

DESK|FIT

powered by  **SPORTSTECH**

DFT200



DE

EN

ES

FR

IT

NL

BENUTZERHANDBUCH

DEUTSCH

Sehr geehrter Kunde,

wir freuen uns, dass Sie sich für ein Gerät aus der SPORTSTECH Produktpalette entschieden haben. SPORTSTECH Sportgeräte bieten Ihnen hohe Qualität und neue Technologie.

Um die Leistungsfähigkeit des Gerätes voll nutzen zu können und viele Jahre Freude an Ihrem Gerät zu haben, lesen Sie bitte vor der Inbetriebnahme und dem Beginn des Trainings dieses Benutzerhandbuch sorgfältig durch und verwenden Sie das Gerät den Anweisungen entsprechend. Die Betriebssicherheit und die Funktion des Gerätes können nur dann gewährleistet werden, wenn die Sicherheitshinweise in diesem Benutzerhandbuch beachtet werden. Wir übernehmen keine Haftung für Schäden, die durch unsachgemäßen Gebrauch bzw. fehlerhafte Bedienung entstehen.



- **Stellen Sie sicher, dass ALLE Personen, die das Gerät verwenden, diese Bedienungsanleitung gelesen und verstanden haben. Bewahren Sie diese Anleitung in der Nähe des Geräts auf.**
- **Befolgen Sie ALLE Sicherheitshinweise in diesem Handbuch.**
- **Überanstrengen Sie sich oder andere NIEMALS bei der Verwendung des Geräts.**

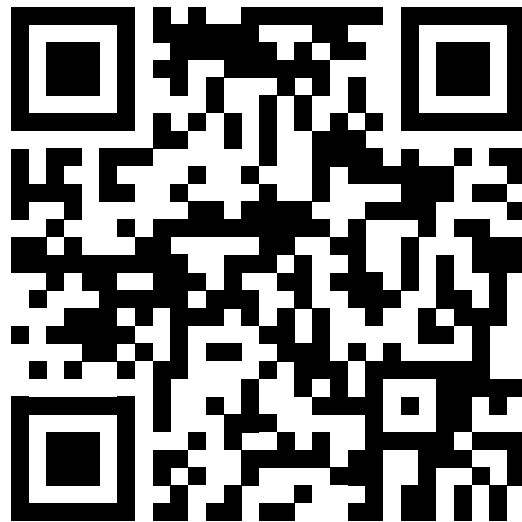


Stand: 28.01.2022

Unsere **Video Tutorials** für dich!

Aufbau, Benutzung, Abbau.

1. QR-Code scannen
2. Videos anschauen
3. Schnell und sicher starten



Link zu den Videos:

https://service.innovamaxx.de/dft200_video

Uns gibt es auch auf Social Media!

Hol dir die neuesten Produktinfos, Trainingsinhalte uvm. auf unserer:

Instagram-Seite



Facebook-Seite



<https://www.instagram.com/sportstech.de>

<https://www.facebook.com/sportstech.de>

INHALTSVERZEICHNIS

WICHTIGE SICHERHEITSHINWEISE	6
EXPLOSIONSZEICHNUNG/ERSATZTEILLISTE	8
AUFSTELLEN DES GERÄTS	8
LIEFERUMFANG	9
TECHNISCHE DATEN	9
INSTALLATION DER FERNBEDIENUNG.....	10
VERWENDUNG DER FERNBEDIENUNG	10
SICHERHEITSHINWEISE ZUR FERNBEDIENUNG.....	11
INSTALLATION DER ZUSATZTEILE (OPTIONAL)	12
GESCHWINDIGKEIT	15
WARTUNG	15
ALLGEMEINE FEHLERBEHEBUNG	17
DEHNUNGSÜBUNGEN.....	18
ANWENDUNGSSOFTWARE (APP)	19
ENTSORGUNG	20
DECLARATION OF CONFORMITY	113



WICHTIGE SICHERHEITSHINWEISE



Diese allgemeinen Sicherheitsinformationen müssen unbedingt für die Benutzung dieses Produkts beachtet werden. Lesen Sie alle Hinweise, bevor Sie das Produkt in Benutzung nehmen.

ACHTUNG: Um die Gefahr eines Stromschlags zu reduzieren, ziehen Sie den Stromstecker des Produkts nach der Benutzung, beim Auf- oder Abbau und für Wartungs- oder Reinigungszwecke. Das Ignorieren dieses Hinweises kann zu körperlichen Schäden oder Schäden am Produkt führen.

WARNUNG: Um weitere Gefahrquellen zu reduzieren, beachten Sie bitte die folgenden Hinweise sorgfältig:

- Lassen Sie das Gerät nicht unbeaufsichtigt, solange dieses an das Stromnetz angeschlossen ist. Betätigen Sie erst den Stromschuttschalter an der Rückseite, bevor Sie das Stromkabel ziehen.
- Stoppen Sie das Gerät, bevor Sie den Stromschuttschalter betätigen, den Stromstecker ziehen oder das Gerät hochklappen.
- Das Gerät darf nur für den ausgeschriebenen Zweck genutzt werden. Eine nicht ordnungsgemäße Benutzung ist nicht erlaubt.
- Benutzen Sie das Gerät nie, wenn der Stromstecker beschädigt ist, das Gerät nicht ordnungsgemäß funktioniert oder Nässe ausgesetzt wurde. Kontaktieren Sie in diesem Fall Ihren Händler.
- Führen Sie keine Veränderungen oder Wartungsschritte an dem Gerät durch, welche nicht in dieser Anleitung beschrieben werden. Dies kann zu Beschädigungen am Gerät führen.
- Stellen Sie sicher, dass der Raum, in dem das Gerät steht, ausreichend belüftet ist und der Motorraum des Geräts ausreichend Umluft bekommt.
- Nutzen Sie das Gerät nicht im Außenbereich.
- Nutzen Sie den Stromstecker nicht als Ziehhilfe für das Gerät.
- Ältere oder körperlich benachteiligte Personen sollten das Gerät nur unter Aufsicht benutzen, falls ein Eingreifen durch die Aufsichtsperson notwendig wird.
- Verwenden Sie keine Sprays oder Aerosol-Produkte in der Nähe des Geräts, um dieses nicht zu beschädigen.
- Halten Sie das Gerät trocken und fern von Nässe und Feuchtigkeit.
- Die Motorabdeckung kann während der Benutzung erhitzen. Stellen Sie das Gerät auf eine hitzeresistente Unterlage.
- Halten Sie den Stromstecker sowie das Stromkabel fern von heißen Oberflächen.
- Stellen Sie das Gerät auf einem festen und geraden Untergrund mit einem ausreichenden Sicherheitsradius auf (siehe „Aufstellung des Geräts“). Stellen Sie sicher, dass während der Benutzung in unmittelbarer Nähe um das Gerät herum keine Gegenstände liegen, da diese zu einer Verletzungsgefahr führen können.
- Bei Benutzung während des Betriebs darf nur eine Person auf dem Laufband stehen.
- Tragen Sie komfortable und passende Kleidung während der Benutzung. Nutzen Sie das Gerät nicht in Socken oder barfuß. Tragen Sie immer passende Sportbekleidung. Tragen Sie keine Kleidung oder Gegenstände, welche lose sind oder sich im Gerät verfangen könnten. Halten Sie Kleidungsstücke oder Handtücher vom Laufgurt des Geräts fern.
- Tragen Sie stets geeignete Sportschuhe mit hoher Rutschfestigkeit. Die Verwendung von Schuhen mit Absätzen, Ledersohlen oder Laufschuhen mit Spikes ist untersagt. Vergewissern Sie sich, dass die Schuhe frei von Schmutz sind und die Schnürsenkel den Laufgurt nicht berühren können.
- Nutzen Sie den seitlichen Handlauf zur Unterstützung während des Trainings.
- Das Gerät darf nur mit einer Spannung von 220-240 V 50 Hz in geerdeten Steckdosen genutzt werden. Es darf keine Steckerleiste genutzt werden.
- Tragen Sie keinen Schmuck während des Trainings. Halten Sie die Hände während der Benutzung fern vom Laufgurt und anderen beweglichen Teilen, um Verletzungen zu vermeiden.

- **ACHTUNG:** Achten Sie immer darauf, dass Ihre Arme und Beine sowie (Klein-)Kinder, Haustiere oder andere Gegenstände während des Betriebs nicht unter den Laufgurt am hinteren Ende des Geräts geraten, um möglicherweise schwerwiegende Verletzungen oder Schäden am Gerät zu vermeiden.
- Steigen Sie niemals vom Gerät, während sich der Laufgurt bewegt. Schalten Sie das Gerät zuvor ab und halten Sie sich beim Abstieg am seitlichen Handlauf fest.
- Stellen Sie das Gerät nicht auf einem Teppich ab, welcher höher als die Lauffläche oder der Klappmechanismus ist.
- **WARNUNG:** Konsultieren Sie einen Arzt, bevor Sie trainieren. Dieser Hinweis ist unbedingt für Ältere oder gesundheitlich eingeschränkte Personen zu beachten. Lesen Sie alle Sicherheitshinweise dieser Anleitung sorgfältig, bevor Sie das Gerät benutzen.
- Die Nutzung des Geräts unter Alkohol-, Drogen- oder Betäubungsmittelinfluss ist untersagt.
- Dieses Gerät darf nicht von Personen (Kinder unter 14 Jahren eingeschlossen) genutzt werden, welche körperliche oder mentale Einschränkungen aufweisen oder nicht über genügend Erfahrung zur Nutzung verfügen.
- Keine Anwendung zu medizinischen Zwecken.
- **ACHTUNG – VERLETZUNGSGEFAHR** – Um Verletzungen zu vermeiden, starten Sie das Gerät erst, wenn Sie auf dem Laufgurt stehen. Lassen Sie den Laufgurt zunächst bei geringer Geschwindigkeit laufen und halten Sie sich zur Sicherheit am seitlichen Handlauf fest. Achten Sie immer auf einen sicheren Stand und passen Sie die Geschwindigkeit erst dann schrittweise an, wenn Sie sich sicher fühlen.
- Wählen Sie keine Geschwindigkeit, die Sie konditionell oder muskulär überfordert.
- Bleiben Sie nicht bei eingeschaltetem Laufgurt stehen und laufen Sie weder seitwärts noch rückwärts.
- Springen Sie niemals nach vorne ab.
- Legen Sie immer den Sicherheitsclip an Ihrer Kleidung an, um das Gerät im Notfall stoppen zu können.
- Überprüfen Sie vor dem Einschalten, ob der Laufgurt ausreichend geschmiert und angespannt ist. Der Laufgurt muss mittig verlaufen. Stellen Sie sicher, dass alle sichtbaren Schrauben angezogen sind.
- Wenn der Stromstecker beschädigt ist, muss dieser durch Fachpersonal ausgetauscht werden.
- Schalten Sie das Gerät nie im zusammengeklappten Zustand an.
- Laufen Sie immer in Richtung der Konsole, nie rückwärts auf dem Gerät.
- Das Gerät ist ausschließlich für den privaten Heimgebrauch und nicht für kommerzielle Zwecke bestimmt.
- Platzieren und verwenden Sie das Gerät auf einer trockenen, ebenen und rutschfesten Fläche mit ausreichend Abstand zu allen Seiten (siehe „Aufstellung des Geräts“).
- Platzieren Sie das Gerät keinesfalls auf einer Oberfläche, wenn dadurch Belüftungsöffnungen blockiert würden.
- Um den Boden oder den Teppich vor Beschädigungen oder Verfärbungen zu schützen, sollten Sie eine spezielle Bodenschutzmatte unter das Gerät legen.
- Das maximale Benutzergewicht beträgt 110 kg.



- Kinder unter 14 Jahren dürfen das Gerät unter keinen Umständen benutzen.
- Halten Sie Kinder unter 14 Jahren und Tiere fern von dem Gerät.
- Haustiere und Kinder unter 14 Jahren müssen einen Sicherheitsabstand von 3 Metern zum Gerät einhalten. Lassen Sie diese nicht unbeaufsichtigt in die Nähe des Geräts.
- Kinder unter 14 Jahren sollten zu keiner Zeit in der Nähe des Geräts oder mit dem Gerät selbst spielen.
- Das Reinigen und Warten des Geräts darf nicht von Kindern unter 14 Jahren durchgeführt werden.

WARNUNG: Konsultieren Sie einen Arzt, bevor Sie trainieren. Dieser kann besser einschätzen, ob Sie körperlich oder gesundheitlich dazu in der Lage sind, das Gerät zu benutzen. Der Hinweis ist unbedingt für Ältere oder gesundheitlich eingeschränkte Personen zu beachten. Lesen Sie alle Sicherheitshinweise dieser Anleitung sorgfältig, bevor Sie das Gerät benutzen.



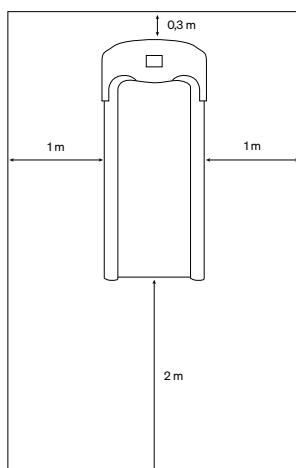
EXPLOSIONSZEICHNUNG/ERSATZTEILLISTE

Unter folgendem Link
finden Sie die Explosionszeichnung
und die Ersatzteile-Liste:

https://service.innovamaxx.de/dft200_spareparts



AUFSTELLEN DES GERÄTS



Stellen Sie das Gerät auf einer ebenen Fläche auf und achten Sie auf die Abstände:

1. Am hinteren Ende des Geräts muss sich ein Freiraum von mindestens 2 Metern befinden.
2. Auf beiden Seiten des Geräts muss der Freiraum mindestens 1 Meter betragen.
3. An der Vorderseite des Geräts muss ein Freiraum von mindestens 30 cm vorhanden sein, um das Zusammenklappen des Geräts sowie das sichere Verlegen des Stromkabels zu gewährleisten.

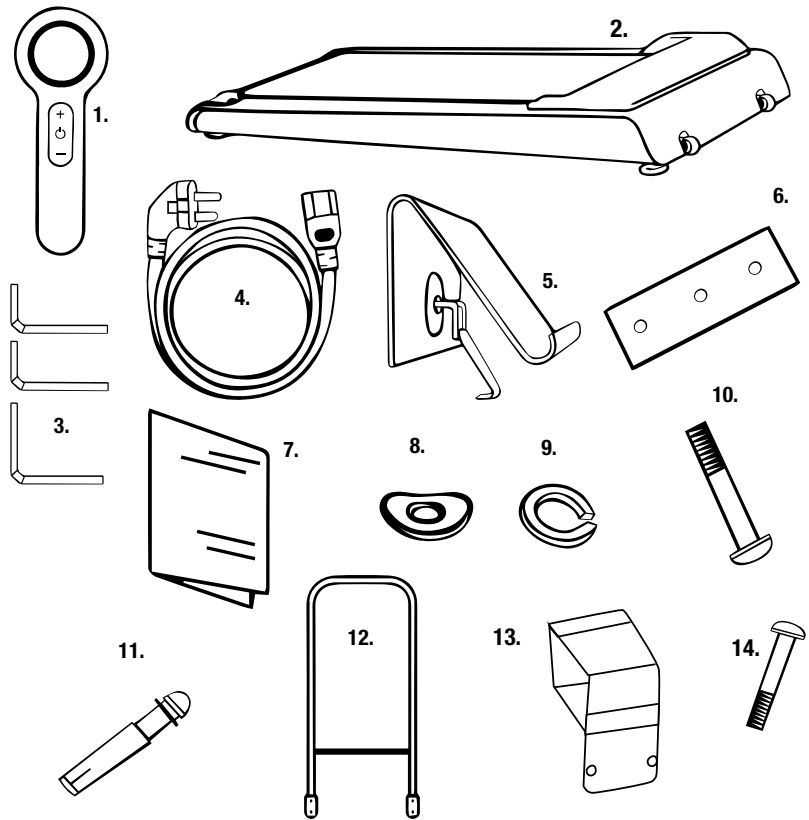
Stellen Sie das Gerät nicht vor Abzüge oder Lüftungen.

Stellen Sie das Gerät nicht in einer Garage, einem überdachten Innenhof, in der Nähe von Wasser oder im Freien auf.

ACHTUNG: Stellen Sie sich, während Sie das Gerät programmieren und andere Vorbereitungen treffen, nicht auf den Laufgurt, sondern nutzen Sie die seitlichen Trittplächen. Starten Sie das Gerät niemals mit einer hohen Geschwindigkeit und versuchen Sie niemals, anschließend auf den Laufgurt aufzuspringen. Erhöhen Sie die Geschwindigkeit schrittweise.

LIEFERUMFANG

Nr.	Beschreibung	Anzahl
1	Fernbedienung	1
2	Laufband	1
3	Werkzeug	1
4	Stromkabel	1
5	Tablethalter/Halterung	1
6	Doppelseitiger Klebestreifen	1
7	Handbuch	1
8	Unterlegscheibe	4
9	Spreng	4
10	M8 Schraube	4
11	M6 Expansions-schraube	2
12	Griff (Optional)	1
13	Standfüße	2
14	M6*15 Schraube	4



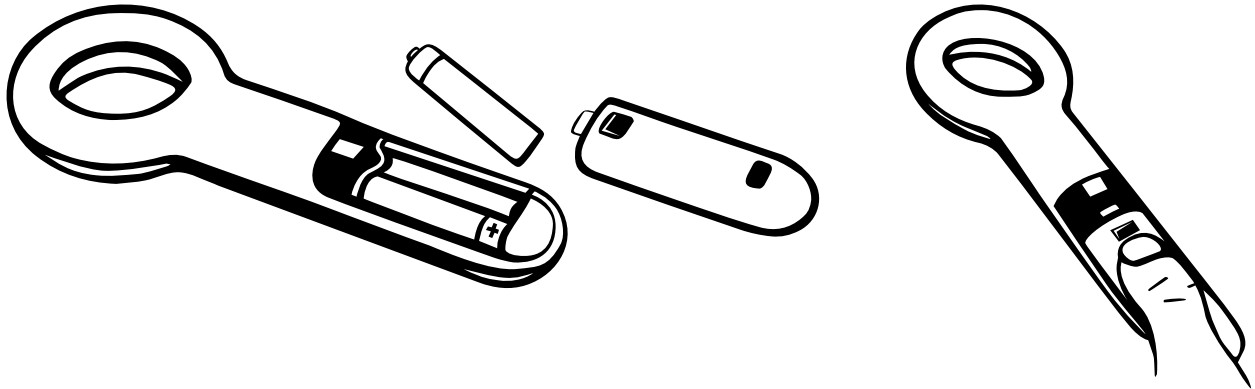
TECHNISCHE DATEN

Produktmaße (LxBxH)	131 x 56 x 105 cm
Bruttogewicht	32,8 kg
Nettogewicht	28 kg
Maximale Geschwindigkeit	7,1 km/h
Maximales Benutzergewicht	110 kg
Frequenzband	2402~2480MHz
Maximal abgestrahlte Sendeleistung	1.7mW

INSTALLATION DER FERNBEDIENUNG

Sie sollten die dazugehörige Fernbedienung während des Betriebs Ihres DFT200 stets in der Hand halten, um sicherzustellen, dass Sie das Gerät im Notfall stoppen können.

Setzen Sie vor dem ersten Gebrauch zwei Micro AAA Batterien (1,5V), wie in der Abbildung zu sehen, in die Fernbedienung ein.



VERWENDUNG DER FERNBEDIENUNG

+ Laufband beschleunigen

- Laufband verlangsamen



START/STOP-Taste

Die Fernbedienung verwendet eine 2,4G-Funksteuerung. Verbinden Sie die Fernbedienung mit Ihrem Gerät, sodass keine Interferenzen mit anderen Laufbändern entstehen.

So verbinden Sie Ihre Fernbedienung:

1. **Schließen Sie das Gerät an und schalten Sie es ein. Die LEDs leuchten nach einem langem "Ring".**
2. **Drücken Sie auf der Fernbedienung die [SPEED +] und [SPEED -] Taste gleichzeitig, lassen Sie die Tasten los, bis die rote und die grüne Lampe wechselhaft aufleuchten. Nun hören Sie zwei Geräusche und die LEDs gehen aus. Die Fernbedienung und das Gerät sind verbunden.**

Startfunktion: Drücken Sie im Standby-Modus die START/STOP-Taste, um das Gerät zu starten.

Stoppfunktion: Drücken Sie die START/STOP-Taste für ca. 3 Sekunden, um das Gerät direkt zu stoppen.

Pausenfunktion: Drücken Sie einmal kurz die START/STOP-Taste, um das Gerät zu pausieren. Das Gerät zeichnet die Daten weiterhin auf.

Sofortstoppfunktion: Drücken Sie START/STOP 3 Mal oder mehrfach, um das Gerät abrupt zu stoppen.

FEHLERBEHEBUNG:

1. Um zu testen, ob die Fernbedienung mit dem Gerät verbunden ist, drücken Sie einmal die „SPEED+“ bzw. „SPEED-“ Taste. Ein Sound wird nun erklingen. Falls nur ein Ton erklingt, ist eine stabile Verbindung vorhanden. Falls zwei Mal ein Ton erklingt, ist die Verbindung fehlerhaft. Falls kein Ton erklingt, verbinden Sie die Fernbedienung, wie zuvor beschrieben, erneut mit dem Gerät.
2. Falls die Fernbedienung erfolgreich verbunden, jedoch nicht funktionstüchtig ist, entfernen Sie die Stromversorgung zum Gerät und stellen Sie diese wieder her. Nun wiederholen Sie den Verbindungsprozess.
3. Falls Sie eine Taste auf der Fernbedienung drücken und sich das Gerät trotz blinkender LED-Leuchte nicht bewegt, wechseln Sie die Batterien in der Fernbedienung.

SICHERHEITSHINWEISE ZUR FERNBEDIENUNG

- Entfernen Sie die Batterien, wenn sie schwach sind oder wenn Sie das Gerät längere Zeit nicht benutzen, um Gefahren durch undichte Batterien zu vermeiden.
- Zerlegen und erhitzen Sie die Batterien nicht.
- Batterien nicht aufladen oder ins Feuer werfen. Explosionsgefahr!
- Lassen Sie die Batterien nicht fallen und üben Sie keinen übermäßigen Druck auf die Fernbedienung aus.
- Achten Sie auf die Polarität (+) und (-). Öffnen Sie den Batteriefachdeckel, um das Etikett zu finden.
- Die Batterie muss korrekt positioniert sein, und bitte stellen Sie sicher, dass die Batteriefeder Kontakt mit der Batterie hat.
- Es besteht Explosionsgefahr, wenn Sie die Batterien verkehrt einsetzen.
- Die Batterien sollten keinen Kontakt mit Wasser haben.
- Ersetzen Sie immer alle Batterien gleichzeitig. Mischen Sie keine alten und neuen Batterien oder etwa verschiedene Batterietypen.
- Entsorgen Sie die Batterien an einem dafür vorgesehenen Ort.
- Aus Sicherheitsgründen ist das eigenmächtige Umbauen und/oder Verändern der Fernbedienung nicht gestattet. Das Gehäuse der Fernbedienung - außer zum Batteriewechsel - nicht öffnen, sonst erlischt die Gewährleistung.
- Setzen Sie Ihre Fernbedienung keiner übermäßigen Hitze aus, etwa in einem in der Sonne geparkten Auto. Ihre Fernbedienung darf nicht in einer Mikrowelle oder einem Ofen getrocknet werden. Chemikalien in Kosmetik, Haarspray, Parfum, Rasierwasser, Aftershave, Sonnencreme und Insektenschutzmittel können die Fernbedienung beschädigen. Legen Sie vor der Anwendung solcher Produkte Ihre Fernbedienung weg und verwenden Sie sie erst wieder, nachdem diese Produkte getrocknet sind.
- **Warnhinweis:** Erstickungsgefahr durch Verschlucken der Batterien oder anderer Kleinteile. Die Fernbedienung, ihre Teile sowie ihre Batterien sollten außerhalb der Reichweite von Kindern und Personen aufbewahrt werden, die diese Teile verschlucken oder sich auf andere Weise damit verletzen könnten. *Bei Verschlucken einer Batterie oder eines Kleinteils suchen Sie sofort einen Arzt auf.*



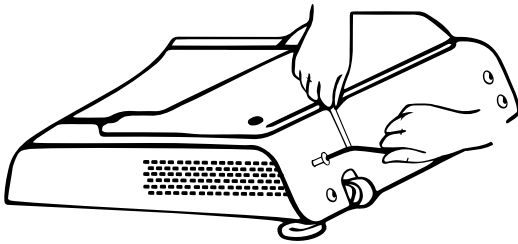
INSTALLATION DER ZUSATZTEILE (OPTIONAL)



Alle Bauteile und vormontierten Teile fest anziehen!

Der Griff ist nicht im Lieferumfang enthalten und kann zusätzlich gekauft werden.

Für die Installation des Griffes folgen Sie diesen 3 Schritten:

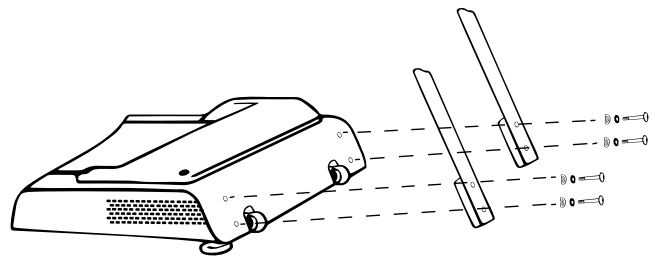


SCHRITT 1

Entfernen Sie die 4 Schrauben an der Vorderseite des Gerätes mit dem 5-mm-Sechskant-schlüssel.

SCHRITT 2

Danach befestigen Sie den Griff mit den Kreisdichtungen, den Federdichtungen und den M8-Schrauben an dem Gerät, wie es auf der Abbildung zu sehen ist.



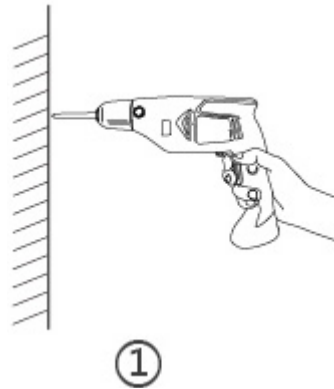
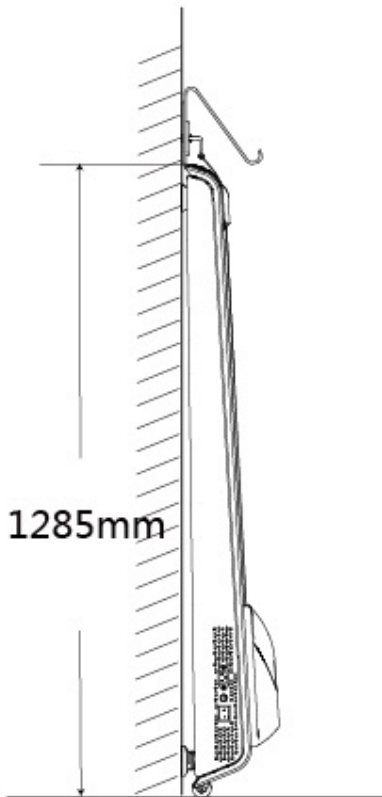
SCHRITT 3

Anschließend ziehen Sie die vorher entfernten Schrauben wieder vollständig fest.

INSTALLATION DER WANDHALTERUNG

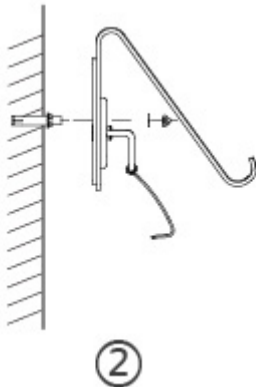
Die Wandhalterung kann auf zwei verschiedene Arten angebracht werden. Einmal fest an der Wand verschraubt und einmal mithilfe eines Klebestreifens.

Für die feste Installation an der Wand folgen Sie bitte diesen Schritten:



SCHRITT 1: Finden Sie die geeignete Stelle und Höhe für die Bohrung. Diese sollte in ungefähr 1285 mm Höhe über dem Boden stattfinden. Markieren Sie die zu bohrenden Löcher zunächst mit einem Bleistift, dann bohren Sie die Löcher für die Expansionsschrauben.

TIPP: Mithilfe eines Staubsaugers lässt sich auch ohne viel Staub bohren.



SCHRITT 2: Versuchen Sie, die Expansionsschraube vorsichtig einzudrehen.

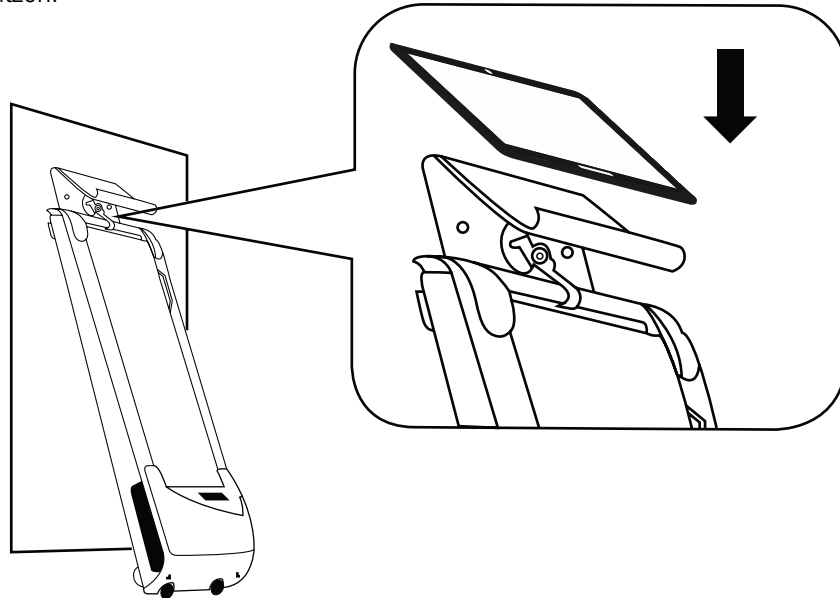


SCHRITT 3: Richten Sie die Expansionsschraube aus und drehen Sie diese vollständig ein.



Um die Halterung mithilfe des Klebestreifens zu befestigen, befolgen Sie die zuvor genannten Schritte, lassen jedoch das Bohren sowie die Expansionsschrauben weg und benutzen Sie zur Befestigung lediglich den Klebestreifen.

Zum Schluss hängen Sie Ihr Gerät in die Halterung ein. Alternativ können Sie die Halterung aber auch als Tablethalterung benutzen.



INSTALLATION DER STANDFÜßE



SCHRITT 1:

Entfernen Sie die Plastikabdeckung der Schrauben.



SCHRITT 2:

Bringen Sie die Standfüße mithilfe der M6*15 Schrauben an.

GESCHWINDIGKEIT

GANG	GESCHWINDIGKEIT (KM/H)
1	0.7
2	1.5
3	2.4
4	3.3
5	4.3
6	5.2
7	6.1
8	7.1

Diese Werte beziehen sich auf eine Testperson mit einem Körpergewicht von 65 kg. Je nach Körpergewicht kann dabei eine Abweichung von ca.10 % auftreten.

WARTUNG



Warnung: Vor der Wartung ist darauf zu achten, dass der Stromstecker des Geräts herausgezogen wird.

REINIGUNG:

Entfernen Sie Staub regelmäßig, um die Bauteile zu säubern und somit die Langlebigkeit zu erhalten. Achten Sie darauf, saubere Sportschuhe zu tragen, um zu vermeiden, dass Schmutz in das Gerät gelangt. Reinigen Sie das Gerät mit einem feuchten Tuch und ein wenig Seife. Achten Sie jedoch darauf, die elektrischen Komponenten und den Laufgurt nicht zu befeuchten.

ACHTUNG:

Vergewissern Sie sich, dass der Netzstecker ausgeschaltet ist, bevor Sie die Motorabdeckung entfernen. Reinigen Sie den Innenraum des Gerätes mindestens einmal im Monat und achten Sie darauf, dass die elektrischen Komponenten nicht nass werden.

