



E-Mail: [service@schmidt-sportsworld.com](mailto:service@schmidt-sportsworld.com)

Internet: [www.schmidt-sportsworld.com](http://www.schmidt-sportsworld.com)

Hersteller: Schmidt Handels GmbH, Altendorfer Str. 526, 45355  
Essen, Deutschland

**LB 100**

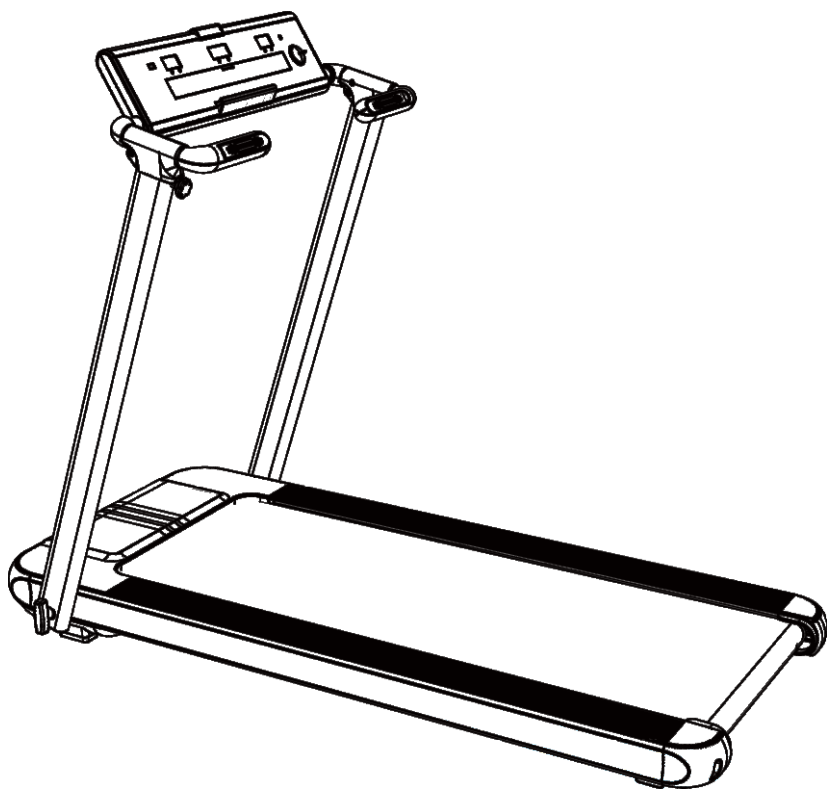
**LAUFBAND**

**BENUTZERHANDBUCH**



# LAUFBAND LB100

## BENUTZERHANDBUCH



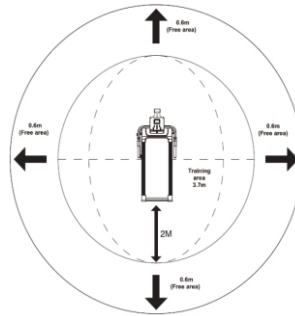
## INHALTSVERZEICHNIS

Sicherheitshinweise . . . . .	2-3
Aufbauanleitung . . . . .	4-9
Technische Daten. . . . .	10
Bedienungshinweise . . . . .	11-15
Wartung Und Pflege . . . . .	16-17
Explosionszeichnung/teileliste . . . . .	18-19

Dieses Laufband erfüllt die Standards EN ISO 20957-1: 2013 sowie EN 957-6:  
2010 + A1: 2014

## SICHERHEITSHINWEISE

A) Angabe, dass die freie Fläche in den Zugangsrichtungen zum Gerät nicht weniger als 0,6 m größer als die Trainingsfläche sein muss. Der freie Bereich muss auch den Bereich für den Notabstieg umfassen. Wo Geräte nebeneinander aufgestellt werden, kann der Wert der freien Fläche geteilt werden. Der freie Bereich und der Trainingsbereich sind mit einer eigenen Abbildung zu veranschaulichen.



B) Warnung, dass freistehende Geräte auf einem stabilen und ebenen Untergrund installiert werden müssen.

C) **WARNUNG!** Herzfrequenzüberwachungssysteme können ungenau sein. Übermäßiges Training kann zu schweren Verletzungen oder zum Tod führen. Wenn Sie sich schwach fühlen, hören Sie sofort mit dem Training auf.

D) Nicht abstieg; Wenn Sie während der Übung eine mögliche Gefahr verspüren, sollten Sie die beiden Seiten betreten Handlauf zum Boden oder Springen zu zwei Seitenfußbrettern dringend

E) Die Treadmill funktioniert nur, wenn der Sicherheitsschlüssel ordnungsgemäß in der vorgesehenen Kerbe der Konsole, setzen Sie den sicheren Schlüssel ein und befestigen Sie den Clip an Ihrer Brust oder dem Hüftgurt Ihrer Kleidung. Gehen Sie dann rückwärts, um den Sicherheitsschlüssel zu testen. Der Sicherheitsschlüssel sollte aus der Konsole mit dem Clip noch in Ihren Colthes.

F) Ausgestattet mit einem roten Sicherheitsschlüssel, wenn Sie die Treadmill anormal finden oder riskant fielen, ziehen Sie bitte diesen roten Sicherheitsschlüssel, um das Laufband sofort zu stoppen, um Unfälle zu vermeiden.

G) Bei Ausstattung mit Zugschnur-Sicherheitsstopp ist eine Anleitung zur Verwendung, Befestigung und Prüfung des Zugschnur-Sicherheitsstopps erforderlich;



## Wichtig !

Konsultieren Sie unbedingt Ihren Arzt, bevor Sie mit dem Training beginnen.

Bevor Sie mit dem Training beginnen, lesen Sie sich diese Sicherheitshinweise bitte sorgfältig durch. Verwahren Sie dieses Handbuch für den Fall einer etwaigen Reparatur oder Ersatzteillieferung.

