

*everfit*

MANUEL D'UTILISATION

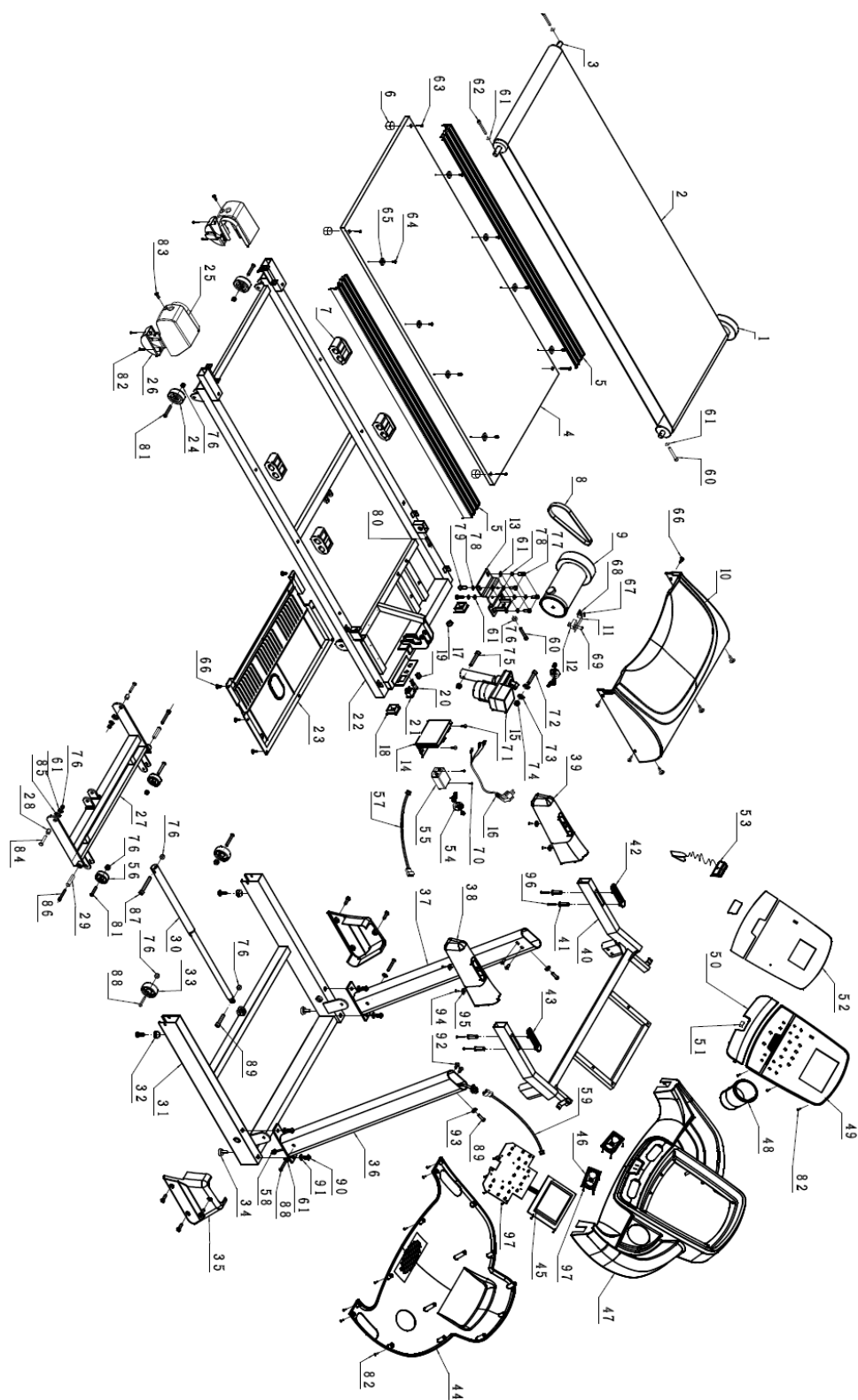


**TFK950**

**APP READY 2.0**



# VUE ÉCLATÉE



LISTE DES PIÈCES DE RECHANGE

PIÈCE NO	NOM DE LA PIÈCE	Q'té
1	FRONT ROLLER	1
2	RUNNING BELT	1
3	REAR ROLLER	1
4	RUNNING DECK	1
5	SIDE RAIL	2
6	DECK FRAME CUSHION	4
7	GEL CUSHION	4
8	MOTOR BELT	1
9	MOTOR	1
10	MOTOR COVER	1
11	SUPPORT DU CAPTEUR DE VITESSE	1
12	SPEED SENSOR	1
13	CHÂSSIS FIXE DU MOTEUR	1
14	PANNEAU DE COMMANDE	1
15	MOTEUR D'INCLINAISON	1
16	CÂBLE D'ALIMENTATION	1
17	CAP OF MOTOR ADJUST BOLT	1
18	DECK FRAME FRONT CAP	2
19	COUSSINET CÂBLE D'ALIMENTATION	1
20	FUSE	1
21	POWER KEY	1
22	DECK FRAME	1
23	CARTER MOTEUR	1
24	SUPPORT WHEEL	2
25	END CAP	2
26	COVER FOR DECK FRAME SUPPORT WHEEL	2
27	CADRE D'INCLINAISON	1
28	SHAFT SLEEVE OF INCLINE FRAME	2
29	SHAFT SLEEVE OF DECK FRAME	2
30	DAMPER	1
31	CADRE DE BASE	1
32	BASE FRAME RUBBER CUSHION	4
33	BASE FRAME MOVE WHEEL	2
34	LEVE FRAME	2
35	UPRIGHT COVER	2
36	MONTANT DROIT	1
37	MONTANT GAUCHE	1
38	RIGHT HANDLE FOAM	1
39	LEFT HANDLE FOAM	1
40	COMPUTER SUPPORT FRAME	1
41	SHAFT OF HAND BUTTON	4
42	INCLINE SHORTCUT KEY	1