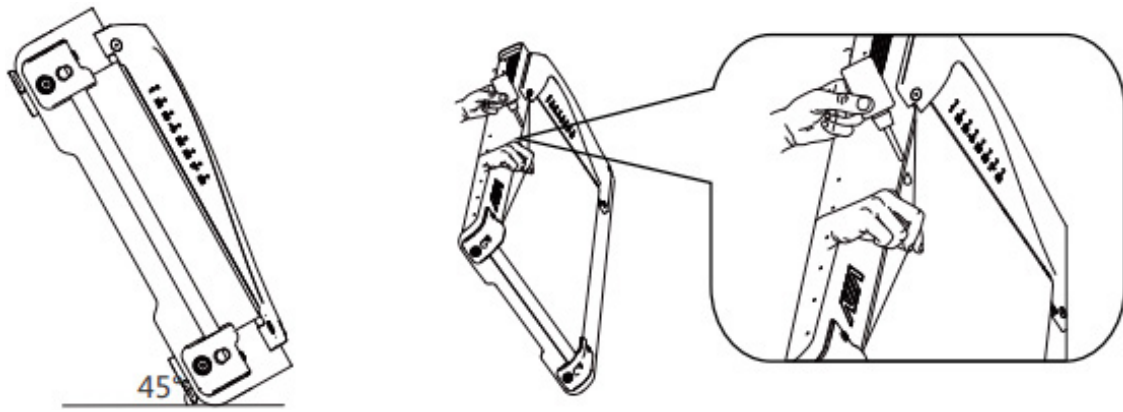
Das Laufdeck und der Laufgurt des Geräts wurden bereits im Werk geschmiert. Die Reibung zwischen dem Laufgurt und dem Laufdeck hat einen großen Einfluss auf das Produktleben und die Leistung des elektrischen Geräts, daher wird ein regelmäßiges Auftragen von Schmiermittel empfohlen.

SILIKONÖL AUFTRAGEN:

Legen Sie das Gerät auf die Seite, neigen Sie es um 45 Grad, dann heben Sie den Laufgurt an. Lassen Sie ein wenig Öl in die Mitte des Laufdecks fließen, wie in der folgenden Abbildung zu sehen ist.

Hinweis: Bitte verwenden Sie das Öl ökologisch.





Wenn die Oberfläche des Geräts beschädigt ist, wenden Sie sich bitte an unseren Kundendienst.
Wir empfehlen, Schmiermittel zwischen Laufgurt und Laufdeck nach folgendem Zeitplan zu verwenden:

Leichter Benutzer	< 3 Stunden / Woche	Jährliche Schmierung
Mittelschwerer Benutzer	≈ 3-5 Stunden / Woche	Halbjährliche Schmierung
Schwerer Benutzer	> 5 Stunden / Woche	Vierteljährliche Schmierung

Um Ihr Gerät besser zu schützen und die Lebensdauer der Maschine zu verlängern, empfiehlt es sich zwischendurch, dieses für ca. 10 Minuten auszuschalten, wenn Sie das Gerät nicht benutzen.

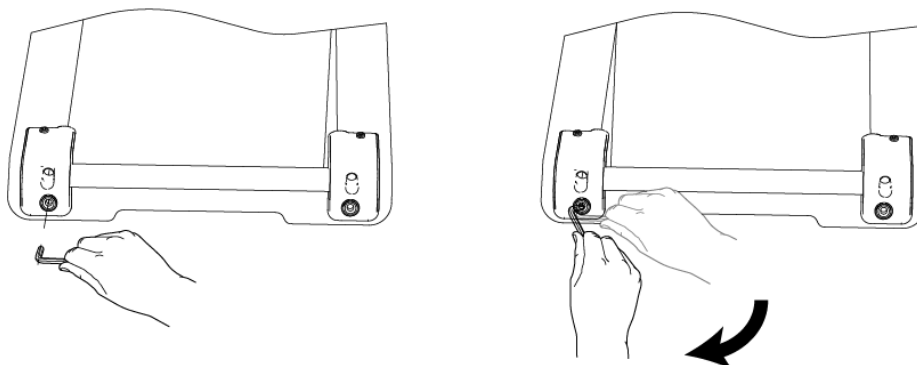
EINSTELLEN / AUSRICHTEN DES LAUFGURTS:

Um das Gerät besser nutzen zu können, ist es notwendig, dass der Laufgurt optimal eingestellt ist.

AUSRICHTUNG:

Legen Sie das Gerät auf den flachen Boden. Lassen Sie das Gerät auf mittlerer Geschwindigkeit (im 5. Gang) laufen (siehe folgende Abbildungen).

Wenn sich der Laufgurt nach links bewegt, drehen Sie den linken Einstellbolzen mithilfe des 6mm Sechskantschlüssels eine Viertel Umdrehung im Uhrzeigersinn.



Wenn sich der Laufgurt nach rechts bewegt, drehen Sie die rechte Einstellschraube mit Hilfe des 6mm Sechskantschlüssels eine Viertel Umdrehung im Uhrzeigersinn.

WENN DER LAUFGURT ZU LOCKER IST UND RUTSCHT:

Drehen Sie die zwei Seiten der Einstellschraube zeitgleich um eine Viertel Drehung im Uhrzeigersinn, passen Sie gegebenenfalls Abweichungen an, wie in den oben genannten Methoden beschrieben.

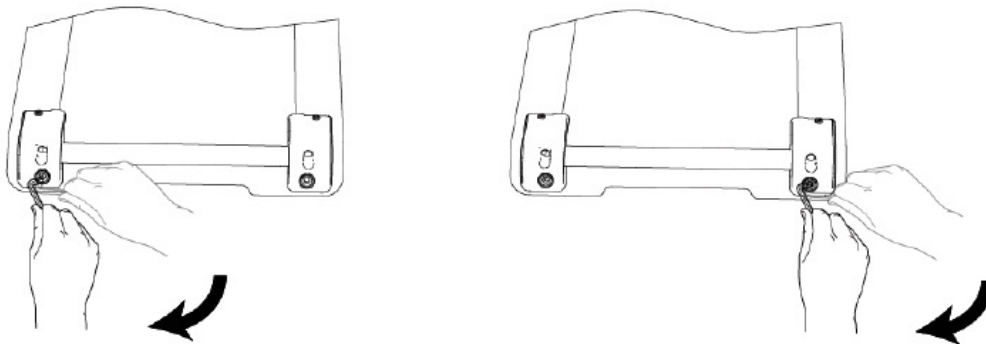
MULTI-KEILRIEMEN-VERSTELLUNG:

Wenn Sie das Gerät lange benutzen, wird der Multi-Keilriemen aufgrund des Abriebs locker. Um den sicheren Gebrauch weiter zu gewährleisten, müssen Sie daher Anpassungen vornehmen.

Wenn Sie z.B. das Gefühl haben, dass beim Laufen das sogenannte Pausen-Phänomen auftritt, kann es sein, dass der Multi-Keilriemen ein wenig locker ist und weitere Justierung benötigt.

Wenn Ihr momentaner Schritt den Laufgurt stoppt, aber der Multi-Keilriemen und die Rolle noch laufen, deutet dies darauf hin, dass der Laufgurt locker ist und entsprechende Einstellungen vorgenommen werden müssen, um den sicheren Gebrauch zu gewährleisten.

Wenn Sie bemerken, dass der momentane Schritt den Laufgurt und den Multi-Keilriemen stoppen, aber der Motor noch läuft, deutet dies darauf hin, dass der Multi-Keilriemen locker ist und entsprechende Anpassungen vorgenommen werden müssen, um den sicheren Gebrauch zu gewährleisten.



ALLGEMEINE FEHLERBEHEBUNG

PROBLEM	URSACHE	LÖSUNG
Das Gerät startet nicht	Keine Stromversorgung oder Schalter auf "off". Der Laufband-Überstromschutz ist nicht angeschlossen.	Stellen Sie die Stromversorgung her und schalten Sie das Gerät ein. Schließen Sie den Überstromschutz an.
Der Laufgurt rutscht	Der Laufgurt ist locker.	Justieren Sie den Laufgurt, wie unter dem Abschnitt "Wartung" dargelegt.
Der Laufgurt ist nicht in der Mitte	Der Laufgurt ist nicht korrekt justiert.	Justieren Sie den Laufgurt mittig.
Sie hören merkwürdige Geräusche	Die Rotationsachse benötigt neues Schmieröl. Die Maschinenschrauben sind lose.	Fügen Sie Schmieröl zur Rotationsachse hinzu. Befestigen Sie die entsprechenden Schrauben.
Kurzschluss oder Beschädigung der Stromleitung am oberen Bedienfeld	Beschädigung der Stromleitung am oberen Bedienfeld.	Lassen Sie das obere Bedienfeld ersetzen.

DEHNUNGSÜBUNGEN

Vor jedem Training sollten Sie Ihre Muskeln mindestens 5-10 Minuten lang dehnen, um sie ausreichend aufzuwärmen. Wiederholen Sie die nachfolgenden Dehnungsübungen daher fünf Mal. Das Dehnen vor dem Training trägt zur Verbesserung der Flexibilität bei und verringert das Verletzungsrisiko.

1 MIT DEM KOPF ROLLEN

Drehen Sie den Kopf nach rechts für eine Sekunde, fühlen Sie die Streckung auf der linken Seite des Nackens, dann drehen Sie den Kopf zurück für eine Sekunde, recken Sie Ihr Kinn nach oben und lassen Ihren Mund geöffnet. Drehen Sie Ihren Kopf nach links für eine Sekunde, dann senken Sie Ihren Kopf auf die Brust für eine Sekunde.



2 SCHULTERHEBEN

Heben Sie Ihre rechte Schulter zu Ihrem Ohr an für eine Sekunde. Danach die linke Schulter für eine Sekunde anheben und dabei gleichzeitig die rechte Schulter ablassen.



3 SEITLICHES STRECKEN

Öffnen Sie Ihre Arme zur Seite und heben Sie diese an, bis sie über Ihrem Kopf sind. Strecken Sie Ihren rechten Arm so weit wie möglich in Richtung Decke für eine Sekunde. Wiederholen Sie diese Aktion mit dem linken Arm.



4 QUADRIZEPS-DEHNUNG

Mit einer Hand an der Wand abstützen, um das Gleichgewicht besser zu halten, nach hinten greifen und den rechten Fuß nach oben ziehen. Die Ferse so nahe wie möglich an das Gesäß heranbringen. Halten Sie diese Stellung für 15 Sekunden und wiederholen es mit dem linken Fuß.



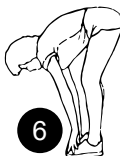
5 INNENSCHENKEL-DEHNUNG

Setzen Sie sich hin, mit den Fußsohlen gegeneinander, Ihre Knie weisen nach außen. Die Füße so nah wie möglich an den Unterleib heranziehen. Drücken Sie die Knie behutsam auf den Boden. 15 Sekunden lang halten.



6 ZEHEN BERÜHREN

Langsam von der Hüfte aus nach vorn beugen, Rücken und Schultern locker halten, während Sie sich strecken bis die Hände den Boden erreichen. So weit wie möglich strecken und 15 Sekunden lang halten.



7 ACHILLESSEHNEN-DEHNUNG

Strecken Sie Ihr rechtes Bein aus. Die Sohle des linken Fußes gegen die Innenseite des rechten Oberschenkels stützen. So weit wie möglich in Richtung Ihrer Zehen strecken. 15 Sekunden lang halten. Entspannen Sie sich und wiederholen Sie es mit dem linken Bein.



8 WADEN/ACHILLES-DEHNUNG

Lehnen Sie sich gegen eine Wand mit dem linken Bein vor dem rechten und den Armen vorwärts gerichtet. Halten Sie Ihr rechtes Bein gerade und den linken Fuß auf dem Boden, dann beugen Sie das linke Bein und lehnen sich nach vorne, indem Sie Ihre Hüften zur Wand hin bewegen. Spannung halten und dasselbe mit dem anderen Bein für 15 Sekunden wiederholen.



ANWENDUNGSSOFTWARE (APP)

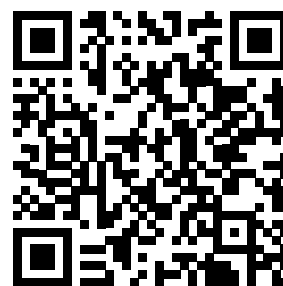
Sie können die App „VAN Fit“ über den hier abgebildeten QR-Code herunterladen. Voraussetzung für Ihr mobiles Endgerät: Android 4.3 / iOS 7.0 oder höher mit Bluetooth 4.0 oder höher.

Bitte schalten Sie zuerst die Bluetoothfunktion auf Ihrem Gerät ein, starten Sie dann die App und drücken Sie auf „Connect“.

Android



iOS



HINWEISE ZUR NUTZUNG DER APP:

Sie sollten nur Apps installieren, deren Quellen Sie vertrauen. Sportstech Brands Holding GmbH kann keine Haftung für Software übernehmen, die von Drittanbietern bereitgestellt wird.

Wenn ein zweiter Benutzer das Gerät verwenden möchte, kann die APP normalerweise auf zwei Arten verwendet werden:

1. Der erste Benutzer muss sich von der APP abmelden, dann muss sich der zweite Benutzer bei der APP anmelden.
2. Schalten Sie den Netzschalter aus und wieder ein.



ENTSORGUNG

Hinweise zur Rücknahme von Elektroaltgeräten und Altbatterien

Liebe Kundinnen und Kunden, als Endnutzer sind Sie gesetzlich verpflichtet, Elektroaltgeräte und Altbatterien sowie Altakkumulatoren einer vom Siedlungsabfall getrennten Erfassung zuzuführen. Dies möchten wir Ihnen so einfach wie möglich machen. Bitte beachten Sie hierzu folgende Hinweise:

Hinweise zum Elektro- und Elektronikgerätegesetz (ElektroG)



Wir weisen Besitzer von Elektro- und Elektronikgeräten darauf hin, dass Elektroaltgeräte gemäß den geltenden gesetzlichen Vorschriften einer vom Siedlungsabfall getrennten Erfassung zuzuführen sind.

Das dargestellte und auf Elektro- und Elektronikgeräten aufgebrachte Symbol einer durchgestrichenen Abfalltonne weist zusätzlich auf die Pflicht zur getrennten Erfassung hin.

Kennzeichnung von Sammel- und Rückgabestellen für den Endnutzer - Sammellogo:

Wo immer Sie dieses Zeichen sehen, d.h. im Handel, an einem Wertstoff- oder Recyclinghof, können Sie sich sicher sein, dass man alte Elektrogeräte zurückgeben kann.



Vertreiber von Elektro- und Elektronikgeräten sind nach den in § 17 Abs. 1 ElektroG definierten Voraussetzungen zur Rücknahme von Elektro- und Elektronikgeräten verpflichtet. Stationäre Vertreiber müssen beim Verkauf eines neuen Elektro- und Elektronikgeräts ein Elektroaltgerät der gleichen Art kostenfrei zurücknehmen (1:1-Rücknahme). Dies gilt auch bei Lieferungen nach Hause. Diese Vertreiber müssen außerdem bis zu drei kleine Elektroaltgeräte ($\leq 25\text{cm}$) zurücknehmen, ohne dass dies an einen Neukauf geknüpft werden darf (0:1-Rücknahme). Sofern Sie dies wünschen, müssen Fernabsatzvertreiber (z. B. Online-Vertreiber) nach den in § 17 Abs. 2 ElektroG definierten Voraussetzungen bei Auslieferung eines Elektro- und Elektronikgeräts der Kategorie 1, 2 und 4 im Sinne von Anlage 1 ElektroG am Ort der Abgabe des Neugeräts (z. B. Ihre Wohnung) ein vergleichbares Elektroaltgerät kostenlos abholen. Außerdem müssen diese Vertreiber nach § 17 Abs. 2 ElektroG für die Produktkategorien 3, 5 und 6 im Sinne von Anlage 1 ElektroG Rücknahmestellen für Elektroaltgeräte in zumutbarer Entfernung zu den Endnutzern bereithalten.

Nachfolgend möchten wir Sie auf die von uns geschaffenen Rückgabemöglichkeiten nach § 17 Abs. 1 und Abs. 2 ElektroG informieren.

Sie können 3 Elektroaltgeräte einer Geräteart bis zu einer Größe von 25 cm unentgeltlich in unseren Shops abgeben:

- 10627 Berlin; Bismarckstraße 73
- 40477 Düsseldorf; Nordstraße 27
- 80797 München; Schleißheimer Str. 141

Sie können größere Elektroaltgeräte bei einem Kauf eines vergleichbaren Neugeräts ebenfalls in unseren Shops abgeben. Sie können Elektroaltgeräte aber auch in den unter <https://www.take-e-back.de/Verbraucher-Ruecknahmestellen-finden> angeführten Rücknahmestellen zurückgeben.

Nach dem ElektroG sind wir als Fernabsatzvertreiber von Elektrogeräten nach § 17 Abs. 2 ElektroG in Verbindung mit § 17 Abs. 1 ElektroG verpflichtet, Elektro- und Elektronikaltgeräte auch in Fällen der Auslieferung unentgeltlich zurückzunehmen. Dieser gesetzlichen Verpflichtung kommen wir **über** die take-e-way GmbH nach. Sofern Sie von uns ein Elektrogerät der Kategorie 1, 2 oder 4 im Sinne von Anlage 1 ElektroG erworben haben, können Sie von uns bei der Auslieferung des bestellten Neugeräts die unentgeltliche Abholung eines vergleichbaren Elektroaltgeräts fordern. Bitte wenden Sie sich hierfür an unsere Mitarbeiter. Sie erreichen uns per E-Mail unter takeaway@sportstech.de.

Weitergehende Informationen zur Abholung eines Elektroaltgeräts finden Sie unter www.sportstech.de/entsorgung. Daneben können Sie Elektroaltgeräte an den Sammelstellen der öffentlich-rechtlichen Entsorgungsträger abgeben. Sie leisten einen wichtigen Beitrag zur Wiederverwendung, zum Recycling und zur sonstigen Verwertung von Altgeräten, indem Sie Ihre Altgeräte einer getrennten Erfassung in den richtigen Sammelgruppen zuführen. Für die Löschung personenbezogener Daten auf den zu entsorgenden

Elektroaltgeräten sind Sie als Endnutzer vor der Abgabe selbst verantwortlich.

- Besitzer von Altgeräten haben Altbatterien und Altakkumulatoren, die nicht vom Altgerät umschlossen sind, sowie Lampen, die zerstörungsfrei aus dem Altgerät entnommen werden können, im Regelfall vor der Abgabe an einer Erfassungsstelle vom Altgerät zu trennen und einer hierfür vorgesehenen Entsorgung zuzuführen.

B. Hinweise zur Entsorgung und Symbolik für ein Elektrogerät mit Hinweis zum Batteriegesetz (BattG)



Altbatterien und Altakkus dürfen nicht im Hausmüll entsorgt werden. Als Endnutzer sind Sie zur Rückgabe von Altbatterien gesetzlich verpflichtet. Das Zeichen mit der durchgekreuzten Abfalltonne bedeutet, dass Sie Altbatterien und Altakkus nicht im Hausmüll entsorgen dürfen.

Nutzen Sie dafür die offiziellen Rücknahmestellen wie etwa die Sammelstellen öffentlich-rechtlicher Entsorgungsträger. Sie können Altbatterien außerdem auch in Handelsgeschäften zurückgeben, sofern diese Batterien veräußern. Finden sich unter dem Zeichen der durchgekreuzten Abfalltonne auf der Batterie oder der Verpackung zusätzlich die Zeichen Cd, Hg oder Pb ist das ein Hinweis darauf, dass die Batterie entweder Cadmium, Quecksilber oder Blei enthält. Es handelt sich dabei um giftige Schwermetalle, die nicht nur erhebliche Risiken für die Umwelt, sondern auch für die menschliche Gesundheit bergen.

Kennzeichnung von Sammel- und Rückgabestellen für den Endnutzer-Sammellogo:



HINWEIS: In die Sammelboxen mit diesem Zeichen gehören nur Gerätebatterien und keine batteriebetriebenen Elektrogeräte



Altbatterien, die wir als Neubatterie führen oder geführt haben, können Sie auch bei uns im Versandlager oder in unseren Shops zurückgeben:

- Sportstech Brands Holding GmbH; Kanalstr 117; 12357 Berlin
- 10627 Berlin; Bismarckstraße 73
- 40477 Düsseldorf; Nordstraße 27
- 80797 München; Schleißheimer Str. 141
- Zur Vermeidung von Kurzschlüssen sollten die Pole von Lithium-Batterien vor der Rückgabe verklebt werden.
- Aus Sicherheitsgründen bitten wir Sie, die Batterien nicht postalisch an uns zu verschicken und verweisen exemplarisch dazu auf die Regelungen zum Versand von Gefahrgut der Deutschen Post.
- Sie können die Haltbarkeit Ihrer Batterien positiv beeinflussen, indem Sie Geräte, die Sie nicht nutzen, ausschalten und zusätzlich die Batterien herausnehmen.

Unabhängig davon weisen wir auf Folgendes hin:

- Altbatterien enthalten Schadstoffe, die bei nicht sachgemäßer Lagerung oder Entsorgung die Umwelt oder Ihre Gesundheit schädigen können.
- Batterien enthalten aber auch wichtige Rohstoffe wie z.B. Eisen, Zink, Mangan oder Nickel und können verwertet werden. Wenn Sie Batterien über den Hausmüll entsorgen, werden diese auf eine Mülldeponie gebracht. Dadurch gehen diese wichtigen Rohstoffe verloren und verschmutzen die Umwelt.
- Durch eine vom Hausmüll getrennte Entsorgung von Batterien leisten Sie einen wichtigen Beitrag zum Umwelt- und Gesundheitsschutz. Jede Batterie, die Sie fachgerecht entsorgen, wird für die Herstellung neuer Batterien wiederverwendet.

Recyclingkreislauf



Verpackungsmaterialien können wieder dem Rohstoffkreislauf zugeführt werden. Entsorgen Sie die Verpackung gemäß den aktuellen Bestimmungen. Informationen erhalten Sie bei den Rückgabe- und Sammelsystemen Ihrer Gemeinde.

USER MANUAL

ENGLISH

Dear customer,

We are pleased you chose a device from the SPORTSTECH product range. SPORTSTECH sports equipment offers you high quality and new technology.

In order to fully use the potential of your device and be able to enjoy it for many years, please read this manual carefully before starting up and beginning of training, and use the device according to the instructions. The operational safety and function of the device can only be guaranteed if the safety instructions in this user manual are observed. We shall not assume any liability for damages resulting from improper use or incorrect operation.



- **Make sure that ALL persons using the device have read and understood this user manual. Keep this manual close to the device.**



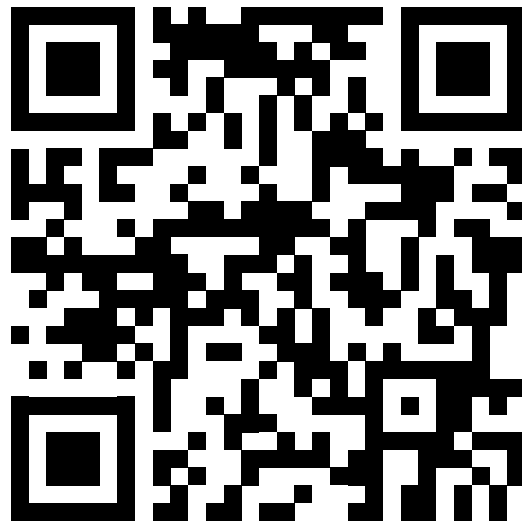
- **Adhere to ALL Safety Advices in this manual.**
- **NEVER overexert yourself or others when using the device.**



Our **video tutorials** for you!

Assembly, use, disassembly.

1. Scan the QR code
2. Watch videos
3. Start fast and safely



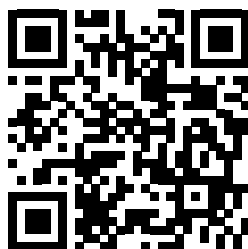
Link to the videos:

https://service.innovamaxx.de/dft200_video

We are also on social media!

Get the latest product information, training content and much more on our:

Instagram-page



Facebook-page



<https://www.instagram.com/sportstech.de>

<https://www.facebook.com/sportstech.de>

INDEX

IMPORTANT SAFETY INSTRUCTIONS	26
EXPLODED DRAWING/SPARE PARTS LIST	28
SETTING UP THE DEVICE	28
SCOPE OF DELIVERY	29
TECHNICAL DATA	29
INSTALLATION OF THE REMOTE CONTROL	30
USING THE REMOTE CONTROL	30
REMOTE CONTROL SAFETY INFORMATION	31
INSTALLATION OF THE ACCESSORIES (OPTIONAL)	32
SPEED	35
MAINTENANCE	35
GENERAL TROUBLESHOOTING	37
STRETCH EXERCISE	38
APPLICATION SOFTWARE (APP)	39
DISPOSAL	40
DECLARATION OF CONFORMITY	113



IMPORTANT SAFETY INSTRUCTIONS



It is essential to fully observe this safety information when using this product. Read all instructions thoroughly before using the product.

DANGER: To reduce the risk of electric shock, unplug the product after use, during assembly or disassembly, and for maintenance or cleaning purposes. Ignoring this notice could result in physical harm or damage to the product.

WARNING: To reduce further sources of danger, please carefully observe the following information:

- Do not leave the device unattended as long as it is connected to the mains. First press the power circuit breaker on the back before pulling out the power cord.
- Stop the device before you touch the power switch, pull the power plug or fold the device up.
- The device may only be used for the stated purpose. Improper use is not permitted.
- Never use the device if the power plug is damaged, the device is not working properly or has been exposed to moisture. In this case, contact your dealer.
- Do not carry out any changes or maintenance steps on the device that are not described in these instructions. This can damage the device.
- Make sure that the room in which the device is located is adequately ventilated and that the motor compartment of the device has sufficient circulating air.
- Do not use the device outdoors.
- Do not use the power plug to pull and move the device.
- Elderly or physically disadvantaged people should only use the device under supervision if intervention by a supervisor is necessary.
- To avoid damaging the device, do not use sprays or aerosol products near the device.
- Keep the device dry and away from moisture and humidity.
- The motor cover can heat up during use. Place the device on a heat-resistant surface.
- Keep the power plug and the power cord away from hot surfaces.
- Set up the device on a firm, level surface with a sufficient safety radius (see „Setting up the device“). Make sure that there are no objects in the immediate vicinity of the device while it is in use, as these may be the cause of injury.
- Only one person may stand on the treadmill while it is being used.
- Wear comfortable and appropriate clothing during use. Do not use the device wearing just socks or barefoot. Always wear suitable sportswear. Do not wear clothing or objects that are loose or that could get caught in the device. Keep clothes or towels away from the device's running belt.
- Always wear suitable sports shoes with high slip resistance. The use of shoes with heels, leather soles or running shoes with spikes is prohibited. Make sure that the shoes are free of dirt and that the laces do not touch the running belt.
- Use the side handrail for support during training.
- The device may only be used with a voltage of 220-240 V 50 Hz in earthed sockets. No connector leads may be used.
- Do not wear jewelry while exercising. Keep your hands away from the running belt and other moving parts during use to avoid injury.
- **CAUTION:** Always make sure that your arms and legs as well as (small) children, pets or other objects do not get under the running belt at the rear end of the device during operation to avoid possible serious injuries or damage to the device.
- Never get off the device while the running belt is moving. Switch off the device beforehand and hold on to the side handrail when descending.
- Do not place the device on a carpet that is higher than the running surface or the folding mechanism.

- **WARNING:** Consult a doctor before exercising. This note must be observed by the elderly or people with limited health. Read all the safety instructions in this manual carefully before using the device.
- The use of the device under the influence of alcohol, drugs or narcotics is strictly prohibited.
- This device must not be used by persons (including children under the age of 14) who have physical or mental limitations or who do not have sufficient experience to use it.
- Not to be used for medical purposes.
- **CAUTION - RISK OF INJURY** - To avoid injury, do not start the device until you are on the running belt. First let the running belt run at low speed and hold onto the side handrail for safety. Always make sure you have a secure footing and only adjust your speed gradually when you feel safe.
- Do not choose a speed that is physically or muscularly overwhelming for you.
- Do not stand still with the running belt switched on and do not run sideways or backwards.
- Never jump forward.
- Always put the safety clip on your clothing so that you can stop the device in an emergency.
- Before switching on, check that the running belt is adequately lubricated and tensioned.
- The running belt must run in the middle. Make sure that all visible screws are tightened.
- If the power plug is damaged, it must be replaced by qualified personnel.
- Never switch on the device when it is folded.
- Always walk towards the console, never backwards on the device.
- The device is intended exclusively for private home use and not for commercial purposes.
- Place and use the device on a dry, level and non-slip surface with sufficient clearance on all sides (see „Setting up the device“).
- Do not place the device on a surface if it would block ventilation openings.
- To protect the floor or carpet from damage or discoloration, you should place a special floor protection mat under the device.
- The maximum user weight is 110kg.



- Children under 14 years of age must not use the device under any circumstances.
- Keep children under the age of 14 and animals away from the device.
- Pets and children under the age of 14 must keep a safety distance of 3 meters from the device. Do not leave them unattended near the device.
- Children under the age of 14 should never play in the vicinity of the device or with the device itself.
- Cleaning and maintenance of the device must not be carried out by children under 14 years of age.

WARNING: Consult a doctor before exercising. They can better assess whether you are physically able to use the device or healthy enough to use it. This instruction must be observed by the elderly or people with reduced health. Read all the safety instructions in this manual carefully before using the device.

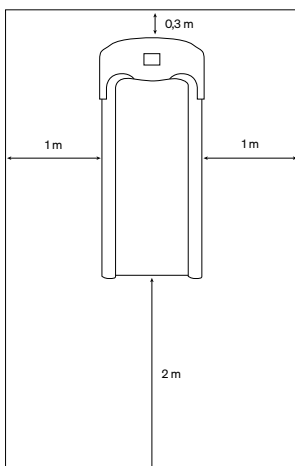
EXPLODED DRAWING/SPARE PARTS LIST

At the following link
you will find the exploded drawing
and the spare parts list:

https://service.innovamaxx.de/dft200_spareparts



SETTING UP THE DEVICE



Set up the device on a level surface and pay attention to the surrounding clear space:

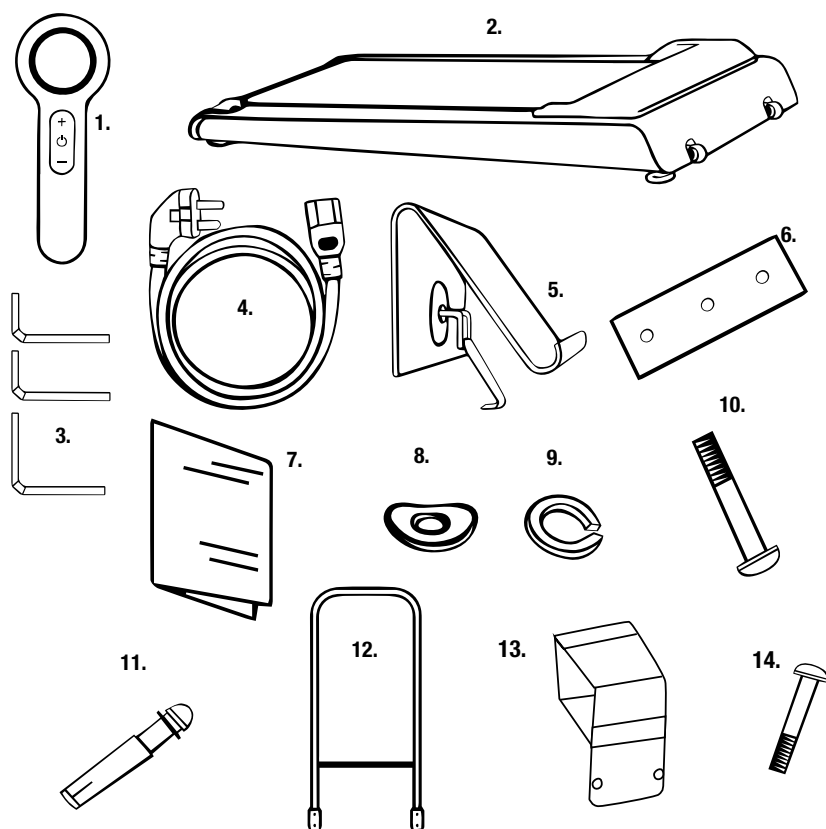
1. There must be at least 2 meters of free space at the rear of the device.
2. There must be at least 1 meter of free space on both sides of the device.
3. There must be at least 30cm of free space at the front of the device to allow the device to be folded up and the power cord to be routed safely.