### **WARNUNG!**

Falsches oder zu intensives Training kann zu ernsthaften Verletzungen oder gesundheitlichen Problemen führen.

- Konsultieren Sie Ihren Arzt, bevor Sie mit dem Training beginnen. Dieser kann Ihnen Empfehlungen geben, welche Art von Training und welche Intensität für Sie geeignet sind.
- Montieren Sie das Gerät genau nach der Beschreibung in der Bedienungsanleitung.
- Stellen Sie das Gerät an einem trockenen, sauberen Ort auf und schützen es vor Feuchtigkeit und Wasser.
- Das Gerät ist ausschließlich für den Heimgebrauch konzipiert und bis zu einem max. Gewicht von 120 kg ausgelegt.
- Befolgen Sie sorgfältig die Schritte dieser Aufbauanleitung.
- Benutzen Sie zum Aufbauen nur geeignetes Werkzeug und holen Sie sich ggfs. Hilfe.
- Überprüfen Sie vor dem ersten Training und dann regelmäßig alle 1-2 Monate, ob sämtliche Verbindungselemente fest sitzen und sich in einem guten Zustand befinden. Ersetzen Sie defekte Teile sofort und/oder benutzen Sie das Gerät nicht bis zur Reparatur. Nutzen Sie für Reparaturen ausschließlich originale Ersatzteile.
- Im Fall einer notwendigen Reparatur kontaktieren Sie umgehend Ihren zuständigen Händler.
- Vermeiden Sie das Verwenden von aggressiven chemischen Reinigungsmitteln.
- Benutzen Sie das Gerät auf einem festen und geraden Untergrund mit irgendeiner Art von Schutz für den Boden oder Teppich. Im Interesse Ihrer Sicherheit lassen Sie mindestens 2 Meter freien Raum um das Gerät herum.
- Erlauben Sie Kindern nicht mit dem Gerät zu spielen oder sich in unmittelbarer Nähe aufzuhalten.

## SICHERHEITSHINWEISE

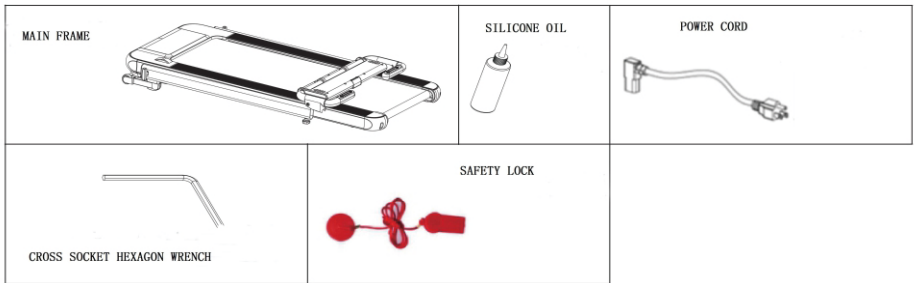
- Halten Sie Ihre Hände weit weg von den beweglichen Teilen.
- Prüfen Sie das Gerät bevor Sie mit dem Training starten, um sicher zu stellen, dass alle Teile sicher befestigt sind und alle Muttern, Schrauben und Pedale fest angezogen sind.
- Tragen Sie geeignetes Schuhwerk und dem Training angepasste Kleidung.
- Stellen Sie sicher, dass Sie erst nach dem vollständigen und fachgerechten Aufbau mit dem Training beginnen.
- Beachten Sie bei allen verstellbaren Teilen, wie weit diese maximal verstellt/gespannt werden können.
- Dieses Gerät wurde für Erwachsene konzipiert. Stellen Sie sicher, dass Kinder das Gerät nur unter der Aufsicht eines Erwachsenen benutzen.
- Behinderte Personen dürfen das Gerät nur mit Unterstützung durch qualifiziertes oder medizinisches Personal benutzen.
- Achten Sie darauf, dass sich in der Nähe des Gerätes keine scharfen Gegenstände befinden.
- Bei Schwindelgefühl, Übelkeit, Brustschmerz oder sonstigen Symptomen, die bei der Benutzung des Gerätes auftreten, BRECHEN sie die Übung AB. WENDEN SIE SICH SOFORT AN EINEN ARZT.
- Benutzen Sie das Gerät nicht, wenn es nicht einwandfrei funktioniert.
- Seien Sie sich möglicher Risiken/Gefahren während des Trainings immer bewusst, wie bspw. der Gefahr durch bewegliche Teile.
- Befolgen Sie unbedingt sorgfältig die Hinweise Ihres Arztes bzgl. der Trainingsintensität.
- Das Gerät darf immer nur von einer Person gleichzeitig benutzt werden.
- Die Intensität kann jederzeit über den Einstellknopf an der Lenkerstange reguliert werden.
- Ein sicherer und fachgerechter Umgang mit dem Ellipsentrainer kann nur bei regelmäßiger Wartung garantiert werden. Beachten Sie dazu die Aufbauanleitung in diesem Handbuch.
- Überprüfen Sie regelmäßig, ob die Schrauben am Gerät noch fest sitzen oder nachgezogen werden müssen.

