

everfit

MANUAL DE INSTRUCCIONES

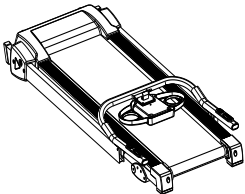
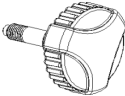






TFK155 SLIM

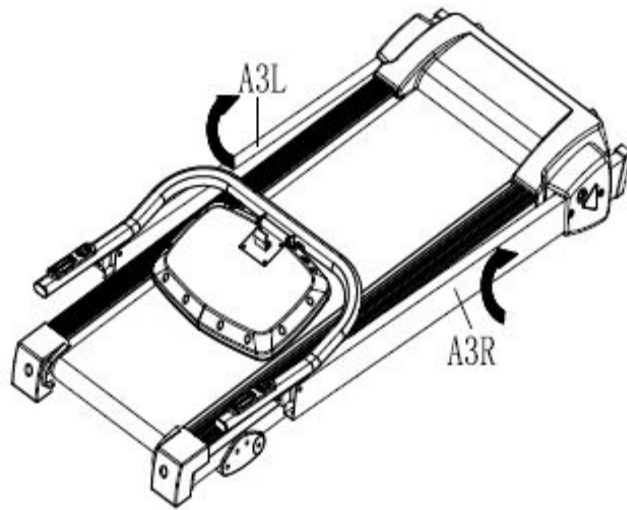


Instrucciones de montaje

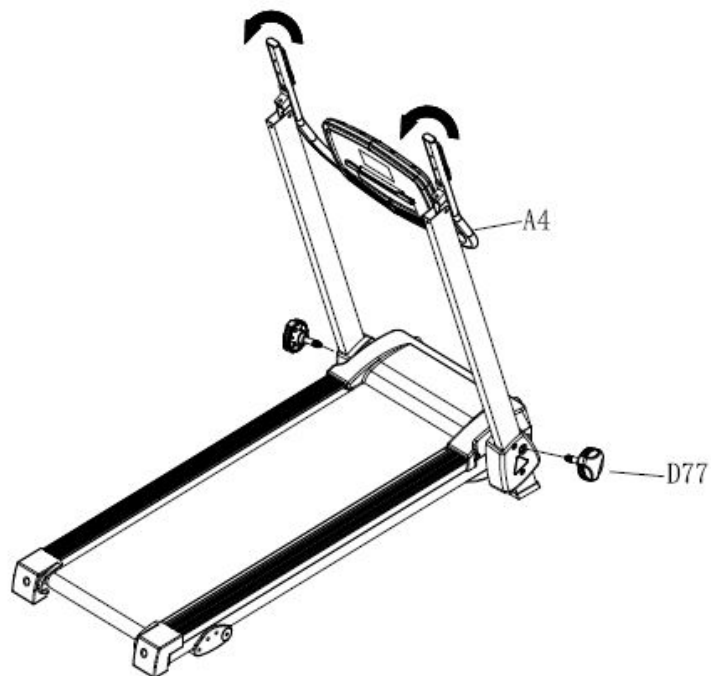
CUANDO ABRA LA CAJA, ENCONTRARÁ LAS SIGUIENTES PIEZAS DE REPUESTO:

Cinta de correr 1 SET 	D77 Perilla M12 2 UD. 	D78 Perilla M8 2 UD. 
C3 Clave de seguridad 1 UD. 	Llave Allen D3 5 mm 1 UD. 	Aceite de silicona B18 1 UD. 

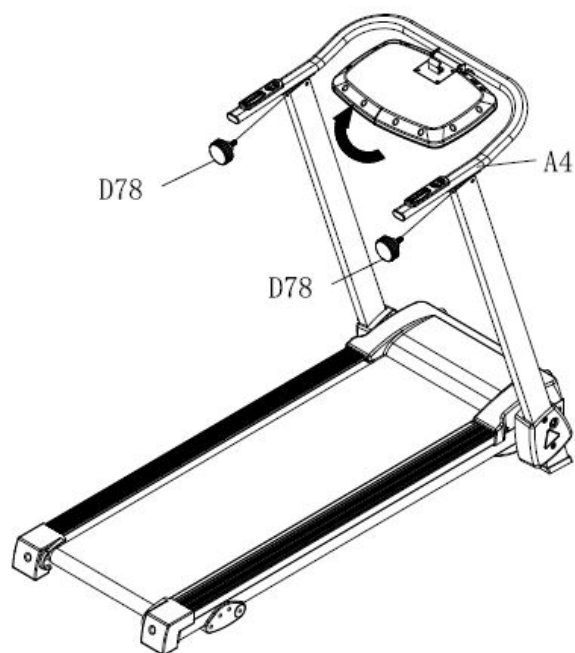
PASO 1 : Levanta el tubo vertical izquierdo y derecho (**A3L/A3R**).