Do not place the device in front of fume cupboards or ventilation systems.
Do not use the device in a garage, covered courtyard, near water, or outdoors.

DANGER: While you program the device and engage in any other preparations, never stand on the running belt. Always use the side treads instead.
Never operate the device at high speed and never try to jump onto the running belt afterwards. Always increase speed gradually.

SCOPE OF DELIVERY

No.	Description	Quantity
1	Remote control	1
2	Running belt	1
3	Tools	1
4	Power cable	1
5	Tablet holder	1
6	Double-sided adhesive tape	1
7	Manual	1
8	Washer	4
9	Feder	4
10	M8 Screw	4
11	M6 expansion screw	2
12	Handle (optional)	1
13	Stand	2
14	M6*15 Screw	4



TECHNICAL DATA

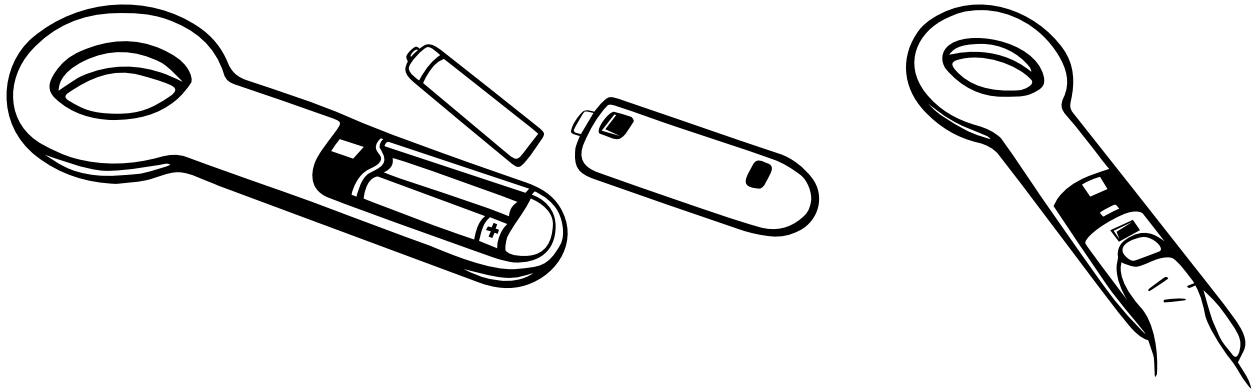
Product dimensions (LxWxH)	131 x 56 x 105 cm
Gross weight	32,8 kg
Net weight	28 kg
Maximum speed	7,1 km/h
Maximum user weight	110 kg
Frequency band	2402~2480MHz
Maximum transmit power radiated	1.7mW

EN

INSTALLATION OF THE REMOTE CONTROL

You should hold the remote control in your hand when using your DeskFit200 in order to ensure that you can stop your device at any time in an emergency situation.

As shown in the following pictures, insert two Micro AAA batteries (1.5V) into the remote control.



USING THE REMOTE CONTROL

+ Accelerate the treadmill

- Decelerate the treadmill

⏻ On/off switch

The remote uses a 2.4G radio control. Connect the remote control to your device so that it does not interfere with other treadmills.

How to connect your remote:

1. **Connect the treadmill and turn it on. The LEDs brighten after a long "ring".**
2. **Press the remote control [SPEED +] and [SPEED] buttons simultaneously, release the buttons until the red lamp and the green lamp light up alternately. Now you will hear two sounds, and the LEDs go off. The remote control and the treadmill are connected.**

Starting function: In standby mode, press the START/STOP button to start the treadmill.

Stop function: Press the START/STOP button for approx. 3 seconds to stop the treadmill directly.

Pause function: Briefly press the START/STOP button once to pause the treadmill. The device continues to record the data.

Quick stop function: Press START / STOP 3 times or more to stop the treadmill instantly.

TROUBLESHOOTING:

1. To test if the remote is connected to the treadmill, press the "SPEED +" or "SPEED" button once. A sound will be played now. If only one sound is heard, there is a stable connection. If a sound is played twice, the connection is faulty. If no sound is heard at all, reconnect the remote to the device as described above.
2. If the remote control is successfully connected but not working, disconnect the treadmill from the power supply. Then repeat the connection process.
3. If you press a button on the remote control and the treadmill does not move despite the LED flashing, change the batteries in the remote control.

REMOTE CONTROL SAFETY INFORMATION

- Remove the batteries when they are weak or when the device is not going to be used for a long period of time to avoid the risk of leaking batteries.
- Do not disassemble or heat the batteries in any way.
- Do not recharge batteries or throw them into any fire. Risk of explosion!
- Do not drop the batteries or apply excessive pressure on the remote control.
- Pay attention to the polarity (+) and (-). Open the battery cover to find the labels.
- The battery must be correctly positioned and please ensure that the battery spring is in contact with the battery.
- There is a risk of explosion if you insert the batteries the wrong way round.
- The batteries should never come into contact with water.
- Always replace all batteries at the same time. Do not mix old and new batteries or different types of batteries.
- Dispose of the batteries in an appropriate designated place.
- For safety reasons, unauthorized alterations and / or changes to the remote control are not permitted. Do not open the housing of the remote control - except to change the battery - otherwise the warranty will expire.
- Do not expose your remote control to excessive heat, such as in a car parked in the sun. Your remote control should never be dried in a microwave or oven. Chemicals in cosmetics, hairspray, perfume, aftershave, sunscreen, and insect repellent can damage the remote control. Put your remote control away before using such products and do not use the remote control until such products have dried.
- **Warning:** Danger of suffocation if batteries or other small parts are swallowed. The remote control, its parts and its batteries should be kept out of the reach of children and persons who could swallow these parts or otherwise injure themselves with them. *If a battery or a small part is swallowed, consult a doctor immediately.*



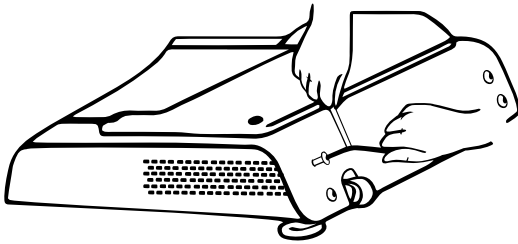
INSTALLATION OF THE ACCESSORIES (OPTIONAL)



Firmly tighten all component parts and pre-assembled parts!

The handle is not included and can be bought additionally.

To install the handle, follow these 3 steps:

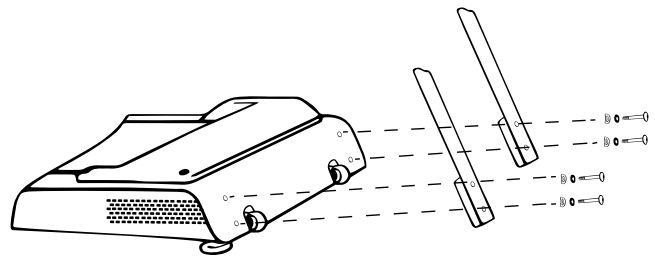


STEP 1

Remove the 4 screws on the front of the device using the 5 mm hex wrench.

STEP 2

Then fix the handle, the circular seal, the spring seal and the M8 screw on the device as shown in the picture.



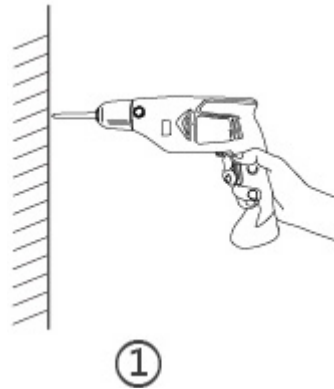
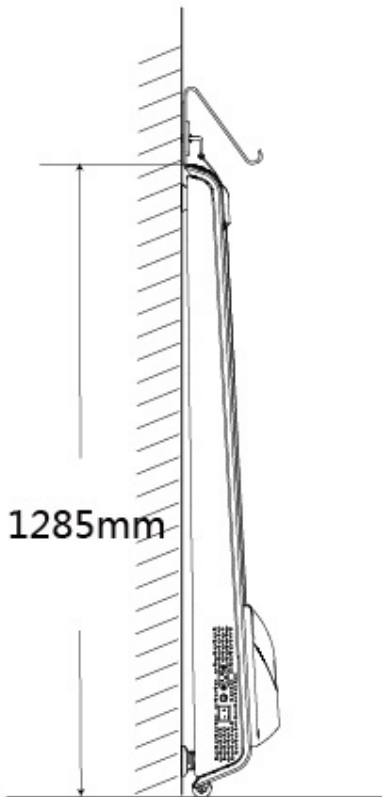
STEP 3

Then tighten the screws that were just removed.

WALL MOUNT INSTALLATION

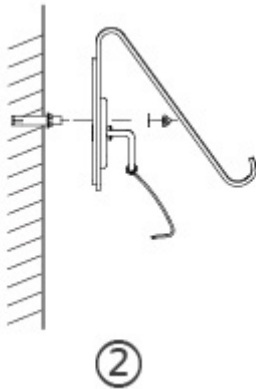
The wall holder can be mounted in two different ways. Either fixed firmly to the wall, or using an adhesive strip

For fixed installation on the wall, please follow these steps:



STEP 1: Find the appropriate location and height for your installation, this should be about 1,285mm from the ground. Mark the holes to be drilled using a pencil, then drill the holes for your expansion screws.

HINT: Using a vacuum cleaner, drilling can be done without a big deal of dust.



STEP 2: Try to carefully embed the expansion screw.

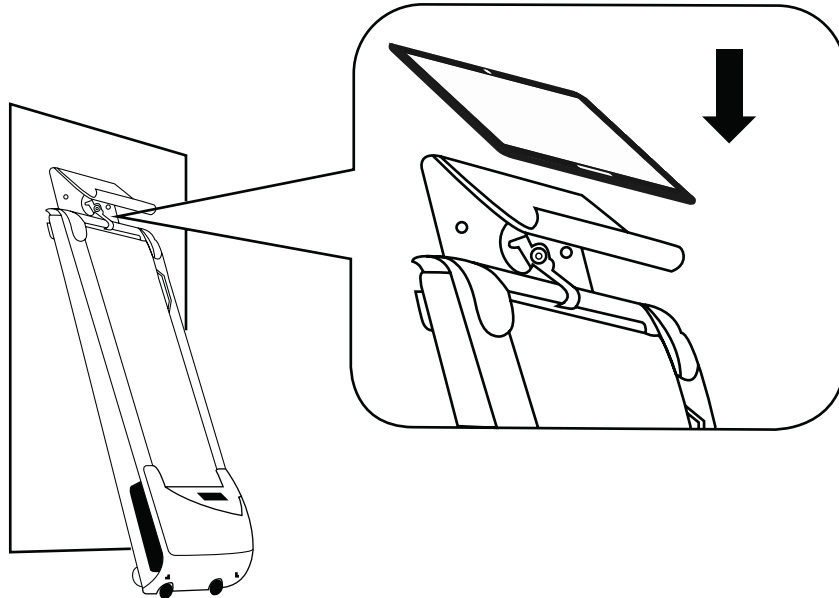


STEP 3: Align the expansion screw and finally tighten it.



To attach the wall holder using the adhesive strip, follow the steps above and just leave out the expansion screws and rather use the adhesive strip to fix it.

Finally, hook your device to the holder. You can also use the bracket to place your tablet PC.



INSTALLATION OF THE STAND



STEP 1:

Remove the plastic cover of the screws.



STEP 2:

Attach the Stand using M6 * 15 screws.

SPEED

COURSE	SPEED (KM/H)
1	0.7
2	1.5
3	2.4
4	3.3
5	4.3
6	5.2
7	6.1
8	7.1

These values refer to a test person with 65 Kg. Therefore a deviation of approx. 10% can occur.

MAINTENANCE



Caution: Prior to maintenance, make sure that the power plug of the treadmill is pulled out.



CLEANING:

Remove dust regularly to keep the parts clean and for sustained durability. Be sure to wear clean athletic shoes to avoid dirt getting into the treadmill. Treadmills are cleaned with a damp cloth, and with a little soap. Be careful not to moisten the electrical components and the running surface.

CAUTION:

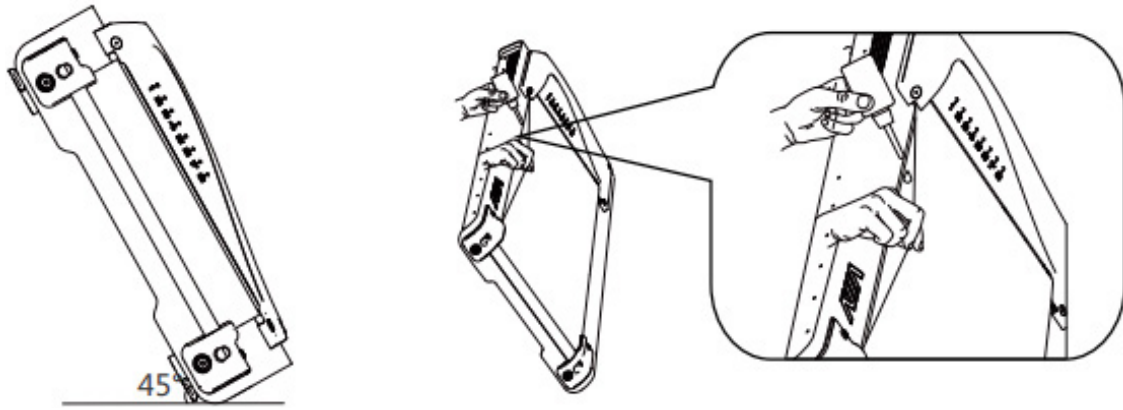
Make sure the power plug is pulled out before removing the motor cover, clean the interior of the device at least once a month, and ensure that the electrical components do not get wet.

The footboard and running belt of the electric tread was lubricated in the factory. The friction between the running belt and the footboard has significant impact on the product life and the performance of the electric tread, so a regular application of grease is required.

APPLY SILICONE OIL:

Place the treadmill on the side, tilt it by 45°, then lift the running belt. Allow a small amount of oil to flow into the centre of the footboard, as shown in the following illustrations.

Note: Please use the oil ecologically.



If the surface of the running belt is damaged, please contact our customer service.

We recommend using lubricant between running belt and running deck as per the following schedule:

Easy user	Use / Training less than 3 hours / week	once a year
Moderate user	Use / Training 3-5 hours / week	once every half year
Heavy user	Use / Training more than 5 hours / week	once every quarter

In order to protect your treadmill optimally and prolong its service life, it is recommended to switch it off for approx. 10 minutes if you do not use it for a while during a session.

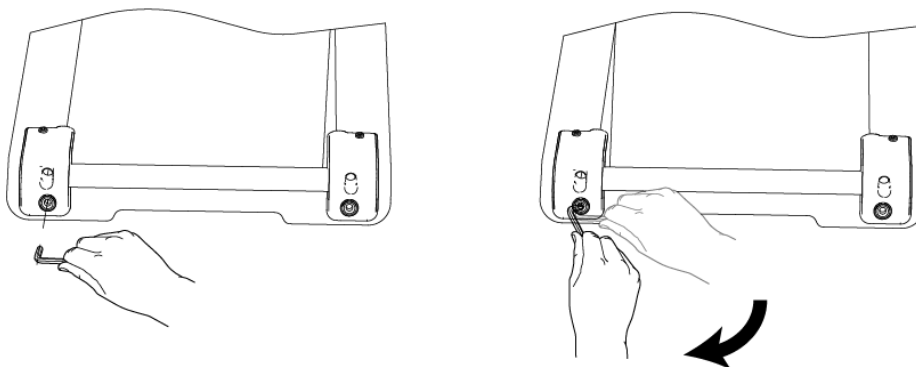
ADJUSTING/ALIGNING THE RUNNING SURFACE:

In order to maximise use of the treadmill, it is vital that the running surface is optimally adjusted.

ALIGNMENT:

Place the device on the flat floor. Run the device at medium speed (in the 5. gear). (See the following illustrations)

When the running surface is closer to the left side, turn the left adjusting bolt clockwise with a quarter turn, using the 6mm hex wrench.



If the running belt is closer to the right side, turn the right adjusting bolt anti-clockwise by a quarter turn, using the 6mm hex wrench.

IF THE RUNNING BELT IS TOO LOOSE AND SLIPPING:

Turn on both sides the adjusting screws by a quarter of a turn clockwise, if necessary, adjust deviations as in the above methods.

MULTI-V-BELT ADJUSTMENT:

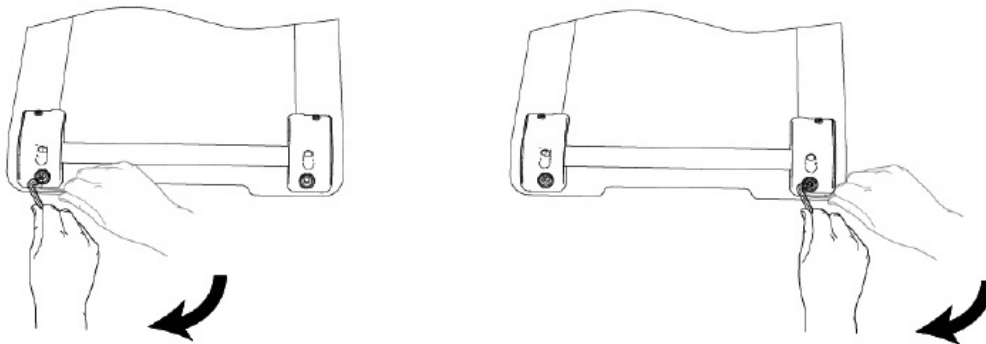
If you use the treadmill for a long time, the multi-V-belt becomes loose due to abrasion, To ensure safe use, you must make an adjustment.

If it appears the so-called pause phenomenon is occurring during running, the multi-V-belt may be too loose, and further adjustment is necessary.

If the belt can run freely, the tightness is appropriate.

If the running belt is halted, but the multi-V-belt and the roller are still running, it indicates that the running belt is loose and appropriate adjustments must be made to ensure safe use.

If you notice that the running belt and the multi-V-belt are halted, but the motor is still running, it indicates that the multi-V-belt is loose and appropriate adjustments must be made to ensure safe use.



GENERAL TROUBLESHOOTING

PROBLEM	REASON	SOLUTION
The device does not start	No power supply, or switch is on 'off'. The treadmill's excess current protection is not connected.	Connect power supply and switch on the device. Connect the excess current protection.
The running belt is slipping	The running belt is loose.	Adjust the running belt according to section 8. Maintenance.
The running belt is off centre	The running belt is not adjusted correctly.	Adjust the running belt to being centred.
You hear strange noises	The rotation axis requires grease.	Apply grease to the rotation axis. Tighten the appropriate screws.
Short circuit or damage to the power cable on the upper control panel	Damage to the power cable on the upper control panel.	Replace the lower control panel.



STRETCH EXERCISE

Before each workout you should stretch your muscles for at least 5-10 minutes to warm them up sufficiently. Repeat the following stretching exercises five times. Stretching before training helps improve flexibility and reduces the risk of injury.

1 HEAD ROLLS

Rotate your head to the right for one count, feeling the stretch up the left side of your neck, then rotate your head back for one count, stretching your chin to the ceiling and letting your mouth open. Rotate your head to the left for one count, then drop your head to your chest for one count.



2 SHOULDER LIFTS

Lift your right shoulder toward your ear for one count. Then lift your left shoulder up for one count as you lower your right shoulder.



3 SIDE STRETCHES

Open your arms to the side and lift them until they are over your head. Reach your right arm as far toward the ceiling as you can for one count. Repeat this action with your left arm.



4 QUADRICEPS STRETCH

With one hand against a wall for balance, reach behind you and pull your right foot up. Bring your heel as close to your buttocks as possible. Hold for 15 counts and repeat with left foot.



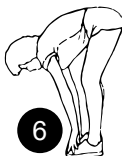
5 INNER THIGH STRETCH

Sit with the soles of your feet together and your knees pointing outward. Pull your feet as close to your groin as possible. Gently push your knees toward the floor. Hold for 15 counts.



6 TOE TOUCHES

Slowly bend forward from your waist, letting your back and shoulders relax as you stretch toward your toes. Reach as far as you can and hold for 15 counts.



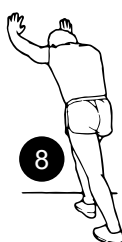
7 HAMSTRING STRETCHES

Extend your right leg. Rest the sole of your left foot against your right inner thigh. Stretch toward your toe as far as possible. Hold for 15 counts. Relax and then repeat with left leg.



8 CALF / ACHILLES STRETCH

Lean against a wall with your left leg in front of the right and your arms forward. Keep your right leg straight and the left foot on the floor; then bend the left leg and lean forward by moving your hips toward the wall. Hold, then repeat on the other side for 15 counts.



APPLICATION SOFTWARE (APP)

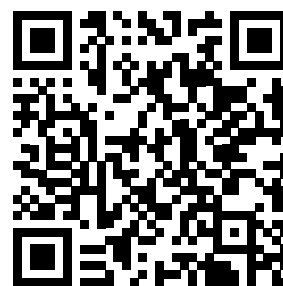
You can download the 'VAN Fit' Application with the qr code shown here. Mobile device requirement: Android 4.3 or later with Bluetooth 4.0, iOS 7.0 or newer.

Please turn on your Bluetooth function on your device first, then start the App and go to Connect.

Android



iOS



NOTES ON USING THE APP:

You should only install apps from sources you trust. Sportstech Brands Holding GmbH cannot accept any liability for software provided by third parties.

If a second user wants to use the treadmill, the APP can usually be used in two ways:

1. The user must log out of the APP, then the second user must log in to the APP.
2. Turn the power switch off and then on again.

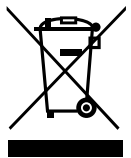


DISPOSAL

Dear customers,

As an end user, you are legally obliged to collect waste electrical and electronic equipment and batteries as well as accumulators separately from municipal waste. We want to make this as easy as possible for you. Please note the information on this page and on the back.

Notes on EU directive 2012/19/EU (in Germany implemented in ElektroG (Law about electric and electronic devices); elsewhere implementation may differ)



We advise owners of electric and electronic equipment that waste electrical and electronic equipment must be collected separately from municipal waste in accordance with the applicable legal regulations. The symbol of a crossed-out garbage can, which is shown on waste electrical and electronic equipment, also indicates the obligation to collect this waste separately.

B. Notes on disposal and symbols for an electrical appliance based on EU Directive 2006/66/EU (in Germany in accordance with the Battery Act (BattG); elsewhere, implementation may differ)



Old batteries and accumulators must not be disposed of with household waste. As an end user, you are legally obliged to return used batteries. The symbol with the crossed-out garbage can means that you are not allowed to dispose of old batteries in the household waste.

Use the official collection points for this, such as the collection points of public waste disposal carriers. You can also return used batteries to retail outlets, provided they sell batteries. If the symbol Cd, Hg, or Pb is displayed under the symbol of the crossed-out garbage can, this is an indication that the battery contains either cadmium, mercury or lead. These are toxic heavy metals that not only pose significant risks to the environment but also to human health.

Recycling loop



Packaging material can be conveyed back to the raw material cycle. Dispose of packaging material in accordance with legal provisions. Information can be retrieved from the return or collections systems of your community.

MANUAL DE USUARIO

ESPAÑOL

Estimado cliente,

Nos complace que haya elegido un dispositivo de la línea de productos SPORTSTECH. Las máquinas de deporte de SPORTSTECH ofrecen una gran calidad y una tecnología innovadora.

Con el fin de usar todo el potencial de su dispositivo y para que pueda disfrutarlo durante muchos años, por favor lea este manual cuidadosamente antes de comenzar a ejercitarse, y use el dispositivo de acuerdo a las instrucciones. La seguridad y funcionamiento operativos del dispositivo solo puede garantizarse si se tienen presentes las instrucciones de seguridad en este manual de usuario. Nosotros no asumimos ninguna responsabilidad por daños resultantes del uso inadecuado o incorrecto del dispositivo.



- **Asegúrese de que TODAS las personas que vayan a manejar este equipo lean y comprendan las instrucciones de uso. Conserve este manual cerca del equipo.**



- **Respete TODAS las indicaciones de seguridad descritas en este manual.**
- **No haga esfuerzos excesivos, ni deje que otros lo hagan, NUNCA cuando utilice el equipo.**



Nuestros **tutoriales en video** para usted!

Montaje, Utilizar, Desmontaje.

1. Escanear el código QR
2. Ver vídeos
3. Comienza rápido y seguro



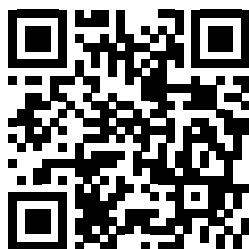
Enlace a los videos:

https://service.innovamaxx.de/dft200_video

¡También estamos en redes sociales!

Obtenga la última información sobre nuestros productos, entrenamientos y mucho más aquí:

Instagram



<https://www.instagram.com/sportstech.de>

Facebook



<https://www.facebook.com/sportstech.de>

CONTENIDOS

INSTRUCCIONES DE SEGURIDAD IMPORTANTES.....	44
DIBUJO DE EXPLOSIÓN/LISTA DE REPUESTOS.....	46
INSTALACIÓN DEL APARATO.....	46
ALCANCE DE SUMINISTRO	47
DATOS TÉCNICOS	47
INSTALACIÓN DEL CONTROL REMOTO.....	48
USAR EL CONTROL REMOTO.....	48
CONSEJOS DE SEGURIDAD PARA EL MANDO A DISTANCIA.....	49
INSTALACIÓN DE LOS ACCESORIOS (OPCIONAL)	50
VELOCIDAD	53
MANTENIMIENTO	53
SOLUCIÓN DE PROBLEMAS GENERALES.....	55
EJERCICIOS DE ESTIRAMIENTO	56
SOFTWARE DE APLICACIÓN (APP)	57
DESECHO	58
DECLARATION OF CONFORMITY	113



INSTRUCCIONES DE SEGURIDAD IMPORTANTES



Siga estos consejos de seguridad cada vez que utilice este producto. Lea todas las instrucciones antes de utilizarlo.

- ATENCIÓN:** Para reducir el riesgo de descarga eléctrica, desenchufe el producto de la toma de corriente después de usarlo, al montarlo y desmontarlo y cuando vaya a limpiarlo. Ignorar este aviso puede provocar daños a su persona o al producto.
- PELIGRO:** Para minimizar los riesgos, siga cuidadosamente las siguientes instrucciones:

- No deje el aparato sin vigilancia mientras esté conectado a la red eléctrica. Antes de desenchufar el cable de alimentación, pulse primero el interruptor de alimentación del panel trasero para apagar el aparato.
- Detenga el aparato antes de pulsar el interruptor de alimentación, desenchufar el cable de alimentación o levantarlo.
- Utilice el aparato solo para los fines que se indican aquí. No lo use de forma inadecuada.
- No utilice nunca el aparato si el enchufe está dañado, el aparato no funciona correctamente o ha estado expuesto a la humedad. En este caso, póngase en contacto con su distribuidor.
- No realice ninguna modificación o mantenimiento en el aparato que no esté descrito en este manual. Podría dañar el aparato.
- Asegúrese de que la habitación en la que se encuentra el aparato está suficientemente ventilada y que el compartimento del motor recibe suficiente aire.
- No utilice el dispositivo al aire libre.
- No tire del cable para mover el aparato.
- Las personas mayores o con dificultades físicas sólo deben utilizar el aparato bajo supervisión por si fuera necesaria la intervención del supervisor.
- No utilice sprays o productos en aerosol cerca del aparato para evitar dañarlo.
- Guarde el aparato en un lugar limpio y seco.
- La cubierta del motor puede calentarse durante el uso. Coloque el aparato sobre una superficie resistente al calor.
- Mantenga el enchufe y el cable de alimentación alejados de superficies calientes.
- Coloque el aparato en una superficie firme y recta con un radio de seguridad suficiente (véase „Instalación del aparato“). Asegúrese de que no hay objetos en las inmediaciones del aparato durante su uso, ya que pueden suponer un riesgo de lesión.
- Sólo una persona puede estar de pie en la cinta de correr durante su funcionamiento.
- Use ropa cómoda. No utilice el aparato descalzo o solo con calcetines. Lleve siempre ropa deportiva. No lleve ropa ni objetos sueltos o que puedan quedar atrapados en la unidad. Mantenga la ropa o las toallas alejadas de la cinta.
- Lleve siempre un calzado deportivo adecuado con alta resistencia al deslizamiento. Se prohíbe el uso de zapatos con tacones, suelas de cuero o zapatillas con clavos. Asegúrese de que las zapatillas están libres de suciedad y de que los cordones no tocan la cinta de correr.
- Utilice el pasamanos lateral para apoyarse al entrenar si lo necesita.
- El aparato sólo puede utilizarse con una corriente de 220-240 V y 50 Hz en tomas de tierra. No lo conecte a una regleta.
- No lleve joyas durante el ejercicio. Mantenga las manos alejadas de la cinta de correr y de otras partes móviles durante su uso para evitar lesiones.
- **ATENCIÓN:** Asegúrese siempre de que sus brazos y piernas, así como los niños, mascotas u otros objetos no pasen cerca de la parte trasera del aparato durante el funcionamiento para evitar posibles lesiones graves o daños en el aparato.

- No se baje nunca del aparato mientras la cinta de correr esté en movimiento. Apague el aparato con antelación y agárrese al pasamanos lateral cuando descienda.
- No coloque el aparato sobre una alfombra que sea más alta que la superficie de rodadura o el mecanismo de plegado.
- **PELIGRO:** Consulte a un médico antes de hacer ejercicio. Esta observación es especialmente relevante para personas mayores o con problemas de salud. Lea atentamente todas las instrucciones de seguridad de este manual antes de utilizar el aparato.
- Está prohibido el uso del aparato bajo la influencia del alcohol, las drogas o los estupefacientes.
- Este aparato no está destinado a niños menores de 14 años, personas con dificultades físicas o cognitivas o con falta de experiencia y conocimientos.
- No lo utilice con fines médicos.
- **PRECAUCIÓN - PELIGRO DE LESIONES** - Para evitar lesiones, no ponga en marcha el aparato hasta que esté de pie sobre la cinta. Al principio, haga funcionar la cinta a baja velocidad y sujétese al pasamanos lateral por seguridad. Asegúrese de estar bien asentado y ajuste la velocidad gradualmente cuando se sienta seguro.
- No ponga una velocidad que supere sus capacidades.
- No se quede quieto con la cinta de correr puesta y no corra hacia los lados o hacia atrás.
- No salte hacia delante.
- Póngase siempre el clip de seguridad en su ropa para poder detener el aparato en caso de emergencia.
- Antes de encender el aparato, compruebe que la cinta está suficientemente lubricada y tensada.
- La banda de rodadura debe estar centrada. Asegúrese de que todos los tornillos visibles están apretados.
- Si el enchufe está dañado, debe ser sustituido por personal cualificado.
- No encienda nunca el aparato cuando esté plegado.
- Corra o camine siempre en dirección a la consola, nunca de espaldas al aparato.
- El aparato está destinado exclusivamente para uso doméstico privado y no con fines comerciales.
- Coloque y utilice el aparato en una superficie seca, nivelada y antideslizante, con suficiente espacio libre en todos los lados (véase „Instalación del aparato“).
- No coloque el aparato cerca de ningún objeto que obstruya la ventilación.
- Para proteger el suelo, coloque una alfombrilla o esterilla debajo del aparato.
- Soporta hasta 110 kg de peso.



- Los niños menores de 14 años no pueden utilizar el aparato bajo ninguna circunstancia.
- Mantenga a los niños menores de 14 años y a los animales alejados del aparato.
- Las mascotas y los niños menores de 14 años deben mantener una distancia de seguridad de 3 metros del aparato. No los deje sin vigilancia cerca del aparato.
- Los niños menores de 14 años no deben jugar cerca o con el aparato en ningún momento.
- No encargue la limpieza y mantenimiento del aparato a menores de 14 años.

PELIGRO:

Consulte a un médico antes de hacer ejercicio. Esta persona puede evaluar mejor si usted está capacitado física o clínicamente para utilizar el dispositivo. Esta observación es especialmente relevante para personas mayores o con problemas de salud. Lea atentamente todas las instrucciones de seguridad de este manual antes de utilizar el aparato.



