

STINGRAY



SFMOTORT-5
MANUAL DE USUARIO / USER MANUAL

ÍNDICE

- 03.** INSTRUCCIONES DE SEGURIDAD
- 04.** DIAGRAMA EXPLOTADO
- 05.** LISTA DE PARTES
- 07.** INSTRUCCIONES DE ENSAMBLADO
- 10.** INSTRUCCIONES DE LA COMPUTADORA
- 13.** EJERCICIOS SUGERIDOS
- 14.** MANTENIMIENTO
ADVERTENCIAS

INDEX

- 15.** SAFETY INSTRUCTIONS
- 16.** EXPLODED DIAGRAM
- 17.** PARTS LIST
- 19.** ASSEMBLY INSTRUCTIONS
- 22.** COMPUTER INSTRUCTIONS
- 25.** SUGGESTED EXERCISES
- 26.** MAINTENANCE
WARNINGS

INSTRUCCIONES DE SEGURIDAD

IMPORTANTE

LEA EL SIGUIENTE MANUAL CUIDADOSAMENTE ANTES DE UTILIZAR ESTE PRODUCTO. EL FABRICANTE NO ASUME NINGUNA RESPONSABILIDAD POR DAÑOS O LESIONES AL USUARIO O A LA PROPIEDAD POR EL USO DE ESTE EQUIPO.

INSTRUCCIONES DE SEGURIDAD Y MANTENIMIENTO

Es responsabilidad del dueño del equipo asegurarse que todos los usuarios del mismo se encuentren informados de las medidas de seguridad y de la correcta utilización del producto en cuestión.

- Use el producto sólo como se describe en este manual.
- Coloque el producto sobre una superficie nivelada y estable, dejando libres al menos 2 metros de distancia a su alrededor. Se recomienda colocar una manta debajo del equipo para proteger el suelo y/o alfombra de cualquier daño posible.
- Mantenga el área de montaje limpia y bien iluminada. Las áreas oscuras y desorganizadas propician posibles accidentes.
- Mantenga el equipo en interiores, lejos de la humedad o el polvo. No coloque el equipo en el garaje, cabaña, cobertizo, jardín de invierno, patio, jardín, etc. o cerca del agua o líquidos. Omitir esta instrucción podría causar serios problemas de seguridad a su equipo.
- No opere el equipo donde se estén utilizando productos en aerosol o cuando se esté suministrando oxígeno.
- Mantenga a los niños menores de 12 años y a mascotas alejados del equipo en todo momento. Los niños no deben quedar solos en la habitación donde se encuentre el equipo.
- Las personas con alguna discapacidad no deben utilizar el equipo sin supervisión de personal calificado.
- Personas con tumores malignos, enfermedades pre-existentes, bajo tratamiento, problemas cardíacos o algún instrumento electrónico implantado en el cuerpo, deben consultar a su médico antes de utilizar el equipo.
- Este producto no debe ser utilizado por mujeres embarazadas ni con su período.
- Nunca permita que más de una persona a la vez utilice el equipo.
- No utilice el equipo si siente cansancio o está bajo efectos de algún narcótico, fármacos o alcohol.
- Al utilizar el equipo se debe vestir ropa de ejercicio adecuada. No utilice ropa holgada ni joyas o accesorios que puedan atorarse en las partes mecánicas. Se recomienda vestir ropa de gimnasia tanto para hombres como para mujeres.
- Si siente mareos, náuseas, dolor en el pecho o cualquier otro síntoma anormal, deje de ejercitarse y consulte a su médico inmediatamente.
- El equipo es sólo de uso doméstico. No lo utilice con fines comerciales.
- Nunca use abrasivos o solventes para limpiar el equipo. Para prevenir posibles daños a la computadora, si tuviera, mantenga a los líquidos alejados de la misma así como también, evite que la luz solar esté en contacto con la misma.
- Luego de cada sesión de ejercicios, limpie las superficies del equipo con una franela humedecida con agua o seca para quitar el exceso de transpiración.
- Verifique y ajuste todas las partes regularmente. Reemplace cualquier parte dañada inmediatamente.
- Tenga cuidado al utilizar y mover el equipo para evitar lesiones.
- El correcto mantenimiento del producto es de suma importancia para asegurar el funcionamiento óptimo del equipo. El mantenimiento inapropiado o la falta del mismo, podría reducir significativamente la vida útil del equipo.
- No modifique la inclinación poniendo objetos debajo del equipo.

SEGURIDAD ELÉCTRICA

Las siguientes instrucciones aplican solamente a los equipos eléctricos.

- No utilice el equipo si el cable de alimentación está dañado o si no se encuentra funcionando apropiadamente.
- Nunca deje el equipo en funcionamiento si no está siendo utilizado.
- El sensor de pulso, si tuviese, no es un dispositivo médico. Varios factores, incluyendo el movimiento del usuario, pueden afectar la precisión de las lecturas del ritmo cardíaco y sirve solo para determinar la tendencia del ritmo cardíaco que se tiene al utilizar el equipo.
- Desconecte el enchufe (si el equipo es eléctrico) del tomacorriente antes de ajustar, cambiar accesorios o antes de guardarlo.
- La temperatura ambiente permitida es de 5°C a 40°C. Si el equipo ha sido expuesto a bajas temperaturas, aguarde hasta que el mismo alcance la temperatura ambiente antes de enchufar y utilizar. Esta instrucción es especialmente importante para no dañar pantallas de la computadora u otros componentes eléctricos si fuera el caso.
- El enchufe del equipo debe encajar en un tomacorriente. No se debe modificar de manera alguna el enchufe. No utilice ningún adaptador con equipos de gimnasia con descarga a tierra. El uso de enchufes no modificados y de tomacorrientes adecuados reduce el riesgo de una descarga eléctrica.
- Ningún otro aparato deberá estar conectado al mismo circuito eléctrico.
- Si fuese necesario, utilice un alargador. Utilice un conductor 3, calibre 1mm² y no más de 2m de largo.
- Mantenga el cable de alimentación del equipo lejos de superficies calientes.
- Evite la exposición de equipos eléctricos de gimnasia a la lluvia y a humedad. El contacto con el agua de los equipos eléctricos aumentará el riesgo de una descarga eléctrica.
- No utilice el cable de manera inapropiada. Nunca utilice el cable para transportar, tirar o desconectar su equipo de gimnasia. Mantenga el cable lejos de fuentes de calor, aceite, bordes afilados o piezas en movimiento. Un cable dañado o enredado aumenta el riesgo de descargas eléctricas.

Peligro: Este equipo es de alta potencia; no comparta el mismo tomacorriente con otro artículo que posea alta potencia también. Enchufe este equipo en un solo tomacorriente y asegúrese que los fusibles sean de 10A. Nunca remueva la cubierta del motor salvo que sea instruido por un servicio técnico autorizado.

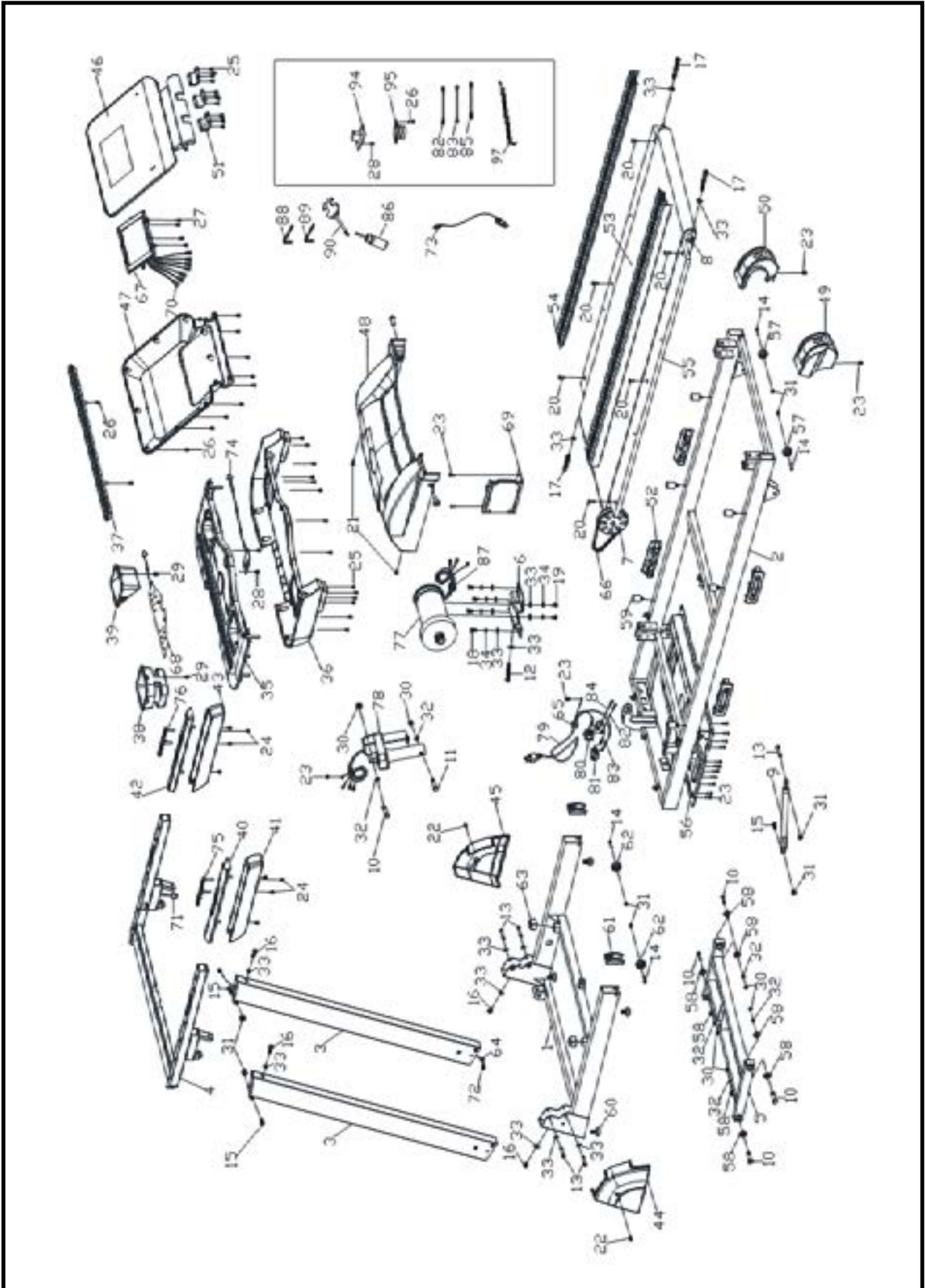
Advertencia: Antes de comenzar algún programa de ejercicios, consulte a su médico. Esto es especialmente importante para personas mayores de 35 años y/o con algún problema de salud preexistente.

INSTRUCCIONES OPERACIONALES IMPORTANTES

- Tenga cuidado al realizar otras actividades en forma simultánea, tales como ver televisión, leer, etc. Estas distracciones podrían causar pérdida de equilibrio pudiendo ocasionar algún accidente.
- Nunca suba o baje cuando el equipo esté en movimiento.
- No aplique presión excesiva sobre las teclas de control. Funcionan perfectamente con una leve presión.

Guarde estas instrucciones en un lugar seguro para futuras referencias.