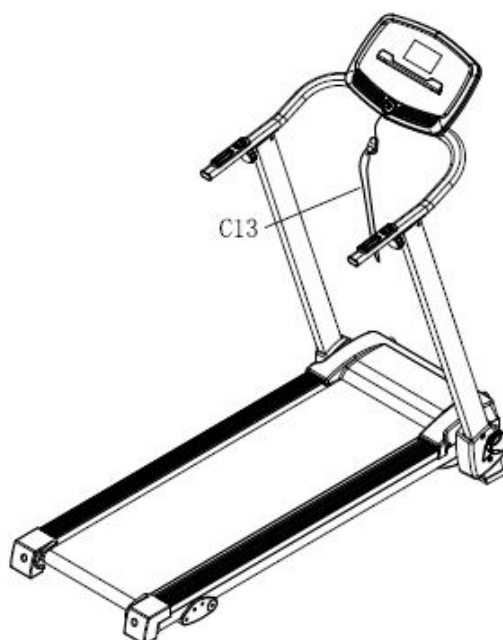
PASO 2: Bloquee la parte inferior de la cinta de correr con la perilla M12 (**D77**), luego doble el soporte del pasamanos (**A4**) como muestra la foto.



PASO 3: Bloquee la parte superior de la cinta de correr con la perilla M8 (D78) y el tubo pasamanos (A4) , luego dé la vuelta a la computadora y quédese atascado en el tubo del pasamanos.



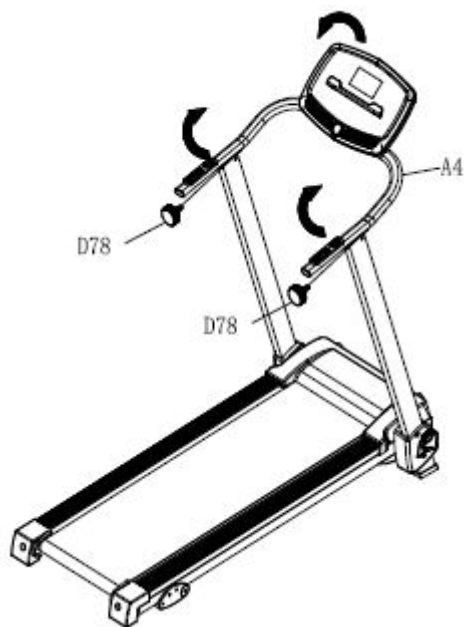
Paso 4: Ponga la llave de seguridad (C13).



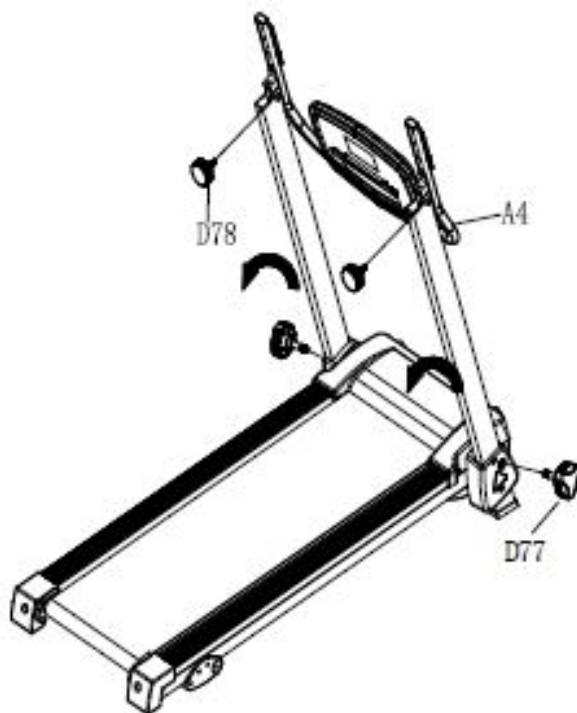
ATENCIÓN: Debe confirmar el ensamblaje completo como se muestra arriba y fijar todos los pernos. Realice las siguientes operaciones tras comprobar que todo está en buen estado. Antes de usar la cinta de correr, se ruega leer las instrucciones detenidamente.