DIBUJO DE EXPLOSIÓN/LISTA DE REPUESTOS

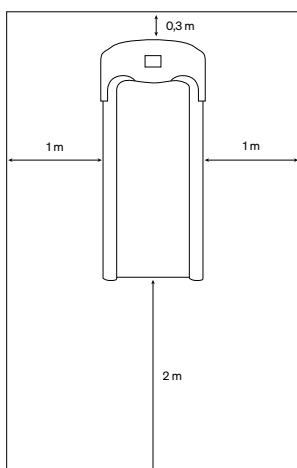
En el siguiente enlace
encontrarás el dibujo de explosión
y la lista de repuestos:

https://service.innovamaxx.de/dft200_spareparts



INSTALACIÓN DEL APARATO

Coloque el aparato en una superficie plana y preste atención a las distancias:



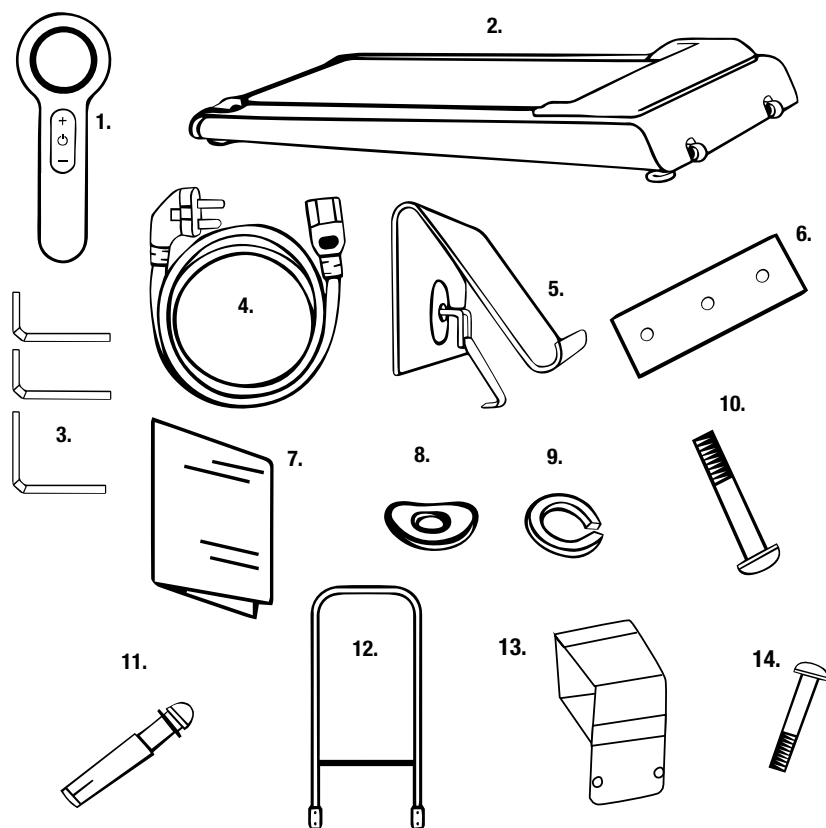
1. Debe haber un espacio libre de al menos 2 metros libre detrás del aparato.
2. Debe haber un espacio libre de al menos 21 metro libre a ambos lados del aparato.
3. Debe haber un espacio libre de al menos 30 cm en la parte delantera del aparato para poder plegarlo y pasar el cable de alimentación con seguridad.

No coloque el aparato delante de campanas de humos o rejillas de ventilación.
No coloque el aparato en un garaje, patio cubierto, cerca del agua o al aire libre.

ATENCIÓN: Mientras programe el aparato y realice otros preparativos, no se ponga de pie sobre la cinta de correr, sino utilice los peldaños laterales. No ponga nunca en marcha el aparato a gran velocidad e intente saltar después sobre la cinta de correr. Aumente la velocidad de forma gradual.

ALCANCE DE SUMINISTRO

No.	Descripción	Cantidad
1	Control remoto	1
2	Cinta de correr	1
3	Herramientas	1
4	Cable eléctrico	1
5	Soporte de tablet	1
6	Cinta adhesiva de dos caras	1
7	Manual	1
8	Arandela	4
9	Spring	4
10	Tornillo M8	4
11	Tornillo expansor M6	2
12	Mango (opcional)	1
13	Estar de pie	2
14	M6*15 Tornillo	4



DATOS TÉCNICOS

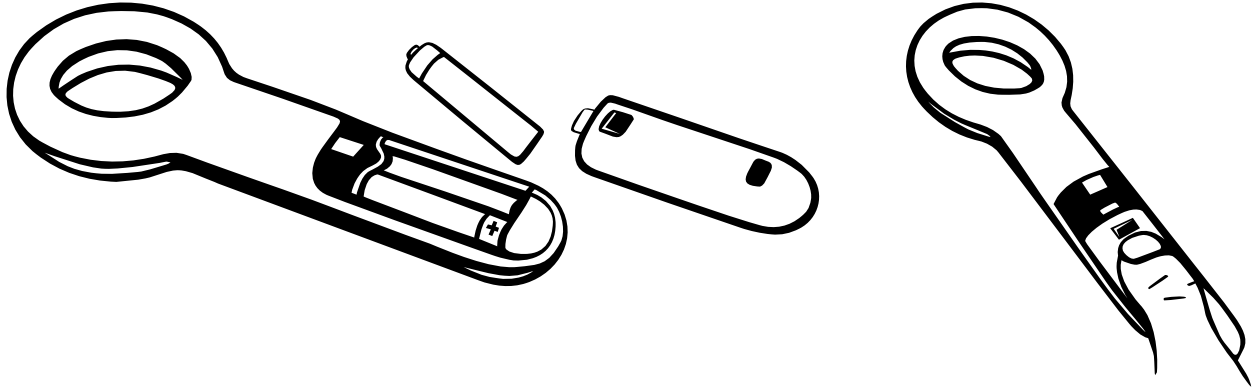
Tamaño del producto (LxAxA)	131 x 56 x 105 cm
Peso total	32,8 kg
Peso neto	28 kg
Velocidad máxima	7,1 km/h
Peso máximo soportado	110 kg
Banda de frecuencia	2402~2480MHz
Máxima potencia de transmisión radiada	1.7mW

ES

INSTALACIÓN DEL CONTROL REMOTO

Debe mantener el control remoto en su mano cuando esté usando su DeskFit200 para estar seguro de poder detener su dispositivo en cualquier momento en caso de emergencia.

Como se muestra en las siguientes imágenes, inserte dos baterías AAA (1.5V) en el control remoto.



USAR EL CONTROL REMOTO

+ Acelerar la caminadora

- Desacelerar la caminadora

⏻ Encendido/apagado

El control remoto usa un control de radio 2.4G. Conecte el control remoto a su dispositivo para que no interfiera con otras caminadoras.

Cómo conectar su control remoto:

1. Conecte la caminadora y enciéndala. Los LEDs brillan después de un largo sonido.
2. Presione los botones [SPEED +] y [SPEED] simultáneamente en el control remoto, suelte los botones hasta que la luz roja y verde enciendan de manera alternativa. Ahora escuchará dos sonidos y las luces LED se apagarán. El control remoto y la caminadora están conectados.

Función de inicio: En modo espera, presione el botón START/STOP para iniciar la caminadora.

Función de parada: Presione el botón START/STOP durante aprox. 3 segundos para detener la caminadora directamente.

Función de pausa: Presione brevemente el botón START/STOP una vez para pausar la caminadora. El dispositivo seguirá registrando datos.

Función de parada rápida: Presione el botón START/STOP 3 veces o más para detener la caminadora al instante.

SOLUCIÓN DE PROBLEMAS:

1. Para probar si el control remoto está conectado a la caminadora, presione el botón "SPEED +" o "SPEED" una vez. Se escuchará un sonido. Si sólo se escucha un sonido, hay una conexión estable. Si se escucha un sonido dos veces, la conexión es defectuosa. Si no se escucha ningún sonido, vuelva a conectar el control remoto al dispositivo como se describe anteriormente.
2. Si el control remoto está conectado exitosamente pero no está funcionando, desconecte la caminadora de la fuente eléctrica. Después repita el proceso de conexión.
3. Si presiona un botón en el control remoto y la caminadora no se mueve a pesar de que la luz Led está parpadeando, cambie las baterías del control remoto.

CONSEJOS DE SEGURIDAD PARA EL MANDO A DISTANCIA

- Retire las pilas si están débiles o si no utiliza el dispositivo durante un largo período de tiempo para evitar el peligro de que las pilas se deterioren.
- No corte ni caliente las pilas
- No cargue o arroje las pilas al fuego. Existe riesgo de explosión.
- No deje caer las pilas ni aplique una presión excesiva sobre el mando a distancia.
- Preste atención a los polos (+) y (-). Abra la tapa de las pilas para encontrar la etiqueta.
- Las pilas deben estar correctamente colocadas. Asegúrese de que el resorte esté en contacto con ella.
- Existe un riesgo de explosión si se insertan las pilas de forma incorrecta.
- Las pilas no deben estar en contacto con el agua.
- Introduzca siempre las pilas al mismo tiempo. No mezcle pilas viejas y nuevas o diferentes tipos de pilas.
- Deseche de las pilas en un lugar apropiado.
- Por razones de seguridad, no se permite la transformación y/o modificación no autorizada del mando a distancia. No abra la carcasa del mando a distancia excepto para cambiar las pilas, de lo contrario la garantía quedará anulada.
- No exponga el mando a distancia a un calor excesivo, como en un coche aparcado al sol. El mando a distancia no debe secarse en el microondas o en el horno. Los productos químicos de los cosméticos, lacas, perfumes, lociones para después de afeitarse, protectores solares y repelentes de insectos pueden dañar el mando a distancia. Antes de usar estos productos, guarde el mando a distancia y no vuelva a utilizarlo hasta que se hayan secado.
- **Advertencias de seguridad:** Existe riesgo de asfixia por tragar las pilas u otras piezas pequeñas. El mando a distancia, sus piezas y las pilas deben mantenerse fuera del alcance de los niños y de las personas que puedan tragar o lesionarse de alguna manera con estas piezas. *Si se traga una pila o una pequeña parte, consulte a un médico inmediatamente.*



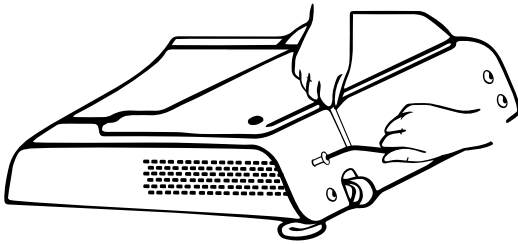
INSTALACIÓN DE LOS ACCESORIOS (OPCIONAL)



Apriete todos los componentes y piezas premontadas!

El mango no está incluido y puede comprarse adicionalmente.

Para instalar el mango, siga estos 3 pasos:

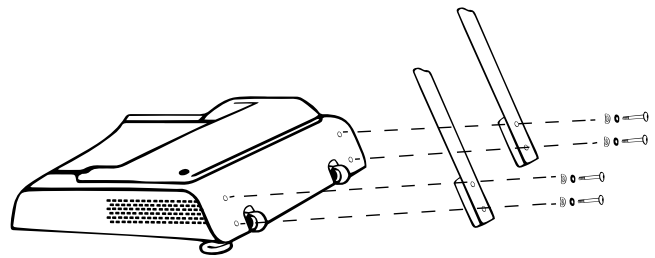


PASO 1

Retire los 4 tornillos en la parte frontal del dispositivo usando la llave hexagonal de 5 mm.

PASO 2

Después asegure el mango, la junta circular, la junta elástica y el tornillo M8 en el dispositivo tal como lo muestra la imagen.



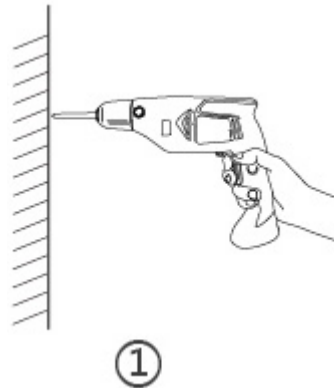
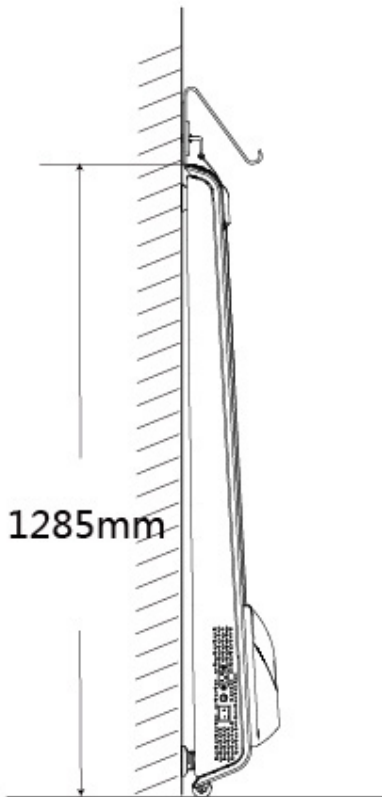
PASO 3

Después apriete los tornillos que fueron retirados.

INSTALACIÓN DEL SOPORTE DE PARED

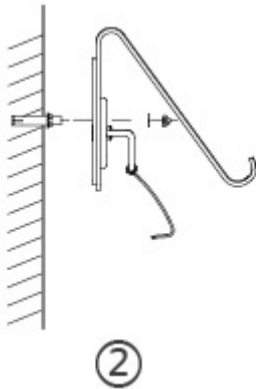
El soporte de pared puede montarse de dos maneras diferentes. Ya sea fijado firmemente a la pared o usando una cinta adhesiva.

Para una instalación fija en la pared, por favor siga estos pasos:



PASO 1: Encuentre la ubicación y altura adecuadas para la instalación, esto debe ser aprox. a 1,285mm del suelo. Marque los orificios que serán perforados usando un lápiz, después perforo los orificios para sus tornillos expansores.

INDICACIÓN: Usar una aspiradora le permitirá perforar sin generar demasiado polvo.



PASO 2: Intente incrustar el tornillo expansor cuidadosamente.

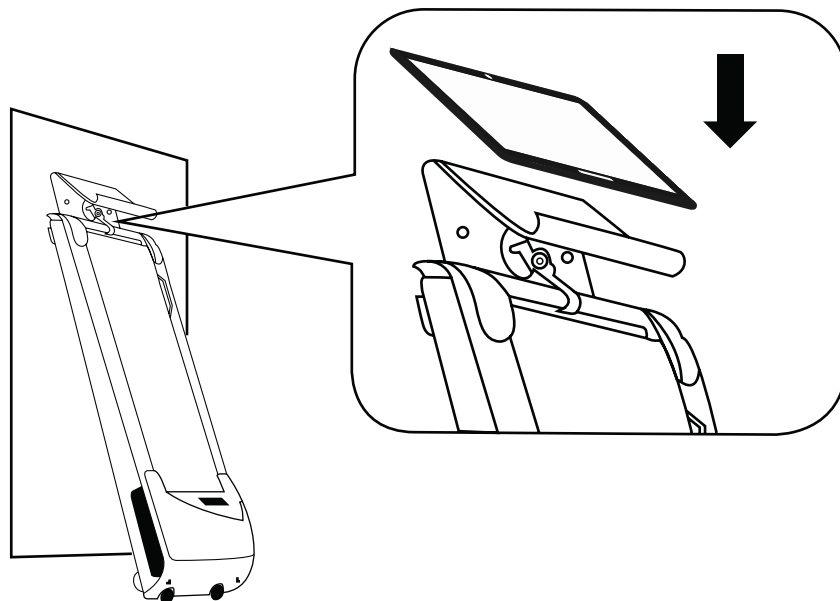


PASO 3: Alinee el tornillo de expansión y por último aprié telo.



Para agregar el soporte de pared usando la cinta adhesiva, siga los pasos anteriores sin usar los tornillos expansores y en cambio use sólo la cinta adhesiva para fijarlo.

Por último, enganche su dispositivo al soporte. También puede usar el soporte para poner su tablet.

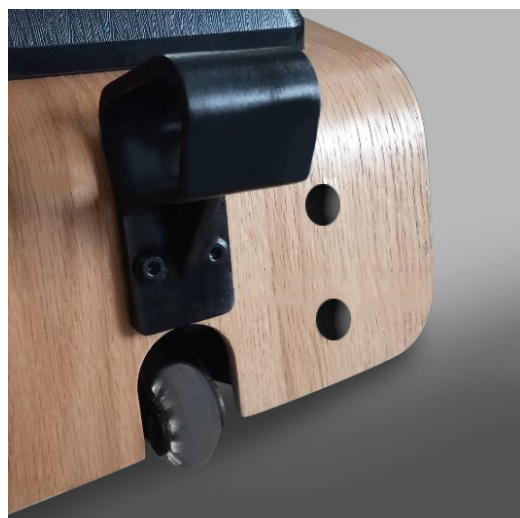


INSTALACIÓN DE LOS PIES



PASO 1:

Retire la cubierta de plástico de los tornillos.



PASO 2:

Coloque el soporte con los tornillos M6 * 15.

VELOCIDAD

CURSO	VELOCIDAD (KM/H)
1	0.7
2	1.5
3	2.4
4	3.3
5	4.3
6	5.2
7	6.1
8	7.1

Estos valores se refieren a una persona de prueba con 65 Kg. Por lo tanto, una desviación de aprox. 10% puede ocurrir.

MANTENIMIENTO



Precaución:

Antes del mantenimiento, asegúrese de que el enchufe de la caminadora esté desconectado.

LIMPIEZA:

Quite el polvo con regularidad para mantener las piezas limpias y más durables. Asegúrese de usar zapatos atléticos para evitar que la suciedad ingrese a la caminadora. Las caminadoras se limpian con un paño húmedo, y con un poco de jabón. Tenga cuidado de no humedecer los componentes eléctricos ni la cinta de correr.

PRECAUCIÓN:

Asegúrese de que el enchufe esté desconectado antes de retirar la cubierta del motor, limpie el interior del dispositivo al menos una vez al mes, y asegúrese de que los componentes eléctricos no se humedezcan.

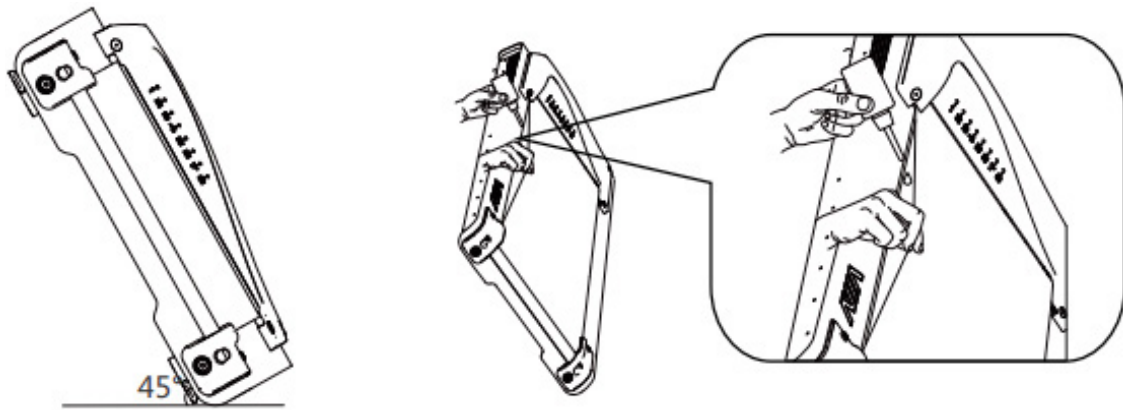
La plataforma y la cinta de correr de la caminadora se lubrican en la fábrica. La fricción entre la cinta de correr y la plataforma tiene un impacto significativo en la vida útil del producto y en el rendimiento del cableado eléctrico, así que necesario aplicar aceite lubricante regularmente.

APLICAR ACEITE DE SILICONA:

Ponga la caminadora de lado, inclínela unos 45°, después levante la cinta. Deje que una pequeña cantidad de aceite fluya hacia el centro de la plataforma, tal como se muestra en las siguientes ilustraciones.

Nota: Por favor use el aceite ecológicamente.





Si la superficie de la cinta de correr está dañada, por favor contacte nuestro servicio al cliente.

Recomendamos usar lubricante entre la cinta de correr y la plataforma con la siguiente regularidad:

Poco uso	Uso / entrenamiento menos de 3 horas/semana	una vez al año
Uso medio	Uso / entrenamiento 3-5 horas/semana	una vez cada seis meses
Mucho uso	Uso / entrenamiento más de 5 horas/semana	una vez cada tres meses

Para proteger su caminadora de manera idónea y prolongar la vida útil, es recomendable apagarla durante aprox. 10 minutos si no la va a usar por un tiempo durante una sesión.

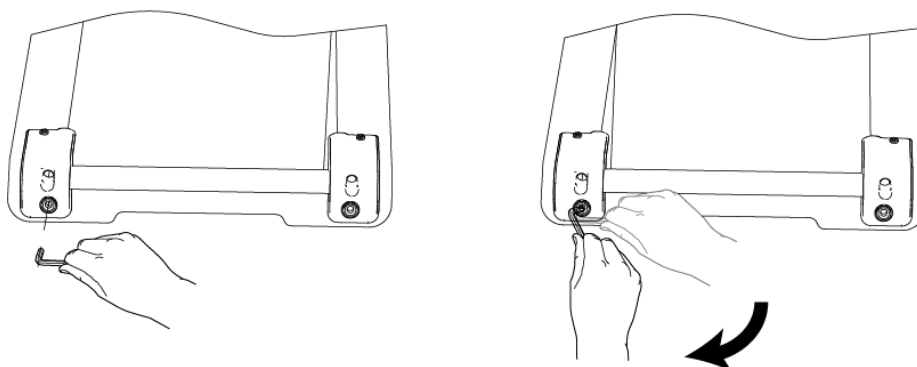
AJUSTAR/ALINEAR LA CINTA DE CORRER:

Para maximizar el uso de la caminadora, es esencial que la cinta esté bien ajustada.

ALINEACIÓN:

Ubique el dispositivo sobre un suelo nivelado. Active el dispositivo a velocidad media (en la 5. velocidad). (Véanse las siguientes ilustraciones)

Cuando la cinta de correr esté cerca del lado izquierdo, gire el tornillo de ajuste izquierdo hacia la derecha con un cuarto de giro, usando la llave hexagonal de 6mm.



Si la cinta de correr está cerca del lado derecho, gire el tornillo de ajuste derecho hacia la izquierda un cuarto de giro, usando la llave hexagonal de 6mm.

SI LA CINTA DE CORRER ESTÁ DEMASIADO SUELTA Y SE DESLIZA:

Gire los tornillos de ajuste de ambos lados un cuarto de giro hacia la derecha, de ser necesario, ajustando las desviaciones como en los métodos anteriores.

AJUSTE DE LA CORREA:

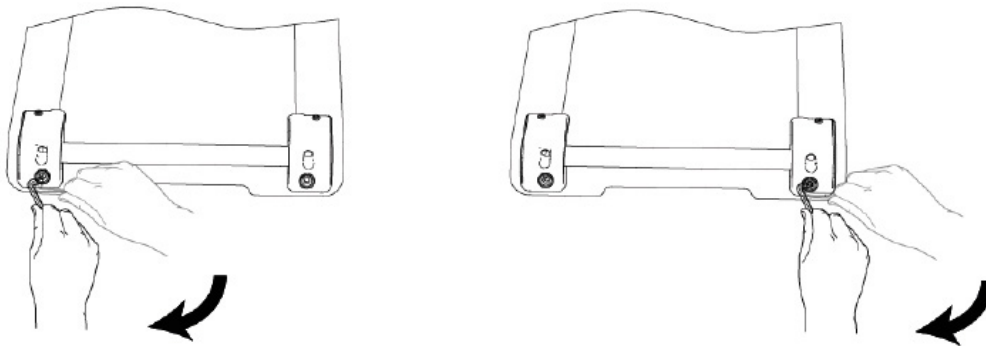
Si usa la caminadora durante mucho tiempo, la correa se soltará debido al desgaste. Para garantizar un uso seguro debe ajustarla.

Si durante el ejercicio experimenta el denominado fenómeno de pausa, puede que la correa esté demasiado suelta y sea necesario un ajuste adicional.

Si la correa puede correr libremente, la tensión es la correcta.

Si la cinta de correr está detenida, pero la correa y el rodillo siguen funcionando, esto indica que la cinta de correr está suelta y deben realizarse los ajustes adecuados para garantizar un uso seguro.

Si observa que la cinta de correr y la correa están detenidas, pero el motor sigue funcionando, esto indica que la correa está suelta y deben realizarse los ajustes adecuados para garantizar un uso seguro.



SOLUCIÓN DE PROBLEMAS GENERALES

PROBLEMA	MOTIVO	SOLUCIÓN
El dispositivo no se activa	No hay suministro de energía, o el interruptor está apagado. La protección contra sobrecorriente de la caminadora no está conectada.	Conecte el suministro eléctrico y encienda el dispositivo. Conecte la protección contra sobrecorriente.
La cinta se desliza	La cinta de correr está suelta.	Ajuste la cinta de correr de acuerdo a la sección 8. Mantenimiento.
La cinta está fuera de su centro	La cinta de correr no está ajustada correctamente.	Ajuste la cinta de correr hacia el centro.
Escucha ruidos extraños	El eje de rotación requiere aceite lubricante. Los tornillos están sueltos	Aplique aceite lubricante al eje de rotación. Apriete los tornillos adecuados
Corto circuito o daño al cable eléctrico en el panel de control superior	Daño al cable eléctrico en el panel de control superior.	Cambie el panel de control inferior.



EJERCICIOS DE ESTIRAMIENTO

Antes de cada entrenamiento debes estirar tus músculos durante al menos 5-10 minutos para calentarlos lo suficiente. Repita los siguientes ejercicios de estiramiento cinco veces. El estiramiento antes del entrenamiento ayuda a mejorar la flexibilidad y reduce el riesgo de lesiones.

1 GIROS CON LA CABEZA

Gire su cabeza hacia la derecha por un segundo, sienta como se estira el lado izquierdo de su cuello, luego gire su cabeza hacia tras por un segundo, estirando su barbilla hacia el techo y dejando su boca abierta. Gire su cabeza hacia la izquierda por un segundo, luego deje caer su cabeza hacia su pecho por un segundo.



2 LEVANTAMIENTO DE HOMBROS

Levante su hombro hacia su oreja por un segundo. Luego levante su hombro izquierdo por un segundo a medida que baja su hombro derecho.



3 ESTIRAMIENTOS LATERALES

Abra sus brazos hacia un lado y levántelos hasta que estén sobre su cabeza. Alcance su brazo derecho hacia el techo tanto como pueda durante un segundo. Repita esta acción con su brazo izquierdo.



4 ESTIRAMIENTO DE CUÁDRICEPS

Con una mano hacia la pared para equilibrarse, mueva su otra mano hacia atrás y levante su pie derecho. Lleve su talón lo más cerca posible de sus glúteos. Aguante durante 15 segundos y repita con el pie izquierdo.



5 ESTIRAMIENTO DEL MUSLO INTERIOR

Siéntese con las suelas de sus pies juntas y sus rodillas apuntando hacia afuera. Empuje sus pies hacia su ingle tan cerca como sea posible. Empuje sus rodillas suavemente hacia el suelo. Aguante durante 15 segundos.



6 DEDOS DE LOS PIES

Inclínese lentamente hacia su cintura, dejando su espalda y brazos relajados a medida que se estira hacia los dedos de sus pies. Llegue lo más lejos que pueda y aguante durante 15 segundos.



7 ESTIRAMIENTO DE TENDONES

Extienda su pierna derecha. Descanse la suela de su pie izquierdo hacia su muslo interior derecho. Estírese hacia los dedos de su pie derecho tanto como pueda. Aguante durante 15 segundos. Relaje y repita con la pierna izquierda.



8 ESTIRAMIENTO DE PANTORILLA/TENDÓN DE AQUILES

Apóyese hacia una pared con su pierna izquierda frente a la derecha y con sus brazos hacia adelante. Mantenga su pierna derecha recta y el pie izquierdo sobre el suelo; luego doble la pierna izquierda y apóyese hacia adelante moviendo su cadera hacia la pared. Aguante, luego repita con el otro lado durante 15 segundos.



SOFTWARE DE APLICACIÓN (APP)

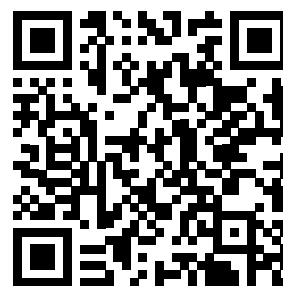
Puede descargar la aplicación "VAN Fit" usando el código QR que se muestra aquí. Requisito del dispositivo móvil: Android 4.3 o superior con Bluetooth 4.0, iOS 7.0 o más reciente.

Por favor primero encienda la función Bluetooth de su dispositivo, después abra la aplicación y vaya a Connect.

Android



iOS



NOTAS SOBRE EL USO DE LA APLICACIÓN:

Instale solo aplicaciones de fuentes de confianza. Sportstech Brands Holding GmbH no se hace responsable de softwares proporcionados por terceros.

Si un segundo usuario desea utilizar la cinta de correr, la aplicación generalmente se puede usar de dos maneras:

1. El usuario debe desconectarse de la APLICACIÓN, luego el segundo usuario debe iniciar sesión en la APLICACIÓN.
2. Apague el interruptor de alimentación y vuelva a encenderlo.

ES

DESECHO

Querido cliente, querida clienta:

Como usuario final, tiene la obligación legal de eliminar los residuos de los equipos eléctricos y electrónicos y baterías, así como los acumuladores, por separado de los residuos municipales. Queremos hacérselo lo más fácil posible. Tenga en cuenta la información de esta página y del reverso.

Información sobre la Directiva de la UE 2012/19/UE (aplicada en Alemania en la Ley de aparatos eléctricos y electrónicos (ElektroG); la aplicación puede ser diferente en otros lugares)



Aconsejamos a los propietarios de aparatos eléctricos y electrónicos que los desechen por separado de los residuos municipales de acuerdo con la normativa legal aplicable. El símbolo de un cubo de basura tachado, que se muestra en los aparatos eléctricos y electrónicos de desecho, también indica la obligación recogerlos por separado.

B. Información sobre la eliminación y los símbolos de un aparato eléctrico basada en la Directiva de la UE 2006/66/UE (en Alemania de acuerdo con la Ley de baterías (BattG); la aplicación puede ser diferente en otros lugares).



Las pilas y los acumuladores viejos no deben desecharse con la basura doméstica. Como usuario final, está legalmente obligado a devolver las baterías usadas. El símbolo del cubo de basura tachado significa que no puede desechar las baterías viejas en la basura doméstica.

Utilice los puntos de recogida oficiales, por ejemplo los lugares de recogida de los organismos públicos destinados a ello. También puede devolver las baterías usadas a los puntos de venta, siempre que vendan baterías. Si se muestra el símbolo Cd, Hg o Pb debajo del dibujo del cubo de basura tachado, se indica que la batería contiene cadmio, mercurio o plomo. Se trata de metales pesados tóxicos que no solo plantean riesgos importantes para el medioambiente sino también para la salud humana.

Reciclaje loop



El material de empaque puede trasladarse de nuevo al ciclo de materias primas. Deshágase del material de embalaje de acuerdo a las normativas legales. Puede encontrar información en los sistemas de recogida y retorno de residuos de su comunidad.

MANUEL

FRANÇAIS

Cher client,

Nous sommes ravis que vous ayez choisi un appareil de la gamme de produits SPORTSTECH. Les équipements sportifs SPORTSTECH vous offrent une qualité élevée et une technologie innovante.

Afin d'utiliser pleinement le potentiel de votre appareil et de pouvoir l'apprécier pendant de nombreuses années, lisez attentivement ce manuel avant l'utilisation et le début de votre entraînement et utilisez l'appareil conformément aux instructions. La sécurité et le fonctionnement opérationnelles de l'appareil ne peuvent être garanties que si les consignes de sécurité contenues dans ce manuel d'utilisation sont respectées. Nous n'assumons aucune responsabilité pour les dommages résultant d'une mauvaise utilisation ou d'un fonctionnement incorrect.



- **Assurez-vous que TOUTES les personnes utilisant l'appareil ont lu et compris ce manuel d'utilisation. Conservez ce manuel à proximité de l'appareil.**



- **Respectez TOUS les conseils de sécurité de ce manuel.**
- **même ou pour d'autres personnes lorsque vous utilisez l'appareil.**



Nos **tutoriels vidéo** pour vous!

Montage, utilisation, démontage.