DIAGRAMA EXPLOTADO



LISTA DE PARTES

| N° | Descripción | Cant. |
|----|--------------------------------|-------|
| 1 | Base | 1 |
| 2 | Estructura principal | 1 |
| 3 | Tubos | 2 |
| 4 | Manillar | 1 |
| 5 | Marco de inclinacion | 1 |
| 6 | Base del motor | 1 |
| 7 | Rodillo frontal | 1 |
| 8 | Rodillo trasero | 1 |
| 9 | Cilindro | 1 |
| 10 | Perno | 5 |
| 11 | Perno | 1 |
| 12 | Perno | 1 |
| 13 | Perno | 5 |
| 14 | Perno | 4 |
| 15 | Perno | 3 |
| 16 | Perno | 4 |
| 17 | Perno de cabeza cilindrica | 3 |
| 18 | Perno de cabeza cilindrica | 4 |
| 19 | Perno de cabeza cilindrica | 2 |
| 20 | Perno | 6 |
| 21 | Perno de cabeza cruzada | 4 |
| 22 | Perno de cabeza cruzada | 2 |
| 23 | Perno de cabeza cruzada | 21 |
| 24 | Perno de cabeza cruzada | 8 |
| 25 | Perno de cabeza cruzada | 34 |
| 26 | Perno de cabeza cruzada | 23 |
| 27 | Perno de cabeza cruzada | 7 |
| 28 | Perno de cabeza cruzada | 10 |
| 29 | Perno de cabeza cruzada | 4 |
| 30 | Tuerca de bloqueo | 6 |
| 31 | Tuerca de bloqueo | 8 |
| 32 | Arandela | 6 |
| 33 | Arandela | 18 |
| 34 | Tope antideslizante | 6 |
| 35 | Cobertor | 1 |
| 36 | Cobertor | 1 |
| 37 | Soporte para IPAD | 1 |
| 38 | Soporte izquierdo para botella | 1 |
| 39 | Soporte derecho para botella | 1 |
| 40 | Cobertor | 1 |
| 41 | Cobertor | 1 |
| 42 | Cobertor | 1 |
| 43 | Cobertor | 1 |
| 44 | Cobertor de la base izquierda | 1 |
| 45 | Cobertor de la base derecha | 1 |
| 46 | Computadora | 1 |
| 47 | Cobertor trasero | 1 |

LISTA DE PARTES

| | | |
|----|------------------------------|---|
| 48 | Cobertor del motor | 1 |
| 49 | Tapa izquierda trasera | 1 |
| 50 | Tapa derecha trasera | 1 |
| 51 | Contador | 3 |
| 52 | Almohadilla | 4 |
| 53 | Cinta de correr | 1 |
| 54 | Riel lateral | 2 |
| 55 | Tabla de la cinta de correr | 1 |
| 56 | Cobertor de la base | 1 |
| 57 | Cilindro | 2 |
| 58 | Espaciador | 8 |
| 59 | Tope | 6 |
| 60 | Almohadilla | 4 |
| 61 | Cilindro | 2 |
| 62 | Cilindro | 2 |
| 63 | Tapa | 2 |
| 64 | Tapon | 1 |
| 65 | Tomacorriente | 1 |
| 66 | Correa del motor | 1 |
| 67 | Contador | 1 |
| 68 | Teclado | 1 |
| 69 | PCB | 1 |
| 70 | Cable | 1 |
| 71 | Cable | 1 |
| 72 | Cable | 1 |
| 73 | Llave de seguridad | 1 |
| 74 | Sensor de llave de seguridad | 1 |
| 75 | Ritmo cardiaco izquierdo | 1 |
| 76 | Ritmo cardiaco derecho | 1 |
| 77 | Motor DC | 1 |
| 78 | Motor de inclinacion | 1 |
| 79 | Cable de alimentacion | 1 |
| 80 | Interruptor basculante | 1 |
| 81 | Protector | 1 |
| 82 | Cable azul | 1 |
| 83 | Cable marron | 1 |
| 84 | Cable marron | 1 |
| 85 | Cable de tierra | 1 |
| 86 | Lubricante | 1 |
| 87 | Aro magnetico | 1 |
| 88 | Llave hexagonal | 1 |
| 89 | Llave hexagonal | 1 |
| 90 | Llave multifuncional | 1 |
| 94 | USB | 1 |
| 95 | Parlante | 2 |
| 97 | Cable MP3 | 1 |

INSTRUCCIONES DE ENSAMBLADO

PREPARACIÓN

- A. Antes de armar, asegúrese que haya espacio suficiente alrededor del aparato.
- B. Utilice las herramientas incluidas dentro del producto.
- C. Antes de armar, verifique que no falte ninguna pieza.

El equipo debe ser utilizado por personas cuyo peso corporal no exceda los 110 kg.

PASO 1

Saque los materiales de la caja, coloque el marco principal en el suelo y corte la cinta de embalaje.

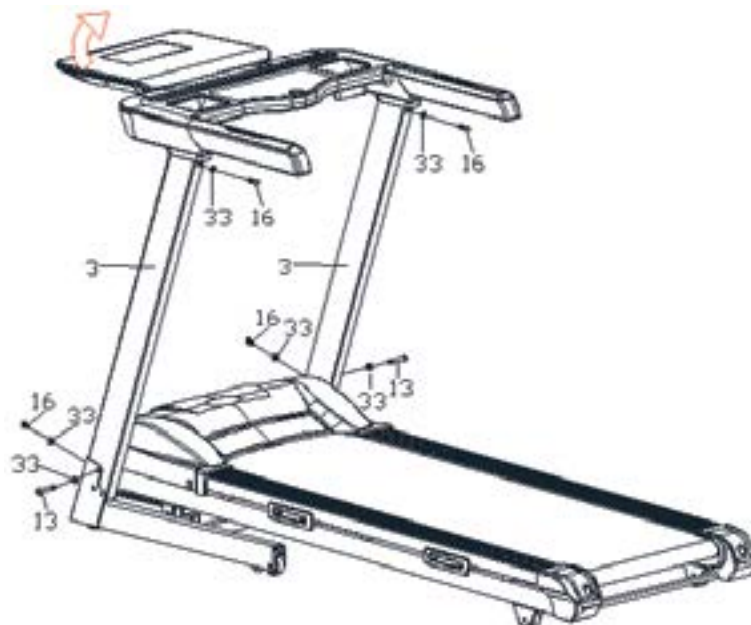
Paso 1



PASO 2

Utilice la llave hexagonal (88) para fijar el montante a la base y al reloj electrónico con un perno (13), una arandela (33) y otro perno (16).

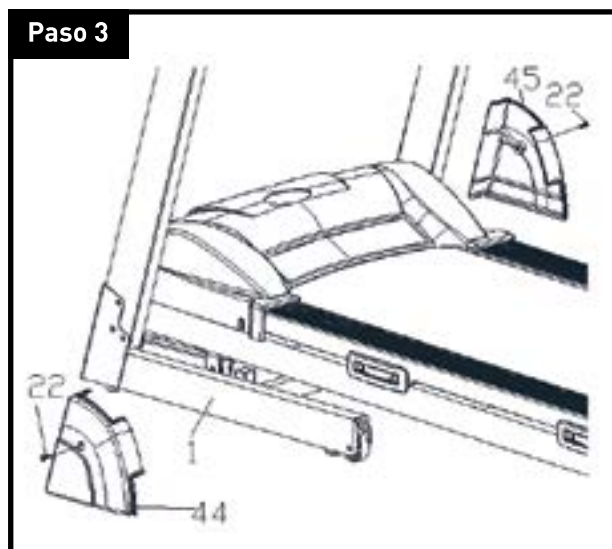
Paso 2



INSTRUCCIONES DE ENSAMBLADO

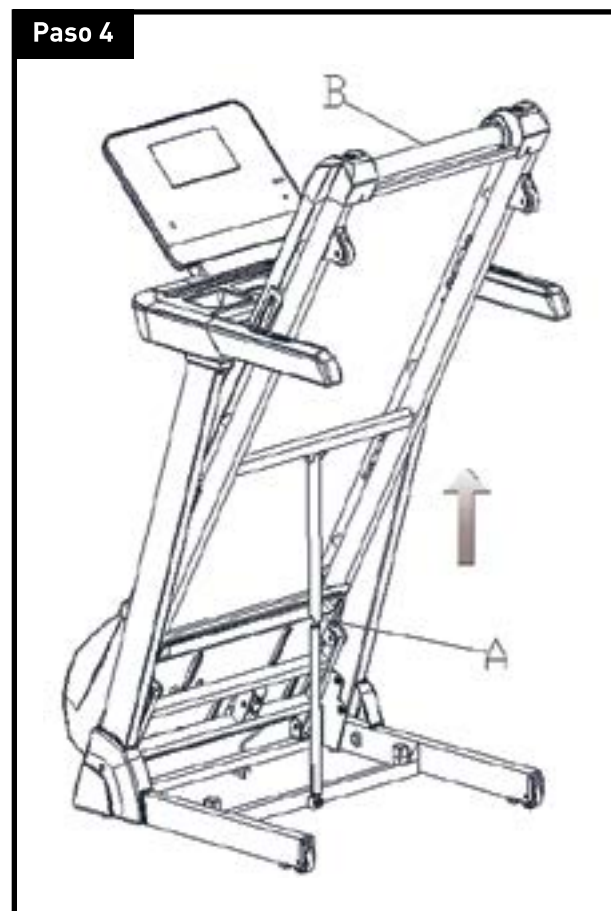
PASO 3

Después de bloquear todos los pernos de los montantes, utilice la llave multifuncional para fijar los pernos (22) y el cobertor de la base izquierda (44) a la base (1). Realice el mismo procedimiento con el cobertor de la base derecha (45).



PASO 4

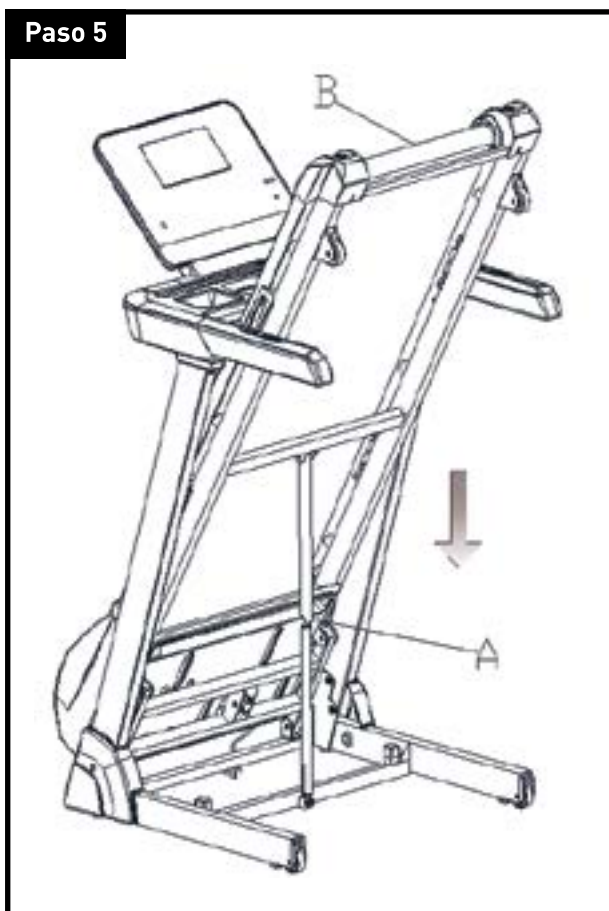
Para plegar el equipo, mantenga una mano en la posición A y levántela según la dirección de la flecha hasta escuchar el sonido de la barra de presión.