**Wichtig !**

**Konsultieren Sie Ihren Arzt, bevor Sie mit dem Training beginnen.**

**Falsches oder zu intensives Training kann zu Verletzungen führen.**

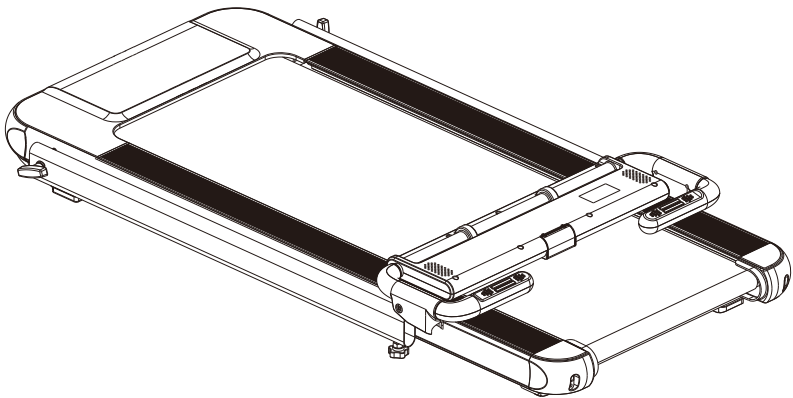
## HINWEISE ZUM AUFBAU:



## Das Laufband aufklappen:

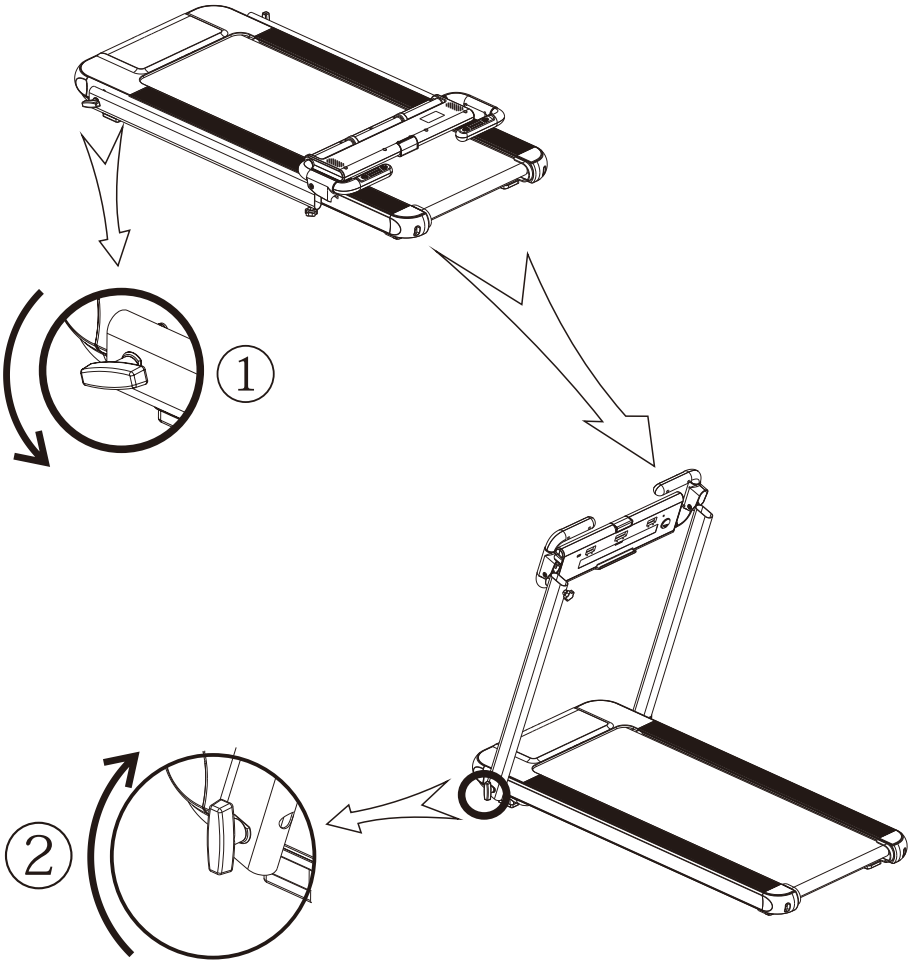
### Schritt 1

Öffnen Sie den Karton und entnehmen Sie die einzelnen Teile. Stellen Sie den Haupttrahmen wie in der Abbildung dargestellt auf den Boden.



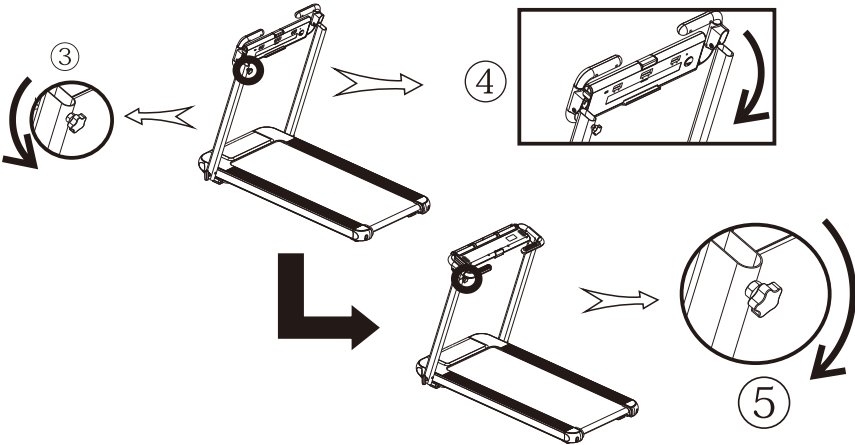
# Schritt 2

An beiden Seiten des Laufbands befinden sich Drehknöpfen. Drehen Sie diese entgegen dem Uhrzeigersinn für ca. 2-3 Umdrehungen, wie in der Abbildung dargestellt, um das Rahmenteil mit dem Trainingsdisplay zu lösen und aufzurichten.