Instrucciones de plegado y desplegado

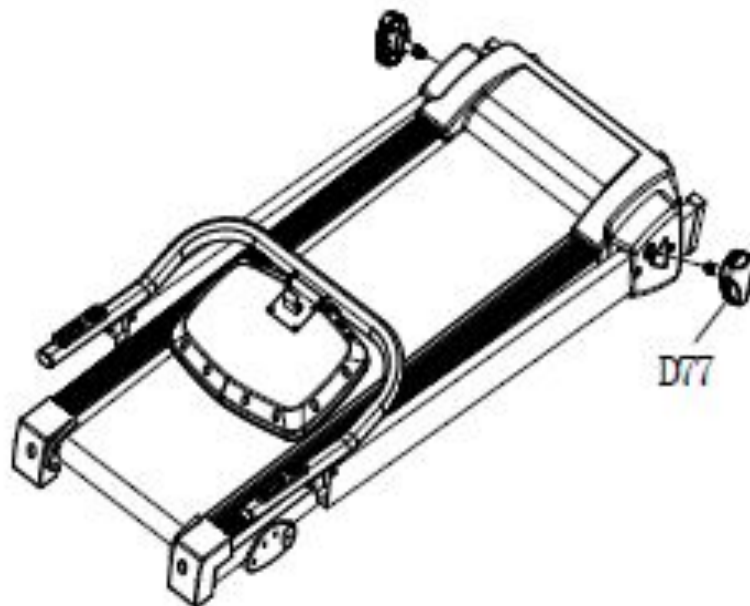
PASO 1: Gire hacia abajo primero la consola y destornille la perilla M8 (D78) y luego baje el soporte del pasamanos (A4)



PASO 2: Bloquee la perilla M8 (D78) del tubo vertical, luego desatornille la perilla M12 (D77), y doble el tubo vertical de izquierda a derecha (A3L/A3R).



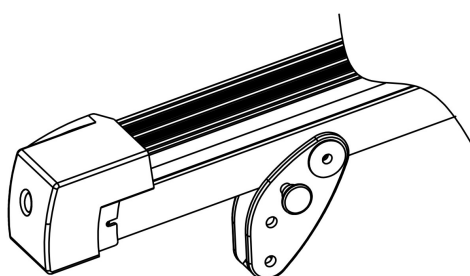
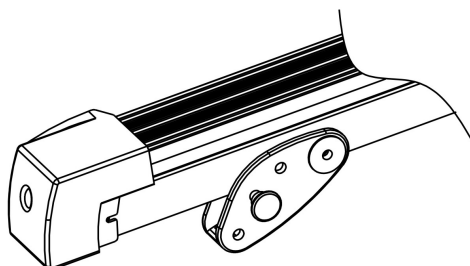
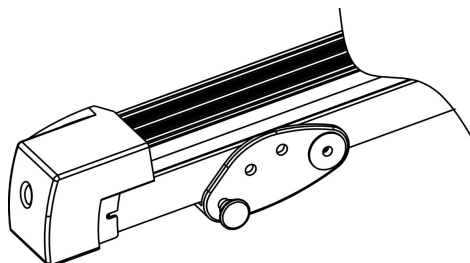
PASO 3: Bloquee la perilla M12 (D77) en la cubierta lateral como muestra la foto.



PASO 4: Levante la cinta de correr plegada y guárdela en la superficie plana.



Instrucciones sobre la inclinación



Como en el dibujo anterior, puede ajustar el ángulo de elevación cambiando la posición del pin. Hay 3 secciones de ajuste de la llave para ser usadas.