INSTRUCCIONES DE ENSAMBLADO

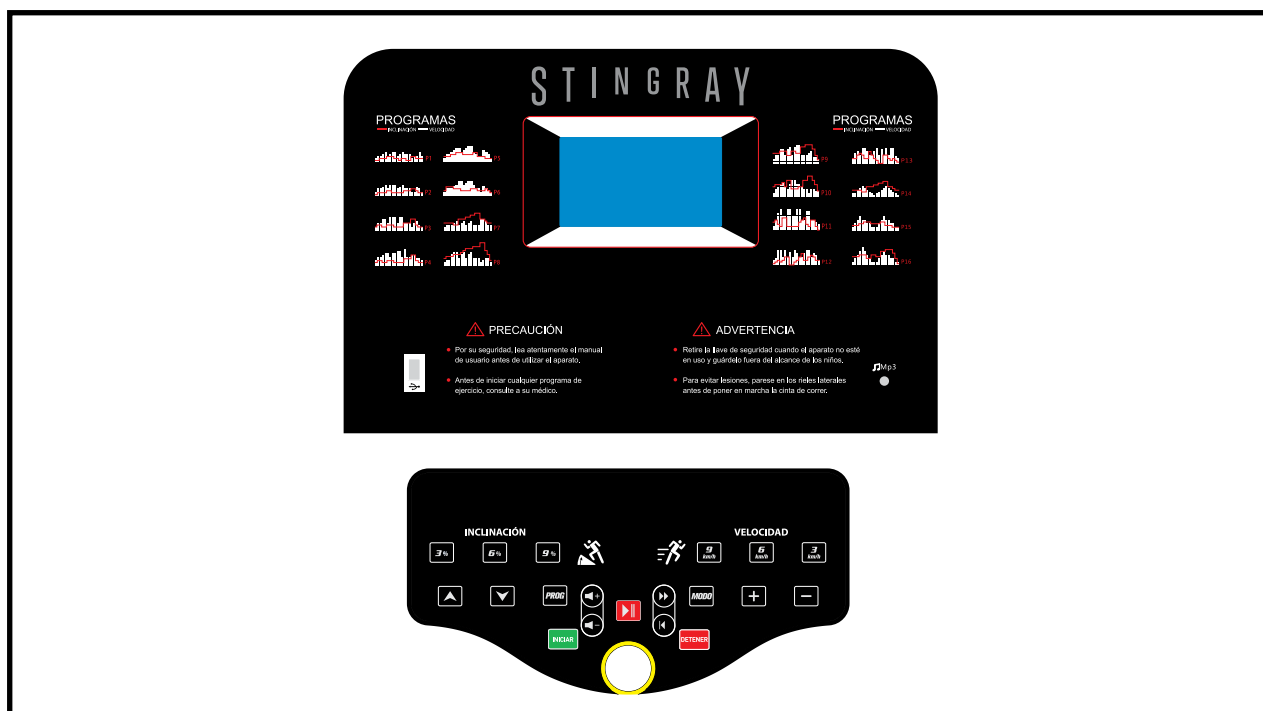
PASO 5

Para desplegar el equipo, sostenga una mano en la posición B, patee la palanca de presión de aire con el pie y presione ligeramente hacia abajo con la mano en B hasta el final del pasamanos después de soltar el equipo.



Verifique que todas las tuercas, tornillos y pernos se encuentren bien ajustados antes de comenzar el ejercicio.

INSTRUCCIONES DE LA COMPUTADORA



TECLAS

PROGRAMA: En modo de espera, presione esta tecla para elegir los programas predefinidos de P1-P40 y la medición de FAT (grasa corporal).

MODE: Seleccione el modo de conteo de tiempo/distancia/calorías.

INICIAR: Presione cuando el equipo esté detenido y comenzará a funcionar.

DETENER: Presione esta tecla para detener el equipo.

VELOCIDAD +/-: Estas teclas permiten aumentar o

disminuir valores. Al utilizar el equipo podrá ajustar la velocidad. Cada vez que presione las teclas aumenta o disminuye la velocidad.

INCLINACIÓN +/-: Estas teclas permiten aumentar o disminuir la inclinación.

TECLAS DE ACCESO RÁPIDO (VELOCIDAD): cuando el motor este en marcha, la llave ajustará la velocidad al valor de velocidad marcado en la llave.

TECLAS DE ACCESO RÁPIDO (INCLINACIÓN): cuando el motor este en marcha, la llave ajustará la velocidad a la elevación marcada en la llave.

ESPECIFICACIONES

| | Inicial | Establecer el valor inicial | Establecer rango | Rango en la computadora |
|---|---------|-----------------------------|------------------|-------------------------|
| TIEMPO DEL PROGRAMA (minutos: segundos) | 0:00 | 30:00 | 5:00-99:00 | 0:00~99:59 |
| Velocidad (km/h) | 0.0 | 0.0 | 1.0-20.0 | 0.0-20.0 |
| Inclinacion | 0.0 | 0 | 0-15L | 0-15L |
| Distancia (km) | 0.0 | 1.0 | 0.5-99.9 | 0.0-99.9 |
| Calorias (kcal) | 0 | 50 | 10-999 | 0-999 |
| Modo de conteo (minutos:segundos) | 0:00 | 15:00 | 5:00-99:00 | 0:00~99:59 |

INSTRUCCIONES DE LA COMPUTADORA

PROGRAMAS DEFINIDOS

Cada programa se divide en 20 segmentos y el tiempo de ejecución de cada segmento del programa se distribuye uniformemente. A continuación, se muestra el diagrama de movimiento de 40 programas:

| Time | | Set the time /20 time slots = the running time of the upper and lower time slots | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|------|---------|--|---|---|----|----|----|----|----|---|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|
| | | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 |
| P01 | SPEED | 2 | 3 | 3 | 4 | 5 | 3 | 4 | 5 | 5 | 3 | 4 | 5 | 4 | 4 | 4 | 2 | 3 | 3 | 5 | 3 |
| | INCLINE | 1 | 1 | 2 | 2 | 2 | 3 | 3 | 3 | 2 | 2 | 1 | 2 | 2 | 1 | 1 | 3 | 3 | 2 | 2 | 2 |
| P02 | SPEED | 2 | 4 | 4 | 5 | 6 | 4 | 6 | 6 | 6 | 4 | 5 | 6 | 4 | 4 | 4 | 2 | 2 | 5 | 4 | 2 |
| | INCLINE | 1 | 2 | 2 | 2 | 3 | 3 | 3 | 2 | 2 | 2 | 2 | 3 | 3 | 3 | 4 | 4 | 3 | 2 | 2 | 2 |
| P03 | SPEED | 2 | 4 | 4 | 6 | 6 | 4 | 7 | 7 | 7 | 4 | 7 | 7 | 4 | 4 | 4 | 2 | 4 | 5 | 3 | 2 |
| | INCLINE | 2 | 3 | 3 | 2 | 2 | 3 | 3 | 3 | 2 | 2 | 2 | 2 | 4 | 4 | 4 | 6 | 6 | 3 | 2 | 2 |
| P04 | SPEED | 3 | 5 | 5 | 6 | 7 | 7 | 5 | 7 | 7 | 8 | 8 | 5 | 5 | 5 | 5 | 6 | 6 | 4 | 4 | 3 |
| | INCLINE | 2 | 3 | 3 | 2 | 2 | 3 | 3 | 3 | 2 | 2 | 2 | 2 | 4 | 4 | 4 | 6 | 6 | 3 | 2 | 2 |
| P05 | SPEED | 2 | 4 | 4 | 5 | 6 | 7 | 7 | 5 | 6 | 7 | 8 | 8 | 5 | 4 | 3 | 3 | 6 | 5 | 4 | 2 |
| | INCLINE | 3 | 3 | 3 | 4 | 4 | 5 | 5 | 5 | 4 | 4 | 4 | 4 | 5 | 5 | 3 | 3 | 3 | 2 | 2 | 2 |
| P06 | SPEED | 2 | 4 | 4 | 4 | 5 | 6 | 8 | 8 | 6 | 7 | 8 | 8 | 6 | 4 | 4 | 2 | 5 | 4 | 3 | 2 |
| | INCLINE | 3 | 5 | 5 | 5 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 4 | 3 | 2 |
| P07 | SPEED | 2 | 3 | 3 | 3 | 4 | 5 | 3 | 4 | 5 | 3 | 4 | 5 | 3 | 3 | 3 | 6 | 6 | 5 | 3 | 3 |
| | INCLINE | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 6 | 6 | 6 | 7 | 7 | 8 | 8 | 9 | 9 | 6 | 6 | 5 | 4 | 4 | 4 |
| P08 | SPEED | 2 | 3 | 3 | 6 | 7 | 7 | 4 | 6 | 7 | 4 | 6 | 7 | 4 | 4 | 4 | 2 | 3 | 4 | 4 | 2 |
| | INCLINE | 4 | 5 | 5 | 5 | 6 | 6 | 6 | 7 | 8 | 9 | 9 | 9 | 10 | 10 | 10 | 12 | 12 | 8 | 6 | 3 |
| P09 | SPEED | 2 | 4 | 4 | 7 | 7 | 4 | 7 | 8 | 4 | 8 | 9 | 9 | 4 | 4 | 4 | 5 | 6 | 3 | 3 | 2 |
| | INCLINE | 5 | 5 | 5 | 6 | 6 | 4 | 4 | 6 | 6 | 5 | 5 | 8 | 9 | 9 | 9 | 9 | 9 | 7 | 4 | 2 |
| P10 | SPEED | 2 | 4 | 5 | 6 | 7 | 5 | 4 | 6 | 8 | 8 | 6 | 6 | 5 | 4 | 4 | 2 | 4 | 4 | 3 | 3 |
| | INCLINE | 5 | 6 | 6 | 6 | 7 | 5 | 8 | 8 | 4 | 4 | 4 | 5 | 5 | 8 | 8 | 10 | 10 | 8 | 6 | 3 |
| P11 | SPEED | 2 | 5 | 8 | 10 | 7 | 7 | 10 | 10 | 7 | 7 | 10 | 10 | 5 | 5 | 9 | 9 | 5 | 5 | 4 | 3 |
| | INCLINE | 4 | 5 | 3 | 2 | 6 | 6 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 4 | 5 | 6 | 3 | 2 | 5 | 5 | 2 | 0 |
| P12 | SPEED | 3 | 4 | 5 | 5 | 5 | 5 | 8 | 5 | 9 | 7 | 5 | 5 | 7 | 9 | 9 | 5 | 7 | 6 | 3 | 3 |
| | INCLINE | 1 | 2 | 3 | 2 | 3 | 5 | 5 | 0 | 0 | 2 | 3 | 5 | 7 | 3 | 3 | 5 | 6 | 5 | 3 | 3 |
| P13 | SPEED | 3 | 6 | 7 | 5 | 9 | 9 | 7 | 5 | 5 | 7 | 9 | 5 | 8 | 5 | 9 | 5 | 9 | 9 | 4 | 3 |
| | INCLINE | 3 | 3 | 5 | 6 | 5 | 3 | 3 | 7 | 5 | 3 | 2 | 0 | 0 | 5 | 5 | 3 | 2 | 3 | 2 | 1 |
| P14 | SPEED | 2 | 2 | 4 | 5 | 6 | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 |
| | INCLINE | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 6 | 6 | 6 | 7 | 7 | 8 | 8 | 9 | 9 | 9 | 6 | 6 | 5 | 4 | 4 |
| P15 | SPEED | 2 | 4 | 6 | 8 | 6 | 6 | 4 | 4 | 2 | 2 | 2 | 4 | 6 | 8 | 6 | 6 | 4 | 4 | 2 | 2 |
| | INCLINE | 3 | 3 | 3 | 4 | 4 | 5 | 5 | 5 | 4 | 4 | 4 | 4 | 5 | 5 | 3 | 3 | 3 | 2 | 2 | 2 |
| P16 | SPEED | 2 | 4 | 6 | 8 | 10 | 8 | 6 | 4 | 2 | 2 | 2 | 4 | 6 | 8 | 6 | 6 | 4 | 4 | 2 | 2 |
| | INCLINE | 5 | 5 | 5 | 6 | 6 | 6 | 4 | 4 | 6 | 6 | 5 | 5 | 8 | 8 | 9 | 9 | 7 | 4 | 1 | 1 |
| P17 | SPEED | 2 | 2 | 6 | 6 | 8 | 10 | 6 | 6 | 2 | 2 | 2 | 6 | 6 | 8 | 10 | 6 | 6 | 2 | 2 | 2 |
| | INCLINE | 4 | 5 | 5 | 5 | 6 | 6 | 6 | 7 | 8 | 9 | 9 | 9 | 10 | 10 | 10 | 12 | 12 | 8 | 6 | 3 |
| P18 | SPEED | 2 | 3 | 4 | 5 | 2 | 3 | 4 | 5 | 3 | 2 | 2 | 3 | 4 | 5 | 2 | 3 | 4 | 5 | 3 | 2 |
| | INCLINE | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 6 | 6 | 6 | 7 | 7 | 8 | 8 | 9 | 9 | 6 | 6 | 5 | 3 | 2 | 2 |
| P19 | SPEED | 2 | 4 | 6 | 2 | 4 | 6 | 2 | 4 | 6 | 2 | 2 | 4 | 6 | 2 | 4 | 6 | 2 | 4 | 6 | 2 |
| | INCLINE | 3 | 5 | 5 | 5 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 4 | 3 | 2 |
| P20 | SPEED | 1 | 3 | 4 | 5 | 6 | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 | 1 | 3 | 4 | 5 | 6 | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 |
| | INCLINE | 3 | 3 | 3 | 4 | 4 | 5 | 5 | 5 | 4 | 4 | 4 | 4 | 5 | 5 | 5 | 3 | 2 | 3 | 2 | 1 |
| P21 | SPEED | 4 | 5 | 4 | 4 | 4 | 2 | 3 | 3 | 5 | 3 | 2 | 3 | 3 | 4 | 5 | 3 | 4 | 5 | 3 | 3 |
| | INCLINE | 1 | 2 | 2 | 1 | 1 | 3 | 3 | 2 | 2 | 2 | 1 | 1 | 2 | 2 | 2 | 3 | 3 | 2 | 2 | 2 |
| P22 | SPEED | 5 | 6 | 4 | 4 | 4 | 2 | 2 | 5 | 4 | 2 | 2 | 4 | 4 | 5 | 6 | 4 | 6 | 6 | 6 | 4 |
| | INCLINE | 2 | 2 | 3 | 3 | 3 | 4 | 4 | 3 | 2 | 2 | 1 | 2 | 2 | 2 | 2 | 3 | 3 | 2 | 2 | 2 |
| P23 | SPEED | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 4 | 5 | 3 | 2 | 2 | 4 | 4 | 6 | 6 | 4 | 7 | 7 | 7 | 4 |
| | INCLINE | 2 | 2 | 4 | 4 | 4 | 6 | 6 | 3 | 2 | 2 | 2 | 3 | 3 | 2 | 2 | 3 | 3 | 3 | 2 | 2 |
| P24 | SPEED | 3 | 5 | 9 | 5 | 5 | 6 | 6 | 4 | 4 | 3 | 3 | 5 | 5 | 6 | 7 | 7 | 5 | 7 | 7 | 8 |
| | INCLINE | 2 | 2 | 4 | 4 | 4 | 6 | 6 | 3 | 2 | 2 | 2 | 3 | 3 | 2 | 2 | 3 | 3 | 3 | 2 | 2 |
| P25 | SPEED | 3 | 4 | 5 | 4 | 3 | 3 | 6 | 5 | 4 | 2 | 2 | 4 | 4 | 5 | 6 | 7 | 7 | 5 | 6 | 7 |
| | INCLINE | 4 | 4 | 5 | 5 | 3 | 3 | 2 | 2 | 2 | 2 | 3 | 3 | 4 | 4 | 5 | 5 | 5 | 4 | 4 | 4 |
| P26 | SPEED | 1 | 3 | 6 | 4 | 4 | 2 | 5 | 4 | 3 | 2 | 2 | 4 | 4 | 4 | 5 | 6 | 8 | 8 | 6 | 7 |
| | INCLINE | 3 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 4 | 3 | 2 | 3 | 5 | 5 | 5 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 |
| P27 | SPEED | 4 | 5 | 3 | 3 | 3 | 6 | 6 | 5 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 4 | 5 | 3 | 4 | 5 | 3 |
| | INCLINE | 2 | 4 | 8 | 9 | 9 | 6 | 6 | 5 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 6 | 6 | 6 | 7 |
| P28 | SPEED | 1 | 3 | 4 | 4 | 4 | 2 | 3 | 4 | 4 | 2 | 2 | 3 | 3 | 6 | 7 | 7 | 4 | 6 | 7 | 4 |
| | INCLINE | 3 | 2 | 2 | 4 | 3 | 2 | 2 | 4 | 6 | 3 | 4 | 5 | 5 | 5 | 6 | 6 | 6 | 6 | 7 | 8 |
| P29 | SPEED | 2 | 5 | 5 | 5 | 4 | 5 | 6 | 3 | 3 | 2 | 2 | 4 | 4 | 7 | 7 | 4 | 7 | 8 | 4 | 8 |
| | INCLINE | 5 | 5 | 8 | 8 | 9 | 9 | 9 | 7 | 4 | 2 | 3 | 5 | 5 | 6 | 6 | 6 | 4 | 4 | 6 | 6 |
| P30 | SPEED | 6 | 6 | 5 | 4 | 4 | 2 | 4 | 4 | 3 | 3 | 2 | 4 | 5 | 6 | 7 | 5 | 4 | 6 | 8 | 8 |
| | INCLINE | 4 | 5 | 5 | 8 | 10 | 10 | 8 | 6 | 3 | 5 | 6 | 6 | 6 | 7 | 5 | 8 | 8 | 4 | 4 | 4 |
| P31 | SPEED | 4 | 2 | 4 | 4 | 3 | 4 | 5 | 5 | 4 | 3 | 2 | 5 | 8 | 10 | 7 | 7 | 10 | 10 | 7 | 7 |
| | INCLINE | 1 | 4 | 5 | 6 | 3 | 2 | 5 | 5 | 1 | 0 | 4 | 5 | 3 | 3 | 6 | 6 | 2 | 2 | 1 | 2 |