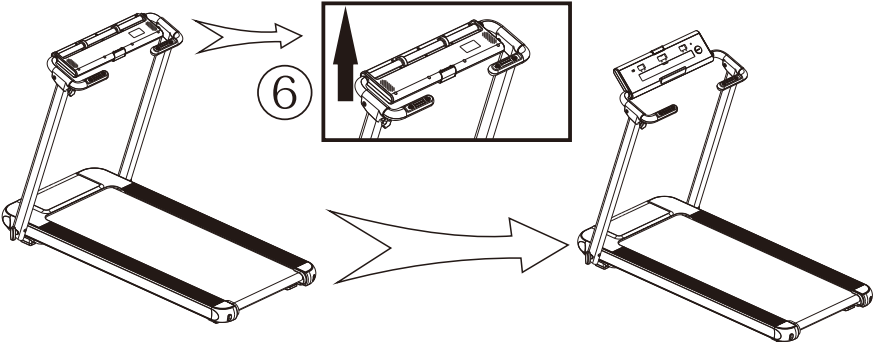
### Schritt 3

Drehen Sie dann an dem Drehknopf wie in der Abbildung dargestellt, ca. 8-10 Mal, um das Display zu lösen. Drehen Sie den Knopf anschließend unbedingt wieder fest, damit das Display fest und sicher sitzt.



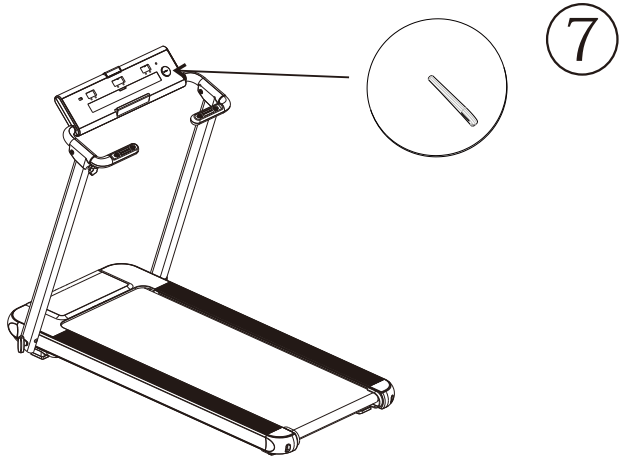
### Schritt 4

Klappen Sie das Display bis in die Maximalposition auf.



## Schritt 5

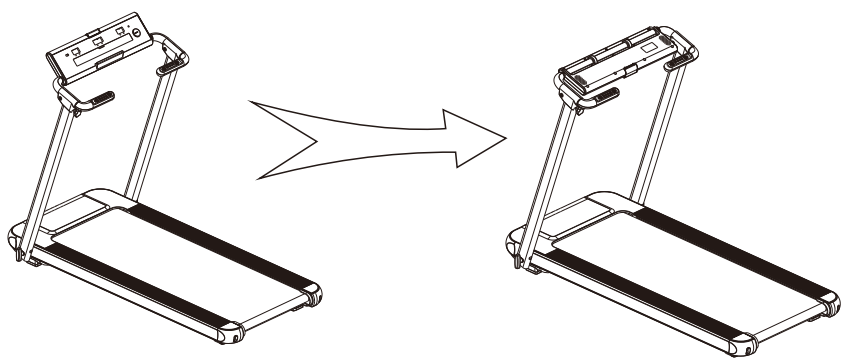
Setzen Sie den Sicherheitsstift wie in der Abbildung dargestellt in den Monitor ein, damit Sie mit dem Training beginnen können.



## Das Laufband zusammenklappen:

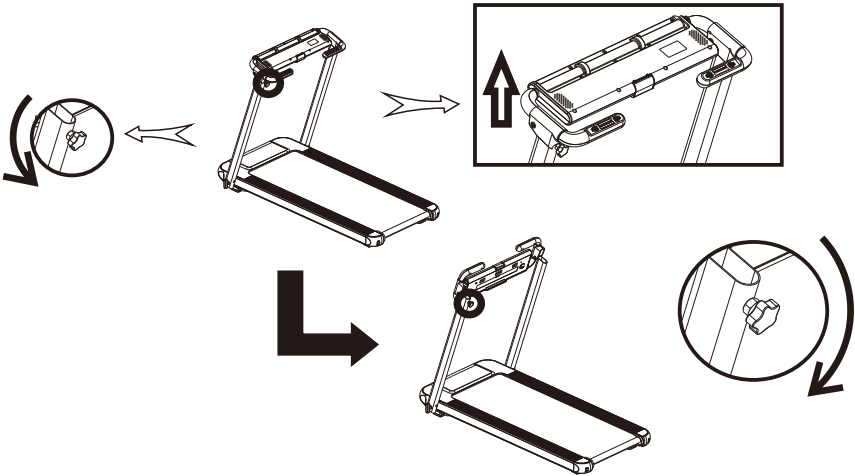
### Schritt 1

Klappen Sie das Display wieder ein, wie in der Abbildung dargestellt. Achten Sie darauf, es nicht zu weit zu klappen, andernfalls könnte etwas beschädigt werden.



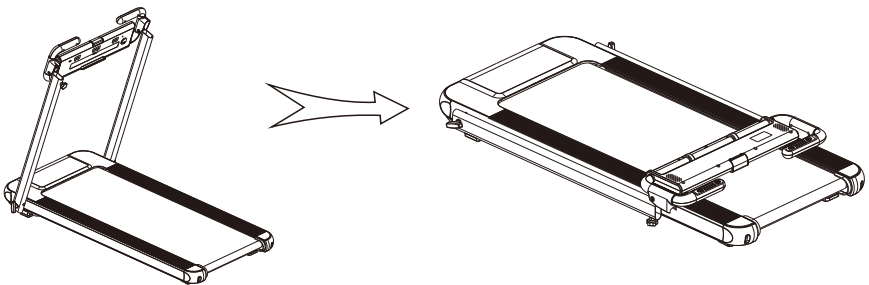
## Schritt 2

Lösen Sie den Drehknopf, indem Sie ihn 8-10 mal gegen den Uhrzeigersinn drehen, und klappen Sie den Griff dann zurück, wie in der Abbildung dargestellt. Ziehen Sie den Knopf anschließend wieder und achten Sie darauf, dass er beim Herunterklappen des Rahmens nicht den Boden berührt.



