordon unique	1
C3	Rouleau arrière	1	C15	Câble d'alimentation	1
C4	Rouleau avant	1	C16	Câble supérieur	1
C5	Pont de course	1	C17	Câble inférieur	1
C6	Cylindre	1	C18	Câble de connexion	1
C7	Courroie	1	C20	Anneau magnétique	1
C8	Interrupteur	1	C21	Inducteur	1
C9	Controller	1	C22	Filtre	1

C10	Bouton poignée gauche	1		C27	Cordon unique	2
C11	Bouton poignée droite	1				
D. Hardware parts						
No.	Description	QTÉ		No.	Description	QTÉ
D3	Vis AllenT5	1		D31	Boulon tête ronde hex. M8X20	4
D11	Boulon hexagonal rond M10*50	2		D32	Boulon tête ronde hex. M8X45	1
D13	Boulon hexagonal rond M8X15	10		D43	Boulon tête cruciforme M4X20, rondelle	2
D14	Boulon hexagonal rondM8X30	1		D44	Boulon tête cruciforme M5X12, rondelle	1
D15	Boulon hexagonal rondM8X40	2		D45	Boulon tête cruciforme M5X15, rondelle	6
D16	Boulon hexagonal rond M8X45	3		D46	Boulon tête cruciforme M5X20, rondelle	2
D17	Rondelle avec étoile interne M 8	10		D47	Boulon Boulon à tête cruciforme ST4.2X16, rondelle	12
D20	Écrou en nylon M8	6		D52	Boulon Boulon à tête cruciforme ST4.2X16	15
D21	Rondelle plate M 10	2		D57	Boulon Boulon à tête cruciforme ST4.2X25	2
D23	Rondelle plate M 8	11		D58	Boulon Boulon à tête cruciforme ST3.5X16	2
D24	Rondelle élastiqueM5	1		D61	Boulon Boulon à tête cruciforme ST4.2X19	2
D25	Rondelle élastique M8	4		D63	Goupille à tête plate	2
D29	Boulon à tête ronde hex.M6X45	1		D84	Boulon à tête cruciforme M6X35	8
D30	Boulon à tête ronde hex. M6X60	2				

ÉLIMINATION - RECYCLAGE



Le symbole de la corbeille avec un symbole ci-dessus indique que les produits commercialisés entrent dans le champ d'application de la directive européenne RoHS pour l'élimination des déchets électriques et électroniques (DEEE).



Le marquage CE indique que le produit est entièrement conforme à la directive RoHS 2011/65 / EU et qu'aucun des composants électriques et électroniques incorporés dans le produit ne contient des niveaux plus élevés que ceux attendus de certaines substances considérées comme dangereuses pour la santé humaine.

Ce produit NE doit PAS être éliminé comme déchet urbain, mais doit être éliminé séparément (dans les pays de l'UE), en le remettant aux centres de collecte appropriés pour l'élimination et le recyclage de ces produits.

Garlando S.p.A. encourage le respect de la nature et de la santé humaine également en dehors de l'Union européenne et espère que les règles locales d'élimination et de recyclage seront respectées, en utilisant, autant que possible, la collecte différenciée d'équipements électriques et électroniques, en raison des nombreux composants (tels que le fer, le cuivre, les plastiques, etc ...) qui peuvent être récupérés et réutilisés.



GARLANDO SPA

Via Regione Piemonte, 32 - Zona Industriale D1

15068 - Pozzolo Formigaro (AL) - Italy

www.everfit.it - info@everfit.it