Métodos de conexión a tierra

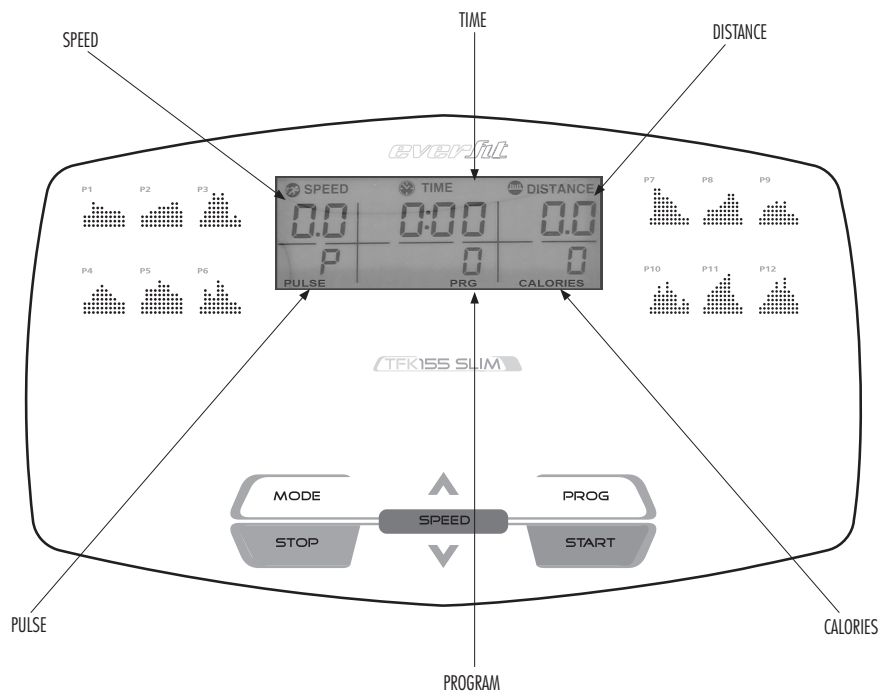
Este producto tiene que tener conexión a tierra. Si funciona mal o falla, la puesta a tierra proporciona una ruta de menor resistencia para la corriente eléctrica para reducir el riesgo de descarga eléctrica. Este producto está equipado con un conductor de conexión a tierra del equipo y un enchufe de conexión a tierra. El enchufe debe estar enchufado a una toma de corriente apropiada que esté correctamente instalada y conectada a tierra de acuerdo con los códigos y normativa locales.

PELIGRO - La conexión incorrecta del conductor de puesta a tierra del equipo puede provocar un riesgo de descarga eléctrica. Compruebe con un electricista o técnico calificado si duda de si el producto está debidamente conectado a tierra. No modifique el enchufe proporcionado con el producto; si no encaja en el toma de corriente, busque una toma de corriente adecuada y encargue su instalación a un electricista calificado.

. Este producto es para ser usado en un circuito nominal de 220 V y tiene un enchufe de conexión a tierra. Haga que el producto se conecte a una toma de corriente que tenga la misma configuración que el enchufe. No se debe usar ningún adaptador con este producto.

Guía de funcionamiento

1.1. VENTANA DE VISUALIZACIÓN



1.2. INICIO

Comienzo normal después de 5 segundos de cuenta atrás

1.3 PROGRAMA

1 modo manual · 12 programas preestablecidos, 1 programa de grasa corporal, 3 funciones de cuenta atrás

1.4. FUNCIÓN DEL DISPOSITIVO DE SEGURIDAD

La ventana muestra "---" cuando quita el seguro y la cinta de correr se detendrá rápidamente con el ruido de alarma "didi". Al colocar el seguro, se mostrará el ordenador durante 2 segundos y el cómputo de la fecha se reiniciará a "0".

1.5. FUNCIÓN DE LOS BOTONES

1.5.1. START/STOP

"START" -- Cuando la cinta de correr no está funcionando, presione este botón para comenzar, la velocidad es "0.8".

"STOP" -- Cuando la cinta de correr esté funcionando, presione este botón para detenerla, luego establezca el programa predeterminado y luego regrese al modo manual después de detenerse.

1.5.2 BOTÓN “PROGRAMA”

Cuando la cinta de correr no está funcionando, al presionar este botón se puede elegir entre el modo manual, el modo preestablecido P1-P12 y la grasa corporal.

1.5.3. BOTÓN “MODO”

Cuando la cinta de correr no está funcionando, pulse este botón para elegir la cuenta atrás.

modos:"H-1","H-2","H-3": "H-1" es el modo de cuenta atrás del tiempo, y "H-2" es el modo de cuenta atrás de la distancia, "H-3" es el modo de cuenta atrás de las calorías; presione el botón "SPEED+/-" para ajustar los datos.

Después, presione el botón "START" para poner en marcha la cinta.