1. Scannez le code QR
2. Regarder les vidéos
3. Démarrez rapidement et en toute sécurité



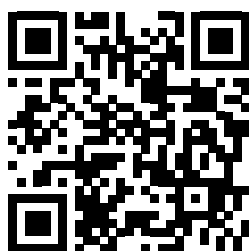
Lien vers les vidéos:

https://service.innovamaxx.de/dft200_video

Vous pouvez aussi nous trouver sur les réseaux sociaux!

Retrouve les dernières informations sur les produits, le contenu des entraînements et bien plus encore sur notre:

la page Instagram



<https://www.instagram.com/sportstech.de>

la page Facebook



<https://www.facebook.com/sportstech.de>

CONTENU

DES INFORMATIONS DE SÉCURITÉ IMPORTANTES	62
DESSIN ÉCLATÉ/LISTE DES PIÈCES DE RECHANGE	64
INSTALLATION DE L'APPAREIL	64
CONTENU DE LA LIVRAISON	65
DONNÉES TECHNIQUES.....	65
INSTALLATION DE LA TÉLÉCOMMANDE.....	66
L'UTILISATION DE LA TÉLÉCOMMANDE	66
CONSIGNES DE SÉCURITÉ POUR LA TÉLÉCOMMANDE.....	67
INSTALLATION DES ACCESSOIRES (OPTIONNEL).....	68
LA VITESSE.....	71
ENTRETIEN	71
DÉPANNAGE GÉNÉRAL.....	73
EXERCICE D'ÉTIREMENT	75
LOGICIEL D'APPLICATION (APP).....	75
MISE AU REBUT	76
DECLARATION OF CONFORMITY	113



DES INFORMATIONS DE SÉCURITÉ IMPORTANTES



Ces informations générales de sécurité doivent impérativement être respectées lors de l'utilisation de ce produit. Lisez toutes les indications avant de mettre le produit en service.

ATTENTION :

Pour réduire le risque d'électrocution, débranchez le produit après utilisation, lors de l'assemblage ou du démontage, en cas de maintenance ou si vous souhaitez le nettoyer. Le non-respect de cet avertissement peut entraîner des dommages corporels ou endommager le produit.

MISE EN GARDE :

Afin de réduire d'autres sources de danger, veuillez observer attentivement les instructions suivantes :

- Ne laissez pas l'appareil sans surveillance tant qu'il est branché sur le secteur. Actionnez d'abord l'interrupteur à l'arrière avant de débrancher le cordon d'alimentation.
- Arrêtez l'appareil avant d'actionner l'interrupteur, de débrancher le cordon d'alimentation ou de replier l'appareil.
- L'appareil ne doit être utilisé qu'aux fins indiquées. Une utilisation non conforme n'est pas autorisée.
- N'utilisez jamais l'appareil si la fiche d'alimentation est endommagée, si l'appareil ne fonctionne pas correctement ou s'il a été exposé à l'humidité. Dans ce cas, contactez votre revendeur.
- N'effectuez aucune modification ou maintenance sur l'appareil qui ne soit décrite dans ce manuel. Cela pourrait occasionner des dégâts à l'appareil.
- Assurez-vous que la pièce dans laquelle se trouve l'appareil soit suffisamment ventilée et que le compartiment moteur de l'appareil bénéficie d'une circulation d'air suffisante.
- N'utilisez pas l'appareil à l'extérieur.
- N'utilisez pas la fiche d'alimentation pour tirer l'appareil.
- Les personnes âgées ou physiquement diminuées ne devraient utiliser l'appareil que sous surveillance, au cas où l'intervention de la personne en charge de la surveillance devait s'avérer nécessaire.
- N'utilisez pas de sprays ou de produits aérosols à proximité de l'appareil afin d'éviter de l'endommager.
- Gardez l'appareil au sec et loin de toute source d'humidité.
- Le couvercle de protection du moteur peut chauffer pendant l'utilisation. Placez l'appareil sur une surface résistant à la chaleur.
- Gardez la fiche et le cordon d'alimentation loin de surfaces chaudes.
- Placez l'appareil sur une surface dure et plane avec un rayon de sécurité suffisant (voir „Installation de l'appareil“). Assurez-vous qu'aucun objet ne se trouve à proximité immédiate de l'appareil pendant son utilisation, car cela peut entraîner un risque de blessure.
- Seulement une personne peut se tenir debout sur le tapis de course lors de son utilisation.
- Portez des vêtements confortables et adaptés. N'utilisez pas l'appareil en chaussettes ou pieds nus. Portez toujours des vêtements de sport appropriés. Ne portez pas de vêtements amples ou d'objets qui pourraient venir se coincer dans l'appareil. Conservez les vêtements ou les serviettes loin de la bande de course de l'appareil.
- Portez toujours des chaussures de sport adaptées et fortement antidérapantes. L'utilisation de chaussures à talons, avec des semelles en cuir ou de chaussures de course à crampons est à proscrire. Assurez-vous que les chaussures soient exemptes de saleté et que les lacets ne peuvent pas toucher la bande de course.
- Utilisez la main courante latérale comme appui lors de votre training.
- L'appareil ne doit être utilisé qu'avec une tension de 220-240 V 50 Hz dans des prises de courant avec mise à la terre. N'utilisez pas de multiprise.
- Ne portez pas de bijoux pendant l'entraînement. Gardez les mains éloignées de la bande de course et des autres pièces mobiles pendant l'utilisation afin d'éviter toute blessure.
- **ATTENTION :** ne laissez jamais vos bras et vos jambes, ainsi que les enfants, les animaux domestiques ou autres objets passer sous la bande de course à l'arrière de l'appareil alors que celui-ci est en fonctionnement. Cela afin d'éviter de graves blessures ou des dommages à l'appareil.

- Ne descendez jamais de l'appareil lorsque la bande de course est en mouvement. Éteignez l'appareil au préalable et tenez-vous à la main courante latérale lorsque vous descendez.
- Ne placez pas l'appareil sur un tapis dont les poils sont plus hauts que la bande de course ou le mécanisme de pliage.
- **AVERTISSEMENT** : consultez un médecin avant de faire de l'exercice. Cet avertissement doit être respecté impérativement par les personnes âgées ou les personnes ayant des problèmes de santé. Lisez attentivement toutes les indications de sécurité de ce manuel avant d'utiliser l'équipement.
- L'utilisation de l'appareil sous l'influence de l'alcool, de drogues ou de stupéfiants est à proscrire.
- Cet appareil ne doit pas être utilisé par des personnes (y compris les enfants de moins de 14 ans) présentant des handicaps physiques ou mentaux, ou ne disposant pas de suffisamment d'expérience pour l'utiliser.
- Ne pas utiliser à des fins médicales.
- **ATTENTION - RISQUE DE BLESSURE** - Pour éviter les blessures, démarrez l'appareil seulement lorsque vous vous tenez debout sur la bande de course. Faites d'abord fonctionner le tapis de course à faible vitesse et, par sécurité, tenez-vous à la main courante latérale. Veillez à toujours avoir un appui sûr et ajustez progressivement la vitesse lorsque vous vous sentez en sécurité.
- Ne sélectionnez pas une vitesse qui solliciterait à l'excès votre condition physique et votre musculature.
- Ne vous arrêtez pas alors que la bande de course est en marche et ne courez pas sur le côté ou en arrière.
- Ne sautez jamais vers l'avant.
- Fixez toujours le clip de sécurité à vos vêtements afin de pouvoir arrêter l'appareil en cas d'urgence.
- Avant la mise en marche, vérifiez si la bande de course est suffisamment lubrifiée et tendue.
- La bande de course doit se dérouler de façon centrée. Assurez-vous que toutes les vis visibles soient bien serrées.
- Si la fiche d'alimentation est endommagée, elle doit être remplacée par une personne qualifiée.
- Ne mettez jamais l'appareil en marche lorsqu'il est replié.
- Courez toujours en direction de la console, jamais vers l'arrière de l'appareil.
- N'utilisez pas l'appareil à des fins commerciales, il est exclusivement destiné à un usage domestique privé.
- Placez et utilisez l'appareil sur une surface sèche, plane et antidérapante avec un dégagement suffisant de tous côtés (voir « Installation de l'appareil »).
- Ne posez jamais l'appareil sur une surface sur laquelle les ouvertures de ventilation risqueraient d'être bloquées.
- Pour protéger le sol ou la moquette contre des détériorations ou des décolorations, posez un tapis de protection de sol spécial sous l'appareil.
- Le poids maximal de l'utilisateur est de 110 kg.



- Les enfants de moins de 14 ans ne doivent en aucun cas utiliser l'appareil.
- Tenez les enfants de moins de 14 ans et les animaux domestiques à l'écart de l'appareil.
- Les animaux domestiques et les enfants de moins de 14 ans doivent respecter une distance de sécurité de 3 mètres par rapport à l'appareil. Ne les laissez pas sans surveillance à proximité de l'appareil.
- À aucun moment les enfants de moins de 14 ans ne devraient jouer à proximité de l'appareil ou même avec lui.
- Le nettoyage et l'entretien de l'appareil ne doivent pas être effectués par des enfants de moins de 14 ans.

AVERTISSEMENT :

Consultez un médecin avant de faire de l'exercice. Il sera mieux à même d'évaluer si vous êtes en bonne santé ou physiquement apte à utiliser l'appareil. Cette indication doit être impérativement respectée par les personnes âgées ou les personnes ayant des problèmes de santé. Lisez attentivement toutes les consignes de sécurité de ce manuel avant d'utiliser l'appareil. benutzen.



DESSIN ÉCLATÉ/LISTE DES PIÈCES DE RECHANGE

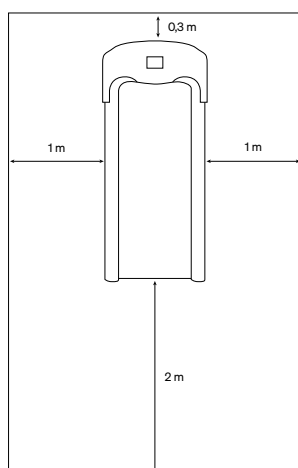
A l'adresse suivante
vous trouverez le dessin éclaté
et la liste des pièces de rechange:

https://service.innovamaxx.de/dft200_spareparts



INSTALLATION DE L'APPAREIL

Placez l'appareil sur une surface plane et faites attention aux dégagements :



1. À l'extrémité arrière de l'appareil, l'espace restant libre doit être d'au moins 2 mètres.
2. Des deux côtés de l'appareil, cet espace doit être d'au moins 1 mètre.
3. À l'avant de l'appareil, l'espace libre doit être d'au moins 30 cm afin de permettre de le replier et de faire passer le câble d'alimentation en toute sécurité.

Ne placez pas l'appareil devant des conduits ou des aérations.

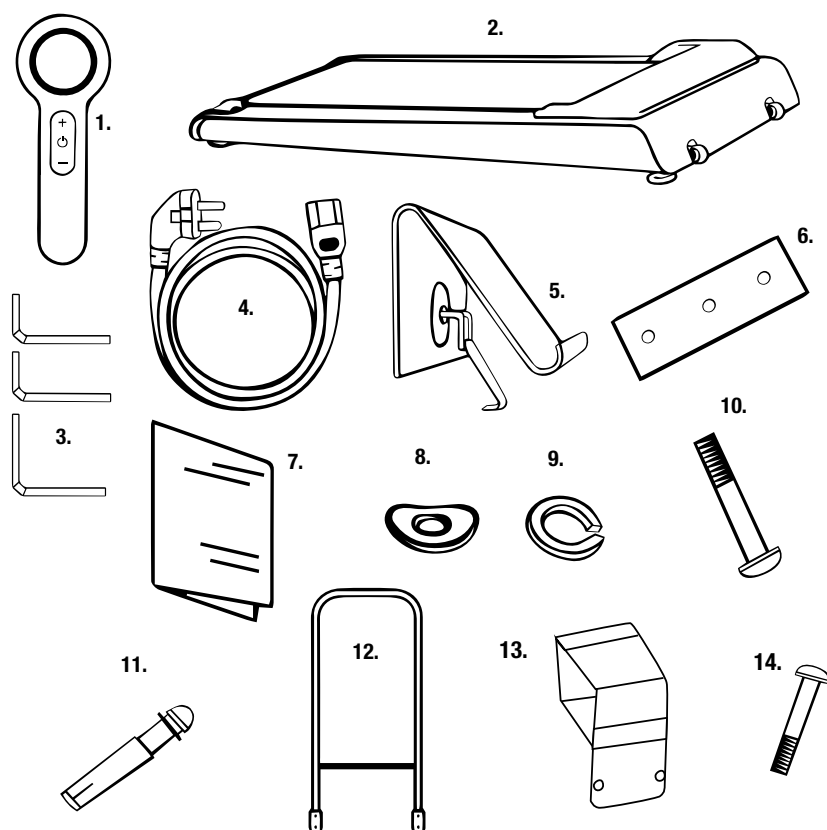
Ne placez pas l'appareil dans un garage, un patio couvert, près de l'eau ou à l'extérieur.

ATTENTION :

Ne vous tenez pas sur la bande de course pendant que vous programmez l'appareil ou prenez d'autres dispositions, mais tenez-vous sur les surfaces de marche latérales. Ne démarrez jamais l'appareil en ayant sélectionné une vitesse élevée et n'essayez jamais de sauter de la bande de course en marche. Augmentez la vitesse progressivement.

CONTENU DE LA LIVRAISON

N°.	Description	Quantité
1	Télécommande	1
2	Courroie de course	1
3	Pièces	1
4	Câble d'alimentation	1
5	Support de tablette	1
6	Ruban adhésif double face	1
7	Manuel	1
8	Rondelle	4
9	Spreng	4
10	Vis M6	4
11	Vis d'expansion M6	2
12	Poignée (optionnel)	1
13	Peuplements	2
14	M6*15 Vis	4



DONNÉES TECHNIQUES

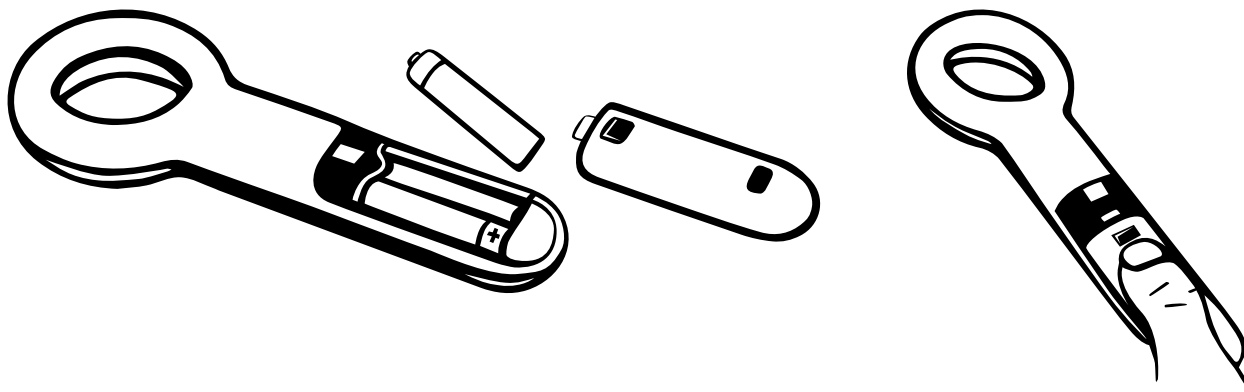
Dimensions du produit (LxIxh)	131 x 56 x 105 cm
Poids total	32,8 kg
Poids net	28 kg
Vitesse maximale	7,1 km/h
Poids maximum de l'utilisateur	110 kg
Bande de fréquences	2402~2480MHz
Puissance d'émission maximale rayonnée	1.7mW



INSTALLATION DE LA TÉLÉCOMMANDE

Vous devez garder la télécommande dans votre main lorsque vous utilisez votre DeskFit200 afin de vous assurer que vous pouvez arrêter votre appareil à tout moment en cas de situation d'urgence.

Comme indiqué sur les images suivantes, insérez deux piles Micro AAA (1.5V) dans la télécommande.



L'UTILISATION DE LA TÉLÉCOMMANDE

+ Accélérer le tapis de course

- Ralentir le tapis de course

⏻ Commutateur on/off

La télécommande utilise un contrôle radio 2.4G. Connectez la télécommande à votre appareil afin qu'il n'interfère pas avec les autres tapis de course.

Comment connecter votre télécommande:

1. **Connectez le tapis de course et allumez-le. Les LED s'allument après une longue "sonnerie".**
2. **Appuyez simultanément sur les touches [SPEED +] et [SPEED] de la télécommande, relâchez les boutons jusqu'à ce que le voyant rouge et le voyant vert s'allument alternativement. Maintenant vous entendrez deux sons, et les LED s'éteindront. La télécommande et le tapis de course sont connectés.**

Fonction de démarrage: En mode veille, appuyez sur la touche START/STOP pour démarrer le tapis de course.

Fonction d'arrêt: Appuyez sur le bouton START / STOP pendant environ 3 secondes pour arrêter le tapis roulant.

Fonction de pause: Appuyez une fois, brièvement, sur le bouton START / STOP pour mettre le tapis de course en pause. L'appareil continuera à enregistrer les données.

Fonction d'arrêt rapide: Appuyez sur le bouton START / STOP 3 fois ou plus pour arrêter instantanément le tapis roulant.

DÉPANNAGE:

1. Pour tester si la télécommande est connectée au tapis de course, appuyez une fois sur le bouton "SPEED +" ou "SPEED". Il y'aura un son maintenant. Si un seul son est entendu, la connexion est stable. Si un son est joué deux fois, la connexion est défectueuse. Si aucun son n'est entendu, reconnectez la télécommande à l'appareil comme décrit ci-dessus.
2. Si la télécommande est connectée mais ne fonctionne pas, déconnectez le tapis de course de l'alimentation électrique. Puis répétez le processus de connexion.
3. Si vous appuyez sur un bouton de la télécommande et que le tapis de course ne bouge pas malgré le clignotement de la LED, changez les piles de la télécommande.

CONSIGNES DE SÉCURITÉ POUR LA TÉLÉCOMMANDE

- Retirez les piles lorsqu'elles sont faibles ou si vous n'utilisez pas l'appareil pendant une longue période afin d'éviter les dangers occasionnés par des piles qui fuient.
- Ne démontez pas et ne chauffez pas les piles.
- Ne rechargez pas les piles et ne les jetez pas au feu. Danger d'explosion !
- Ne laissez pas tomber les piles et n'exercez pas de pression excessive sur la télécommande.
- Faites attention à la polarité (+) et (-). Ouvrez le couvercle du compartiment des piles pour trouver l'étiquette.
- La batterie doit être correctement positionnée, et veuillez-vous assurer que le ressort est bien en contact avec la batterie.
- Il y a un risque d'explosion si vous insérez les piles à l'envers.
- Les piles ne doivent pas être en contact avec l'eau.
- Remplacez toujours toutes les piles en même temps. Ne mélangez pas des piles neuves avec des anciennes, ne mélangez pas différents types de piles.
- Éliminez les piles en les déposant dans un endroit prévu à cet effet.
- Pour des raisons de sécurité, transformer ou modifier la télécommande de son propre chef n'est pas autorisé. N'ouvrez pas le boîtier de la télécommande, sauf pour changer les piles, sinon la garantie sera annulée.
- Ne soumettez pas votre télécommande à une chaleur excessive, par exemple dans une voiture garée au soleil. Votre télécommande ne doit pas être séchée dans un four ou dans un micro-ondes. Les produits chimiques contenus dans les cosmétiques, les laques, les parfums, les lotions après-rasage, les crèmes solaires et les répulsifs pour insectes peuvent endommager la télécommande. Avant de vous servir de tels produits, rangez votre télécommande et ne l'utilisez pas tant que ces produits n'ont pas séché.
- **Avertissement** : risque d'étouffement si des piles ou d'autres petites pièces sont avalées. Gardez la télécommande, les piles et les petites pièces, hors de portée des enfants ou de personnes susceptibles de les avaler ou de se blesser avec. *Si une pile ou une petite pièce devait être ingérée, consultez immédiatement un médecin.*



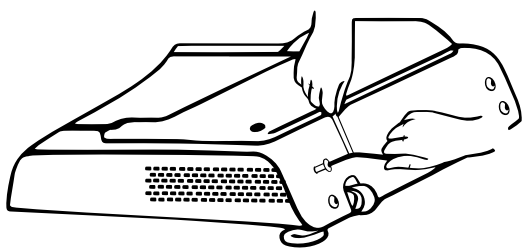
INSTALLATION DES ACCESSOIRES (OPTIONNEL)



Serrez fermement tous les composants et les pièces préassemblées!

La poignée n'est pas incluse et peut être achetée .

Pour installer la poignée, suivez ces 3 étapes:

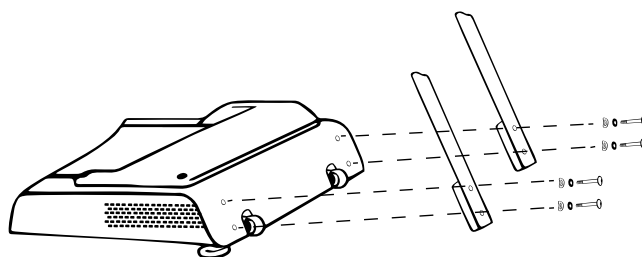


ÉTAPE 1

Retirez les 4 vis à l'avant de l'appareil à l'aide d'une clé hexagonale 5 mm.

ÉTAPE 2

Ensuite, fixez la poignée, le joint circulaire, le joint à ressort et la vis M8 sur l'appareil comme indiqué sur l'image.



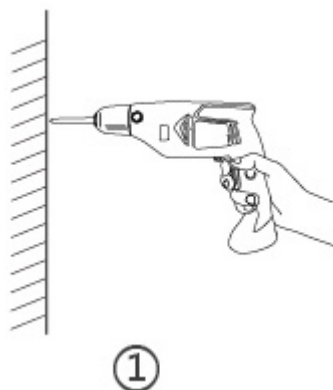
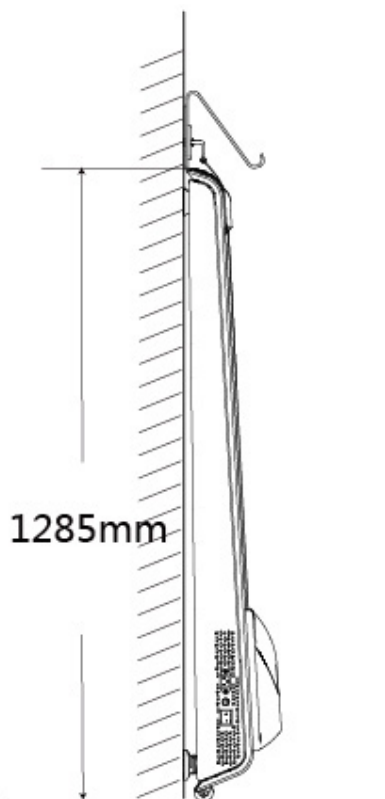
ÉTAPE 3

Ensuite, serrez les vis qui ont été retirées.

INSTALLATION DE MONTAGE MURAL

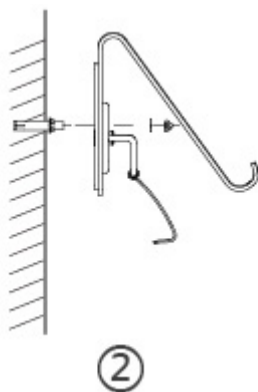
Le support mural peut être monté de deux manières différentes. Soit fixé fermement au mur, soit en utilisant une bande adhésive.

Pour une installation fixe sur le mur, procédez comme suit:



ÉTAPE 1: Trouvez l'emplacement et la hauteur appropriés pour votre installation, cela devrait être d'environ 1 285 mm par rapport au sol. Marquez les trous à forer à l'aide d'un crayon, puis percez les trous pour vos vis d'expansion.

ASTUCE: À l'aide d'un aspirateur, le forage peut se faire sans beaucoup de poussière.



ÉTAPE 2: Essayez d'emballer soigneusement la vis d'expansion.

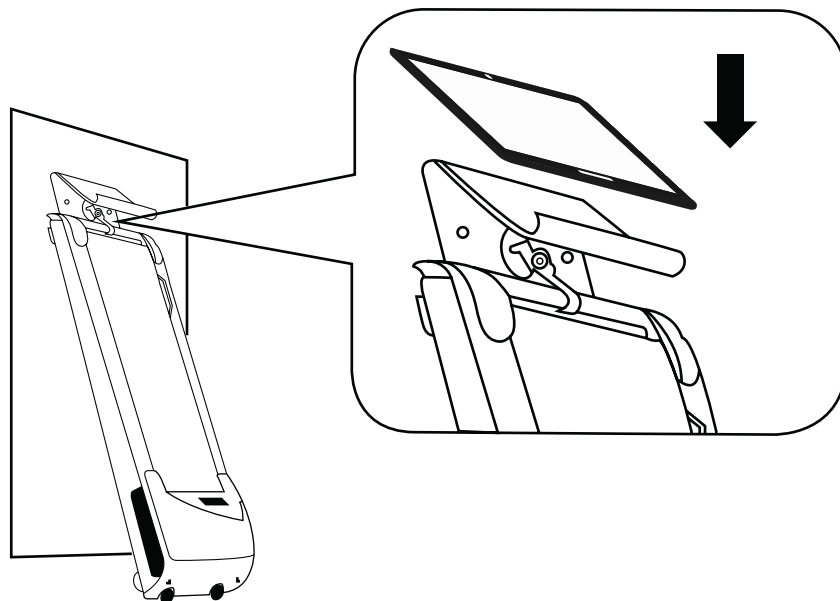


ÉTAPE 3: Alignez la vis d'expansion et enfin serrez-la.



Pour fixer le support mural à l'aide de la bande adhésive, suivez les étapes ci-dessus et laissez simplement les vis d'expansion et utilisez plutôt la bande adhésive pour la fixer.

Enfin, raccordez votre appareil au support. Vous pouvez également utiliser le support pour placer votre tablette PC.



INSTALLATION DES PIÉDESTAUX



ÉTAPE 1:

Retirez le couvercle en plastique des vis.



ÉTAPE 2:

Fixez les pieds de support à l'aide des vis M6 * 15.

LA VITESSE

COURS	VITESSE (KM / H)
1	0.7
2	1.5
3	2.4
4	3.3
5	4.3
6	5.2
7	6.1
8	7.1

Ces valeurs se rapportent à un sujet de 65 kg, ce qui peut entraîner un écart d'environ 10%.

ENTRETIEN



Avertissement:

Avant l'entretien, assurez-vous que la fiche d'alimentation du tapis de course est retirée.

NETTOYAGE:

Nettoyez la poussière régulièrement pour garder les pièces propres et pour une durabilité prolongée. Portez des chaussures de sport propres pour éviter que la saleté ne pénètre dans le tapis de course. Les tapis de course sont nettoyés avec un chiffon humide et avec un peu de savon. Veillez à ne pas mouiller les composants électriques et la surface de course.

MISE EN GARDE:

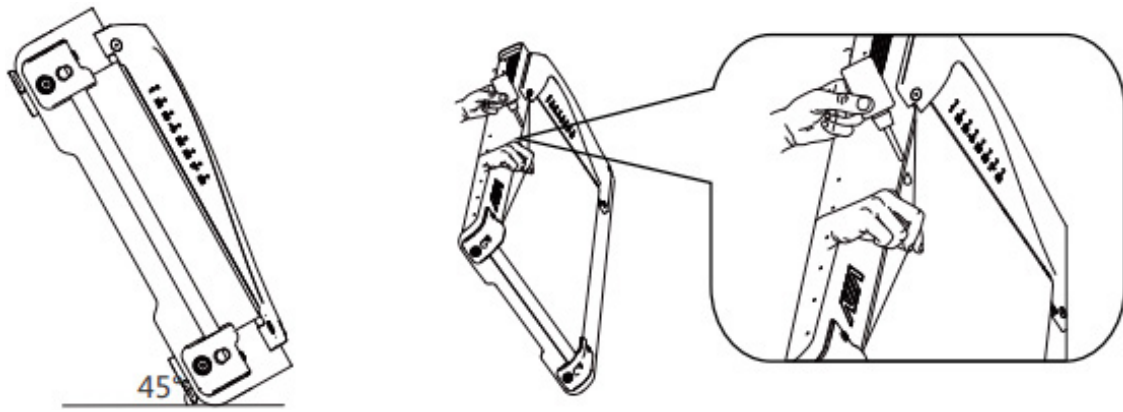
Assurez-vous que la fiche d'alimentation est retirée avant de retirer le couvercle du moteur, nettoyez l'intérieur de l'appareil au moins une fois par mois et assurez-vous que les composants électriques ne se mouillent pas. Le repose pied et la courroie de course de la bande de roulement électrique ont été lubrifiées en usine. Le frottement entre la courroie de course et le repose pied a un impact important sur la durée de vie du produit et sur la performance de la bande de roulement électrique, donc une application régulière de graisse est requise.

APPLIQUEZ L'HUILE DE SILICONE:

Placez le tapis de course sur le côté, inclinez-le de 45 °, puis soulevez la surface de course. Laissez une petite quantité d'huile s'écouler dans le centre du repose ped, comme indiqué dans les illustrations suivantes.

Remarque: Veuillez utiliser l'huile de manière écologique.





Si la surface de la courroie de course est endommagée, contactez notre service à la clientèle.

Nous recommandons d'utiliser du lubrifiant entre la courroie de repose ped de repos selon le calendrier suivant:

Utilisateur occasionnel	Utilisation / Entraînement moins de 3 heures/semaine	une fois par an
Utilisateur modéré	Utilisation / Entraînement 3 à 5 heures/semaine	une fois chaque 6 mois
Utilisateur intensif	Utilisation / Entraînement plus de 5 heures/semaine	une fois par trimestre

Afin de protéger votre tapis de course de manière optimale et prolonger sa durée de vie, il est recommandé de l'éteindre pendant env. 10 minutes si vous ne l'utilisez pas pendant un certain temps pendant une session.

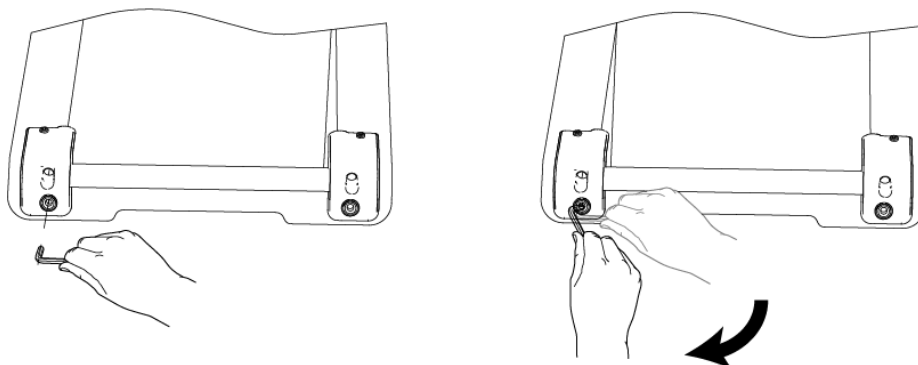
RÉGLAGE / ALIGNEMENT DE LA SURFACE DE COURSE:

Afin de maximiser l'utilisation du tapis roulant, il est essentiel que la surface de course soit optimisée.

ALIGNEMENT:

Placez l'appareil sur le plancher plat. Démarrez l'appareil à vitesse moyenne (dans l'engrenage 5.). (Voir les illustrations suivantes).

Lorsque la surface de roulement est plus proche du côté gauche, tournez le boulon de réglage gauche dans le sens des aiguilles d'une montre avec un quart de tour, en utilisant la clé hexagonale de 6 mm.



Lorsque la surface de roulement est plus proche du côté droite, tournez le boulon de réglage droite dans le sens des aiguilles d'une montre avec un quart de tour, en utilisant la clé hexagonale de 6 mm.

SI LA COURROIE DE COURSE EST TROP LÂCHE ET GLISSE:

Tournez sur les deux côtés les vis de réglage d'un quart de tour dans le sens des aiguilles d'une montre, si nécessaire, ajustez les écarts comme dans les méthodes ci-dessus.