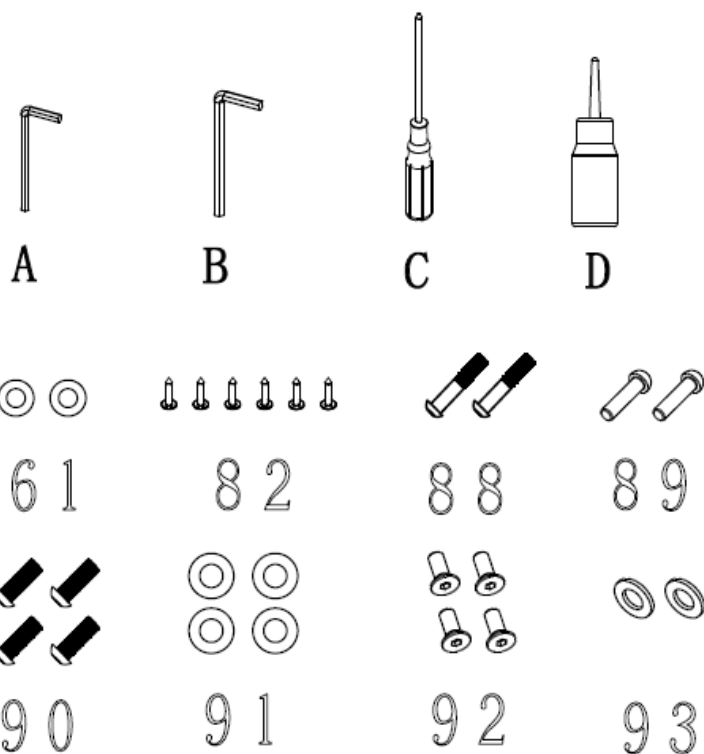
43	SPEED SHORTCUT KEY	1
44	COMPUTER BACK COVER	1
45	COMPUTER BOARD	1
46	HAUT-PARLEUR	2
47	COMPUTER FRONT COVER	1
48	WATER CAP	1
49	COMPUTER PLASTIC BOARD	1
50	SPEAKER COVER	1
51	SAFETY KEY SENSOR	1
52	REVÊTEMENT	1
53	CLÉ DE SÉCURITÉ	1
54	anneau magnétique	2
55	FILTRE	1
56	ROUE DE MANŒUVRE	2
57	1 CÂBLE DE RACCORDEMENT	1
58	2 CÂBLE DE RACCORDEMENT	1
59	3 CÂBLE DE RACCORDEMENT	1
60	M8*50ALLEN HEAD BOLT	2
61	RONDELLE $\varphi$ 8	13
62	M8*85ALLEN HEAD BOLT	2
63	M8*65ALLEN HEAD BOLT	4
64	VIS ST4.2*15	8
65	SIDE RAIL GUIDE	8
66	VIS ST4.8*16	18
67	M4*6 BOLT	2
68	$\varphi$ 4 SPRING WASHER	2
69	ST2.9*6 SCREW	2
70	ST4.2*10 SCREW	2
71	VIS ST4.2*15	2
72	M10*50 ALLEN HEAD BOLT	1
73	$\varphi$ 13 PLASTIC WASHER	2
74	M10 NYLON NUT	2
75	M10*60 ALLEN HEAD BOLT	1
76	M8 NYLON NUT	11
77	BOULON À TÊTE ALLEN M8*20	4
78	$\varphi$ 8 SPRING WASHER	6
79	M8*12 ALLEN HEAD BOLT	2
80	M8*30 ALLEN HEAD BOLT	1
81	M8*40 ALLEN HEAD BOLT	4
82	VIS ST4.2*15	25
83	VIS ST4.2*20	2
84	M8*30 ALLEN HEAD BOLT	2
85	RONDELLE PLASTIQUE $\varphi$ 16	2
86	BOULON À TÊTE ALLEN M8*60	2
87	M8*45ALLEN HEAD BOLT	1

88	M8*50ALLEN HEAD BOLT	4
89	M8*35ALLEN HEAD BOLT	3
90	M10*20ALLEN HEAD BOLT	4
91	RONDELLE $\varphi$ 10	4
92	M8*15 ALLEN HEAD BOLT	4
93	RONDELLE EN ARC $\varphi$ 8	2
94	ST4.2*25 SCREW	4
95	$\varphi$ 6 WASHER	4
96	ST4.2*30 SCREW	4
97	VIS ST2.9*8	24

## TABLEAU COMPARATIF DU MATÉRIEL INFORMATIQUE

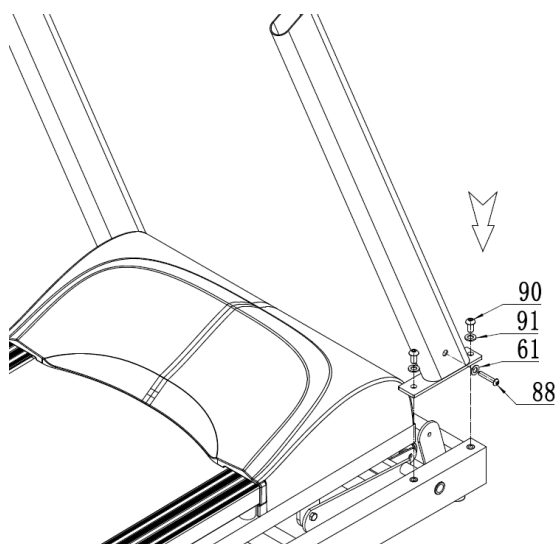
Pour plus de facilité, nous avons identifié le matériel employé dans l'assemblage de ce produit. Le tableau ci-dessous est fourni pour aider l'utilisateur à identifier les éléments qui peuvent ne pas lui être familiers.