1.5.4 BOTÓN “VELOCIDAD +/-”

VELOCIDAD +/- -- Ajuste la velocidad cuando se ponga en marcha la cinta, el incremento es de 0.1 km/tiempo por kilómetro. Pulse el botón más de 2 segundos, y subirá y bajará automáticamente.

1.6. FUNCIÓN DE VISUALIZACIÓN

1.6.1 VELOCIDAD

Muestra la velocidad de ejecución

1.6.2 TIME (tiempo)

Muestra el tiempo de ejecución o el tiempo de cuenta atrás.

1.6.3 DISTANCE (distancia)

Muestra la distancia de ejecución total o la distancia de cuenta atrás.

1.6.4 CALORIE (calorías)

Muestra las calorías o la cuenta atrás de calorías

1.6.5 PULSO

Muestra los datos del pulso

1.6.6 TODAS LAS VENTANAS MUESTRAN EL RANGO DE DATOS

TIEMPO: 0:00 - 99.59 (min)

DISTANCIA: 0.00 – 99.9(KM)

CALORÍAS: 0.0 – 999 (C)

SPEED (velocidad): 0.8 – 14 (km/h)

PULSACIONES: 50 – 200 (BPM)

1.7 FUNCIÓN DE PULSO

Cuando la máquina de correr esté funcionando, controle el pulso de su mano durante unos 5 segundos, se visualizarán los datos del pulso. El rango de datos de las pulsaciones es 50-200 veces/minuto. Tiene gráficos en forma de corazón cuando se comprueba el pulso. Estos datos son solo de referencia, no pueden considerarse como datos médicos.

1.8 CUADRO DE EJERCICIOS DEL PROGRAMA

INTERVALO DE TIEMPO PROG		CONFIGURAR TIEMPO / 10 = CADA GRADO DE TIEMPO									
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
P1	VELOCIDAD	3	3	6	5	5	4	4	4	4	3
P2	VELOCIDAD	3	3	4	4	5	5	5	6	6	4
P3	VELOCIDAD	2	4	6	8	7	8	6	2	3	2
P4	VELOCIDAD	3	3	5	6	7	6	5	4	3	3
P5	VELOCIDAD	3	6	6	6	8	7	7	5	5	4
P6	VELOCIDAD	2	6	5	4	8	7	5	3	3	2
P7	VELOCIDAD	2	9	9	7	7	6	5	3	2	2
P8	VELOCIDAD	2	4	4	4	5	6	8	8	6	2
P9	VELOCIDAD	2	4	5	5	6	5	6	3	3	2
P10	VELOCIDAD	2	5	7	5	8	6	5	2	4	3
P11	VELOCIDAD	2	5	6	7	8	9	10	5	3	2
P12	VELOCIDAD	2	3	5	6	8	6	9	6	5	3

1.9 Funcionamiento modelo manual

1.9.1 Presione la tecla de inicio, el tiempo cuenta atrás 5 segundos, luego la cinta de correr comenzará a funcionar con una velocidad inicial de 0.8 km/h

1.9.2 Al pulsar el botón speed +/-, puede ajustar la velocidad

1.9.3 Al pulsar STOP, se puede detener la cinta de correr en funcionamiento

1.9.4 Al pulsar la tecla de velocidad rápida, puede ajustar rápidamente la velocidad que desee

1.10 3 DATOS DE PARÁMETROS DE LA FUNCIÓN DE CUENTA ATRÁS

Configuración inicial de la cuenta atrás 10 : 00 minutos, rango de ajuste 5 : 00---99 : 00 minutos, cada paso 1 : 00.

Configuración inicial de la cuenta atrás de calorías 50 therm, rango de ajuste 20---990 therm, cada paso 10.

Configuración inicial de la distancia de cuenta atrás 1.0 km, rango de ajuste 1.0---99.9 km, cada paso 0.1.

El orden del cambio de ciclo es: manual, tiempo, distancia, calorías.

1.11 PRUEBA CORPORAL (GRASA)

En el estado inicial, presione "PROGRAMA" y acto seguido, accederá a la prueba de grasa corporal "FAT", visualización de la ventana "FAT" (Grasa).

Presione "MODE" para ingresar (F1 SEX, F2 AGE, F3 HEIGHT, F4 WEIGHT). Presione "VELOCIDAD +", "VELOCIDAD -" para establecer. Después de la configuración, el ordenador mostrará F5 y tomará el pulso de la mano, la ventana mostrará el índice de calidad de su cuerpo.