INSTRUCCIONES DE LA COMPUTADORA

| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|-----|---------|---|---|---|---|---|----|----|---|---|---|---|---|---|---|----|----|---|---|---|---|
| #22 | SPEED | 5 | 5 | 2 | 2 | 4 | 5 | 5 | 7 | 6 | 3 | 3 | 4 | 9 | 9 | 5 | 9 | 5 | 8 | 5 | 9 |
| | INCLINE | 3 | 5 | 7 | 3 | 3 | 5 | 6 | 5 | 3 | 3 | 1 | 2 | 3 | 2 | 3 | 5 | 5 | 0 | 0 | 2 |
| #23 | SPEED | 2 | 3 | 2 | 1 | 3 | 2 | 9 | 9 | 4 | 3 | 3 | 6 | 7 | 5 | 9 | 9 | 7 | 5 | 5 | 7 |
| | INCLINE | 2 | 0 | 0 | 5 | 3 | 3 | 2 | 3 | 2 | 1 | 3 | 3 | 5 | 6 | 5 | 3 | 3 | 7 | 3 | 3 |
| #24 | SPEED | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 | 2 | 2 | 4 | 5 | 9 | 9 | 4 | 4 | 4 | 5 |
| | INCLINE | 4 | 2 | 2 | 4 | 2 | 6 | 6 | 5 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 6 | 6 | 6 | 7 |
| #25 | SPEED | 2 | 4 | 6 | 8 | 6 | 6 | 4 | 4 | 2 | 2 | 2 | 4 | 6 | 8 | 6 | 6 | 4 | 4 | 2 | 2 |
| | INCLINE | 4 | 4 | 5 | 5 | 3 | 3 | 3 | 2 | 2 | 2 | 3 | 3 | 3 | 4 | 4 | 5 | 5 | 5 | 4 | 4 |
| #26 | SPEED | 2 | 4 | 6 | 8 | 6 | 6 | 4 | 4 | 2 | 2 | 2 | 4 | 6 | 8 | 10 | 8 | 6 | 4 | 2 | 2 |
| | INCLINE | 5 | 5 | 8 | 8 | 9 | 9 | 9 | 7 | 4 | 1 | 5 | 5 | 5 | 6 | 6 | 6 | 4 | 4 | 6 | 6 |
| #27 | SPEED | 2 | 2 | 6 | 6 | 8 | 10 | 6 | 6 | 2 | 2 | 2 | 2 | 6 | 6 | 8 | 10 | 6 | 6 | 2 | 2 |
| | INCLINE | 4 | 2 | 2 | 6 | 8 | 10 | 12 | 8 | 6 | 3 | 4 | 5 | 5 | 5 | 6 | 6 | 6 | 7 | 8 | 9 |
| #28 | SPEED | 2 | 3 | 4 | 5 | 2 | 3 | 4 | 5 | 3 | 2 | 2 | 3 | 4 | 5 | 2 | 3 | 4 | 5 | 3 | 2 |
| | INCLINE | 7 | 8 | 8 | 9 | 9 | 6 | 6 | 5 | 3 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 6 | 6 | 6 | 7 |
| #29 | SPEED | 2 | 4 | 6 | 2 | 4 | 6 | 2 | 4 | 6 | 2 | 2 | 4 | 6 | 2 | 4 | 6 | 2 | 4 | 6 | 2 |
| | INCLINE | 3 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 4 | 3 | 2 | 3 | 5 | 5 | 5 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 |
| #40 | SPEED | 1 | 3 | 4 | 5 | 6 | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 | 1 | 3 | 4 | 5 | 6 | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 |
| | INCLINE | 4 | 4 | 5 | 5 | 3 | 3 | 3 | 2 | 2 | 2 | 3 | 3 | 3 | 4 | 4 | 5 | 5 | 5 | 4 | 4 |

| CÓDIGO DE ERROR | DESCRIPCION | SOLUCIONES |
|-----------------|--|--|
| E1 | Comunicación anormal: el controlador y la computadora tienen una comunicación anormal después del inicio | Detenga el controlador para ingresar al estado de falla. No se puede iniciar. La computadora muestra el código de error y la alarma suena 3 veces. Posibles motivos: la comunicación entre el controlador y la computadora está bloqueada; Verifique cada sección de conexión de los cables de comunicación desde la computadora al controlador y asegúrese de que todos los cables centrales estén bien conectados. Verifique si los cables entre la computadora y el controlador están dañados; si es así, reemplace el cable dañado. |
| E2 | El controlador no puede detectar el voltaje del motor No hay señal del sensor de velocidad: mientras hay una salida de voltaje desde el controlador al motor de CC, la retroalimentación de velocidad no se puede recibir del motor durante más de 3 s. | 1. Compruebe si el cable del motor está bien conectado al controlador. 2. Deténgase y entre en estado de falla. La alarma de la computadora suena 9 veces y se muestra el código de error. No se muestra en otras áreas. Si el sistema entra en estado de espera después de aproximadamente 10 segundos de estado de falla, se puede reiniciar. Posibles motivos: si no se detecta señal del sensor de velocidad durante más de 3s, compruebe si el conector del sensor está bien enchufado o si está dañado; conéctelo bien o reemplace el sensor. 3. Deténgase y entre en estado de falla. El zumbador del medidor electrónico suena 9 veces y se muestra el código de error. No hay exhibición en otras áreas. Si se recupera al estado normal y entra en el estado de espera después de la parada, se puede implementar el inicio normal. Posibles motivos: Compruebe si los cables del motor están bien conectados; vuelva a conectar los cables del motor. Compruebe si el controlador emite un olor anormal; reemplácelo si es así. |
| E3 | No se detecta el motor | 1. Estado de espera: luego de esperar 25 segundos, la pantalla muestra "E3" 2. La cinta de correr no se mueve al iniciar, la pantalla muestra "E3" Posibles razones: comprobar la conexión del cable del motor, reconectarlo y comprobar si el motor tiene olor peculiar. Si es así, cambie el motor. |
| E5 | Protección de sobrecorriente: cuando esté en funcionamiento, el controlador detecta continuamente una corriente del motor de CC superior al valor de la corriente nominal + 6A durante más de 3s. | Se detiene y entra en estado de falla. La alarma de la computadora suena 9 veces y se muestra el código de error. Si el sistema entra en estado de espera después de aproximadamente 10 segundos de estado de falla, se puede reiniciar. Posibles razones: La autoprotección del sistema se activa con una corriente excesiva causada por una carga excesiva mayor que el valor nominal, o algún lugar de la cinta de correr está atascado y el motor no puede girar; así, el sistema pone en marcha la autoprotección contra corriente excesiva bajo carga excesiva; ajuste el equipo y reinicielo. Además, verifique si hay un sonido de sobrecorriente u olor a quemado cuando el motor está funcionando; reemplace el motor; Verifique si las especificaciones de voltaje de la fuente de alimentación son inconsistentes o demasiado bajas y use las especificaciones de voltaje correctas para volver a probar. |
| E6 | Protección contra explosión: Voltaje o motor anormales resultan en daños al circuito del motor. | Se detiene y entra en estado de falla. La alarma de la computadora suena 9 veces y se muestra el código de error. Si recupera el estado normal y entra en estado de espera después de detenerse, se puede iniciar normalmente. Posibles razones: Compruebe si la tensión de voltaje es inferior al 50% del valor normal; asegúrese de que el voltaje sea el correcto y realice la prueba nuevamente; verifique si el controlador huele a quemado; si es así reemplaza el controlador; verifique que los cables del motor estén bien conectados; si es necesario conecte nuevamente los cables. |
| E7 | La llave de seguridad no está en posición | Coloque la llave de seguridad; cambie el interruptor de bloqueo de seguridad y vuelva a conectar el cable. |

EJERCICIOS SUGERIDOS

ELONGACIÓN

Pre calentamiento y elongación: Un programa de ejercicios exitoso consta de una etapa de pre calentamiento y otra de elongación. El pre calentamiento es una parte importante de su rutina de ejercicios y deberá iniciarla en cada sesión. Esto preparará su cuerpo para obtener una mejor elongación de sus músculos, incrementando su circulación y ritmo cardíaco, brindando deliberadamente más oxígeno a sus músculos. Al finalizar su rutina de ejercicio, repita estos movimientos para reducir los riesgos de contractura muscular.