## Schritt 3

Lösen Sie zunächst die beiden Drehknöpfe, indem Sie sie 2-3 mal gegen den Uhrzeigersinn drehen. Klappen Sie den Rahmen dann langsam herunter und ziehen Sie die Schrauben wieder fest.



## TECHNISCHE DATEN

<b>Abmessungen (MM)</b>	1456*776*1158	<b>Geschwindigkeit</b>	1-14KM/H
<b>Abmessungen geklappt (MM)</b>	1456*776*173	<b>Spannung</b>	220V-240V
<b>Größe Lauffläche (MM)</b>	1210*460	<b>Durchschnittliche Leistung Max. Leistung</b>	735W
<b>Max. Nutzergewicht</b>	120KG	<b>LED-Anzeigen</b>	1058W
<b>Audio</b>	Lautsprecher	<b>Steigung</b>	Distance, Time, Speed , Calories, Heart Rate. 1058W
<b>Steigung</b>	0-15%		

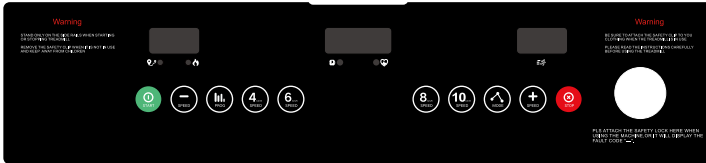
Stellen Sie sicher, dass Sie ausreichend freien Platz um das Laufband herum haben, bevor Sie mit dem Training beginnen. Empfohlen sind 2 Meter hinter dem Laufband und 1.5 Meter an beiden Seiten.

Stecken Sie das Stromkabel ein und schalten Sie das Geräte ein, dann können Sie mit dem Training beginnen.

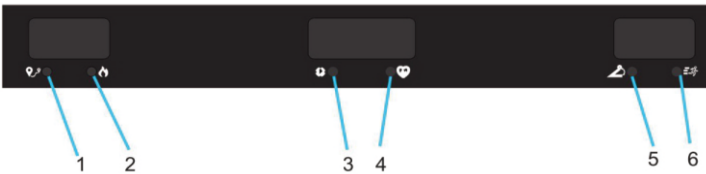


## 1. Display

### Übersicht des Displays










## 2. Displayanzeigen



### DISPLAYANZEIGEN :

1. Wenn dieses Licht leuchtet wird die Geschwindigkeit angezeigt
2. Wenn dieses Licht leuchtet werden die Kalorien angezeigt
3. Wenn dieses Licht leuchtet wird die Zeit angezeigt
4. Wenn dieses Licht leuchtet wird die Herzfrequenz angezeigt
5. Wenn dieses Licht leuchtet wird die aktuelle Steigung angezeigt
6. Wenn dieses Licht leuchtet wird die aktuelle Geschwindigkeit angezeigt

	<p>Geschwindigkeit: Drücken Sie diese Taste während Sie trainieren, damit sich die Geschwindigkeit langsam auf 10/8/6/4 KM/H erhöht bzw. verringert.</p>
 <b>START</b>	<p>Start: Drücken Sie diese Taste, und das Laufband wird auf der langsamsten Geschwindigkeitsstufe des eingestellten Programms starten.</p>
 <b>Stop</b>	<p>Stop: Drücken Sie diese Taste während Sie trainieren, und das Laufband wird langsam stoppen bzw. anhalten.</p>
 <b>Geschwindigkeit erhöhen/verringern</b>	<p>Geschwindigkeit erhöhen/verringern: So können Sie die Geschwindigkeit während des Trainings erhöhen bzw. verringern.</p>
 <b>Programm</b>	<p>Programmauswahl: Manueller Modus - P1-P12-Körperfett</p>
 <b>MODUS</b>	<p>Modus: Manueller Modus – Alarmfunktion Zeit – Alarmfunktion Distanz - Kalorienanzeige</p>
 <b>Steigung + / -</b>	<p>Steigung + / -: Sie können die gewünschte Steigung des Laufbands einstellen, während Sie trainieren.</p>

Immer wenn Sie eine Taste drücken wird das durch einen Ton begleitet. Wenn Sie die eingestellte Geschwindigkeit überschreiten wird dies durch ein langgezogenes Signal kenntlich gemacht.

**Stellen Sie sicher, dass Sie ausreichend freien Platz um das Laufband herum haben, bevor Sie mit dem Training beginnen. Empfohlen sind 2 Meter hinter dem Laufband und 1.5 Meter an beiden Seiten.**

**Stecken Sie das Stromkabel ein und schalten Sie das Geräte ein, dann können Sie mit dem Training beginnen.**

## 3. Funktionen

Wenn Sie das Gerät einschalten, leuchten alle Anzeigen für 2 Sekunden auf, danach geht das Gerät dann in den Stand-By Modus.

### 3.1 Schnellstart (Manueller Modus):

Verbinden Sie zunächst den Sicherheitsschlüssel und drücken dann Start, damit das Laufband nach einem 3-Sekunden-Countdown auf der niedrigsten Geschwindigkeit startet. Sie können die Geschwindigkeit dann beliebig erhöhen oder verringern. Drücken Sie Stop, um anzuhalten oder entfernen Sie einfach den Sicherheitsschlüssel.

### 3.2 Alarmfunktion:

Drücken Sie die Taste Modus, um die gewünschten Parameter auszuwählen: Alarmfunktion Zeit, Alarmfunktion Distanz, Kalorienanzeige. Drücken Sie dann die Taste Geschwindigkeit erhöhen/verringern, um die jeweils gewünschten Werte einzustellen, während die Zahlen aufblinken, und drücken Sie dann Start, um das Training zu beginnen. Drücken Sie Stop, um anzuhalten oder entfernen Sie einfach den Sicherheitsschlüssel.