El índice de calidad del cuerpo es para probar la relación entre la altura y el peso, no la escala corporal.

La grasa corporal se adapta a cualquier hombre y mujer para ajustar el peso de acuerdo con otros índices de calidad corporal. El nivel de GRASA ideal debe estar entre 20-25, si es menor de 19, significa demasiado delgado. Si está entre 25 y 29, significa sobrepeso, si es mayor de 30, significa obesidad. (Los datos son solo de referencia y no pueden ser considerados como datos médicos)

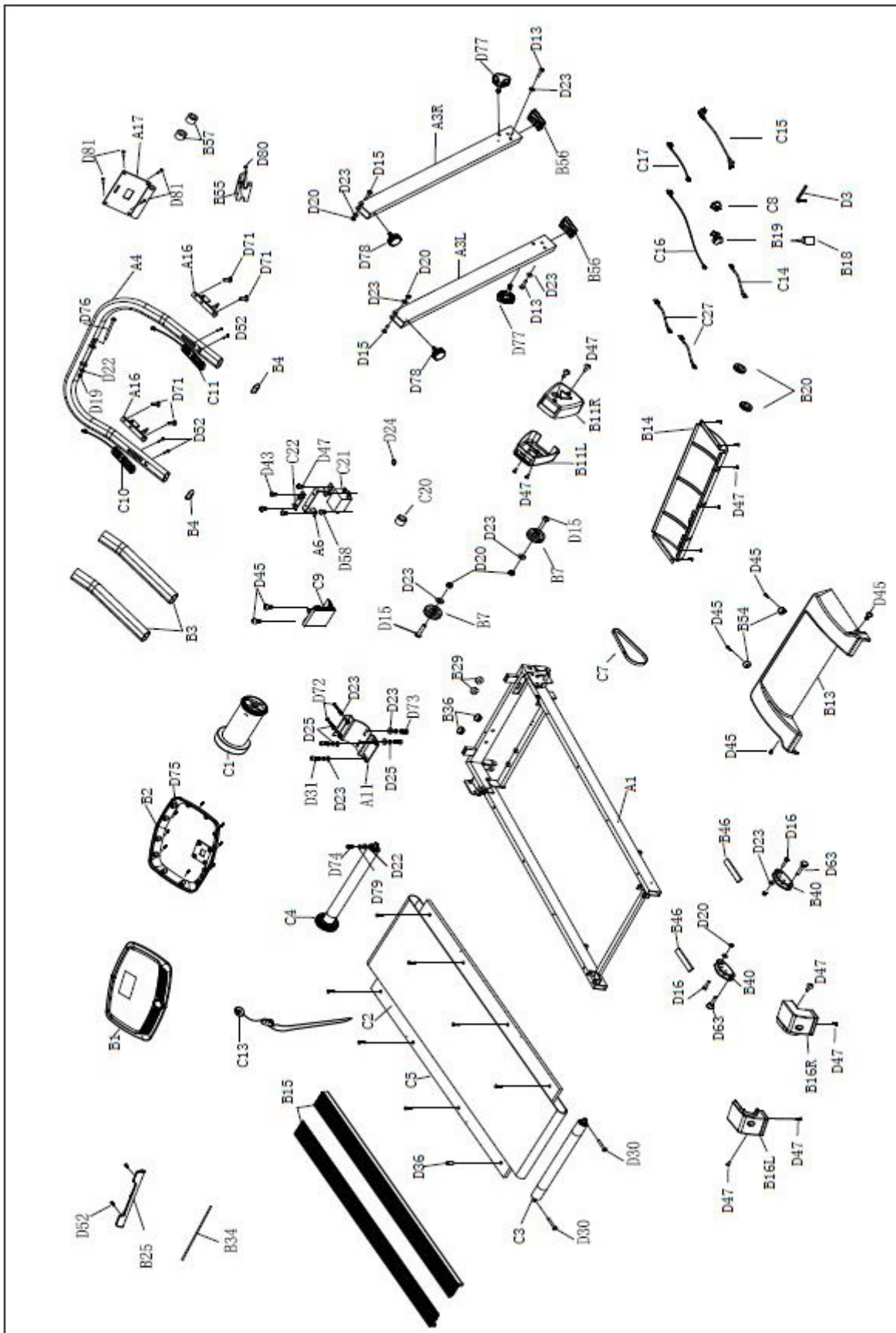
- 01 Sexo 01 Hombre 02 Mujer
- 02 Edad 10-----99
- 03 Altura 100----220
- 04 Peso 20-----150
- 05 GRASA ≤ 19 Por debajo del peso normal
- GRASA = (20---25) Peso normal
- GRASA = (25---29) Sobrepeso
- GRASA ≥ 30 Obesidad