NON.	DESCRIPTION	Q'té
61	RONDELLE $\varphi$ 8	2
82	VIS ST4.2*15	6
88	M8*50ALLEN HEAD BOLT	2
89	M8*35ALLEN HEAD BOLT	2
90	M10*20ALLEN HEAD BOLT	4
91	RONDELLE $\varphi$ 10	4
92	M8*15 ALLEN HEAD BOLT	4
93	RONDELLE EN ARC $\varphi$ 8	2
A	CLÉ À DOUILLE 5mm	1
B	CLÉ À DOUILLE 6mm	1
C	TOURNEVIS	1
D	LUBRIFIANT	1



## INSTRUCTIONS D'ASSEMBLAGE

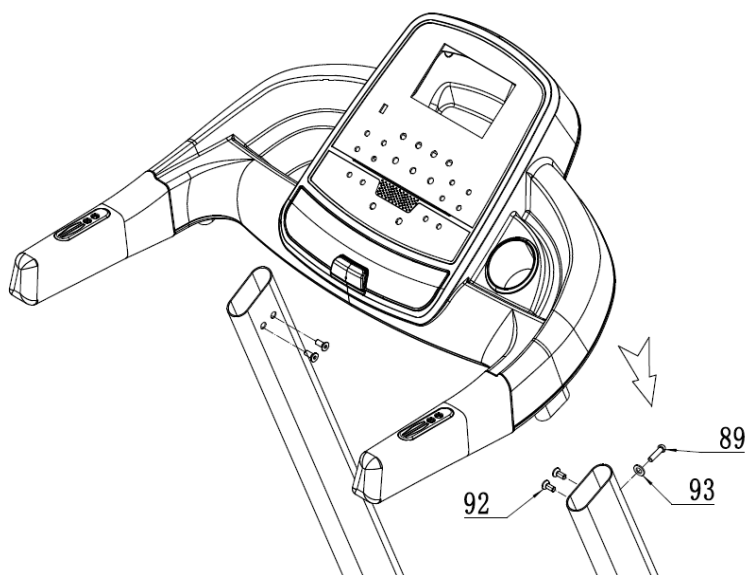
**ATTENTION : Prière de placer tous les vis, rondelles et boutons puis de les serrer.**



### ÉTAPE 1 :

Tout d'abord, connecter le câble de communication.

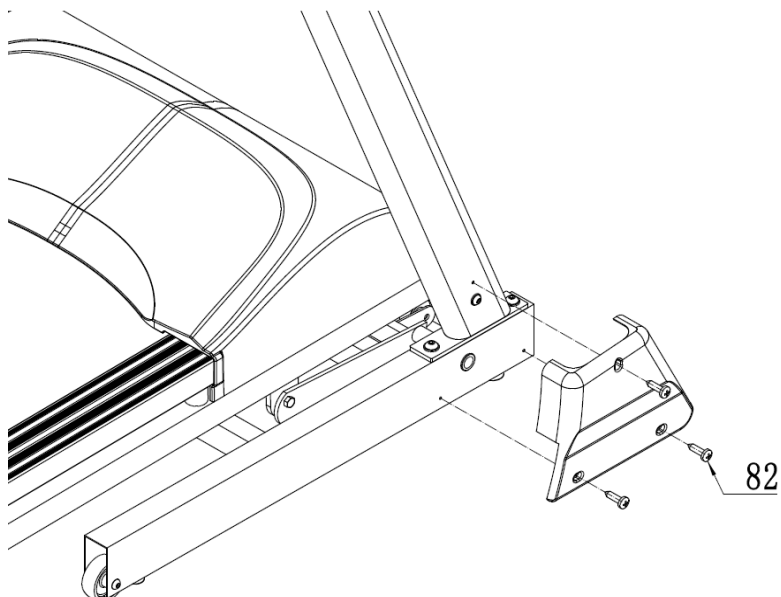
Puis fixer les montants au cadre de base à l'aide des BOULONS À TÊTE ALLEN M10\*20 90, de la RONDELLE  $\varnothing 10$  91, de la RONDELLE  $\varnothing 8$  61 ET DU BOULON À TÊTE ALLEN M8\*50 88.