### 3.3 Voreingestellte Programme:

Drücken Sie die Taste Programm, um eines der voreingestellten Programme P01 - P12 auszuwählen. Drücken Sie dann die Taste Geschwindigkeit erhöhen/verringern, um die gewünschte Zeit einzustellen. Es gibt pro Programm jeweils 20 Intensitätsstufen, die kontinuierlich durchlaufen. Drücken Sie dann die Taste Start, und nach einem 3-sekündigen Countdown wird das Laufband starten. Die einzelnen Intensitätsstufen laufen dann kontinuierlich durch, bis das Programm beendet ist. Dann wird das Laufband anhalten. Sie können die Geschwindigkeit auch jederzeit manuell anpassen, indem Sie die Taste Geschwindigkeit erhöhen/verringern drücken.

### 3.4 Körperfett-Modus:

Drücken Sie die Taste Modus, um die einzelnen Parameter auszuwählen: Name, Alter, Größe, Gewicht. Im Display wird dann jeweils n-2-'f'-3-' angezeigt. Drücken Sie die Tasten Geschwindigkeit erhöhen/verringern bzw. Steigung +/-, um die jeweiligen Einstellungen vorzunehmen. Drücken Sie zur Bestätigung erneut die Modus Taste. Im Display wird dann n-5-n und n—n angezeigt, und die Körperfettmessung kann beginnen.

Greifen Sie die Metallsensoren am Handgriff mit beiden Händen. Nach 5 Sekunden wird der Körperfettwert angezeigt.

### 3.5 Körperfetteinstellungen:

<b>PABAMETER</b>	<b>BEISPIEL</b>	<b>EINSTELLUNGEN</b>	<b>ANMERKUNGEN</b>
Geschlecht (-1-)	(1) MÄNNLICH	1-2	1= MALE,2= FEMALE
Alter (-2-)	25	10-99	
Größe (-3-)	170CM	100-240CM	
Gewicht (-4-)	70KG	20-160KG	

### 3.6 BMI-Einstellungen:

<b>BODY MASS INDEX(BMI)</b>	<b>ÜBERGEWICHT</b>
<19	DÜNN
19-26	NORMAL
26-30	LEICHTES ÜBERGEWICHT
>30	ÜBERGEWICHT

Nachdem die Körperfettmessung abgeschlossen ist, ertönt ein dementsprechendes Signal und die eingestellten Parameter werden zurückgesetzt.

## 4. Trainingsparameter/Einstellungen

	DISPLAY	AUSGANGSWERT	AUSGANGSWERT (II)	EINSTELLUNG
<b>GESCHWINDIGKEIT</b>	1.0-14 KM/H	—	—	—
<b>ZEIT</b>	0:00-99:59	30:00	30:00	5:00—99:00
<b>DISTANZ</b>	0.0-99.9 KM	1.0 KM	—	0.5 KM—99.5 KM
<b>KALORIEN</b>	0KCL-99 KCL	50 KCL	—	10KCL-95 KCL

## 5. Trainingsparameter/Einstellungen

PROGRAMM	ZEIT ^^^Einstellung	TIME SETTING/20 TIME PHASES = RUNNING TIME FOR EACH PHASE																					
		1	2	3	4	5	6	7	8	9					10	11	12	13	14	15	16	17	18
P01	GESCHWINDIGKEIT	2	3	3	4	5	3	4	5	5	3	4	5	4	4	4	2	3	3	5	3		
	STIEGUNG	1	1	2	2	2	3	3	3	2	2	1	2	2	1	1	3	3	2	2	2		
P02	GESCHWINDIGKEIT	2	4	4	5	6	4	6	6	6	4	5	6	4	4	4	2	2	5	4	2		
	STIEGUNG	1	2	2	2	2	3	3	2	2	2	2	2	3	3	3	4	4	3	2	2		
P03	GESCHWINDIGKEIT	2	4	4	6	6	4	7	7	7	4	7	7	4	4	4	2	4	5	3	2		
	STIEGUNG	2	3	3	2	2	3	3	3	2	2	2	2	4	4	4	6	6	3	2	2		
P04	GESCHWINDIGKEIT	3	5	5	6	7	7	5	7	7	8	8	5	9	5	5	6	6	4	4	3		
	STIEGUNG	2	3	3	2	2	3	3	3	2	2	2	2	4	4	4	6	6	3	2	2		
P05	GESCHWINDIGKEIT	2	4	4	5	6	7	7	5	6	7	8	8	5	4	3	3	6	5	4	2		
	STIEGUNG	3	3	3	4	4	5	5	5	4	4	4	4	5	5	3	3	3	2	2	2		
P06	GESCHWINDIGKEIT	2	4	4	4	5	6	8	8	6	7	8	8	6	4	4	2	5	4	3	2		
	STIEGUNG	3	5	5	5	4	4	4	3	3	3	3	4	4	4	3	3	3	4	3	2		
P07	GESCHWINDIGKEIT	2	3	3	3	4	5	3	4	5	3	4	5	3	3	3	6	6	5	3	3		
	STIEGUNG	4	4	4	4	3	3	6	6	6	7	7	8	8	9	9	6	6	5	4	4		
P08	GESCHWINDIGKEIT	2	3	3	6	7	7	4	6	7	4	6	7	4	4	4	10	10	2	3	4	4	
	STIEGUNG	4	5	5	5	6	6	6	7	8	9	9	9	10	10	10	12	12	8	6	3		
P09	GESCHWINDIGKEIT	2	4	4	7	7	4	7	8	4	8	9	9	4	4	4	5	6	3	3	2		
	STIEGUNG	5	5	5	6	6	6	4	4	6	6	5	5	8	8	9	9	9	7	4	2		
P10	GESCHWINDIGKEIT	2	4	5	6	7	5	4	6	8	8	6	6	5	4	4	2	4	4	3	3		
	STIEGUNG	5	6	6	6	7	5	8	8	4	4	4	5	5	8	8	10	10	8	6	3		
P11	GESCHWINDIGKEIT	2	5	8	10	7	7	10	10	7	7	10	10	5	9	9	5	5	4	3			
	STIEGUNG	4	5	3	2	6	6	2	2	2	2	2	2	4	5	6	3	2	5	2	0		
P12	GESCHWINDIGKEIT	3	4	9	9	5	9	5	8	5	9	7	5	5	7	9	9	5	7	6	3		
	STIEGUNG	1	2	3	2	3	5	5	0	0	2	3	5	7	3	3	5	6	5	3	3		