Se sugieren los siguientes ejercicios de pre calentamiento y elongación:

- Tocarse los dedos de los pies: Inclínese lentamente hacia adelante dejando su espalda y hombros relajados mientras estira sus manos para tocar sus pies. Inclínese lo más que pueda y mantenga esta postura hasta contar hasta 15. Suba lentamente para evitar mareos.



- Levantamiento de hombros: Levante su hombro derecho hacia su oreja y cuente hasta uno. Luego levante su hombro izquierdo hacia su oreja y cuente hasta uno mientras baja su hombro derecho.



- Inclinar la cabeza: Incline su cabeza lentamente hacia la derecha y sintiendo la elongación del lado izquierdo de su cuello, continúe inclinando su cabeza hacia atrás estirando el mentón hacia arriba y dejando entreabrir la boca. Siga inclinando su cabeza hacia la izquierda y termine bajando su cabeza hacia el pecho. Permanezca 1 o 2 segundos en cada una de las 4 posiciones que realiza al inclinar la cabeza.



- Elongación de ligamentos: Siéntese con su pierna derecha extendida. Deje reposar la planta de su pie izquierdo sobre su muslo interior derecho. Estírese hacia adelante tratando de alcanzar con su mano los dedos de sus pies. Manténgase así por 15 segundos y afloje. Repita el ejercicio con su otra pierna.



- Elongación de pantorrillas: Apóyese contra una pared sosteniéndose con los brazos, con su pierna izquierda por delante de la derecha. Manteniendo ambas plantas de los pies totalmente apoyadas en el suelo, inclínese hacia adelante (moviendo las caderas hacia la pared) flexionando la pierna izquierda y estirando la derecha. Mantenga esta posición por 15 segundos. Repita el procedimiento intercambiando la posición de las piernas.



- Elongación lateral: Abra sus brazos hacia los costados y estírelos hasta que estén por arriba de la cabeza. Estire su brazo derecho hacia el cielo y cuente hasta uno. Repita el ejercicio con su brazo izquierdo.



El uso de este equipo le proporcionará varios beneficios, mejorará su condición física y tono muscular y junto con una dieta controlada, lo ayudará a perder peso. Remar es un ejercicio extremadamente efectivo.

MANTENIMIENTO

Limpie y lubrique periódicamente para extender el tiempo de vida útil de esta unidad. Para obtener el máximo rendimiento de la máquina, la cinta y la tabla de la cinta deben mantenerse lo más limpias posibles.

Si el equipo no es utilizado con frecuencia, realice el mantenimiento de este cada 30 días.

Advertencia: La fricción entre la tabla de la cinta y la cinta puede jugar un rol muy importante en el funcionamiento y la vida útil de la máquina y es por eso por lo que le recomendamos que lubrique constantemente este punto de fricción para prolongar la vida útil de la máquina. No hacerlo podría anular la garantía.

Desconecte del tomacorriente antes de hacer cualquier tipo de mantenimiento. Detenga la cinta antes del plegado de la máquina.

LIMPIEZA GENERAL

- Utilice un paño suave para limpiar el borde de la cinta y el área entre la cinta y el marco. No utilice ningún líquido para limpiar el equipo, sobre todo los componentes eléctricos.

- Se recomienda revisar el equipo regularmente, preferentemente una vez por semana.

- Mensualmente, aspire debajo de la máquina para evitar que se acumule el polvo.

CUIDADOS GENERALES

- Revise las piezas que sufren desgaste antes de utilizar la máquina.

- Siempre reemplace la cinta (si se calienta) si se encuentra deteriorada o cualquier otra parte defectuosa.

- En caso de duda no utilice el equipo y contacte a nuestro soporte técnico.

Tome recaudos para proteger las alfombras o el piso en caso de filtraciones. Este producto es una máquina que contiene partes móviles que han sido engrasadas/lubricadas y pueden filtrarse.

ESTE PRODUCTO ES PARA USO EXCLUSIVO DOMÉSTICO, NO APTO PARA USO EN ESTABLECIMIENTOS PROFESIONALES O DE SALUD DE NINGÚN TIPO.

NO SE ACEPTAN RECLAMOS POR LOS PRODUCTOS QUE PRESENTEN LAS SIGUIENTES CARACTERÍSTICAS:

- Golpes.
- Caídas.
- Mal uso.
- Instalación o armado incorrecto o inadecuado del producto.
- Daños o desgaste producido por uso inadecuado; uso excesivo, comercial y/o profesional del producto.
- Daños producidos por oxidación, sulfatación, humedad, exposición a la lluvia y/o al agua o a fuentes de calor excesivo, uso de abrasivos, corrosión.
- Daños a causa de inundaciones, entrada de agua y/o arena.
- Daños causados por la adaptación de piezas y/o accesorios que no pertenezcan al producto.

SAFETY INSTRUCTIONS

¡IMPORTANT!

Read this manual carefully before using this product. The manufacturer assumes no responsibility for damage or injury to the user or property by the use of this equipment.

SAFETY INSTRUCTIONS AND MAINTENANCE

- It is the responsibility of the owner of the equipment to ensure that all users of the equipment are informed of the safety measures and the correct use of the product in question.
- Use the product only as described in this manual.
- Place the product on a level and stable surface, leaving at least 2 meters of distance around it. It is recommended to place a blanket under the equipment to protect the floor and/or carpet from any possible damage.
- Keep the mounting area clean and well-lit. Dark, disorganized areas are conducive to potential accidents.
- Keep equipment indoors, away from moisture or dust. Do not place the equipment in the garage, cottage, shed, conservatory, patio, garden, etc. Or near water or liquids. Skipping this instruction could cause serious security issues for your computer.
- Do not operate equipment where aerosol products are being used or when oxygen is being supplied.
- Keep children under the age of 12 and pets away from equipment at all times. Children should not be left alone in the room where the equipment is located.
- Persons with disabilities should not use the equipment without the supervision of qualified personnel.
- People with malignant tumors, pre-existing diseases, undergoing treatment, heart problems or any electronic instrument implanted in the body, should consult their doctor before using the equipment.
- This product should not be used by pregnant women or women with their periods.
- Never allow more than one person at a time to use the equipment.
- Do not use the equipment if you feel tired or are under the influence of narcotics, drugs or alcohol.
- When using the equipment, appropriate exercise clothing should be worn. Do not wear loose-fitting clothing or jewelry or accessories that can get stuck in mechanical parts. It is recommended to wear gym clothes for both men and women.
- If you feel dizziness, nausea, chest pain, or any other abnormal symptoms, stop exercising and see your doctor immediately.
- The equipment is for domestic use only. Do not use it for commercial purposes.
- Never use abrasives or solvents to clean equipment. To prevent possible damage to the computer, if you have one, keep liquids away from the computer, as well as avoid sunlight coming into contact with it.
- After each workout, wipe down the computer and other computer surfaces with a damp or dry flannel to remove excess perspiration.
- Check and adjust all parts regularly. Replace any damaged parts immediately.
- Use caution when using and moving equipment to avoid injury.
- Proper maintenance of the product is of utmost importance to ensure the optimal operation of the equipment. Improper maintenance, or lack thereof, could significantly reduce the life of the equipment.

- Do not modify the tilt by placing objects under the equipment.

ELECTRICAL SAFETY

The following instructions apply only to electrical equipment.

- Do not use the equipment if the power cord is damaged or malfunctioning.
- Never leave equipment running when it is not being used.
- The pulse sensor, if any, is not a medical device. Several factors, including the user's movement, can affect the accuracy of heart rate readings and serve only to determine the heart rate trend when using the equipment.
- Disconnect the plug (if the equipment is electrical) from the outlet before adjusting, changing accessories, or before storing it.
- The permitted ambient temperature is 5°C to 40°C. If the equipment has been exposed to low temperatures, wait until it reaches room temperature before plugging in and using. This instruction is especially important so as not to damage computer screens or other electrical components if necessary.
- The equipment plug must fit into an electrical outlet. The plug must not be modified in any way. Do not use any adapter with grounded gym equipment. The use of unmodified plugs and proper outlets reduces the risk of electric shock.
- No other appliance shall be connected to the same electrical circuit.
- If necessary, use an extension cord. Use a 3 conductor, 1mm² gauge and no more than 2m long.
- Keep the computer's power cord away from hot surfaces.
- Avoid exposing electrical gym equipment to rain and moisture. Contact with water from electrical equipment will increase the risk of electric shock.
- Do not use the cord inappropriately. Never use the cord to carry, pull, or disconnect your gym equipment. Keep the cord away from sources of heat, oil, sharp edges, or moving parts. A damaged or tangled cord increases the risk of electric shock.

Danger: This equipment is high power; do not share the same outlet with another item that has high power as well. Plug this equipment into a single outlet and make sure the fuses are 10A. Never remove the engine cover unless instructed by an authorized service provider.

WARNING: Before beginning any exercise program, consult your physician. This is especially important for people over the age of 35 or/with any pre-existing health problems.

IMPORTANT OPERATIONAL INSTRUCTIONS

- Be careful when doing other activities at the same time, such as watching TV, reading, etc. These distractions could cause loss of balance and could lead to accidents.
- Never raise or lower when equipment is moving.
- Do not apply excessive pressure to the control keys. They work perfectly with a slight pressure.

Keep this user manual in a safety place for future reference.

PARTS LIST

| N° | Descripción | Cant. |
|----|---------------------------|-------|
| 1 | Base | 1 |
| 2 | Main frame | 1 |
| 3 | uprights | 2 |
| 4 | Meter rack | 1 |
| 5 | Incline rack | 1 |
| 6 | Motor base | 1 |
| 7 | Front roller | 1 |
| 8 | Rear roller | 1 |
| 9 | Gas spring | 1 |
| 10 | bolt | 5 |
| 11 | bolt | 1 |
| 12 | bolt | 1 |
| 13 | bolt | 5 |
| 14 | bolt | 4 |
| 15 | bolt | 3 |
| 16 | bolt | 4 |
| 17 | Cylindrical head bolt | 3 |
| 18 | Cylindrical head bolt | 4 |
| 19 | Cylindrical head bolt | 2 |
| 20 | Countersunk bolt | 6 |
| 21 | Cross head bolt | 4 |
| 22 | Cross head bolt | 2 |
| 23 | Cross head bolt | 21 |
| 24 | Cross head bolt | 8 |
| 25 | Cross head bolt | 34 |
| 26 | Cross head bolt | 23 |
| 27 | Cross head bolt | 7 |
| 28 | Cross head bolt | 10 |
| 29 | Cross head bolt | 4 |
| 30 | Lock nut | 6 |
| 31 | Lock nut | 8 |
| 32 | Washer | 6 |
| 33 | Washer | 18 |
| 34 | Standard spring pad | 6 |
| 35 | Meter rack cover up | 1 |
| 36 | Meter rack cover down | 1 |
| 37 | IPAD holder | 1 |
| 38 | Bottle holder left | 1 |
| 39 | Bottle holder right | 1 |
| 40 | Hand bar cover up-left | 1 |
| 41 | Hand bar cover down-left | 1 |
| 42 | Hand bar cover up-right | 1 |
| 43 | Hand bar cover down-right | 1 |
| 44 | Left base cover | 1 |
| 45 | Right base cover | 1 |
| 46 | Display | 1 |
| 47 | Meter Rear cover | 1 |

PARTS LIST

| | | |
|----|----------------------|---|
| 48 | Motor cover | 1 |
| 49 | Left rear cap | 1 |
| 50 | Right rear cap | 1 |
| 51 | meter Fixed buckle | 3 |
| 52 | buffer pad | 4 |
| 53 | Running belt | 1 |
| 54 | Side rails | 2 |
| 55 | Running board | 1 |
| 56 | Base cover | 1 |
| 57 | Move wheels | 2 |
| 58 | turning spacer | 8 |
| 59 | tooth cushion | 6 |
| 60 | Adjustable foot pad | 4 |
| 61 | Move wheel cover | 2 |
| 62 | Move wheel | 2 |
| 63 | cap | 2 |
| 64 | Ring protective plug | 1 |
| 65 | Power code plug | 1 |
| 66 | Motor belt | 1 |
| 67 | meter | 1 |
| 68 | Key pad | 1 |
| 69 | PCB | 1 |
| 70 | Meter wire up | 1 |
| 71 | Meter wire mid | 1 |
| 72 | Meter wire down | 1 |
| 73 | Safety key assembly | 1 |
| 74 | Safety key senser | 1 |
| 75 | Heart rate left | 1 |
| 76 | Heart rate right | 1 |
| 77 | DC motor | 1 |
| 78 | Incline motor | 1 |
| 79 | Power code | 1 |
| 80 | Rocker switch | 1 |
| 81 | Overload protector | 1 |
| 82 | Blue wire | 1 |
| 83 | Brown wire | 1 |
| 84 | Brown wire | 1 |
| 85 | ground lead | 1 |
| 86 | Lube | 1 |
| 87 | Magnetic ring | 1 |
| 88 | Hex key | 1 |
| 89 | Hex key | 1 |
| 90 | Cross head wrench | 1 |
| 94 | USB | 1 |
| 95 | speaker | 2 |
| 97 | MP3 wire | 1 |

ASSEMBLY INSTRUCTIONS

PREPARATION

- A. Before assembling, make sure there is enough space around the equipment.
- B. Use the tools included with the product.
- C. Before assembling, check that no parts are missing.