**ÉTAPE 2 :**

Tout d'abord, connecter le câble de communication.

Fixer l'ordinateur sur les montants avec le BOULON À TÊTE ALLEN M8.89\*35 89, LE BOULON À TÊTE ALLEN M8\*15 92 et la RONDELLE EN ARC  $\phi$ 8 93.



**ÉTAPE 3 :**

Fixer le couvercle de protection du montant avec la VIS ST4.2\*15 82.

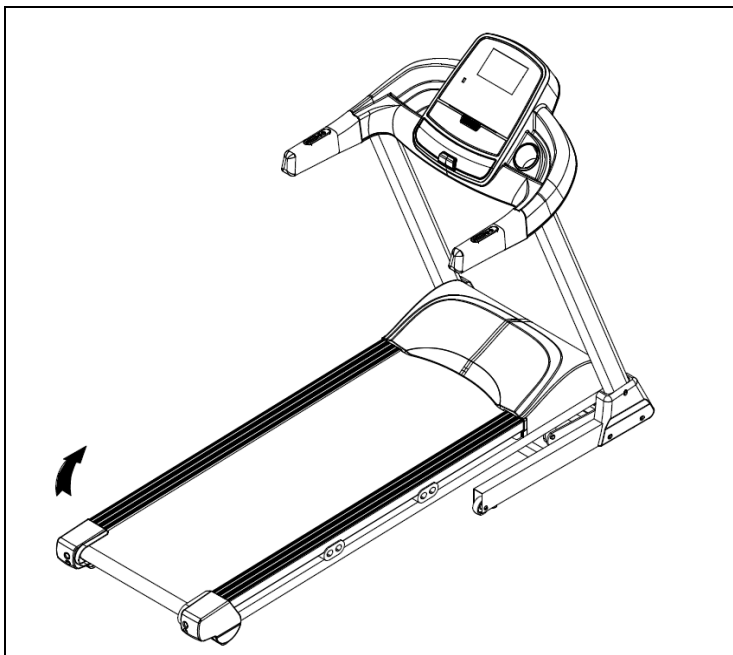


### **Illustration pour le pliage :**

Illustration de pliage :

Pour replier le tapis roulant :

1. Agir sur l'amortisseur.
2. Tenir les extrémités supérieures et baisser lentement le tapis roulant sur le sol.

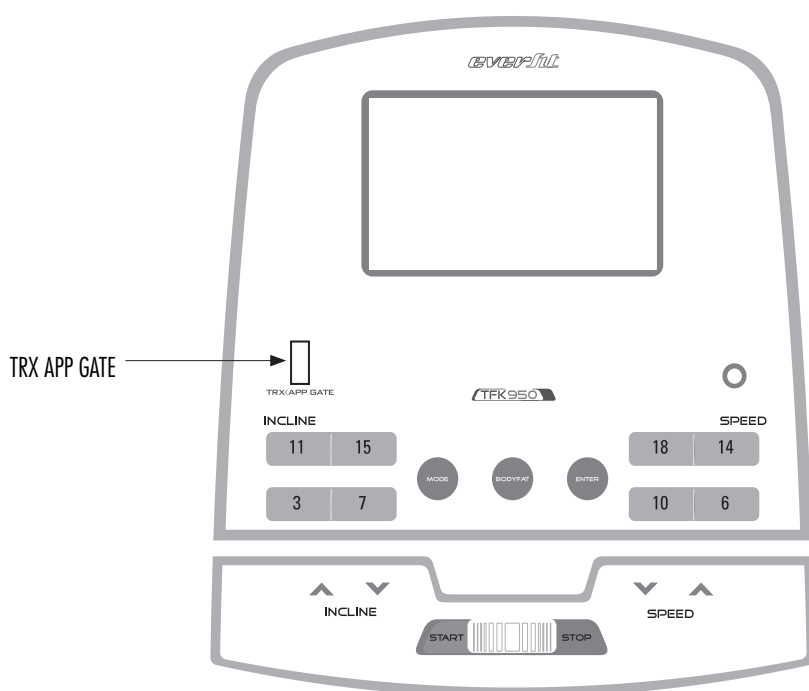


Pour déplier le tapis roulant :

Avec les deux mains, saisir les deux extrémités inférieures et relever le tapis roulant.