RÉGLAGE DE LA COURROIE MULTI V:

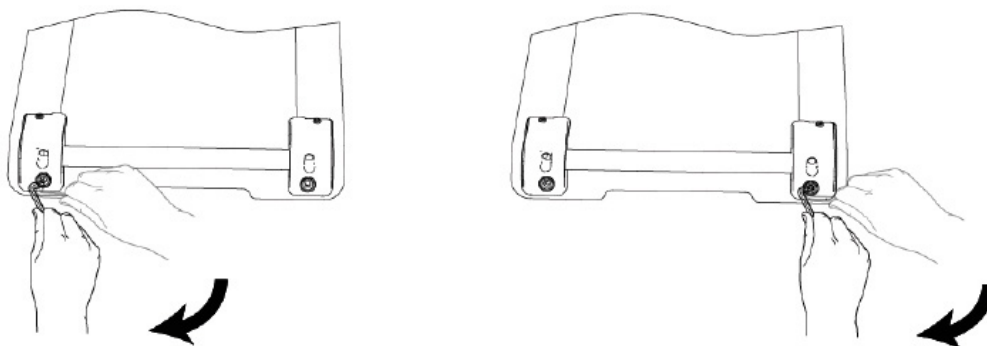
Si vous utilisez le tapis roulant pendant une longue période, la courroie multi-V devient lâche en raison de l'abrasion. Pour assurer une utilisation sûre, vous devez effectuer un ajustement.

Si au cours de l'exercice, le phénomène dit de pause se produit, la courroie multi-V peut être trop lâche et un ajustement supplémentaire est nécessaire.

Si la courroie peut fonctionner librement, l'étanchéité est appropriée.

Si la courroie de course est arrêtée, mais la courroie multi-V et le rouleau fonctionnent toujours, cela indique que la courroie de course est lâche et que des ajustements appropriés doivent être effectués pour assurer une utilisation sûre.

Si vous remarquez que la courroie de course et la courroie multi-V sont arrêtées, mais le moteur fonctionne toujours, cela indique que la courroie multi-V est lâche et que des ajustements appropriés doivent être effectués pour assurer une utilisation sûre.



DÉPANNAGE GÉNÉRAL

PROBLÈME	RAISON	SOLUTION
L'appareil ne démarre pas	Pas d'alimentation électrique, ou le commutateur est sur "off". La protection contre le surintensité du tapis de course n'est pas connectée.	Branchez l'alimentation et allumez l'appareil. Connectez la protection contre le surintensité.
La surface de course est glissante	La surface de course n'est pas stable.	Réglez la surface de course conformément à la section 8. Entretien.
La surface de course n'est pas au centre	La surface de course n'est pas ajustée correctement	Ajustez la surface de course au centre.
Vous entendez des bruits étranges	L'axe de rotation nécessite de la graisse.	Appliquez de la graisse sur l'axe de rotation.
	Les vis sont mal serrées	Serrez les vis appropriées
Court circuit ou endommagement du câble d'alimentation sur le panneau de commande supérieur	Le câble d'alimentation sur le panneau de commande supérieur est endommagé.	Remplacez le panneau de commande inférieur.



EXERCICE D'ÉTIREMENT

Avant chaque séance d'entraînement, vous devez étirer vos muscles pendant au moins 5 à 10 minutes pour les réchauffer suffisamment. Répétez les exercices d'étirement suivants cinq fois. Les étirements avant l'entraînement permettent d'améliorer la flexibilité et de réduire le risque de blessure.

1 ROULER LA TÊTE

Tournez la tête vers la droite une fois, en étirant le côté gauche de votre cou, puis faites pivoter votre tête en arrière une fois, étirez votre menton jusqu'au plafond et laissez votre bouche ouverte. Faites pivoter votre tête vers la gauche une fois, puis inclinez votre tête sur votre poitrine une fois.



2 EPAULE ELEVATION

Levez votre épaule droite vers votre oreille une fois. Ensuite, levez votre épaule gauche une fois en abaissant votre épaule droite.



3 ETIREMENT DES CÔTES

Ouvrez vos bras sur le côté et levez-les jusqu'à ce qu'ils soient au-dessus de votre tête. Atteignez votre bras droit aussi loin que possible sur le plafond une fois. Répétez cette action avec votre bras gauche.



4 ETIREMENT DU QUADRICEPS

D'une seule main contre un mur pour l'équilibre, essayez d'atteindre votre derrière et étendez votre pied droit. Apportez votre talon aussi près que possible de vos fesses. Comptez 15 fois et répétez avec le pied gauche.



5 ETIREMENT DE LA CUISSE

Asseyez-vous avec les plantes de vos pieds ensemble et vos genoux pointant vers l'extérieur. Tirez vos pieds aussi près de votre aine que possible. Poussez doucement vos genoux vers le sol. Comptez 15 fois.



6 TOUCHEZ VOS ORTEILS

Penchez-vous lentement vers l'avant de votre taille, laissez votre dos et vos épaules se détendre pendant que vous vous étirez vers vos orteils. Essayez d'atteindre votre orteil et comptez 15 fois.



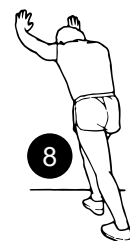
7 ETIREMENT DU TENDON

Étendez votre jambe droite. Reposez la plante de votre pied gauche contre votre cuisse droite. Étirez-vous vers le haut de votre pied. Comptez 15 fois. Détendez-vous, puis répétez avec la jambe gauche.



8 ETIREMENT DU MOLLET/TENDON

Penchez-vous contre un mur avec votre jambe gauche devant la droite et vos bras vers l'avant. Gardez votre jambe droite droite et le pied gauche sur le sol, puis pliez la jambe gauche et penchez-vous vers l'avant en déplaçant vos hanches vers le mur. Puis répétez de l'autre côté 15 fois.



LOGICIEL D'APPLICATION (APP)

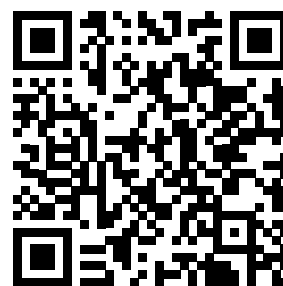
Vous pouvez télécharger l'application "VAN Fit" en utilisant le code QR montré ici.. Smartphone accepté: Android 4.3 ou version ultérieure avec Bluetooth 4.0, iOS 7.0 ou plus récente.

Activez la fonction Bluetooth sur votre appareil d'abord, puis lancez l'application et allez à Connect.

Android



iOS



REMARQUES SUR L'UTILISATION DE L'APPLICATION:

Vous ne devriez installer que des applications pour lesquelles vous êtes sûr des sources. Sportstech Brands Holding GmbH ne peut accepter aucune responsabilité pour les logiciels fournis par des tiers.

Si un deuxième utilisateur veut utiliser le tapis de course, l'APP peut généralement être utilisé de deux façons:

1. L'utilisateur doit se déconnecter de l'application, puis le deuxième utilisateur doit se connecter à l'APP.
2. Éteignez et rallumez l'interrupteur d'alimentation.



MISE AU REBUT

Chers clients,

En tant qu'utilisateur final, vous êtes légalement tenu de collecter les déchets d'équipements électriques et électroniques et de piles ainsi que les accumulateurs séparément des déchets municipaux. Nous voulons vous rendre cela aussi simple que possible. Veuillez noter les informations sur cette page et au dos.

Indications sur la directive européenne 2012/19/UE (transposée en Allemagne dans la loi sur les appareils électriques et électroniques (ElektroG) ; transposition éventuellement différente ailleurs)



Nous informons les propriétaires d'équipements électriques et électroniques que les déchets d'équipements électriques et électroniques doivent être collectés séparément des déchets municipaux conformément aux réglementations légales applicables. Le symbole d'une poubelle barrée, qui figure sur les déchets d'équipements électriques et électroniques, indique également l'obligation de les collecter séparément.

B. Indications relatives à l'élimination et symboles pour un appareil électrique sur la base de la directive européenne 2006/66/UE (en Allemagne, conformément à la loi sur les piles (BattG); ailleurs, transposition possible différente)



Les piles et accumulateurs usagés ne doivent pas être jetés avec les ordures ménagères. En tant qu'utilisateur final, vous êtes légalement tenu de restituer les batteries usagées. Le symbole avec la poubelle barrée signifie que vous n'êtes pas autorisé à jeter les piles usagées dans les ordures ménagères.

Utilisez pour cela les points de collecte officiels, tels que les points de collecte des ordures ménagères publiques. Vous pouvez également rapporter les batteries usagées aux points de vente, à condition qu'ils vendent des batteries. Si le symbole Cd, Hg ou Pb est affiché sous le symbole de la poubelle barrée, c'est une indication que la batterie contient soit du cadmium, du mercure ou du plomb. Ce sont des métaux lourds toxiques qui présentent non seulement des risques importants pour l'environnement mais aussi pour la santé humaine.

Chaîne du recyclage



Les matériaux d'emballage peuvent être transportés vers le cycle des matières premières. La disposition des matériaux d'emballage, conformément aux dispositions légales. Les informations peuvent être récupérées à partir des systèmes de retour ou de collections.

MANUALE D'USO

ITALIANO

Gentile cliente,

Siamo lieti che abbiate scelto un dispositivo della gamma SPORTSTECH. L'attrezzatura sportiva SPORTSTECH ti offre alta qualità e tecnologia innovativa.

Per sfruttare a pieno il potenziale del dispositivo e poterlo utilizzare per molti anni, raccomandiamo di leggere attentamente questo manuale prima di iniziare l'allenamento e di utilizzare il dispositivo seguendo le istruzioni. La sicurezza e la funzionalità del dispositivo possono essere garantite solo se vengono rispettate le istruzioni di sicurezza contenute nel presente manuale d'uso. Non ci assumiamo alcuna responsabilità per i danni derivanti da un uso improprio o da un uso errato del dispositivo.



- **Assicurarsi che TUTTE le persone che usano l'attrezzo abbiano letto e compreso le presenti istruzioni per l'uso. Tenere questo manuale vicino all'attrezzo.**



- **Seguire tutte le istruzioni di sicurezza di questo manuale.**
- **Non sovraccaricare MAI se stessi o gli altri quando si usa l'attrezzo.**



Il nostro **Video Tutorial** per te!

Montaggio, Utilizzo, Smontaggio.

1. Scannerizza il QR-Code
2. Guarda il video
3. Inizia ad allenarti veloce e sicuro



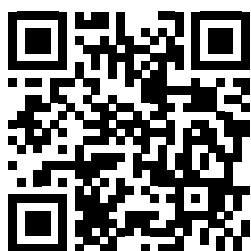
Link per il Video:

https://service.innovamaxx.de/dft200_video

Ci siamo anche sui social!

Scopri le ultime novità sui prodotti, contenuti per l'allenamento e molto altro ancora sul nostro:

pagina Instagram



<https://www.instagram.com/sportstech.de>

pagina Facebook



<https://www.facebook.com/sportstech.de>

INDICE

IMPORTANTI ISTRUZIONI DI SICUREZZA	80
DISEGNO ESPLOSO/LISTA DEI PEZZI DI RICAMBIO	82
IMPOSTAZIONE DELL'APPARECCHIO	82
DOTAZIONE DI FORNITURA	83
DATI TECNICI	83
INSTALLAZIONE DEL TELECOMANDO	84
UTILIZZARE IL TELECOMANDO	84
INFORMAZIONI SULLA SICUREZZA DEL TELECOMANDO	85
INSTALLAZIONE DEGLI ACCESSORI (OPZIONALE)	86
VELOCITÀ	89
MANUTENZIONE	89
RISOLUZIONE DEI PROBLEMI GENERALI	91
ESERCIZI DI STRETCHING	92
SOFTWARE APPLICATIVO (APP)	93
SMALTIMENTO	94
DECLARATION OF CONFORMITY	113



IMPORTANTI ISTRUZIONI DI SICUREZZA



È essenziale seguire queste informazioni generali di sicurezza quando si usa questo prodotto. Leggere tutte le istruzioni prima di utilizzare il prodotto.

ATTENZIONE: Per ridurre il rischio di scosse elettriche, scollegare questo prodotto dopo l'uso, quando si monta o si smonta, e per la manutenzione o la pulizia. Ignorare questo avviso può provocare danni fisici o al prodotto.

ATTENZIONE: Per ridurre ulteriori fonti di pericolo, osservare attentamente le seguenti istruzioni:

- Non lasciare l'apparecchio incustodito quando è collegato alla rete elettrica. Azionare l'interruttore sul pannello posteriore prima di scollegare il cavo di alimentazione.
- Fermare l'unità prima di azionare l'interruttore, scollegare il cavo di alimentazione o sollevare l'unità.
- Il dispositivo può essere utilizzato solo per lo scopo pubblicizzato. L'uso improprio non è permesso.
- Non utilizzare mai l'apparecchio se la spina di alimentazione è danneggiata, se l'apparecchio non funziona correttamente o se è stato esposto all'umidità. In questo caso, contattate il vostro rivenditore.
- Non eseguire alcuna modifica o manutenzione sull'unità che non sia descritta in questo manuale. Questo può provocare danni all'unità.
- Assicurarsi che il locale in cui si trova l'apparecchio sia sufficientemente ventilato e che il vano motore dell'apparecchio riceva una circolazione d'aria sufficiente.
- Non utilizzare l'apparecchio all'aperto.
- Non usare la spina di alimentazione per tirare l'apparecchio.
- Le persone anziane o fisicamente svantaggiate dovrebbero usare l'apparecchio solo sotto supervisione, nel caso in cui l'intervento del supervisore si renda necessario.
- Non usare spray o prodotti aerosol vicino all'apparecchio per evitare di danneggiarlo.
- Tenere il dispositivo asciutto e lontano dall'umidità.
- Il coperchio del motore può riscaldarsi durante l'uso. Posizionare l'apparecchio su una superficie resistente al calore.
- Tenere la spina di alimentazione e il cavo di alimentazione lontano da superfici calde.
- Posizionare l'apparecchio su una superficie solida e piana con un raggio di sicurezza sufficiente (vedere „Impostazione dell'apparecchio“). Assicuratevi che non ci siano oggetti nelle immediate vicinanze del dispositivo durante l'uso, poiché questi possono comportare il rischio di lesioni.
- Solo una persona può stare in piedi sul tapis roulant durante l'uso.
- Indossare un abbigliamento comodo e appropriato durante l'uso. Non utilizzare il dispositivo in calzini o a piedi nudi. Indossa sempre un abbigliamento sportivo appropriato. Non indossare indumenti o oggetti che sono allentati o che potrebbero impigliarsi nell'unità. Tenere gli indumenti o gli asciugamani lontani dalla cinghia di scorrimento del dispositivo.
- Indossare sempre scarpe sportive adatte con un'alta resistenza allo scivolamento. È proibito l'uso di scarpe con tacchi, suole di cuoio o scarpe da corsa con punte. Assicuratevi che le scarpe siano prive di sporco e che i lacci non possano toccare la cintura da corsa.
- Utilizzare il corrimano laterale per il sostegno durante l'esercizio.
- L'apparecchio può essere utilizzato solo con una tensione di 220-240 V 50 Hz in prese collegate a terra. Non usare una ciabatta.
- Non indossare gioielli durante l'esercizio. Tenere le mani lontane dalla cinghia di scorrimento e da altre parti in movimento durante l'uso per evitare lesioni.
- **ATTENZIONE:** Tenere sempre le braccia, le gambe, i bambini (piccoli), gli animali domestici o altri oggetti fuori da sotto la cinghia di scorrimento sul retro dell'unità durante il funzionamento per evitare possibili lesioni gravi o danni all'unità.
- Non scendere mai dal dispositivo mentre il nastro di scorrimento è in movimento. Spegnerne il dispositivo in

- anticipo e tenersi al corrimano laterale durante la discesa.
- Non posizionare l'apparecchio su un tappeto più alto del battistrada o del meccanismo di piegatura.
- **ATTENZIONE:** Consultare un medico prima di fare esercizio. Questa avvertenza deve essere osservata dalle persone anziane o con problemi di salute. Leggere attentamente tutte le informazioni sulla sicurezza in questo manuale prima di usare l'attrezzatura.
- L'uso del dispositivo sotto l'influenza di alcool, droghe o narcotici è proibito.
- Questo dispositivo non è destinato all'uso da parte di persone (compresi i bambini sotto i 14 anni) con limitazioni fisiche o mentali, o con mancanza di esperienza e conoscenza.
- Non usare per scopi medici.
- **ATTENZIONE - PERICOLO DI LESIONI** - Per evitare lesioni, non avviare il dispositivo finché non si è in piedi sulla cintura di scorrimento. All'inizio esegui il tapis roulant a bassa velocità e tieniti al corrimano laterale per sicurezza. Assicuratevi sempre di essere in posizione sicura e regolate gradualmente la velocità solo quando vi sentite sicuri.
- Non scegliere una velocità che ti sovraccarichi condizionatamente o muscolarmente.
- Non state fermi con la cintura di sicurezza accesa e non correte lateralmente o all'indietro.
- Non saltare mai davanti.
- Mettete sempre la clip di sicurezza sui vostri vestiti per essere in grado di fermare il dispositivo in caso di emergenza.
- Prima di accendere, controllare che la cinghia di scorrimento sia sufficientemente lubrificata e serrata.
- La cinghia di scorrimento deve essere centrata. Assicuratevi che tutte le viti visibili siano serrate.
- Se la spina di alimentazione è danneggiata, deve essere sostituita da personale qualificato.
- Non accendere mai il dispositivo quando è piegato.
- Camminare sempre verso la console, mai all'indietro sull'unità.
- Il dispositivo è inteso solo per uso domestico privato e non per scopi commerciali.
- Posizionare e utilizzare l'apparecchio su una superficie asciutta, piana e antiscivolo con sufficiente spazio libero su tutti i lati (vedere „Impostazione dell'apparecchio“).
- Non appoggiare mai l'apparecchio su una superficie se questo blocca le aperture di ventilazione.
- Per proteggere il pavimento o il tappeto da danni o scolorimenti, mettere un tappetino speciale di protezione del pavimento sotto l'unità.
- Il peso massimo dell'utente è di 110 kg.



- I bambini sotto i 14 anni non devono utilizzare il dispositivo in nessuna circostanza.
- Tenere i bambini sotto i 14 anni e gli animali domestici lontano dal dispositivo.
- Gli animali domestici e i bambini sotto i 14 anni devono mantenere una distanza di sicurezza di 3 metri dal dispositivo. Non lasciarli incustoditi vicino all'apparecchio.
- I bambini di età inferiore ai 14 anni non devono giocare vicino o con l'apparecchio in nessun momento.
- La pulizia e la manutenzione dell'apparecchio non devono essere eseguite da bambini di età inferiore ai 14 anni.



ATTENZIONE: Consultare un medico prima di fare esercizio. Lui o lei sarà in una posizione migliore per valutare se sei fisicamente in forma o in buona salute per usare l'attrezzatura. È essenziale seguire questo consiglio per le persone anziane o con problemi di salute. Leggere attentamente tutte le istruzioni di sicurezza in questo manuale prima di usare la macchina.

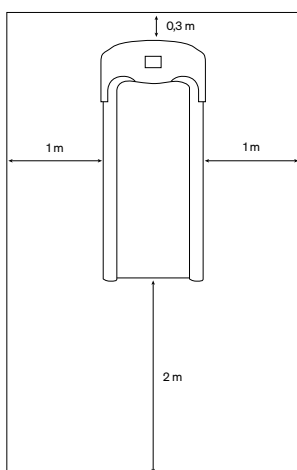
DISEGNO ESPLOSO/LISTA DEI PEZZI DI RICAMBIO

Al seguente link
troverete il disegno esploso
e la lista dei pezzi di ricambio:

https://service.innovamaxx.de/dft200_spareparts



IMPOSTAZIONE DELL'APPARECCHIO



Posizionare l'apparecchio su una superficie piana e fare attenzione alle distanze:

1. Ci deve essere uno spazio libero di almeno 2 metri all'estremità posteriore dell'apparecchio.
2. Ci deve essere almeno 1 metro di spazio libero su entrambi i lati dell'unità.
3. Ci deve essere uno spazio libero di almeno 30 cm nella parte anteriore dell'unità per permettere di piegare l'unità e far passare il cavo di alimentazione in modo sicuro.

Non posizionare l'unità davanti a cappe o bocchette di ventilazione.

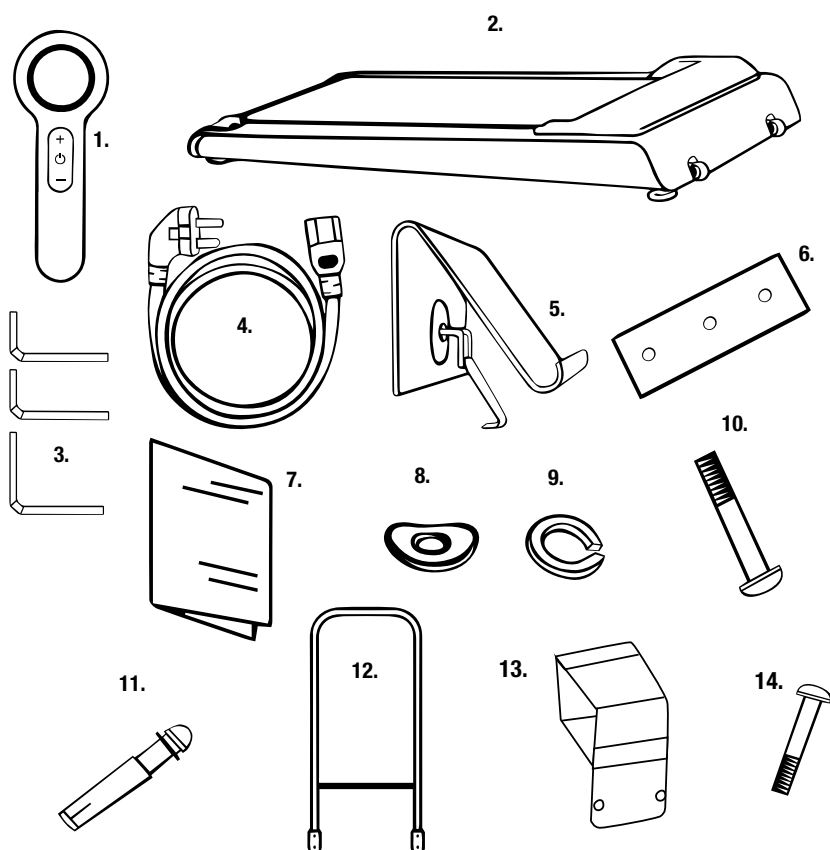
Non mettere l'unità in un garage, in un patio coperto, vicino all'acqua o all'aperto.

ATTENZIONE:

Durante la programmazione dell'unità e gli altri preparativi, non stare in piedi sul nastro del tapis roulant. Non stare in piedi sul nastro del tapis roulant, ma utilizzare i gradini laterali. Non iniziare mai non avviare mai il dispositivo ad alta velocità e non cercare mai di saltare sul nastro in seguito. Aumentare la velocità gradualmente.

DOTAZIONE DI FORNITURA

Num.	Descrizione	Quantità
1	Telecomando	1
2	Nastro	1
3	Utensili	1
4	Cavo di alimentazione	1
5	Supporto per tablet	1
6	Nastro adesivo fronte-retro	1
7	Manuale	1
8	Rondella	4
9	Spreng	4
10	Vite M8	4
11	Vite ad espansione M6	2
12	Impugnatura (opzionale)	1
13	Piedi di appoggio	2
14	M6*15 Vite	4



DATI TECNICI

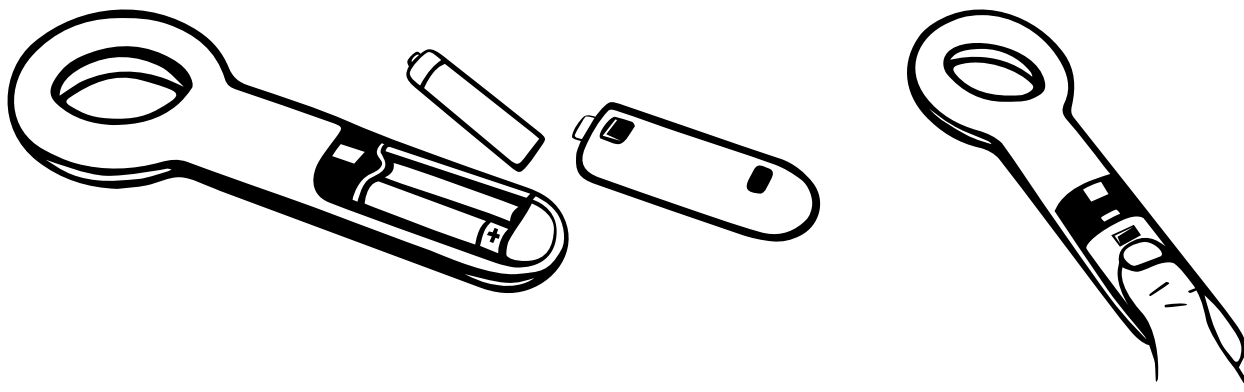
Dimensione del prodotto (LxLxH)	131 x 56 x 105 cm
Peso lordo	32,8 kg
Peso netto	28 kg
Velocità massima	7,1 km/h
Max. peso utente	110 kg
Banda di frequenza	2402~2480MHz
Massima potenza di trasmissione emessa	1.7mW



INSTALLAZIONE DEL TELECOMANDO

È importante tenere il telecomando in mano quando si utilizza il DeskFit200 per assicurarsi di poter arrestare in qualsiasi momento il dispositivo in caso di emergenza.

Come mostrato nelle seguenti immagini, inserire due batterie Micro AAA (1.5V) nel telecomando.



UTILIZZARE IL TELECOMANDO

+ Accelerare del tapis roulant

- Rallentare del tapis roulant

⏻ Interruttore ON / OFF

Il telecomando utilizza un controllo radio 2.4G. Connetti il telecomando al tuo dispositivo, in modo tale che non interferisca con altri tapis roulant.

Come connettere il tuo telecomando:

1. Connetti il tapis roulant e accendilo. I LED si accenderanno dopo un lungo squillo.
2. Premi i pulsanti [SPEED +] e [SPEED -] sul telecomando contemporaneamente, rilasciare pulsanti fino a quando la lampada rossa e quella verde si accendono alternatamente. Ora sentirai duesuoni e i led si spegneranno. Il telecomando e il tapis roulant sono connessi.

Funzione start: In modalità standby, premere il pulsante START/STOP per avviare il tapis roulant.

Funzione stop: Premere il pulsante START/STOP per circa 3 secondi per fermare direttamente il tapis roulant.

Funzione pausa: Premere brevemente il pulsante START/STOP una volta per mettere in pausa il tapis roulant. Il dispositivo continua a registrare i dati.

Funzione di stop rapido: Premere START/STOP 3 volte per fermare istantaneamente il tapis roulant.

RISOLUZIONE DEI PROBLEMI:

1. Per testare se il telecomando è connesso al tapis roulant, premere il pulsante "SPEED +" o "SPEED" una volta. Sarà eseguito un suono. Se si sente solo un suono, la connessione è stabile. Se il suono viene eseguito due volte, c'è un errore di connessione. Se non si sente alcun suono, riconnettere il telecomando al dispositivo come descritto sopra.
2. Se il telecomando è connesso con successo ma non funziona, disconnettere il tapis roulant dall'alimentazione. Quindi ripetere il processo di connessione.
3. Se premi un pulsante sul telecomando e il tapis roulant non si muove nonostante il LED lampeggiante, cambia le batterie del telecomando.

INFORMAZIONI SULLA SICUREZZA DEL TELECOMANDO

- Rimuovere le batterie quando sono scariche o quando il dispositivo non verrà utilizzato per un lungo periodo per evitare il rischio di perdite.
- Non smontare o riscaldare le batterie.
- Non ricaricare le batterie né gettarle nel fuoco. Rischio di esplosione!
- Non far cadere le batterie né applicare una pressione eccessiva sul telecomando.
- Prestare attenzione alla polarità (+) e (-). Aprire il coperchio della batteria per trovare l'etichetta.
- La batteria deve essere posizionata correttamente e assicurarsi che la molla della stessa faccia contatto.
- Esiste il rischio di esplosione se si inseriscono le batterie al contrario.
- Le batterie non devono entrare in contatto con l'acqua.
- Sostituire sempre tutte le batterie contemporaneamente. Non mischiare batterie vecchie e nuove o tipi diversi di batterie.
- Smaltire le batterie in un luogo designato.
- Per motivi di sicurezza, non sono consentite alterazioni e / o modifiche non autorizzate al telecomando. Non aprire l'alloggiamento del telecomando - salvo per cambiare la batteria - altrimenti la garanzia decade.
- Non esporre il telecomando a calore eccessivo, ad esempio in un'auto parcheggiata al sole. Il telecomando non deve essere asciugato nel microonde o nel forno. I prodotti chimici in cosmetici, lacca per capelli, profumi, dopobarba, creme solari e repellenti per insetti possono danneggiare il telecomando. Riporre il telecomando prima di utilizzare tali prodotti e non utilizzarlo finché questi prodotti non si sono asciugati.
- **Avvertenza:** pericolo di soffocamento se le batterie o altri piccoli componenti vengono ingeriti. Il telecomando, le sue parti e le sue batterie devono essere tenuti fuori dalla portata dei bambini e di altre persone che potrebbero ingerire queste parti o ferirsi in altro modo con esse. *Se una batteria o una piccola parte viene ingerita, consultare immediatamente un medico.*



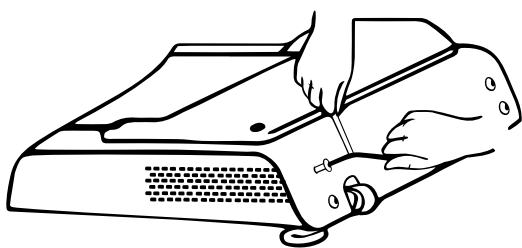
INSTALLAZIONE DEGLI ACCESSORI (OPZIONALE)



Avvitare bene tutti gli elementi e i pezzi preassemblati!

L'impugnatura non è inclusa e può essere acquistata separatamente.

Per installare l'impugnatura, seguire questi 3 passaggi:

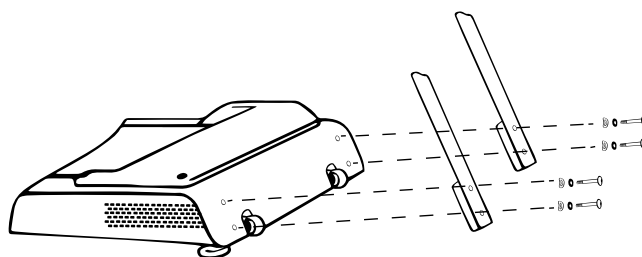


FASE 1

Rimuovere le 4 viti sulla parte anteriore del dispositivo utilizzando la chiave esagonale da 5 mm.

FASE 2

Fissare quindi l'impugnatura, la guarnizione circolare, la guarnizione a molla e la vite M8 sul dispositivo, come mostrato nell'immagine.



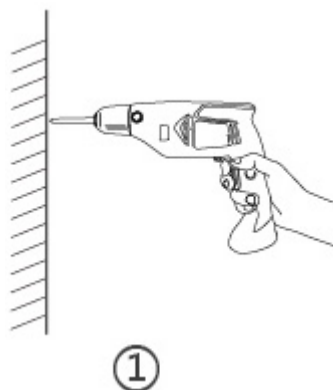
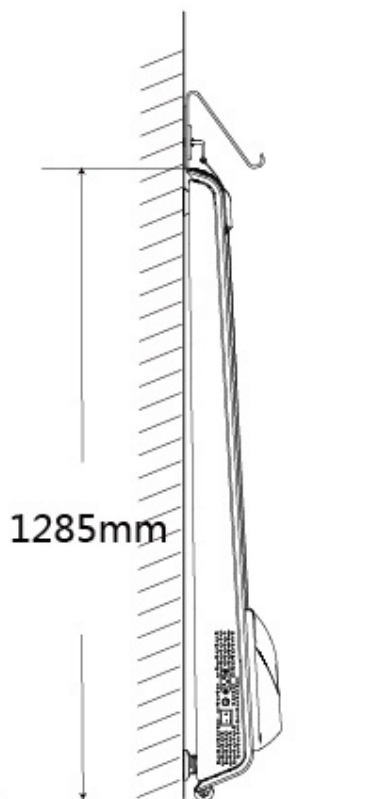
FASE 3

Serrare quindi le viti appena rimosse.