The equipment must be used by persons whose body weight does not exceed 110 kg.

STEP 1

Take the materials out of the box, place the main frame on the floor, and cut the packing tape.

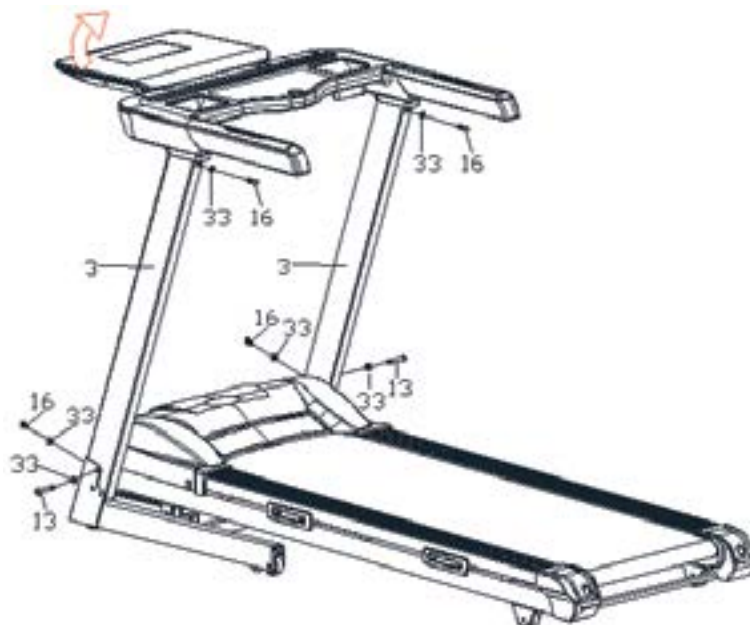
Step 1



PASO 2

Utilice la llave hexagonal (88) para fijar el montante a la base y al reloj electrónico con un perno (13), una arandela (33) y otro perno (16).

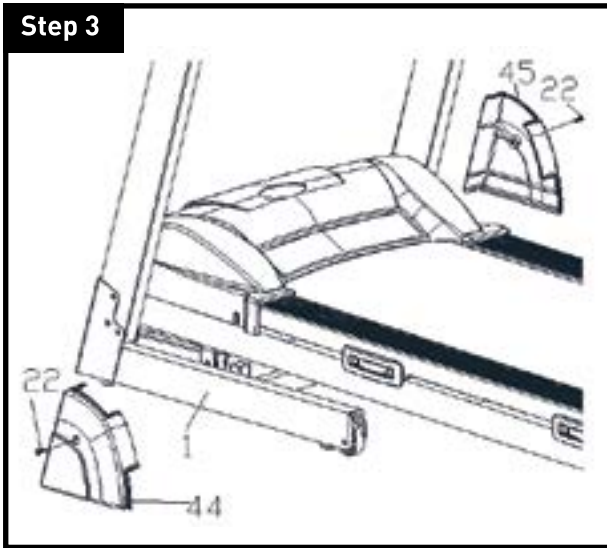
Step 2



ASSEMBLY INSTRUCTIONS

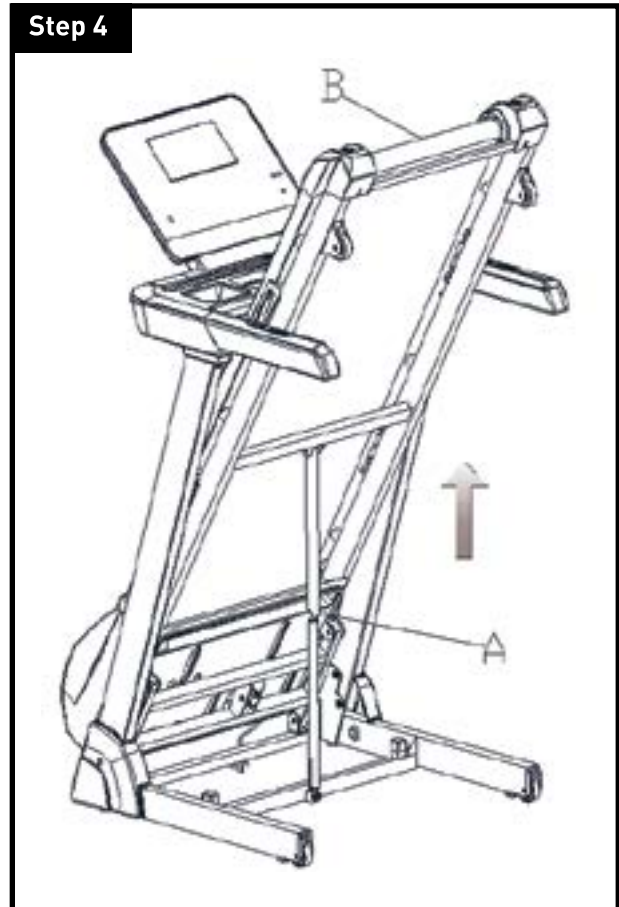
STEP 3

After locking all the bolts on the studs, use the multifunction wrench to attach the bolts (22) and the cover from the left base (44) to the base (1). Perform the same procedure with the right base cover (45).



STEP 4

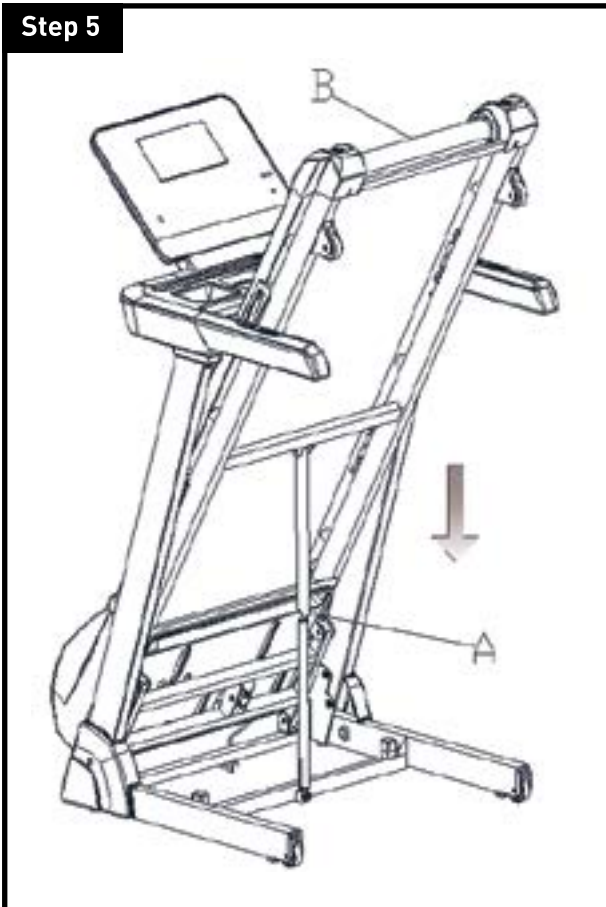
To fold the machine, hold one hand in position A and raise it in the direction of the arrow until you hear the sound of the pressure bar.



ASSEMBLY INSTRUCTIONS

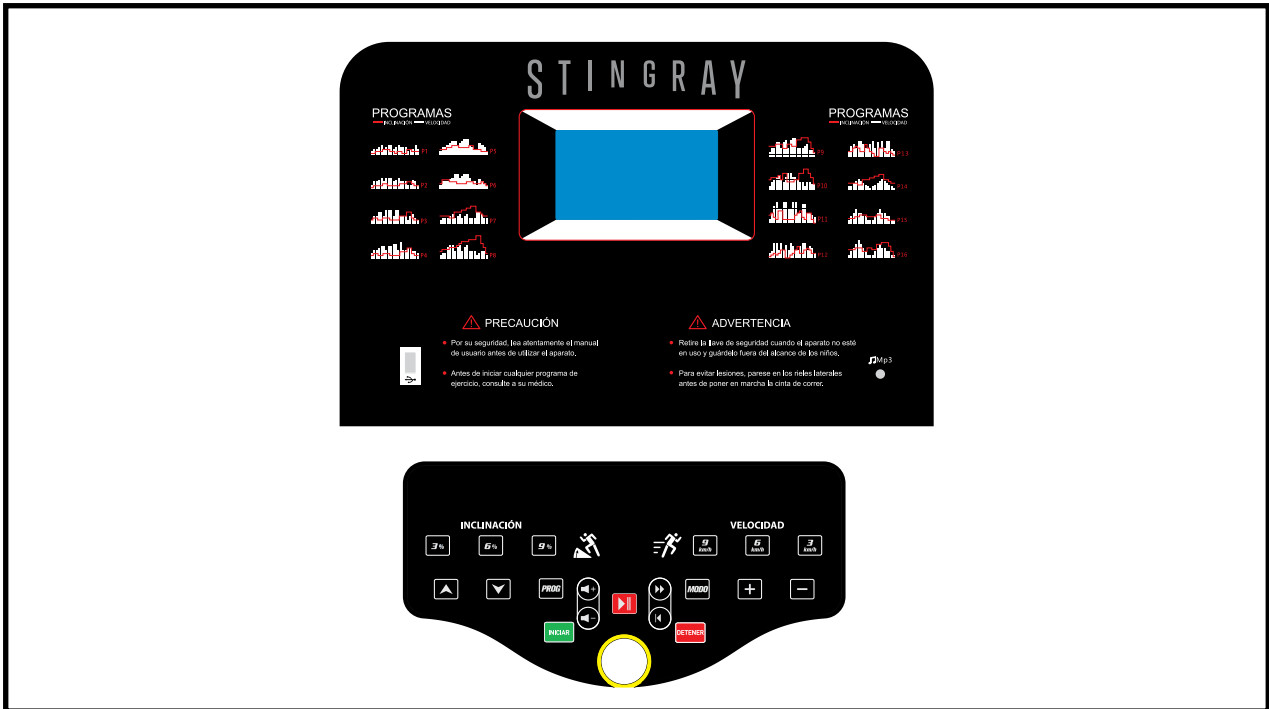
STEP 5

To deploy the equipment, hold one hand in position B, kick the air pressure lever with your foot, and press down slightly with your hand in B to the end of the handrail after releasing the equipment.



Check that all nuts, bolts, and bolts are properly tightened before beginning the exercise.

COMPUTER INSTRUCTIONS



KEYS

PROGRAM: In standby mode, press this key to choose the predefined programs of P1-P40 and FAT (body fat) measurement.

MODE: Select Time/Distance/Calorie Counting Mode.

START: Press when the computer is stopped and it will start working.

STOP: Press this key to stop the computer.

SPEED +/-: These keys allow you to increase or

decrease values. When using the device, you can adjust the speed. Each time you press the keys, the speed increases or decreases.