# FONCTIONNEMENT DE L'ORDINATEUR

## Configuration du panneau



OPTIONAL

## Comment opérer

### INSTRUCTIONS DE FONCTIONNEMENT

#### INSTRUCTIONS RELATIVES AUX TOUCHES :

- DÉMARRAGE : Appuyer sur cette touche pour démarrer le tapis roulant.
- ARRÊT : Appuyer sur cette touche pour arrêter le tapis roulant.
- MASSE GRASSE : activer ou désactiver
- MODE : fat. Appuyer sur cette touche pour choisir le compte à rebours manuel, le compte à rebours temporel ou le compte à rebours distance, ou le compte à rebours calories ou

- sélectionner le cycle P1-P2.....-P24...U1-U5-HP1-HP2.
- SPEED+ (vitesse) : Appuyer sur cette touche pour augmenter la vitesse, le temps, la distance ou le nombre de calories.
- SPEED [VITESSE] : Appuyer sur cette touche pour diminuer la vitesse, le temps, la distance ou le nombre de calories.
- ENTER (confirmer) : Appuyer sur cette touche pour confirmer l'élément choisi.
- INCLINE+ (pente) : Appuyer sur cette touche pour augmenter la pente.
- INCLINE- (pente) : Appuyer sur cette touche pour diminuer la pente.

### INSTRUCTIONS RELATIVES À LA CLEF DE SÉCURITÉ

- Quand le moteur est en état de fonctionnement, retirer la clé de sécurité, le moteur s'arrête et la console interdit le départ.

### INSTRUCTIONS DE FRÉQUENCE CARDIAQUE

- Dans le cas d'un tapis roulant motorisé, les mains doivent tenir le disque d'acier sur la rampe droite et la rampe gauche afin d'obtenir une valeur de fréquence cardiaque précise pendant la permanence sur le tapis roulant jusqu'à ce que le tapis roulant ait effectué la prise de mesure, veillant à demeurer en place au moins 30 secondes. Plage d'affichage : 50-200 battements / min.
- Cette donnée est uniquement indicative et ne constitue pas une information médicale

### PLAGE D'AFFICHAGE

	Valeur initiale	Régler la valeur initiale	Valeur de réglage	Plage d'affichage
TEMP(mm:ss)	0:00	30:00	5:00-99:00	0:00~99:59
VITESSE (km/h)	0,0	N/A	N/A	1.0—22.0
PENTE	0	N/A	N/A	0-15
DISTANCE (kml)	0,0	3.0	0.5—99.9	0.0—99.9
CALORIES (calories)	0	100	5—999	0—999

### MASSE GRASSE

Appuyer sur la touche BODY FAT (masse grasse) pour saisir la rubrique FAT, puis sélectionner les données F1 genre, F2 âge, F3 taille, F4 poids et F5 pour afficher les résultats. Entrer genre, âge, taille et poids à l'aide des touches d'augmentation ou diminution de vitesse ou de pente, finir avec F5, puis placer l'autre main sur le testeur de fréquence cardiaque, 8 secondes plus tard, la fenêtre affichera la valeur de masse grasse constatée.