**Achtung:** Je nach Version Ihres Laufbands sind die Parameter Steigung und/oder Geschwindigkeit verfügbar.

### ◆ Trainingsparameter/Einstellungen

Verwenden Sie ausschließlich dafür vorgesehenes Methyl-Silikon Öl, um das Laufband einzufetten. Das Laufband muss regelmäßig eingefettet werden.

Hinweise:

3 oder weniger Einheiten pro Woche	Alle 5 Monate
4 bis 7 Einheiten pro Woche	Alle 2 Monate
Mehr als 7 Einheiten pro Woche	Jeden Monat

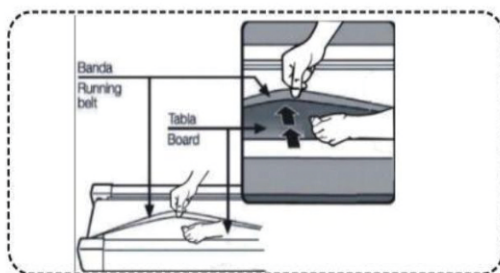
Verwenden Sie das Öl zum Einfetten unbedingt sparsam und in Maßen!

Achtung: Wenn Sie zu oft und zu viel Öl benutzen, kann das die Lebensdauer Ihres Laufbands massiv verkürzen.

### ◆ ANLEITUNG ZUM EINFETTEN:

Prüfen Sie regelmäßig, ob das Laufband eingeschmiert werden muss oder nicht. Greifen Sie dazu mit Ihrer Handfläche von hinten an das Laufband, möglichst weit in der Mitte. Wenn sich dort noch Feuchtigkeit bzw. Öl befindet, müssen Sie nichts tun. Ist das Laufband komplett trocken, dann schmieren Sie es mit einem passenden Schmieröl ein.

- ① Gehen Sie beim Einfetten vor wie in der Abbildung dargestellt (siehe unten).
- ② Klappen Sie das Laufband zusammen.
- ③ Heben Sie das Laufband auf der Rückseite des Rahmens an (siehe Abbildung) und tragen Sie langsam und gleichmäßig das Silikonöl auf. Lassen Sie das Band dafür mit einer langsamen Geschwindigkeit laufen. Lassen Sie das Band solange laufen, bis das Öl komplett eingezogen ist.



## ◆ Justierung des Laufbands:

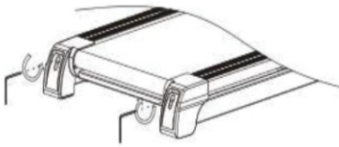
- ① Wir empfehlen, nach max. 2 Stunden kontinuierlichen Trainings eine Pause von mindestens 10 Minuten zu machen, während der Sie das Laufband komplett ausschalten.
- ② Wenn das Laufband zu locker eingestellt ist, dann wackelt es hin und her, was zu Stürzen und Verletzungen führen kann. Ist es zu fest eingestellt, dann kann der Motor Schaden nehmen bzw. das Laufband selbst beschädigt werden. Wenn das Laufband ideal eingestellt ist, dann können Sie es an jeder Seite ca. 50 bis 75 mm anheben.

## ◆ JDAS LAUFBAND ZENTRIEREN:

Platzieren Sie das Laufband auf einer ebenen Fläche. Lassen Sie das Band langsam laufen und beobachten Sie, ob das Band gut und mittig läuft.

Läuft das Band rechtslastig, dann drehen Sie mit dem Schraubenschlüssel an der rechten Seite des Laufbands langsam gegen den Uhrzeigersinn, wie in der Abbildung dargestellt. Beobachten Sie dabei das Band. Drehen Sie Solange, bis das Band mittig ist. Abbildung A

Läuft das Band linkslastig, dann drehen Sie mit dem Schraubenschlüssel an der linken Seite des Laufbands langsam gegen den Uhrzeigersinn, wie in der Abbildung dargestellt. Beobachten Sie dabei das Band. Drehen Sie Solange, bis das Band mittig ist. Abbildung B