TILT +/-: These keys allow you to increase or decrease the tilt.

HOTKEYS (SPEED): When the engine is running, the key will adjust the speed to the speed value marked on the key.

HOTKEYS (TILT): When the engine is running, the key will adjust the speed to the elevation marked on the key.

SPECIFICATIONS

| | Initial | Set the initial value | Set range | Rank on computer |
|----------------------------------|---------|-----------------------|------------|------------------|
| PROGRAM TIME (minutes; seconds) | 0:00 | 30:00 | 5:00-99:00 | 0:00~99:59 |
| Speed (km/h) | 0.0 | 0.0 | 1.0-20.0 | 0.0-20.0 |
| Incline | 0.0 | 0 | 0-15L | 0-15L |
| Distancia(km) | 0.0 | 1.0 | 0.5-99.9 | 0.0-99.9 |
| Calories (kcal) | 0 | 50 | 10-999 | 0-999 |
| Counting Mode (minutes; seconds) | 0:00 | 15:00 | 5:00-99:00 | 0:00~99:59 |

COMPUTER INSTRUCTIONS

DEFINED PROGRAMS

Each program is divided into 20 segments and the execution time of each program segment is evenly distributed. The motion diagram of 40 programs is shown below:

| Time | | Set the time /20 time slots = the running time of the upper and lower time slots | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|------|---------|--|---|---|----|----|----|----|----|---|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|
| | | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 |
| P01 | SPEED | 2 | 3 | 3 | 4 | 5 | 3 | 4 | 5 | 5 | 3 | 4 | 5 | 4 | 4 | 4 | 2 | 3 | 3 | 5 | 3 |
| | INCLINE | 1 | 1 | 2 | 2 | 2 | 3 | 3 | 3 | 2 | 2 | 1 | 2 | 2 | 1 | 1 | 3 | 3 | 2 | 2 | 2 |
| P02 | SPEED | 2 | 4 | 4 | 5 | 6 | 4 | 6 | 6 | 6 | 4 | 5 | 6 | 4 | 4 | 4 | 2 | 2 | 5 | 4 | 2 |
| | INCLINE | 1 | 2 | 2 | 2 | 3 | 3 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 3 | 3 | 3 | 4 | 4 | 3 | 2 | 2 | 2 |
| P03 | SPEED | 2 | 4 | 4 | 6 | 6 | 4 | 7 | 7 | 7 | 4 | 7 | 7 | 4 | 4 | 4 | 2 | 4 | 5 | 3 | 2 |
| | INCLINE | 2 | 3 | 3 | 2 | 2 | 3 | 3 | 3 | 2 | 2 | 2 | 2 | 4 | 4 | 4 | 6 | 6 | 3 | 2 | 2 |
| P04 | SPEED | 3 | 5 | 5 | 6 | 7 | 7 | 5 | 7 | 7 | 8 | 8 | 5 | 5 | 5 | 5 | 6 | 6 | 4 | 4 | 3 |
| | INCLINE | 2 | 3 | 3 | 2 | 2 | 3 | 3 | 3 | 2 | 2 | 2 | 2 | 4 | 4 | 4 | 6 | 6 | 3 | 2 | 2 |
| P05 | SPEED | 2 | 4 | 4 | 5 | 6 | 7 | 7 | 5 | 6 | 7 | 8 | 8 | 5 | 4 | 3 | 3 | 6 | 5 | 4 | 2 |
| | INCLINE | 3 | 3 | 3 | 4 | 4 | 5 | 5 | 5 | 4 | 4 | 4 | 4 | 5 | 5 | 3 | 3 | 3 | 2 | 2 | 2 |
| P06 | SPEED | 2 | 4 | 4 | 4 | 5 | 6 | 8 | 8 | 6 | 7 | 8 | 8 | 6 | 4 | 4 | 2 | 5 | 4 | 3 | 2 |
| | INCLINE | 3 | 5 | 5 | 5 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 4 | 3 | 2 |
| P07 | SPEED | 2 | 3 | 3 | 3 | 4 | 5 | 3 | 4 | 5 | 3 | 4 | 5 | 3 | 3 | 3 | 6 | 6 | 5 | 3 | 3 |
| | INCLINE | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 6 | 6 | 6 | 7 | 7 | 8 | 8 | 9 | 9 | 6 | 6 | 5 | 4 | 4 |
| P08 | SPEED | 2 | 3 | 3 | 6 | 7 | 7 | 4 | 6 | 7 | 4 | 6 | 7 | 4 | 4 | 4 | 2 | 3 | 4 | 4 | 2 |
| | INCLINE | 4 | 5 | 5 | 5 | 6 | 6 | 6 | 7 | 8 | 9 | 9 | 9 | 10 | 10 | 10 | 12 | 12 | 8 | 6 | 3 |
| P09 | SPEED | 2 | 4 | 4 | 7 | 7 | 4 | 7 | 8 | 4 | 8 | 9 | 9 | 4 | 4 | 4 | 5 | 6 | 3 | 3 | 2 |
| | INCLINE | 5 | 5 | 5 | 6 | 6 | 4 | 4 | 6 | 6 | 5 | 5 | 8 | 8 | 9 | 9 | 9 | 7 | 4 | 2 | 2 |
| P10 | SPEED | 2 | 4 | 5 | 6 | 7 | 5 | 4 | 6 | 8 | 8 | 6 | 6 | 5 | 4 | 4 | 2 | 4 | 4 | 3 | 3 |
| | INCLINE | 5 | 6 | 6 | 6 | 7 | 5 | 8 | 8 | 4 | 4 | 4 | 5 | 5 | 8 | 8 | 10 | 10 | 8 | 6 | 3 |
| P11 | SPEED | 2 | 5 | 8 | 10 | 7 | 7 | 10 | 10 | 7 | 7 | 10 | 10 | 5 | 5 | 9 | 9 | 5 | 5 | 4 | 3 |
| | INCLINE | 4 | 5 | 3 | 2 | 6 | 6 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 4 | 5 | 6 | 3 | 2 | 5 | 5 | 2 | 0 |
| P12 | SPEED | 3 | 4 | 5 | 5 | 5 | 5 | 8 | 5 | 5 | 9 | 7 | 5 | 5 | 7 | 9 | 9 | 5 | 7 | 6 | 3 |
| | INCLINE | 1 | 2 | 3 | 2 | 3 | 5 | 5 | 0 | 0 | 2 | 3 | 5 | 7 | 3 | 3 | 5 | 6 | 5 | 3 | 3 |
| P13 | SPEED | 3 | 6 | 7 | 5 | 9 | 9 | 7 | 5 | 5 | 7 | 9 | 5 | 8 | 5 | 9 | 5 | 9 | 9 | 4 | 3 |
| | INCLINE | 3 | 3 | 5 | 6 | 5 | 3 | 3 | 7 | 5 | 3 | 2 | 0 | 0 | 5 | 5 | 3 | 2 | 3 | 2 | 1 |
| P14 | SPEED | 2 | 2 | 4 | 5 | 6 | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 |
| | INCLINE | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 6 | 6 | 6 | 7 | 7 | 8 | 8 | 9 | 9 | 9 | 6 | 6 | 5 | 4 | 4 |
| P15 | SPEED | 2 | 4 | 6 | 8 | 6 | 6 | 4 | 4 | 2 | 2 | 2 | 4 | 6 | 8 | 6 | 6 | 4 | 4 | 2 | 2 |
| | INCLINE | 3 | 3 | 3 | 4 | 4 | 5 | 5 | 5 | 4 | 4 | 4 | 4 | 5 | 5 | 3 | 3 | 3 | 2 | 2 | 2 |
| P16 | SPEED | 2 | 4 | 6 | 8 | 10 | 8 | 6 | 4 | 2 | 2 | 2 | 4 | 6 | 8 | 6 | 6 | 4 | 4 | 2 | 2 |
| | INCLINE | 5 | 5 | 5 | 6 | 6 | 6 | 4 | 4 | 6 | 6 | 5 | 5 | 8 | 8 | 9 | 9 | 7 | 4 | 1 | 1 |
| P17 | SPEED | 2 | 2 | 6 | 6 | 8 | 10 | 6 | 6 | 2 | 2 | 2 | 2 | 6 | 6 | 8 | 10 | 6 | 6 | 2 | 2 |
| | INCLINE | 4 | 5 | 5 | 5 | 6 | 6 | 6 | 7 | 8 | 9 | 9 | 9 | 10 | 10 | 10 | 12 | 12 | 8 | 6 | 3 |
| P18 | SPEED | 2 | 3 | 4 | 5 | 2 | 3 | 4 | 5 | 3 | 2 | 2 | 3 | 4 | 5 | 2 | 3 | 4 | 5 | 3 | 2 |
| | INCLINE | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 6 | 6 | 6 | 7 | 7 | 8 | 8 | 9 | 9 | 6 | 6 | 5 | 3 | 2 |
| P19 | SPEED | 2 | 4 | 6 | 2 | 4 | 6 | 2 | 4 | 6 | 2 | 2 | 4 | 6 | 2 | 4 | 6 | 2 | 4 | 6 | 2 |
| | INCLINE | 3 | 5 | 5 | 5 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 4 | 3 | 2 |
| P20 | SPEED | 1 | 3 | 4 | 5 | 6 | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 | 1 | 3 | 4 | 5 | 6 | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 |
| | INCLINE | 3 | 3 | 3 | 4 | 4 | 5 | 5 | 5 | 4 | 4 | 4 | 4 | 5 | 5 | 5 | 3 | 2 | 3 | 2 | 1 |
| P21 | SPEED | 4 | 5 | 4 | 4 | 4 | 2 | 3 | 3 | 5 | 3 | 2 | 3 | 3 | 4 | 5 | 3 | 4 | 5 | 3 | 3 |
| | INCLINE | 1 | 2 | 2 | 1 | 1 | 3 | 3 | 2 | 2 | 2 | 1 | 1 | 2 | 2 | 2 | 3 | 3 | 2 | 2 | 2 |
| P22 | SPEED | 5 | 6 | 4 | 4 | 4 | 2 | 2 | 5 | 4 | 2 | 2 | 4 | 4 | 5 | 6 | 4 | 6 | 6 | 6 | 4 |
| | INCLINE | 2 | 2 | 3 | 3 | 3 | 4 | 4 | 3 | 2 | 2 | 1 | 2 | 2 | 2 | 2 | 3 | 3 | 2 | 2 | 2 |
| P23 | SPEED | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 4 | 5 | 3 | 2 | 2 | 4 | 4 | 6 | 6 | 4 | 7 | 7 | 7 | 4 |
| | INCLINE | 2 | 2 | 4 | 4 | 4 | 6 | 6 | 3 | 2 | 2 | 2 | 3 | 3 | 2 | 2 | 3 | 3 | 3 | 2 | 2 |
| P24 | SPEED | 3 | 5 | 9 | 5 | 5 | 6 | 6 | 4 | 4 | 3 | 3 | 5 | 5 | 6 | 7 | 7 | 5 | 7 | 7 | 8 |
| | INCLINE | 2 | 2 | 4 | 4 | 4 | 6 | 6 | 3 | 2 | 2 | 2 | 3 | 3 | 2 | 2 | 3 | 3 | 3 | 2 | 2 |
| P25 | SPEED | 3 | 4 | 5 | 4 | 3 | 3 | 6 | 5 | 4 | 2 | 2 | 4 | 4 | 5 | 6 | 7 | 7 | 5 | 6 | 7 |
| | INCLINE | 4 | 4 | 5 | 5 | 3 | 3 | 3 | 2 | 2 | 2 | 3 | 3 | 4 | 4 | 5 | 5 | 5 | 4 | 4 | 4 |
| P26 | SPEED | 1 | 3 | 6 | 4 | 4 | 2 | 5 | 4 | 3 | 2 | 2 | 4 | 4 | 4 | 5 | 6 | 8 | 8 | 6 | 7 |
| | INCLINE | 3 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 4 | 3 | 2 | 3 | 5 | 5 | 5 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 |
| P27 | SPEED | 4 | 5 | 3 | 3 | 3 | 6 | 6 | 5 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 4 | 5 | 3 | 4 | 5 | 3 |
| | INCLINE | 2 | 4 | 8 | 9 | 9 | 6 | 6 | 5 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 6 | 6 | 6 | 7 |
| P28 | SPEED | 1 | 3 | 4 | 4 | 4 | 2 | 3 | 4 | 4 | 2 | 2 | 3 | 3 | 6 | 7 | 7 | 4 | 6 | 7 | 4 |
| | INCLINE | 3 | 2 | 2 | 4 | 3 | 2 | 2 | 4 | 6 | 3 | 4 | 5 | 5 | 5 | 6 | 6 | 6 | 6 | 7 | 8 |
| P29 | SPEED | 2 | 5 | 5 | 5 | 4 | 5 | 6 | 3 | 3 | 2 | 2 | 4 | 4 | 7 | 7 | 4 | 7 | 8 | 4 | 8 |
| | INCLINE | 5 | 5 | 8 | 8 | 9 | 9 | 9 | 7 | 4 | 2 | 3 | 5 | 5 | 6 | 6 | 6 | 4 | 4 | 6 | 6 |
| P30 | SPEED | 6 | 6 | 5 | 4 | 4 | 2 | 4 | 4 | 3 | 3 | 2 | 4 | 5 | 6 | 7 | 5 | 4 | 6 | 8 | 8 |
| | INCLINE | 4 | 5 | 5 | 8 | 10 | 10 | 8 | 6 | 3 | 5 | 6 | 6 | 6 | 7 | 5 | 8 | 8 | 4 | 4 | 4 |
| P31 | SPEED | 4 | 2 | 4 | 4 | 3 | 4 | 5 | 5 | 4 | 3 | 2 | 5 | 8 | 10 | 7 | 7 | 10 | 10 | 7 | 7 |
| | INCLINE | 1 | 4 | 5 | 6 | 3 | 2 | 5 | 5 | 1 | 0 | 4 | 5 | 3 | 5 | 6 | 6 | 1 | 2 | 1 | 2 |