Affichage du paramètre saisi et plage de réglage

Catégorie de paramètre	Valeur par défaut	Plage de réglage	Remarques
Nom de famille (-1-)	1 (MAN)	1—2	1 = homme 2 = femme
Age (-2-)	âge 25—99 ans	âge 10—99 ans	
Taille (-3-)	170 CM	100—220 CM	
Poids (-4-)	70KG	20—150KG	

Pour les normes standards asiatiques, le test de masses grasse est le suivant : FAT ≤ 19 - mince, en sous poids

19 < FAT ≤ 25 - poids normal pour corporature normale

25 < FAT ≤ 29 - surpoids

Fat ≥ 30 - Obésité

**Tableau annexe :** Chaque segment de programme est divisé en 10 segments, et le temps de fonctionnement de chaque programme est uniformément distribué. À la suite, un graphique de mouvement en 24 parties

SECTION PROGRAMME		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
P1	VITESSE	1	2	2	3	3	3	3	2	2	1
	PENTE	0	0	1	1	2	2	1	1	0	0
P2.	VITESSE	1	2	2	3	4	4	3	2	2	1
	PENTE	0	0	2	3	4	4	3	2	0	0
P3	VITESSE	1	2	2	3	4	4	3	2	2	1
	PENTE	0	0	3	7	4	4	7	3	0	0
P4	VITESSE	1	2	2	3	3	3	3	2	2	1
	PENTE	0	0	3	7	4	4	7	2	0	0
P5	VITESSE	1	2	2	3	4	4	3	2	2	1
	PENTE	0	0	2	4	6	8	4	2	0	0
P6	VITESSE	1	2	2	4	4	6	4	2	2	1
	PENTE	0	0	3	4	5	7	7	3	0	0
P7	VITESSE	2	3	4	6	6	9	6	4	4	2
	PENTE	0	0	2	4	4	6	4	2	0	0
P8	VITESSE	1	2	2	4	4	9	9	9	8	4
	PENTE	0	0	2	4	8	9	9	2	0	0
P9	VITESSE	2	3	3	6	6	9	6	3	3	2
	PENTE	0	0	9	9	8	4	3	3	0	0
P10	VITESSE	1	2	2	4	4	4	4	6	4	3
	PENTE	0	0	2	2	4	9	9	9	0	0
P11	VITESSE	2	4	4	6	6	6	6	9	4	1
	PENTE	0	0	9	9	9	3	4	3	0	0
P12	VITESSE	1	3	3	6	9	6	9	9	6	4
	PENTE	0	0	9	9	9	9	9	8	0	0
P13	VITESSE	4	9	4	9	4	9	4	9	4	9
	PENTE	0	0	4	8	9	8	9	9	0	0
P14	VITESSE	2	3	3	6	9	6	9	9	6	3
	PENTE	0	0	4	8	9	8	9	9	0	0
P15	VITESSE	4	6	9	9	9	9	9	6	4	2
	PENTE	0	0	2	3	4	4	3	2	0	0
P16	VITESSE	2	4	4	9	4	9	4	9	4	9
	PENTE	0	0	2	4	5	4	5	6	0	0
P17	VITESSE	2	2	2	4	6	9	6	2	2	2
	PENTE	0	0	2	4	6	6	4	2	0	0
P18	VITESSE	3	6	3	6	6	6	6	2	2	2
	PENTE	0	0	2	6	8	6	8	2	0	0
P19	VITESSE	4	9	4	9	4	9	4	9	4	9
	PENTE	0	0	9	8	6	8	6	4	0	0
P20	VITESSE	4	9	4	9	4	9	4	9	4	9
	PENTE	0	0	9	8	2	8	2	2	0	0
P21	VITESSE	2	6	2	6	9	6	9	2	6	2
	PENTE	0	0	9	8	2	8	2	2	0	0
P22	VITESSE	4	6	9	6	2	6	2	2	4	2

	PENTE	0	0	2	4	9	8	9	2	0	0
P23	VITESSE	4	6	9	6	6	6	6	2	2	2
	PENTE	0	0	2	3	4	9	9	2	0	0
P24	VITESSE	4	6	9	6	4	6	4	2	4	2
	PENTE	0	0	4	4	5	9	9	2	0	0

### MODE HRC

1, définition, le mode vitesse de contrôle de la fréquence cardiaque est le mode de fréquence cardiaque des athlètes (fréquence cardiaque cible) qui règle automatiquement la vitesse de la fonction.