1.13 OTROS

1.13.1 El sistema entrará en modo ahorro de energía de forma automática si no se realiza ninguna acción en 10 minutos en MODO REPOSO y no se muestra nada en pantalla ni hay retroiluminación en el ordenador. Pulse cualquier tecla para reanudar el sistema.

1.13.2 La cuenta atrás del tiempo, cuenta atrás de las calorías y cuenta atrás de la distancia, solo se pueden configurar una de ellas a la vez; pulse el último elemento para configurar el funcionamiento, el parámetro de configuración es la cuenta atrás, los demás muestran datos normales.

Plano de despiece



Parts list

A-Welding parts

No.	Description	Qty		No.	Description	Qty
A1	Main frame	1		A6	Filter supporter	1
A3L	Left upright tube	1		A11	Motor bracket	1
A3R	Right upright tube	1		A16	Handrail connecting tube	2
A4	Handrail bracket	1		A17	Computer supporter	1

B-Plastic parts

No.	Description	Qty		No.	Description	Qty
B1	Computer chip	1		B16R	Right rear cover	1
B1-1	Overlay	1		B18	Silicon oil	1
B1-2	Membrane key	1		B19	Power buckle	1
B1-3	Computer panel	1		B20	Lin protect plug	2
B2	Computer lower cover	1		B25	Bookshelf	1
B3	Foam	2		B29	Cushion	2
B4	Inner plug	2		B34	Rubber pad	1
B7	Transport wheel	2		B36	Inner plug	2
B11L	Left side cover	1		B40	3 section adjust sheet	2
B11R	Right side cover	1		B46	Rubber pad	2
B13	Motor upper cover	1		B54	Cushion	2
B14	Motor lower cover	1		B55	Computer limitation pivot	1
B15	Side rails	2		B56	Inner plug	2
B16L	Left rear cover	1		B57	Plastic bushing	2

C-Drive parts

No.	Description	Qty		No.	Description	Qty
C1	DC motor	1		C13	Safety key	1
C2	Running belt	1		C14	Single line (Red) 300	1
C3	Rear roller	1		C15	Power line	1
C4	Front roller	1		C16	Upper line	1
C5	Running board	1		C17	Lower line	1
C7	Motor belt	1		C20	Magnetic ring	1
C8	Power switch	1		C21	Choke	1
C9	Controller	1		C22	filter	1
C10	Left handrail button	1		C27	Single line (black) 300	2

C11	Right handrail button	1				
D-Hardware parts						
No.	Description	Qty		No.	Description	Qty
D3	Allen wrench T5	1		D52	Screw ST4.2X16	6
D13	Bolt M8X15	2		D58	Screw ST3.5X16	2
D15	Bolt M8X40	4		D63	Pin□9.8X45	2
D16	Bolt M8X45	2		D71	Bolt M8X15	4
D19	Nylon nut M6	1		D72	Bolt M8X25	2
D20	Nylon nut M8	6		D73	Bolt M8X12	2
D22	Washer M6	2		D74	Bolt M6X25	1
D23	Washer M8	14		D75	Screw ST4.2X8	8
D24	Spring washer M5	1		D76	Bolt M6X110	1
D25	Spring washer M8	6		D77	Knob M12	2
D30	Bolt M6X60	2		D78	Knob M8	2
D31	Bolt M8X20	2		D79	Spring washer M6	1
D36	Bolt M6X25	8		D80	Bolt M5X8	2
D43	Bolt M4X20	2		D81	Bolt M6X16	4
D44	Bolt M5X12	1				
D45	Bolt M5X15	6				
D47	Screw ST4.2X16	19				
Remark: if the customer need the PCB board, they should buy it separately.						



GARLANDO SPA

Via Regione Piemonte, 32 - Zona Industriale D1

15068 - Pozzolo Formigaro (AL) - Italy

www.everfit.it - info@everfit.it