INSTALLAZIONE DI MONTAGGIO A PARETE

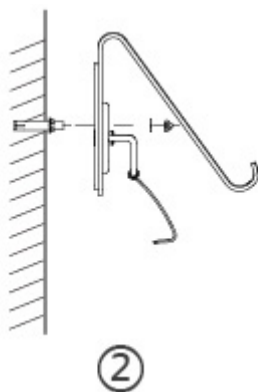
Il supporto a parete può essere montato in due modi diversi. Fissandolo saldamente alla parete oppure utilizzando una striscia adesiva.

Per l'installazione fissa sulla parete, seguire la seguente procedura:



FASE 1: Trovare la posizione e l'altezza consone per l'installazione, dovrebbe trovarsi a circa 1.285 mm dal suolo. Segnare i fori da trapanare con una matita, quindi praticare i fori per le viti ad espansione.

ASTUCE: Utilizzando un'aspirapolvere, la foratura può essere eseguita senza generare un'eccessiva quantità di polvere.



FASE 2: Provare ad inserire attentamente la vite ad espansione.

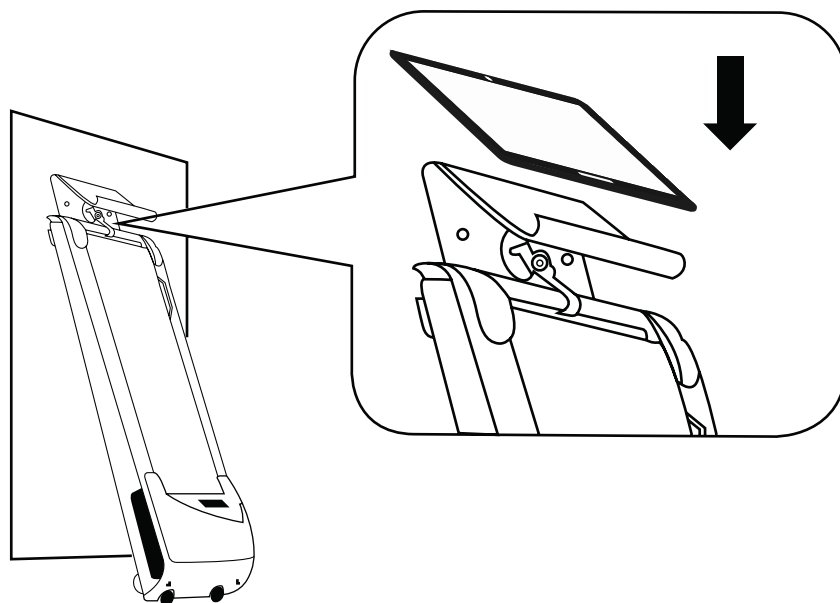


FASE 3: Allineare la vite ad espansione e infine serrare.



Per fissare il supporto a parete utilizzando la striscia adesiva, seguire le istruzioni riportate sopra e mettere da parte le viti ad espansione, utilizzando la striscia adesiva per risolvere il problema.

In fine, agganciate il vostro dispositivo al supporto. In alternativa potrete utilizzare il supporto, anche come porta-tablet.

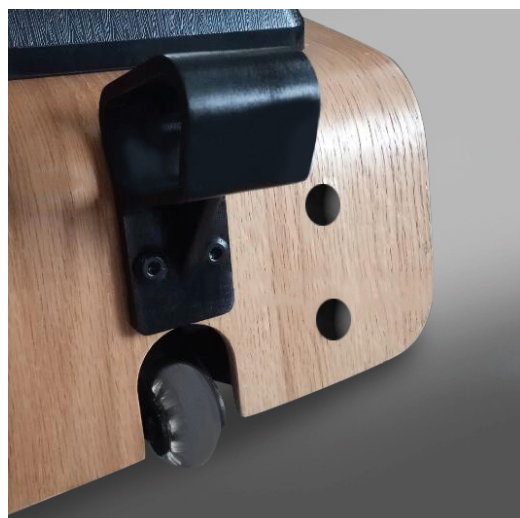


INSTALLAZIONE DEI PIEDI



FASE 1:

Rimuovere il rivestimento di plastica delle viti.



FASE 2:

Attaccare i supporti utilizzando viti M6*15.

VELOCITÀ

CORSO	VELOCITÀ (KM / H)
1	0.7
2	1.5
3	2.4
4	3.3
5	4.3
6	5.2
7	6.1
8	7.1

Questi valori si riferiscono a un soggetto di prova con 65 kg. Pertanto, può verificarsi una deviazione di circa il 10%.

MANUTENZIONE



Avvertenza: Prima della manutenzione, assicurarsi che la spina di alimentazione del tapis roulant sia stata rimossa.

PULIZIA:

Rimuovere regolarmente la polvere per mantenere le parti pulite e per assicurare una lunga durata del prodotto. Assicurarsi di indossare scarpe da ginnastica pulite per evitare che la sporcizia finisca nel tapis roulant. I tapis roulant devono essere puliti con un panno umido e con un po' di sapone. Fare attenzione a non inumidire i componenti elettrici e la superficie di lavoro.

ATTENZIONE:

Assicurarsi che la spina di alimentazione venga estratta prima di rimuovere il coperchio del motore, pulire l'interno del dispositivo almeno una volta al mese e assicurarsi che i componenti elettrici non si bagnino.

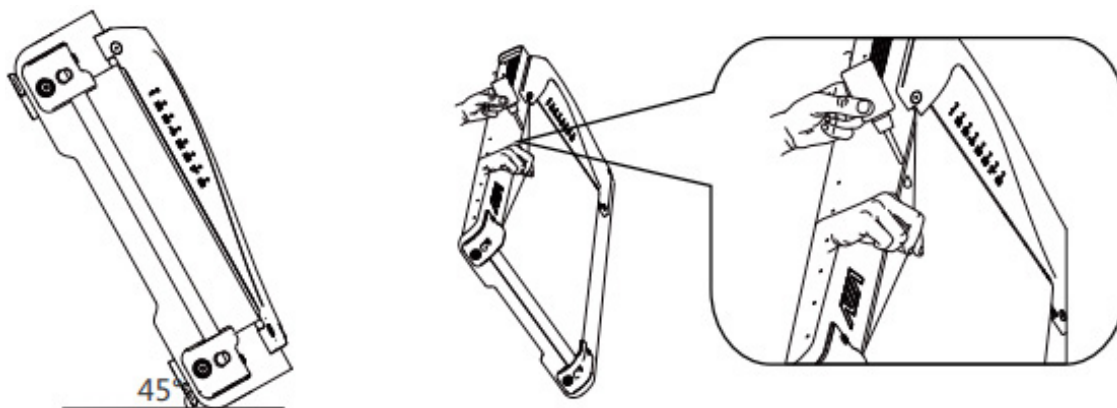
La base e il nastro del tapis roulant elettrico sono stati lubrificati in fabbrica. L'attrito tra il nastro e la base ha un impatto significativo sulla durata del prodotto e sul rendimento del tapis roulant elettrico, quindi è necessaria un'applicazione regolare di olio lubrificante.

APPLICARE L'OLIO DI SILICONE:

Posizionare il tapis roulant di fianco, inclinarlo di 45 °, quindi sollevare il nastro. Far sì che una piccola quantità di olio scorra nel centro della pedana, come mostrato nelle seguenti illustrazioni.

Nota: Utilizzare l'olio ecologicamente.





Se la superficie del nastro è danneggiata, si prega di contattare il nostro servizio clienti.

Si consiglia di utilizzare il lubrificante tra il nastro e la pedana in base al seguente programma:

Utenti peso piuma	Utilizzo / Training meno di 3 h/settimana	una volta all'anno
Utenti peso medio	Utilizzo / Training 3-5 h/settimana	una volta ogni sei mesi
Utente peso elevato	Utilizzo / Training più di 5 h/settimana	una volta ogni trimestre

Per proteggere il tapis roulant in modo ottimale e prolungare la sua vita operativa, si consiglia di spegnerlo per circa 10 minuti se non lo si utilizza per un po' durante una sessione di allenamento.

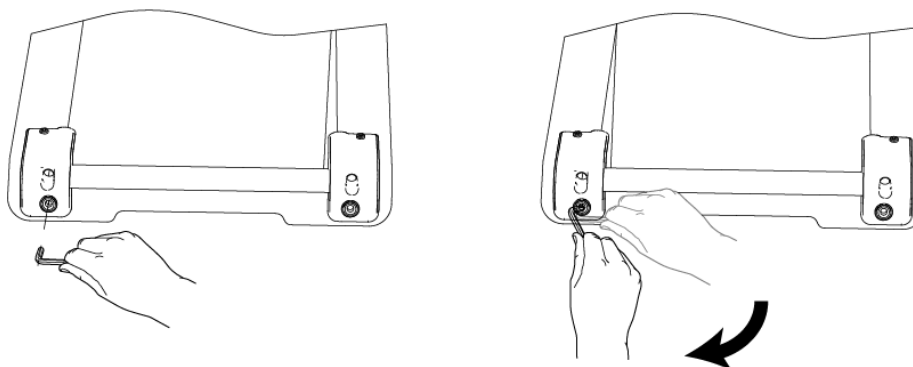
REGOLAZIONE / ALLINEAMENTO DELLA SUPERFICIE DI CORSA:

Per massimizzare l'uso del tapis roulant, è fondamentale che la superficie di lavoro sia regolata in modo ottimale.

ALLINEAMENTO:

Posizionare il dispositivo su una superficie piana. Azionare il dispositivo a media velocità (a marcia 5). (Osservare le seguenti illustrazioni)

Se il nastro è più vicino al lato sinistro, ruotare il bullone di regolazione sinistro in senso orario di un quarto di giro, usando la chiave esagonale da 6 mm.



Se il nastro è più vicino al lato destro, ruotare il bullone di regolazione sinistro in senso antiorario di un quarto di giro, utilizzando la chiave esagonale da 6 mm.

SE IL NASTRO È TROPPO ALLENTATO E SCIVOLOSO:

Ruotare le viti di regolazione su entrambi i lati di un quarto di giro in senso orario, se necessario, regolare le divergenze seguendo i metodi di cui sopra.

REGOLAZIONE DELLA CINGHIA A V:

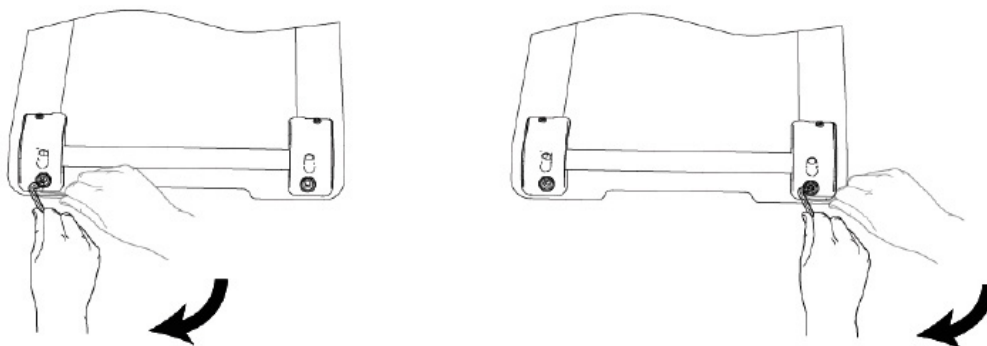
Se si utilizza il tapis roulant per molto tempo, la cinghia a V si allenta a causa dell'abrasione. Per garantire un uso sicuro, è necessario effettuare un adeguamento.

Se durante l'esecuzione si verifica il cosiddetto fenomeno di pausa, la cinghia a V potrebbe essere troppo allentata, ed è necessaria un'ulteriore regolazione.

Se il nastro funziona liberamente, la tensione è appropriata

Se il nastro è bloccato, ma la cinghia a V e il rullo continuano a funzionare, questo indica che il nastro è allentato e devono essere apportate adeguate regolazioni per garantirne un utilizzo sicuro.

Se si nota che il nastro e la cinghia a V sono bloccati, ma il motore è ancora in funzione, questo indica che la cinghia a V è allentata e occorre apportare adeguate misure per garantirne un uso sicuro.



RISOLUZIONE DEI PROBLEMI GENERALI

PROBLEMA	MOTIVO	SOLUZIONE
Il dispositivo non si avvia	Non c'è alimentazione o l'interruttore è su " OFF ". La protezione contro i sovraccarichi di corrente del tapis roulant non è collegata.	Collegare l'alimentazione elettrica e accendere il dispositivo. Collegare la protezione contro sovraccarichi.
La superficie di corsa sta scivolando	La superficie di corsa è allentata.	Regolare la superficie di corsa secondo la sezione 8. Manutenzione.
La superficie di corsa è decentrata	La superficie di corsa non è regolata correttamente.	Regolare la superficie di lavoro affinché sia ben centrata.
Si sente uno strano rumore	L'asse di rotazione richiede lubrificazione. Le viti sono allentate	Applicare il lubrificante all'asse di rotazione. Serrare le viti necessarie
Un cortocircuito o danneggiamento del cavo di alimentazione sul pannello di controllo superiore	Danneggiamento del cavo di alimentazione sul pannello di controllo superiore.	Sostituire il pannello di controllo inferiore.



ESERCIZI DI STRETCHING

Prima di ogni allenamento si dovrebbe allungare i muscoli per almeno 5-10 minuti per riscaldarli a sufficienza. Ripetere i seguenti esercizi di stretching per cinque volte. Lo stretching prima dell'allenamento aiuta a migliorare la flessibilità e riduce il rischio di lesioni.

1 RULLI PER LA TESTA

Ruotare la testa a destra, fino a sentir allungare il lato sinistro del collo, poi ruotare la testa indietro, allungando il mento verso il soffitto e aprendo la bocca. Ruotare la testa a sinistra, quindi abbassare la testa verso il petto per un conteggio.



2 SOLLEVAMENTO SPALLE

Sollevarre la spalla destra verso l'orecchio. Quindi sollevare la spalla sinistra abbassando la spalla destra.



3 STRETCHING LATERALE

Aprire le braccia verso il lato e sollevarle fino a quando non si trovano sopra la testa. Allungare il braccio destro fino al soffitto quando più possibile e trattenere. Ripetere questa azione con il braccio sinistro.



4 STRETCHING DEI QUADRICIPITI

Con una mano contro un muro per mantenere l'equilibrio, andare verso l'indietro e sollevare il piede destro verso l'alto. Portare il tallone più vicino alle natiche possibile. Trattenere per 15 conteggi e ripetere con il piede sinistro.



5 STRETCHING INTERNO COSCIA

Sedersi con le soles dei piedi unite e le ginocchia che puntano verso l'esterno. Avvicinare i piedi all'inguine il più possibile. Spingere delicatamente le ginocchia verso il pavimento. Trattenere per 15 conteggi.



6 TOCCARE LE PUNTE

Lentamente, piegarsi in avanti dalla vita, rilassare le spalle e la schiena mentre ci si allunga verso le dita dei piedi. Allungarsi quanto più possibile e trattenere la posizione per 15 conteggi.



7 STRETCHING DEI TENDINI

Stendere la gamba destra. Riposare la suola del piede sinistro contro la coscia interna destra. Allungarsi verso il tuo piede per quanto possibile. Trattenere per 15 conteggi. Rilassarsi e ripetere con la gamba sinistra.



8 STRETCHING POLPACCIO/TALLONE

Appoggiarsi contro un muro con la gamba sinistra di fronte alla destra e le braccia in avanti. Mantenere la gamba destra dritta e il piede sinistro sul pavimento; poi piegare la gamba sinistra e sporgersi in avanti spostando i fianchi verso la parete. Trattenere la posizione, poi ripetere dall'altra parte per 15 conteggi.



SOFTWARE APPLICATIVO (APP)

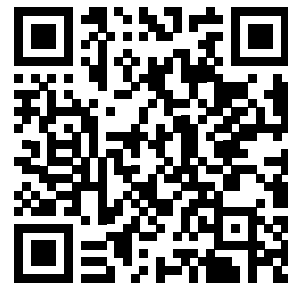
Puoi scaricare l'app "VAN Fit" utilizzando il codice QR mostrato qui.. Requisito per dispositivi mobili: Android 4.3 o versione successiva con Bluetooth 4.0, iOS 7.0 o successivo.

Innanzitutto attivare il Bluetooth sul dispositivo, quindi avviare l'applicazione e cliccare su Connetti.

Android



iOS



NOTE SULL'UTILIZZO DELL'APP:

Si dovrebbero installare solo le applicazioni da una fonte affidabile. Sportstech Brands Holding GmbH non si assume alcuna responsabilità per software forniti da terzi.

Se un secondo utente desidera utilizzare il tapis roulant, l'APP può essere solitamente utilizzata in due modi:

1. L'utente deve disconnettersi dall'APP, quindi il secondo utente deve accedere all'APP.
2. Spegner e riaccendere l'interruttore di alimentazione.



SMALTIMENTO

Cari clienti,

In qualità di consumatori finale, siete obbligati per legge a raccogliere i rifiuti di apparecchiature elettriche ed elettroniche, batterie e ricaricatori, separatamente dai rifiuti urbani. Vogliamo rendere questa operazione il più semplice possibile per i nostri clienti.

Vi preghiamo quindi di prendere nota di tutte le informazioni contenute in questa pagina e sul retro.

Informazioni sulla direttiva UE 2012/19/UE (attuata in Germania nella legge sulle apparecchiature elettriche ed elettroniche (ElektroG); l'attuazione può differire altrove)



Informiamo i proprietari di apparecchiature elettriche ed elettroniche che, in conformità con le norme legali applicabili, le vecchie apparecchiature elettriche devono essere raccolte separatamente dai rifiuti urbani. Il simbolo di un bidone della spazzatura barrato, che compare sui rifiuti di apparecchiature elettriche ed elettroniche, indica anche l'obbligo di raccogliarli separatamente dai rifiuti urbani.

B. Informazioni sullo smaltimento e sui simboli per un apparecchio elettrico basato sulla direttiva UE 2006/66/UE (in Germania secondo la legge sulle batterie (BattG); l'implementazione può differire altrove).



Le vecchie batterie e accumulatori non possono essere smaltiti come rifiuti domestici. In qualità di proprietario della batteria, si è legalmente obbligati a restituire le batterie usate. Il simbolo con il bidone della spazzatura barrato significa che non è consentito smaltire le batterie vecchie nei rifiuti domestici.

Utilizzare i punti di raccolta ufficiali per smaltirli, come i punti di raccolta della società che si occupa dei rifiuti pubblici. Può restituire anche le batterie usate in alcuni punti vendita al dettaglio, a condizione che vendano batterie. Se sotto il simbolo del bidone della spazzatura barrato viene visualizzato il simbolo Cd, Hg o Pb, significa che la batteria contiene cadmio, mercurio o piombo. Si tratta di metalli pesanti tossici che non solo comportano rischi significativi per l'ambiente ma anche per la salute umana.

Riciclaggio dei rifiuti



Il materiale di imballaggio può essere riciclato. Smaltire il materiale di imballaggio in conformità alle disposizioni di legge. Per informazioni dettagliati rivolgersi alla società addetta alla raccolta di rifiuti pubblici oppure ai centri di raccolta differenziata.

GEBRUIKSAANWIJZING

NEDERLANDS

Geachte klant,

We zijn blij dat je een apparaat uit het SPORTSTECH-assortiment hebt gekozen. De sportuitrusting van SPORT-STECH brengt hoogwaardige apparaten met nieuwe technologieën.

Lees vóór gebruik deze gebruikershandleiding aandachtig door en gebruik het apparaat zoals aangegeven. Zo zul je ten volle van de prestaties van het apparaat kunnen profiteren en er vele jaren geniet van hebben. De bedrijfsveiligheid en de werking van het apparaat kunnen alleen worden gegarandeerd als de veiligheidsinstructies in deze gebruiksaanwijzing in acht worden genomen. We aanvaarden geen aansprakelijkheid voor schade veroorzaakt door oneigenlijk gebruik of verkeerde bediening.



- **Zorg ervoor dat ALLE personen die het apparaat gebruiken de gebruikershandleiding hebben gelezen en deze begrijpen. Bewaar deze handleiding in de buurt van het apparaat.**



- **Volg ALLE veiligheidsinstructies in deze handleiding op.**
- **Overbelast jezelf of anderen NOOIT bij het gebruik van het apparaat.**



Onze **Video-tutorials** voor jou!

Montage, Gebruik, Demontage.

1. Scan de QR-code
2. Bekijk video's
3. Begin snel en veilig



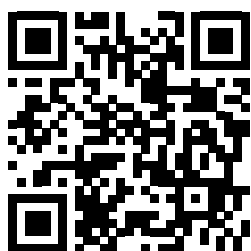
Link naar de video's:

https://service.innovamaxx.de/dft200_video

We zijn ook actief op social media!

Raadpleeg voor de meest recente productinformatie, trainingen en nog veel meer, onze:

Instagram-pagina



<https://www.instagram.com/sportstech.de>

Facebook-pagina



<https://www.facebook.com/sportstech.de>

INHOUD

BELANGRIJKE VEILIGHEIDSINSTRUCTIES	98
EXPLOSIETEKENING/ONDERDELENLIJST	100
OPSTELLING VAN HET APPARAAT	100
LEVERINGSOMVANG	101
TECHNISCHE INFORMATIE	101
INSTALLATIE VAN DE AFSTANDBEDIENING	102
GEBRUIK VAN DE AFSTANDBEDIENING	102
VEILIGHEIDSINSTRUCTIES VOOR DE AFSTANDBEDIENING	103
INSTALLATIE VAN DE OVERIGE ONDERDELEN (OPTIONEEL)	104
SNELHEID	107
ONDERHOUD	107
FOUTMELDINGEN	109
STRETCHOEFENINGEN	110
APPLICATIESOFTWARE (APP)	111
VERWIJDERING	112
DECLARATION OF CONFORMITY	113



BELANGRIJKE VEILIGHEIDSINSTRUCTIES



Deze algemene veiligheidsinformatie moet bij het gebruik van dit apparaat strikt worden nageleefd. Lees alle instructies voordat je het apparaat gebruikt.

LET OP:

Trek de stekker uit het apparaat na gebruik, tijdens montage of demontage en voor onderhouds- of reinigingsdoeleinden om het risico op elektrische schokken te verminderen. Het negeren van deze opmerking kan leiden tot lichamelijke of productschade.

WAARSCHUWING:

Volg de volgende instructies zorgvuldig op om de andere potentiële gevaren te verminderen:

- Laat het apparaat niet onbeheerd achter terwijl het op het lichtnet is aangesloten. Bedien eerst de stroomonderbreker op het achterkant voordat je de voedingskabel loskoppelt.
- Stop het apparaat voordat je de stroomonderbreker bedient, de stekker uittrekt of het apparaat opklapt.
- Het apparaat mag alleen worden gebruikt voor het aangegeven doel. Onjuist gebruik is niet toegestaan.
- Gebruik het apparaat nooit als de stekker is beschadigd, als het apparaat niet goed werkt of is blootgesteld aan vocht. Neem in dit geval contact op met je dealer.
- Voer geen wijzigingen of onderhoudsstappen aan het apparaat uit die niet in deze handleiding worden beschreven. Dit kan het apparaat beschadigen.
- Zorg ervoor dat de ruimte waarin het apparaat staat voldoende geventileerd is en dat de motorruimte van het apparaat voldoende circulatielucht ontvangt.
- Gebruik het apparaat niet buitenshuis.
- Gebruik de stekker niet als hulp om aan het apparaat te trekken.
- Oudere of lichamelijk benadeelde personen mogen het apparaat alleen onder toezicht gebruiken, als tussenkomst van de begeleider noodzakelijk is.
- Gebruik geen sprays of spuitbussen in de buurt van het apparaat om schade te voorkomen.
- Houd het apparaat droog en uit de buurt van water en vocht.
- De motorkap kan tijdens gebruik warm worden. Plaats het apparaat op een hittebestendige ondergrond.
- Houd de stekker en het netsnoer uit de buurt van hete oppervlakken.
- Plaats het apparaat op een stevige en vlakke ondergrond met een voldoende grote veiligheidsstraal (zie 'Opstelling van het apparaat'). Zorg ervoor dat er tijdens het gebruik geen voorwerpen in de onmiddellijke omgeving van het apparaat liggen; deze kunnen tot gevaar voor verwondingen leiden.
- Tijdens het gebruik mag er slechts één persoon op de loopband staan.
- Draag comfortabele en geschikte kleding tijdens het gebruik. Gebruik het apparaat niet met sokken aan of op blote voeten. Draag altijd gepaste sportkleding. Draag geen kleding of voorwerpen die loszitten of vast kunnen komen te zitten in het apparaat. Houd kleding of handdoeken uit de buurt van de loopriem van het apparaat.
- Draag altijd geschikte sportschoenen met een hoge slipweerstand. Het gebruik van schoenen met hakken, leren zolen of loopschoenen met spikes is verboden. Zorg ervoor dat de schoenen vrij zijn van vuil en dat de veters niet in de loopriem kunnen raken.
- Gebruik de zijleuning voor ondersteuning tijdens de training.
- Het apparaat mag alleen in geaarde stopcontacten met een spanning van 220-240 V 50 Hz worden gebruikt. Gebruik geen stekkerdoos!
- Draag geen sieraden tijdens de training. Houd je handen tijdens het gebruik uit de buurt van de loopriem en andere bewegende delen om verwondingen te voorkomen.
- **LET OP:** Zorg er altijd voor dat je armen en benen en ook (kleine) kinderen, huisdieren of andere voorwerpen tijdens het gebruik niet onder de loopriem aan de achterkant van het apparaat komen, om mogelijk ernstig letsel of beschadiging van het apparaat te voorkomen.
- Stap nooit van het apparaat af terwijl de loopriem in beweging is. Schakel het apparaat van tevoren uit en hou je bij het afstappen vast aan de zijleuning.

- Plaats het apparaat niet op een tapijt dat hoger is dan het loopvlak of het opklapmechanisme.
- **WAARSCHUWING:** Raadpleeg een arts voordat je gaat sporten. Deze opmerking moet in acht worden genomen voor ouderen of personen met een beperkte gezondheidstoestand. Lees alle veiligheidsinstructies in deze handleiding zorgvuldig door voordat je het apparaat gebruikt.
- Het gebruik van het apparaat onder invloed van alcohol, drugs of verdovende middelen is verboden.
- Dit apparaat mag niet worden gebruikt door personen (inclusief kinderen jonger dan 14 jaar) met fysieke of mentale beperkingen, of gebrek aan ervaring om het te gebruiken.
- Geen gebruik voor medische doeleinden.
- **LET OP - GEVAAR VOOR LETSEL** - Om letsel te voorkomen, mag je de machine pas starten als je op de loopriem staat. Laat de loopriem eerst op lage snelheid lopen en houd je voor de veiligheid vast aan de zijleuning. Zorg er altijd voor dat je stevig staat en pas je snelheid geleidelijk aan als je veilig voelt.
- Kies geen snelheid die je conditie of spieren overbelast.
- Blijf niet stilstaan met de loopband ingeschakeld en loop niet zijwaarts of achterwaarts.
- Spring nooit naar voren.
- Bevestig altijd de veiligheidsclip aan je kleding om het apparaat in geval van nood te kunnen stoppen.
- Controleer voor het inschakelen of de loopriem voldoende is gesmeerd en aangespannen.
- De loopriem moet gecentreerd zijn. Zorg ervoor dat alle zichtbare schroeven zijn vastgedraaid.
- Als de stekker is beschadigd, moet deze worden vervangen door gekwalificeerd personeel.
- Schakel het apparaat nooit in wanneer het is opgeklapt.
- Loop altijd in de richting van de console, nooit achteruit op het apparaat.
- Het apparaat is uitsluitend voor thuisgebruik en is niet voor commerciële doeleinden bestemd.
- Plaats en gebruik het apparaat op een droge, vlakke en slipvrije ondergrond met voldoende vrije ruimte rondom (zie 'Opstelling van het apparaat').
- Plaats het apparaat nooit op een oppervlak als er hierdoor ventilatieopeningen worden geblokkeerd.
- Leg een speciale beschermingsmat onder het apparaat om de vloer of het tapijt tegen beschadiging of verkleuring te beschermen.
- Het maximale gebruikersgewicht is 110 kg.



- Kinderen onder de 14 jaar mogen het apparaat in geen geval gebruiken.
- Houd kinderen onder de 14 jaar en dieren uit de buurt van het apparaat.
- Huisdieren en kinderen onder de 14 jaar moeten op een veiligheidsafstand van 3 meter van het apparaat blijven. Laat ze niet onbeheerd achter in de buurt van het apparaat.
- Kinderen onder de 14 jaar mogen op geen enkel moment in de buurt van of met het apparaat spelen.
- De reiniging en het onderhoud van het apparaat mogen niet door kinderen onder de 14 jaar worden uitgevoerd.

WAARSCHUWING:

Raadpleeg een arts voordat je gaat sporten. Deze kan beter beoordelen of je lichamelijk of qua gezondheid in staat bent het apparaat te gebruiken. De opmerking moet in acht worden genomen voor ouderen of personen met een beperkte gezondheidstoestand. Lees alle veiligheidsinstructies in deze handleiding zorgvuldig door voordat je het apparaat gebruikt.



EXPLOSIETEKENING/ONDERDELENLIJST

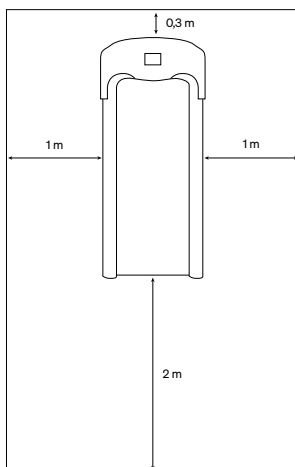
In de volgende link
vind je de explosietekening
en de onderdelenlijst:

https://service.innovamaxx.de/dft200_spareparts



OPSTELLING VAN HET APPARAAT

Plaats het apparaat op een vlakke ondergrond en let op de afstanden:



1. Er moet een vrije ruimte van minstens 2 meter zijn aan de achterkant van het apparaat.
2. Er moet minstens 1 meter vrije ruimte zijn aan weerszijden van het apparaat.
3. Er moet aan de voorkant van het apparaat minstens 30 cm ruimte zijn om het apparaat te kunnen opklappen en het netsnoer veilig te kunnen geleiden.

Plaats het apparaat niet voor afzuigkappen of ventilatieopeningen.

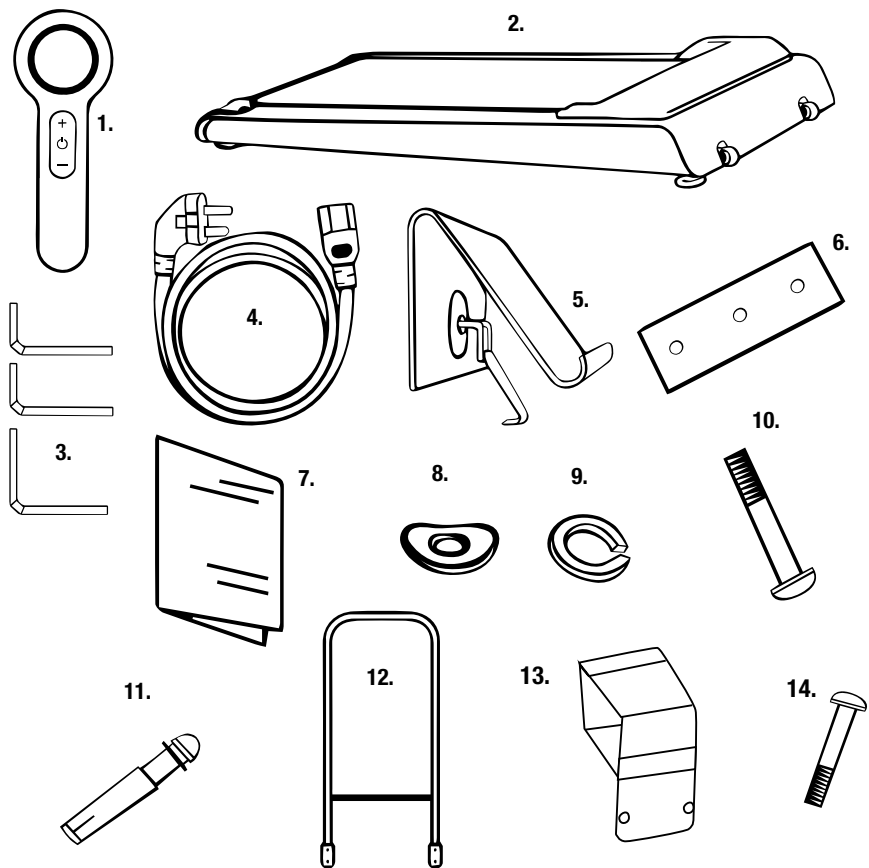
Zet het apparaat niet in een garage, op een overdekt terras, in de buurt van water of buiten.