2, HRC règle la méthode, l'ordre, la plage de paramètre ; appuyer sur la touche MODE pour afficher HP1 ou HP2, appuyer sur ENTER pour confirmer et saisir le prochain set de réglages, appuyer sur la touche plus ou moins vitesse ou levage pour régler le dernier paramètre :

A : Plage de réglage de l'âge : 15-80 ans, par défaut 25 ans

B : fréquence cardiaque cible par défaut (THR) : (220-ans) \* 0.65 -HP1, (220-ans) \* 0.85 -HP2

C : la fréquence cardiaque peut être modifiée, modifier la plage : 80-180

D : régler le temps, 30 minutes par défaut, modifier la plage : 5-99 minutes

3, la vitesse du rapport

A : changer la fréquence, mode HRC avec détection du rythme cardiaque toutes les 30 secondes (la fréquence a été affichée).

B : la fréquence cardiaque de l'utilisateur est inférieure à la fréquence ciblée de 30 fois / mn, la vitesse accrue est de 2.0 km / h.

C : la fréquence cardiaque de l'utilisateur est inférieure à la fréquence ciblée de 6-29 fois / mn, la vitesse est accrue de 1.0 km / h.

D : B la fréquence cardiaque de l'utilisateur est supérieure à la fréquence ciblée de 30 fois / mn, la vitesse est réduite de 2.0 km / h.

D : B la fréquence cardiaque de l'utilisateur est supérieure à la fréquence ciblée de 6-29 fois / mn, la vitesse est réduite de 1.0 km / h.

D : B la fréquence cardiaque de l'utilisateur est supérieure ou inférieure à la fréquence ciblée de 0-5 battement / mn, la vitesse reste la même.

4, les circonstances évoquées ci-dessous, la chute de la vitesse la plus lente 15 secondes après l'arrêt, et l'avertissement sonore toutes les secondes environ.

A : une fois toutes les 30 secondes pour détecter la fréquence cardiaque, deux fréquences cardiaques consécutives ne peuvent pas être détectées.

B : à la vitesse de 1 km / h, la fréquence cardiaque d'exercice est supérieure à la fréquence ciblée amenée ralentie.

C : fréquence cardiaque dépassée (220 - ans).

5, vitesse de 1 km / h, la décélération ne peut être inférieure à 1 km / h, ainsi : vitesse minimale du tapis roulant de 1 km / h, quand il fonctionne à 1.6 km / h, fréquence cardiaque causée par la décélération, 1.0 (2.0) km / h , puis ralentit jusqu'à 1 km / h.

6, pente en fonction du contrôle de la fréquence cardiaque, peut être réglée manuellement.

Vitesse de démarrage de 1 km par heure, 1 minute avant de fonctionner sans contrôle de la fréquence cardiaque.

### MODE UTILISATEUR

1, Défini par l'utilisateur qui peut choisir sa propre vitesse pour chaque programme.

2, Pour régler sur méthode, appuyer sur MODE, afficher U-1, U-2, U-3, U-4 or U-5, puis appuyer sur la touche ENTER pour saisir le champ état, vitesse ou levage réglé ou se servir des touches raccourcis pour changer les données du programme, appuyer sur la touche ENTER pour confirmer et saisir la section suivante du programme, jusqu'au dernier paragraphe à confirmer (régler) avant de sortir de l'état réglage, l'alimentation ne fera pas perdre les données modifiées.

### EXTINCTION DU TAPIS ROULANT

➤ Peut se faire à n'importe quel moment en éteignant l'appareil à l'aide de l'interrupteur du tapis roulant sans aucun dommage consécutif.



GARLANDO SPA  
Via Regione Piemonte, 32 - Zona Industriale D1  
15068 - Pozzolo Formigaro (AL) - Italy  
[www.toorx.it](http://www.toorx.it) - [info@toorx.it](mailto:info@toorx.it)