COMPUTER INSTRUCTIONS

| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|-----|---------|---|---|---|---|---|----|----|---|---|---|---|---|---|---|----|----|---|---|---|---|
| #32 | SPEED | 5 | 5 | 2 | 2 | 4 | 5 | 5 | 7 | 6 | 3 | 3 | 4 | 9 | 9 | 5 | 9 | 5 | 8 | 5 | 9 |
| | INCLINE | 3 | 5 | 7 | 3 | 3 | 5 | 6 | 5 | 3 | 3 | 1 | 2 | 3 | 2 | 3 | 5 | 5 | 0 | 0 | 2 |
| #33 | SPEED | 2 | 3 | 2 | 1 | 3 | 2 | 9 | 9 | 4 | 3 | 3 | 6 | 7 | 5 | 9 | 9 | 7 | 5 | 5 | 7 |
| | INCLINE | 2 | 0 | 0 | 5 | 5 | 3 | 2 | 3 | 2 | 1 | 3 | 3 | 5 | 6 | 5 | 3 | 3 | 7 | 5 | 3 |
| #34 | SPEED | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 | 2 | 2 | 4 | 5 | 9 | 9 | 4 | 4 | 4 | 5 |
| | INCLINE | 4 | 2 | 2 | 4 | 2 | 6 | 6 | 5 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 6 | 6 | 6 | 7 |
| #35 | SPEED | 2 | 4 | 6 | 8 | 6 | 6 | 4 | 4 | 2 | 2 | 2 | 4 | 6 | 8 | 6 | 6 | 4 | 4 | 2 | 2 |
| | INCLINE | 4 | 4 | 5 | 5 | 3 | 3 | 3 | 2 | 2 | 2 | 3 | 3 | 3 | 4 | 4 | 5 | 5 | 5 | 4 | 4 |
| #36 | SPEED | 2 | 4 | 6 | 8 | 6 | 6 | 4 | 4 | 2 | 2 | 2 | 4 | 6 | 8 | 10 | 8 | 6 | 4 | 2 | 2 |
| | INCLINE | 5 | 5 | 8 | 8 | 9 | 9 | 9 | 7 | 4 | 1 | 5 | 5 | 5 | 6 | 6 | 6 | 4 | 4 | 6 | 6 |
| #37 | SPEED | 2 | 2 | 6 | 6 | 8 | 10 | 6 | 6 | 2 | 2 | 2 | 2 | 6 | 6 | 8 | 10 | 6 | 6 | 2 | 2 |
| | INCLINE | 4 | 2 | 2 | 6 | 8 | 10 | 12 | 8 | 6 | 3 | 4 | 5 | 5 | 5 | 6 | 6 | 6 | 7 | 8 | 9 |
| #38 | SPEED | 2 | 3 | 4 | 5 | 2 | 3 | 4 | 5 | 3 | 2 | 2 | 3 | 4 | 5 | 2 | 3 | 4 | 5 | 3 | 2 |
| | INCLINE | 7 | 8 | 8 | 9 | 9 | 6 | 6 | 5 | 3 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 6 | 6 | 6 | 7 |
| #39 | SPEED | 2 | 4 | 6 | 2 | 4 | 6 | 2 | 4 | 6 | 2 | 2 | 4 | 6 | 2 | 4 | 6 | 2 | 4 | 6 | 2 |
| | INCLINE | 3 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 4 | 3 | 2 | 3 | 5 | 5 | 5 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 |
| #40 | SPEED | 1 | 3 | 4 | 5 | 6 | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 | 1 | 3 | 4 | 5 | 6 | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 |
| | INCLINE | 4 | 4 | 5 | 5 | 3 | 3 | 3 | 2 | 2 | 2 | 3 | 3 | 3 | 4 | 4 | 5 | 5 | 5 | 4 | 4 |

| ERROR CODE | DESCRIPTION | SOLUTIONS |
|------------|--|---|
| E1 | Abnormal communication: The driver and computer have abnormal communication after startup | Stop the controller to enter the fault state. Unable to start. The computer displays the error code and the alarm sounds 3 times. Possible reasons: communication between the driver and the computer is blocked; Check each connection section of the communication cables from the computer to the controller and make sure that all the center cables are securely connected. Check if the cables between the computer and the controller are damaged; If so, replace the damaged cable. |
| E2 | No speed sensor signal: While there is a voltage output from the controller to the DC motor, speed feedback cannot be received from the motor for more than 3s. | 1. Check if the motor cable is securely connected to the controller. 2. Stop and enter a fault state. The computer alarm sounds 9 times and the error code is displayed. Not shown in other areas. If the system enters a standby state after approximately 10 seconds of failure state, it can be rebooted. Possible reasons: If no signal is detected from the speed sensor for more than 3s, check if the sensor connector is properly plugged in or damaged; plug it in tightly or replace the sensor. 3. Stop and enter a fault state. The electronic meter buzzer sounds 9 times and the error code is displayed. There is no exhibition in other areas. If it recovers to the normal state and enters the standby state after the shutdown, normal startup can be implemented. Possible reasons: Check if the motor cables are properly connected; reconnect the motor cables. Check if the controller emits an abnormal odor; Replace it if so. |
| E3 | Engine not detected | 1. Standby state: After waiting for 25 seconds, the display shows "E3" 2. The treadmill does not move when starting, the screen shows "E3" Possible reasons: check the connection of the motor cable, reconnect it, and check if the motor has a peculiar smell. If so, change the engine. |
| E5 | Overcurrent protection: When in operation, the controller continuously detects DC motor current higher than the rated current value +6A for more than 3s. | It stops and goes into a faulty state. The computer alarm sounds 9 times and the error code is displayed. If the system enters a standby state after approximately 10 seconds of failure state, it can be rebooted. Possible reasons: The system's self-protection is triggered by excessive current caused by excessive load greater than the nominal value, or somewhere on the treadmill is stuck and the motor cannot turn; thus, the system starts excessive current self-protection under excessive load; adjust the equipment and restart it. Also, check for an overcurrent sound or burning smell when the motor is running; replace the engine; Check if the voltage specifications of the power supply are inconsistent or too low and use the correct voltage specifications to retest. |
| E6 | Explosion Protection: Abnormal voltage or motor results in damage to the motor circuit. | It stops and goes into a faulty state. The computer alarm sounds 9 times and the error code is displayed. If it returns to the normal state and enters a standby state after stopping, it can start normally. Possible reasons: Check if the voltage is less than 50% of the normal value; make sure the voltage is correct and perform the test again; check if the driver smells burnt; if so, replace the controller; check that the motor wires are properly connected; if necessary reconnect the wires. |
| E7 | The security key is not in position | Insert the security key; Replace the safety interlock switch and reconnect the cable. |

SUGGESTED EXERCISES

ELONGATION

Warming up and stretching: A successful exercise program consists of a warm-up stage and a stretching stage. Warming up is an important part of your exercise routine and you'll need to start it at every session. This will prepare your body to get a better elongation of your muscles, increasing your circulation and heart rate, deliberately delivering more oxygen to your muscles. At the end of your exercise routine, repeat these movements to reduce the risks of muscle contracture.

The following warm-up and stretching exercises are suggested:

- Touch your toes: Slowly lean forward leaving your back and shoulders relaxed as you stretch your hands to touch your feet. Lean as far as you can and hold this pose for a count of 15. Climb slowly to avoid dizziness.



- Shoulder raise: Lift your right shoulder toward your ear and count to one. Then lift your left shoulder toward your ear and count to one as you lower your right shoulder.



- Tilt your head: Tilt your head slowly to the right and feeling the elongation of the left side of your neck, continue to tilt your head back by stretching your chin up and letting your mouth half-open. Keep tilting your head to the left and finish by lowering your head toward your chest. Stay 1 to 2 seconds in each of the 4 positions you perform when tilting your head.



- Ligament stretching: Sit with your right leg extended. Let the sole of your left foot rest on your right inner thigh. Stretch forward trying to reach your toes with your hand. Hold for 15 seconds and release. Repeat the exercise with your other leg.



- Calf stretch: Lean against a wall by holding on to your arms, with your left leg in front of your right. Keeping both soles of your feet flat on the floor, lean forward (moving your hips toward the wall) by bending your left leg and straightening your right. Hold this position for 15 seconds. Repeat the procedure by swapping the position of your legs.



- Lateral stretching: Open your arms out to the sides and stretch them until they are above your head. Stretch your right arm toward the sky and count to one. Repeat the exercise with your left arm.



Using this equipment will provide you with several benefits, improve your fitness and muscle tone and along with a controlled diet, help you lose weight. Paddling is an extremely effective exercise.

MAINTENANCE

Clean and lubricate periodically to extend the life of this unit. To get the most out of the machine, the tape and tape board should be kept as clean as possible. If the equipment is not used frequently, maintain it every 30 days.

Warning: The friction between the belt board and the belt can play a very important role in the operation and life of the machine and that is why we recommend that you constantly lubricate this friction point to extend the life of the machine. Failure to do so may void the warranty. Unplug from the outlet before doing any maintenance. Stop the belt before folding the machine.

GENERAL CLEANING

- Use a soft cloth to wipe the edge of the belt and the area between the belt and the frame. Do not use any liquid to clean the equipment, especially electrical components.

- It is recommended to check the equipment regularly, preferably once a week.
- On a monthly basis, vacuum underneath the machine to prevent dust from accumulating.

GENERAL CARE

- Check any worn parts before using the machine.
- Always replace the belt (if it gets hot) if it is damaged or any other defective parts.
- In case of doubt, do not use the equipment and contact our technical support.

Take precautions to protect carpets or flooring from leaks. This product is a machine that contains moving parts that have been greased/lubricated and can leak out.

THIS PRODUCT IS FOR HOME USE ONLY, NOT SUITABLE FOR USE IN PROFESSIONAL OR HEALTH ESTABLISHMENTS OF ANY KIND.

CLAIMS ARE NOT ACCEPTED FOR PRODUCTS WITH THE FOLLOWING CHARACTERISTICS:

- Hits.
- Falls.
- Misuse.
- Improper or improper installation or assembly of the product.
- Damage or wear and tear caused by improper use; excessive, commercial and/or professional use of the product.
- Damage caused by oxidation, sulphation, humidity, exposure to rain and/or water or excessive heat sources, use of abrasives, corrosion.
- Damage due to flooding, water and/or sand ingress.
- Damage caused by the adaptation of parts and/or accessories that do not belong to the product.

STINGRAY