LET OP:

Ga tijdens het programmeren van het apparaat en het treffen van andere voorbereidingen niet op de loopband staan, maar gebruik de zijprofielen. Start het apparaat nooit met een hoge snelheid en probeer daarna nooit op de loopriem te springen. Verhoog de snelheid geleidelijk.

LEVERINGSOMVANG

Nr.	Beschrijving	Aantal
1	Afstandsbediening	1
2	Loopband	1
3	Gereedschap	1
4	Voedingskabel	1
5	(Tablet)houder	1
6	Dubbelzijdige kleefstrip	1
7	Handboek	1
8	Sluitringen	4
9	Ring	4
10	M8 schroef	4
11	M6 uitbreidingschroef	2
12	Greep (optioneel)	1
13	Standaard	2
14	M6x15 schroef	4



TECHNISCHE INFORMATIE

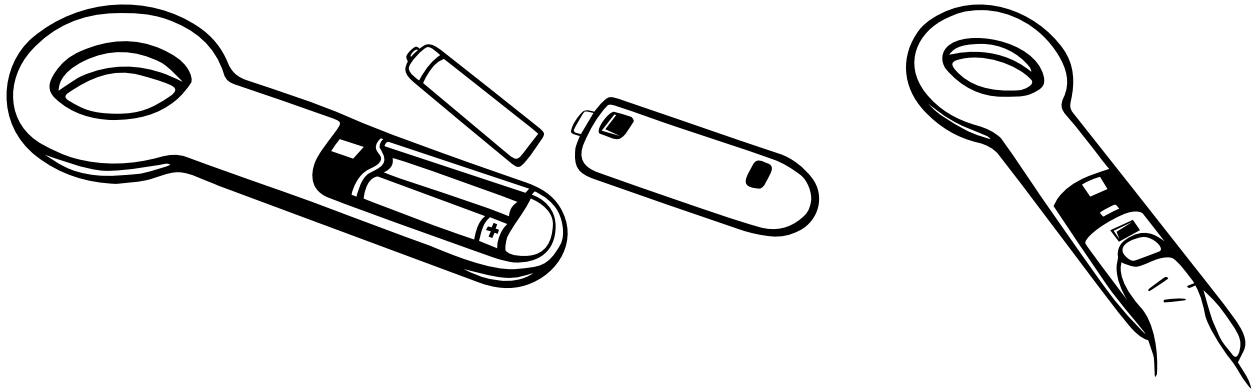
Afmetingen van het product (LxBxH)	131 x 56 x 105 cm
Totaalgewicht	32,8 kg
Nettogewicht	28 kg
Maximale Geschwindigkeit	7,1 km/h
Max. gebruikersgewicht	110 kg
Frequentiebereik	2402~2480MHz
Maximaal uitgestraalde vermogen	1.7mW



INSTALLATIE VAN DE AFSTANDSBEDIENING

Je moet altijd de bijbehorende afstandsbediening in je hand houden bij het gebruik van de DFT200 om er zeker van te zijn dat je het apparaat in geval van nood kunt stoppen.

Plaats voor het eerste gebruik twee Micro AAA-batterijen (1,5 V) in de afstandsbediening zoals aangegeven op de afbeelding..



GEBRUIK VAN DE AFSTANDSBEDIENING

+ De loopband versnellen

- De loopband vertragen

⏻ START/STOP-knop

De afstandsbediening maakt gebruik van een 2,4G-radiobesturing. Verbind de afstandsbediening met je apparaat om interferentie met andere loopbanden te voorkomen.

Om je afstandsbediening aan te sluiten:

1. **Verbind de loopband en zet hem aan. De leds lichten op na een lange 'ring'.**
2. **Druk tegelijkertijd de knoppen [SPEED +] en [SPEED -] op de afstandsbediening in en laat de knoppen los wanneer het rode en groene lampje elkaar afwisselen. Nu hoor je twee geluiden en gaan de leds uit. De afstandsbediening en de loopband zijn verbonden.**

Startfunctie: Druk in de stand-by modus op de START/STOP-knop om de loopband te starten.

Stopfunctie: Druk ongeveer 3 seconden op de START/STOP-knop om de loopband direct te stoppen.

Pausefunctie: Druk een keer kort op de START/STOP-knop om de loopband te pauzeren. Het apparaat blijft de gegevens registreren.

Onmiddellijke stopfunctie: Druk 3 keer of meer op START/STOP om de loopband abrupt te stoppen.

PROBLEMEN OPLOSSEN:

1. Om te testen of de afstandsbediening is aangesloten op de loopband druk je één keer op de knop "SPEED +" of "SPEED -". Nu hoor je een geluid. Als er maar één toon klinkt, is er een stabiele verbinding. Als de toon twee keer klinkt, is de verbinding niet goed. Als je geen geluid hoort, sluit je de afstandsbediening weer aan op het apparaat zoals hierboven beschreven.
2. Als de afstandsbediening goed is aangesloten maar niet werkt, schakel dan de stroomtoevoer naar de loopband uit. Herhaal nu het aansluitingsproces.
3. Als je op een knop van de afstandsbediening drukt en de loopband beweegt niet ondanks dat het led-lampje knippert, vervang dan de batterijen in de afstandsbediening.

VEILIGHEIDSINSTRUCTIES VOOR DE AFSTANDSBEDIENING

- Verwijder de batterijen als ze zwak zijn of als je het apparaat langere tijd niet gaat gebruiken om het risico van lekkende batterijen te voorkomen.
- Demonteer of verwarm de batterijen niet.
- Laad de batterijen niet op en gooi ze niet in het vuur. Explosiegevaar!
- Laat de batterijen niet vallen en oefen geen overmatige druk uit op de afstandsbediening.
- Let op de polariteit (+) en (-). Open het batterijklepje om het label te zien.
- De batterij moet correct worden geplaatst en zorg ervoor dat de batterijveer contact maakt met de batterij.
- Er is kans op explosie als je de batterijen verkeerd plaatst.
- De batterijen mogen niet in contact komen met water.
- Vervang altijd alle batterijen tegelijkertijd. Gebruik geen oude en nieuwe batterijen of verschillende soorten batterijen door elkaar.
- Deponeer de batterijen op een daarvoor bestemde plaats.
- Om veiligheidsredenen is ongeoorloofde ombouw en/of wijziging van de afstandsbediening niet toegestaan. Open de behuizing van de afstandsbediening niet, behalve om de batterij te vervangen, anders vervalt de garantie.
- Stel je afstandsbediening niet bloot aan overmatige hitte, zoals in een auto die in de zon geparkeerd staat. De afstandsbediening mag niet in een magnetron of oven worden gedroogd. Chemicaliën van cosmetica producten, haarlak, parfum, aftershave, zonnebrandcrème en insectenspray kunnen de afstandsbediening beschadigen. Voordat je dergelijke producten gebruikt, doe je de afstandsbediening weg en gebruik deze pas weer als deze producten zijn opgedroogd.
- **Waarschuwing:** er is verstikkingsgevaar bij het doorslikken van de batterijen of andere kleine onderdelen. De afstandsbediening, de onderdelen ervan en de batterijen moeten buiten het bereik van kinderen en personen worden gehouden, die deze onderdelen zouden kunnen inslikken of zich er op een andere manier mee kunnen verwonden. *Raadpleeg onmiddellijk een arts als een batterij of een klein onderdeel wordt ingeslikt.*



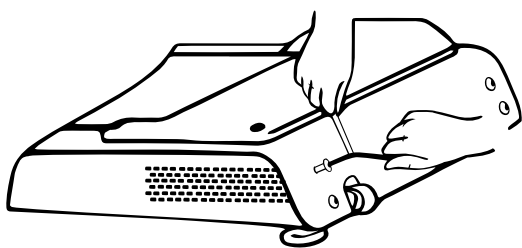
INSTALLATIE VAN DE OVERIGE ONDERDELEN (OPTIONEEL)



DRAAI alle componenten en voormonteerde onderdelen GOED vast!

De handgreep is niet inbegrepen en kan apart worden gekocht.

Om de handgreep te installeren, volg je deze 3 stappen:

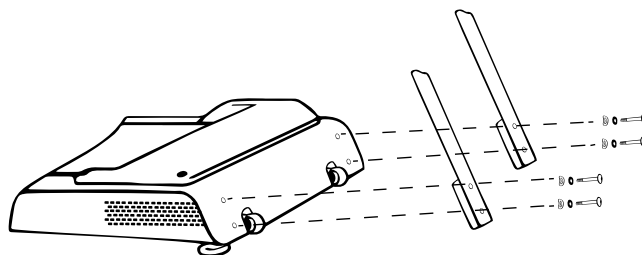


STAP 1

Verwijder de 4 schroeven aan de voorzijde van het apparaat met de 5 mm-inbussleutel.

STAP 2

Bevestig vervolgens de handgreep aan het apparaat met de ronde afdichtingen, de veerafdichtingen en de M8-schroeven, zoals op de foto te zien is.



STAP 3

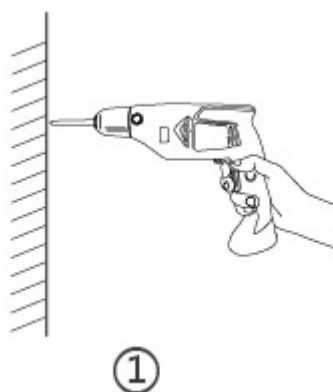
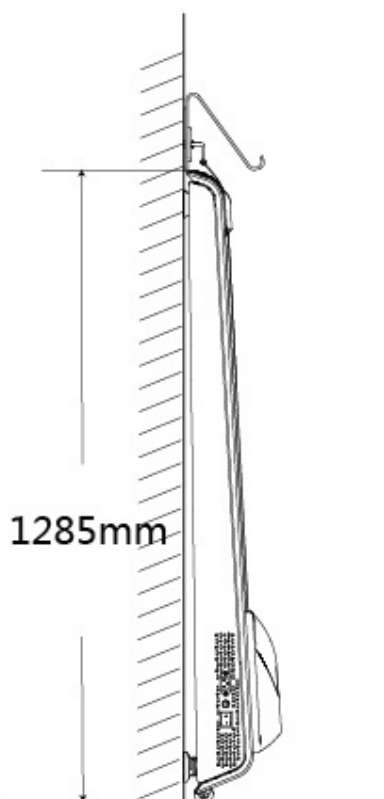
Draai vervolgens de eerder verwijderde schroeven volledig aan.



INSTALLATIE VAN DE MUURBEUGEL

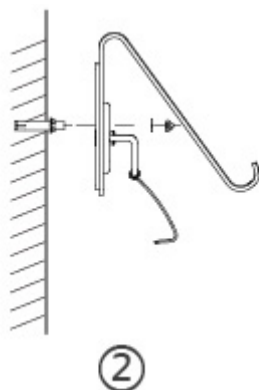
De muurbeugel kan op twee verschillende manieren worden bevestigd. Ofwel stevig vastgeschroefd aan de muur ofwel met een kleefstrip.

Voor een vaste installatie aan de muur, volg je de volgende stappen:



STAP 1: Zoek de juiste locatie en de hoogte voor de gaten. Dit moet op een hoogte van ongeveer 1285 mm boven de grond. Markeer eerst de te boren gaten met een potlood en boor dan de gaten voor de uitbreidingsschroeven.

TIP: Je kunt met behulp van een stofzuiger boren zonder veel stof.



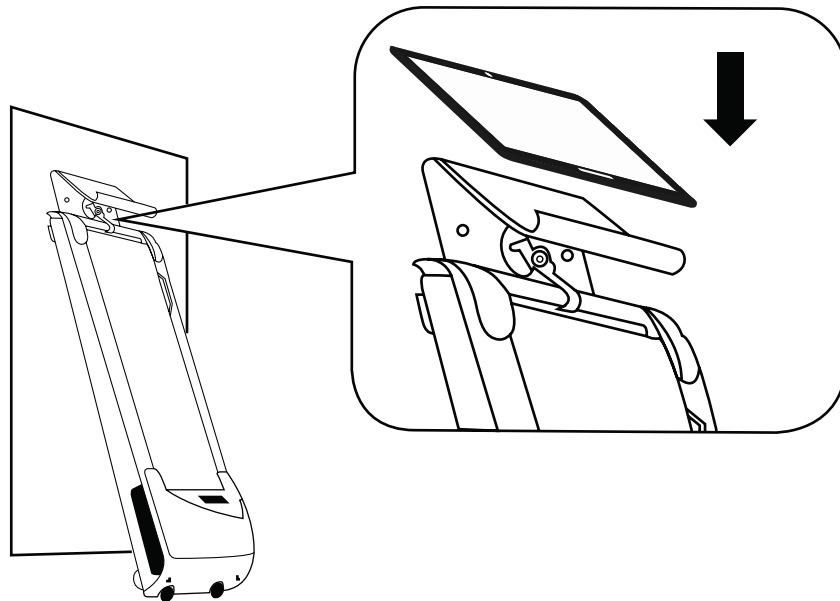
STAP 2: Probeer de uitbreidingsschroef voorzichtig in te draaien.



STAP 3: Lijn de uitbreidingsschroef uit en schroef deze volledig in.

Om de beugel met de kleefstrip te bevestigen, volg je de bovenstaande stappen, maar boor of gebruik de uitbreidingschroeven niet en gebruik alleen de kleefstrip om de beugel te bevestigen.

Hang tot slot je apparaat in de houder. Je kunt de houder ook als tablethouder gebruiken.



INSTALLATIE VAN DE STANDAARDEN



STAP 1:

Verwijder de plastic dop van de schroeven.



STAP 2:

Bevestig de standaarden met de M6x15 schroeven.

SNELHEID

VERSNELLING	SNELHEID (KM/U)
1	0.7
2	1.5
3	2.4
4	3.3
5	4.3
6	5.2
7	6.1
8	7.1

Deze waarden hebben betrekking op een testpersoon met een lichaamsgewicht van 65 kg. Afhankelijk van het lichaamsgewicht kan een afwijking van ongeveer 10 % optreden.

ONDERHOUD



Waarschuwing: Controleer voor het onderhoud of de stekker van de loopband is losgekoppeld.

REINIGING:

Verwijder regelmatig stof om de onderdelen te reinigen en hun lange levensduur te behouden. Draag schone sportschoenen om te voorkomen dat er vuil in de loopband terecht komt. Loopbanden worden gereinigd met een vochtige doek en een beetje zeep. Let er echter op dat je de elektrische onderdelen en het loopvlak niet nat maakt.

LET OP:

Zorg ervoor dat de stekker uit het stopcontact is voordat je de motorkap verwijdert. Maak de binnenkant van het apparaat minstens één keer per maand schoon en zorg ervoor dat de elektrische componenten niet nat worden.

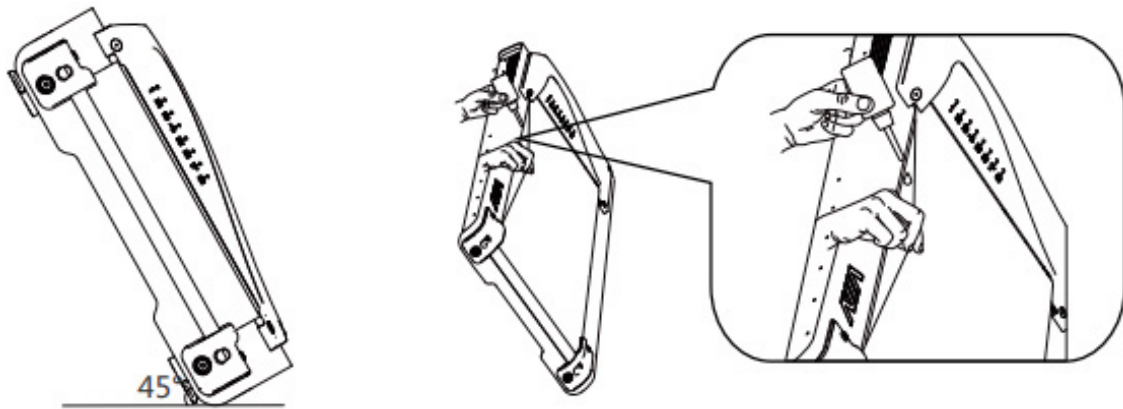
De loopplank en de loopband van de machine zijn in de fabriek al gesmeerd. De wrijving tussen de loopband en de loopplank heeft een grote invloed op de levensduur van het product en de prestaties van de elektrische loopband. Daarom is het aan te raden om regelmatig smeermiddel aan te brengen.

SILICONENOLIE AANBRENGEN:

Plaats de loopband op zijn kant, kantel hem 45 graden en til het loopvlak vervolgens op. Laat een beetje olie in het midden van de loopplank lopen, zoals te zien is op de volgende afbeeldingen.

Let op: Gebruik ecologische olie.





Neem contact op met onze klantenservice als het oppervlak van de loopband beschadigd is.

We raden aan om smeermiddel te gebruiken tussen de loopband en de loopplank volgens het volgende schema:

Lichte gebruiker	Gebruik/training minder dan 3 uur/week	Jaarlijkse smering
Middelzware gebruiker	Gebruik/training 3-5 uur/week	Halfjaarlijkse smering
Zware gebruiker	Gebruik/training meer dan 5 uur/week	Driemaandelijke smering

Om je loopband beter te beschermen en de levensduur van het apparaat te verlengen, is het aan te raden om het apparaat ongeveer 10 minuten uit te schakelen als je het niet gebruikt.

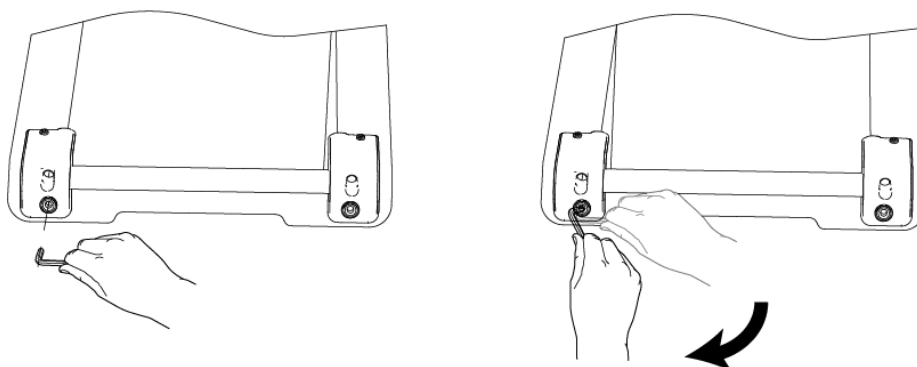
INSTELLEN / UITLIJNEN VAN HET LOOPVLAK:

Om het maximale uit de loopband te halen, is het noodzakelijk om de loopband optimaal af te stellen.

UITLIJNING:

Plaats het apparaat op de vlakke ondergrond. Laat het apparaat op gemiddelde snelheid lopen (in 5e versnelling) (zoals op de afbeelding).

Als het loopvlak naar links beweegt, draai je de linker instelbout een kwartslag met de klok mee met de 6 mm inbussleutel.



Als de loopband naar rechts beweegt, draai dan de rechter instelschroef een kwartslag met de klok mee met de 6 mm inbussleutel.

ALS DE LOOPBAND TE LOS IS EN VERSCHUIFT:

Draai de instelschroef aan de twee kanten tegelijkertijd een kwart slag met de klok mee en pas eventuele afwijkingen aan zoals bij de bovenstaande methodes.

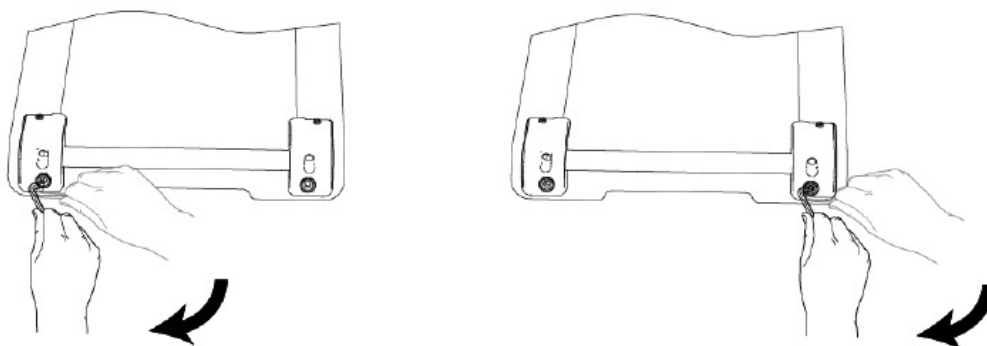
VERSTELLING MULTI-V-RIEM:

Als je de loopband lange tijd gebruikt, zal de multi-V-riem losraken door slijtage. Daarom moet je aanpassingen maken om een veilig gebruik te garanderen.

Als je bijvoorbeeld het gevoel hebt dat het zogenaamde pauzeverschijnsel optreedt bij het rennen, kan het zijn dat de multi-V-riem een beetje los zit en verder moet worden aangepast.

Als je huidige stap de loopband stopt, maar de multi-V-riem en de rol nog steeds lopen, geeft dit aan dat de loopband los is en dat er aanpassingen moeten worden gedaan om een veilig gebruik te garanderen.

Als je merkt dat de huidige stap de loopband en de multi-V-riem stopt, maar de motor loopt nog steeds, dan geeft dit aan dat de multi-V-riem los zit en dat er aanpassingen moeten worden gedaan om een veilig gebruik te garanderen.



FOUTMELDINGEN

WEERGAVE DISPLAY	MOGELIJKE OORZAAK	VOORGESTELDE OPLOSSINGEN
Het apparaat start niet	Geen stroomvoorziening of schakelaar op 'off'. De overstroombeveiliging van de loopband is niet aangesloten.	Steek de stekker in het stopcontact en schakel het apparaat aan. Sluit de overstroombeveiliging aan.
Het loopvlak verschuift	Het loopvlak is los.	Pas het loopvlak aan zoals beschreven in het hoofdstuk Onderhoud.
Het loopvlak is niet in het midden	Het loopvlak is niet correct afgesteld.	Pas het loopvlak naar het midden aan.
Je hoort vreemde geluiden	De rotatieas heeft nieuwe smeeroilie nodig. De machineschroeven zitten los.	Smeer de rotatieas. Bevestig de juiste schroeven.
Kortsluiting of beschadiging van de voedingskabel op het bovenste bedieningspaneel	Beschadiging van de stroomkabel op het bovenste bedieningspaneel.	Laat het bovenste bedieningspaneel vervangen.



STRETCHOEFENINGEN

Voor elke training moet u uw spieren minstens 5-10 minuten strekken om ze voldoende op te warmen. Herhaal de volgende stretchoefeningen vijf keer. Rekken voor de training helpt de flexibiliteit te verbeteren en vermindert het risico op letsel.

1 MET JE HOOFD ROLLEN

Draai je hoofd een seconde naar rechts, voel de stretch aan de linkerkant van je nek, draai dan je hoofd een seconde terug, strek je kin omhoog en laat je mond open. Draai je hoofd een seconde naar links en laat je hoofd dan een seconde zakken tot je borstkas.



2 SCHOULDERS OPHEFFEN

Hef je rechterschouder een seconde tegen je oor. Til dan je linkerschouder een seconde op terwijl je de rechterschouder loslaat.



3 ZIJWAARTS REKKEN

Open je armen naar de zijkant en til ze op tot ze boven het hoofd zijn. Streck de rechterarm zo ver mogelijk naar het plafond toe. Herhaal deze handeling met je linkerarm.



4 STRETCHING QUADRICEPS

Steun met een hand tegen de muur om het evenwicht te bewaren, reik naar achteren en trek je rechervoet omhoog. Breng de hiel zo dicht mogelijk bij de billen. Houd deze positie 15 seconden vast en herhaal deze handeling met je linkervoet.



5 STRETCHING BINNENKANT DIJEN

Ga zitten met de voetzolen tegen elkaar en je knieën naar buiten gericht. Trek je voeten zo dicht mogelijk naar je buik toe. Druk je knieën zachtjes op de grond. Houd 15 seconden vast.



6 TENEN AANRAKEN

Buig langzaam naar voren vanaf de heup en houd je rug en schouders los terwijl je je strekt tot je handen de grond bereiken. Streck je zo ver mogelijk uit en houd 15 seconden vast.



7 STRETCHING ACHILLESPEES

Strek je rechterbeen. Ondersteun de zool van de linkervoet tegen de binnenkant van de rechterdij. Rek zo ver mogelijk naar je tenen toe. 15 seconden aanhouden. Ontspan en herhaal met je linkerbeen.



8 STRETCHING KUIT-ACHILLESPEES

Leun tegen een muur met je linkerbeen voor je rechterbeen en je armen naar voren. Houd je rechterbeen recht en je linkervoet op de grond, buig je linkerbeen en leun naar voren waarbij je de heupen naar de muur toe beweegt. Houd de spanning vast en herhaal dit met het andere been gedurende 15 seconden.



APPLICATIESOFTWARE (APP)

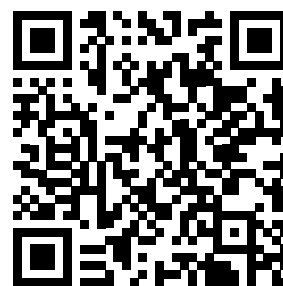
Je kunt de app 'VAN Fit' downloaden via de afgebeelde QR-code. Voorwaarde voor je mobiel apparaat: Android 4.3 / iOS 7.0 of hoger met Bluetooth 4.0 of hoger.

Zet eerst de Bluetooth-functie op je apparaat aan, start dan de app en druk op 'Connect'.

Android



iOS



OPMERKINGEN OVER HET GEBRUIK VAN DE APP:

Installeer alleen apps waarvan je de bronnen vertrouwt. Sportstech Brands Holding GmbH kan geen aansprakelijkheid aanvaarden voor software die door derden wordt geleverd.

Als een tweede gebruiker de loopband wil gebruiken, kan de app meestal op twee manieren worden gebruikt:

1. De eerste gebruiker moet uitloggen van de app, vervolgens moet de tweede gebruiker inloggen op de app.
2. Zet de hoofdschakelaar uit en weer aan.

VERWIJDERING

Beste klant,

Je bent als eindgebruiker wettelijk verplicht om gebruikte elektrische en elektronische apparaten en batterijen en accu's gescheiden van het huisvuil af te voeren. We willen het je zo makkelijk mogelijk maken. Neem daarom de aanwijzingen op deze pagina en aan de achterkant in acht.

Informatie over EU-richtlijn 2012/19/EU (in Duitsland ten uitvoer gelegd in de wet elektrische en elektronische apparatuur (ElektroG); de tenuitvoerlegging kan elders anders zijn)



We wijzen de eigenaren van elektrische en elektronische apparaten erop dat oude elektrische apparaten gescheiden van het huisvuil moeten worden afgevoerd volgens de geldende wettelijke voorschriften. Het symbool van een doorgestreepte vuilnisbak, dat op gebruikte elektrische en elektronische apparaten wordt weergegeven, geeft bovendien aan dat gescheiden inzameling is verplicht.

B. Informatie over de verwijdering en symbolen voor een elektrisch apparaat op basis van EU-richtlijn 2006/66/EU (in Duitsland in overeenstemming met de batterijwet (BattG); de implementatie kan elders anders zijn)



Gebruikte batterijen en accu's mogen niet met het huisvuil worden weggegooid. Als eindgebruiker ben je wettelijk verplicht gebruikte batterijen in te leveren. Het teken met de doorgestreepte vuilnisbak betekent dat je gebruikte batterijen niet bij het huisvuil mag gooien.

Maak hiervoor gebruik van de officiële inzamelpunten, zoals de inzamelpunten van openbare afvalverwerkers. Je kunt gebruikte batterijen ook inleveren bij winkels, op voorwaarde dat ze batterijen verkopen. Als het symbool Cd, Hg of Pb wordt weergegeven onder het symbool van de doorgestreepte vuilnisbak, is dit een indicatie dat de batterij cadmium, kwik of lood bevat. Dit zijn giftige zware metalen die niet alleen een aanzienlijk risico vormen voor het milieu, maar ook voor de gezondheid van de mens.

Recyclingcyclus



Verpakkingsmaterialen kunnen worden teruggebracht in de grondstoffenkringloop. Voer de verpakking af volgens de geldende voorschriften. Informatie kan worden verkregen uit de retournerings- en ophaalsystemen van je gemeente.

DECLARATION OF CONFORMITY

EU-Konformitätserklärung

der

Sportstech Brands Holding GmbH

Potsdamer Platz 11

10785 Berlin

Deutschland

Diese Erklärung bezieht sich nur auf das nachstehend genannte Produkt in dem Zustand, in dem es in Verkehr gebracht wurde; vom Endnutzer nachträglich angebrachte Teile und/oder nachträglich vorgenommene Eingriffe bleiben unberücksichtigt.

Bevollmächtigter für das Zusammenstellen der technischen Unterlagen: Achraf Ben Salah, Potsdamer Platz 11, 10785 Berlin

Geräteart: Laufband

Handelsbezeichnung: Laufband Deskfit DFT200

Handelsmarke: „Deskfit“

Modell: DFT200

Hiermit erklären wir in alleiniger Verantwortung, dass das oben bezeichnete Produkt allen einschlägigen Bestimmungen der nachstehenden Richtlinien entspricht,

- Richtlinie 2006/42/EG (Maschinen-Richtlinie)
- Richtlinie 2014/53/EU (Funkanlagen-Richtlinie)
- Richtlinie 2011/65/EU (RoHS-Richtlinie)
- Richtlinie 2009/125/EG (Ökodesign-Richtlinie) in Verbindung mit (EG) 1275/2008

sowie, dass die Bestimmungen der angewandten harmonisierten Normen und anderen technischen Spezifikationen erfüllt:

- Harmonisierte Normen nach der Richtlinie 2006/42/EG (Maschinen-Richtlinie)
 - EN 12100:2010
- Harmonisierte Normen nach der Richtlinie 2014/53/EU (Funkanlagen-Richtlinie)
 - EN 301 489-17 V2.2.1
 - EN 301 489-1 V1.9.2
 - EN 300 328 V2.2.2
 - EN 62479:2010
- Harmonisierte Normen nach der Richtlinie 2014/30/EU (EMV-Richtlinie)
 - EN 55014-1:2017/A11:2020
 - EN 55014-2:1997 + AC:1997 + A1:2011 + A2:2008
 - EN 61000-3-2:2014
 - EN 61000-3-3:2013
- Harmonisierte Normen nach der Richtlinie 2014/35/EU (Niederspannungs-Richtlinie)
 - EN 60335-1:2012 /A13:2017/A14+A1+A2:2019
 - EN 62233:2008/AC:2008
- Harmonisierte Normen und Prüfnormen nach der Richtlinie 2011/65/EU (RoHS-Richtlinie)
 - EN 50581:2012

Überdies erklären wir in alleiniger Verantwortung, dass die dem vorstehend bezeichneten Produkt beigelegte DFT200 Fernbedienung allen einschlägigen Bestimmungen der nachstehenden Richtlinien entspricht,

- Richtlinie 2014/53/EU (Funkanlagen-Richtlinie)
- Richtlinie 2011/65/EU (RoHS-Richtlinie)

sowie, dass die Bestimmungen der angewandten harmonisierten Normen und anderen technischen Spezifikationen erfüllt:

- Harmonisierte Normen nach der Richtlinie 2014/53/EU (Funkanlagen-Richtlinie)
 - EN 301 489-17 V2.2.1
 - EN 301 489-1 V1.9.2
 - EN 300 328 V2.2.2
 - EN 62479:2010
- Harmonisierte Normen nach der Richtlinie 2014/30/EU (EMV-Richtlinie)
 - EN 61000-3-2:2014
 - EN 61000-3-3:2013
- Harmonisierte Normen und Prüfnormen nach der Richtlinie 2011/65/EU (RoHS-Richtlinie)
 - EN 50581:2012

Berlin, 07.01.2021

Unterzeichnet für und im Namen der Sportstech Brands Holding GmbH von: Ali Ahmad
(Geschäftsführer)

Unterschrift



Verkauf durch / Distributed by / Distribuido por / Distribué / Distribuito da / Verkoop via

Sportstech Brands Holding GmbH
Potsdamer Platz 11
10785 Berlin



+49 30 220 663 569



<http://www.sportstech.de>