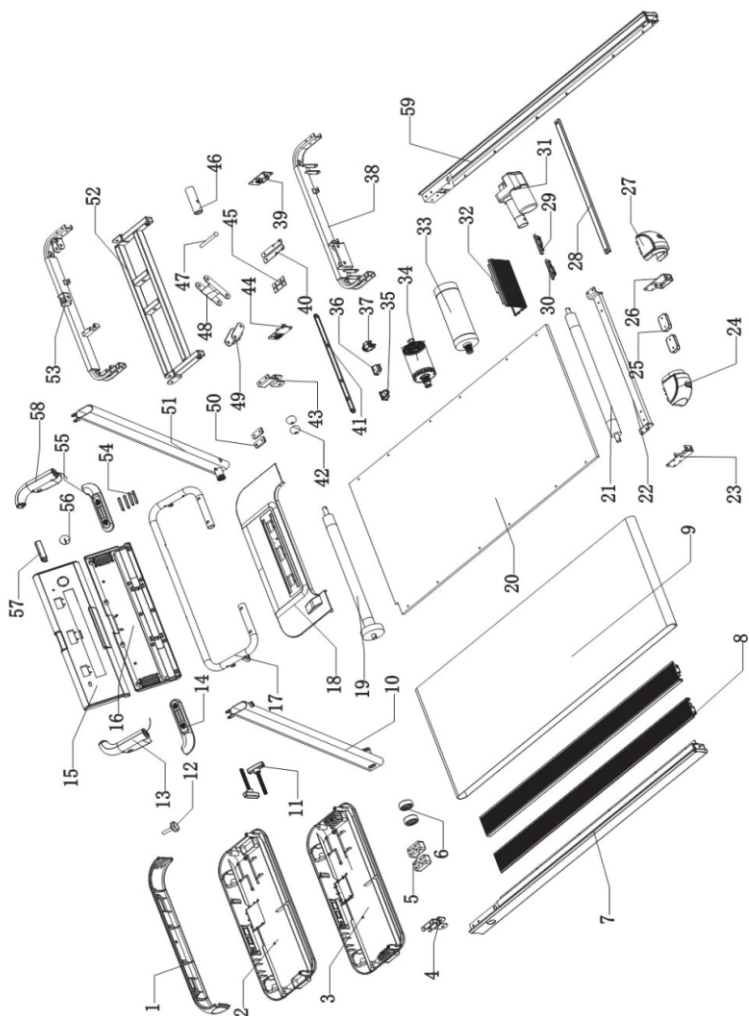
**Figure A**



**Figure B**

- a) einen Warnhinweis, dass das Sicherheitsniveau des Gerätes nur aufrechterhalten werden kann, wenn es regelmäßig auf Beschädigungen und Verschleiß untersucht wird, z.B. Seile, Rollen, Verbindungspunkte;
- b) Empfehlung, defekte Komponenten sofort zu ersetzen und/oder das Gerät bis zur Reparatur außer Betrieb zu halten;
- c) besondere Aufmerksamkeit auf die am stärksten verschleißanfälligen Komponenten.

# EXPLOSIONSZEICHNUNG/TEILELISTE

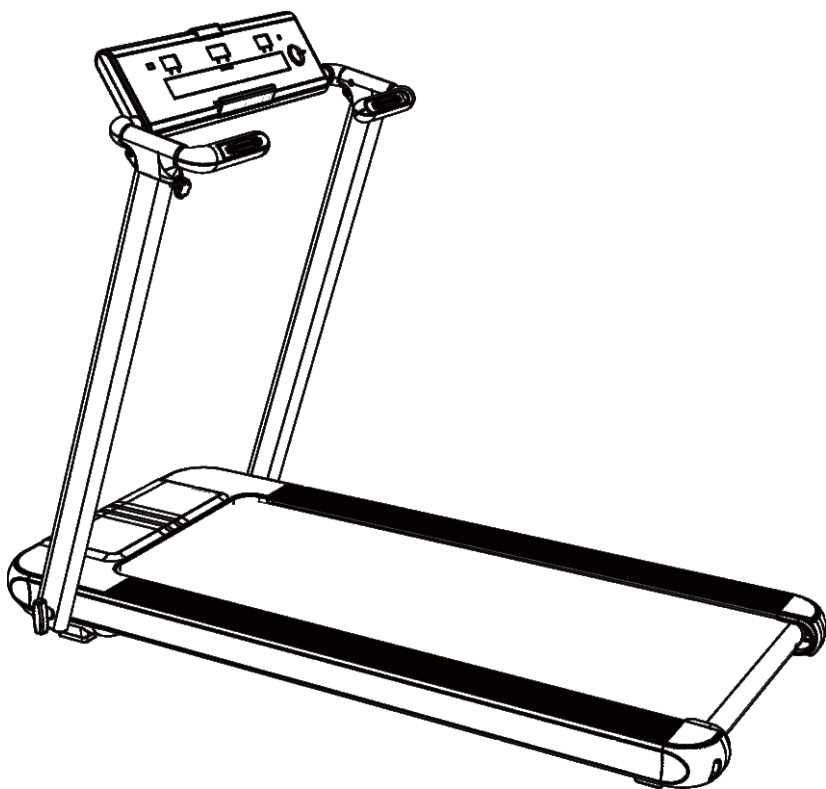




<b>Nr.</b>	<b>Teilebezeichnung</b>	<b>Stk.</b>	<b>Nr.</b>	<b>Teilebezeichnung</b>	<b>Stk.</b>
1	Motorabdeckung oben	1	31	Motor für Steigung	1
2	Motorabdeckung unten	1	32	Kontrolleinheit	2
3	Motorabdeckung unten (II)	2	33	Bürstenbehalteter Motor Standard	2
4	Halterung Steigungseinstellung	2	34	Bürstenloser Motor Steigung	1
5	PK Fußstütze vorne	1	35	Eingangsschnalle	1
6	Transportrad	1	36	Rocker-Schalter	1
7	Abdeckung links	1	37	Spannungsschutz	2
8	Griffhalterung	2	38	Vorderer Rahmen (Standard)	1
9	Laufband	1	39	Verbindungsstück rechts	1
10	Rahmenstange links	1	40	Verbindungsstück Steigung	2
11	Justierungsschraube	1	41	Gummi-Strip	1
12	Drehknopf	2	42	Transportrad Steigung	1
13	Rahmenabdeckung links	1	43	Halterung für Steigung	1
14	Handgriffabdeckung links	2	44	Verbindungsstück rechts	1
15	A90-2 Abdeckung Uhr oben	1	45	Padbord	1
16	A90-2 Abdeckung Uhr unten	1	46	Adapter Rahmen Steigung	1
17	Rahmenstange Handgriff	1	47	M10*85 Schraube	1
18	Motorabdeckung oben (II)	1	48	Steigung Support C	1
19	Vorderer Transportroller	1	49	Steigung Support A	1
20	Laufbandfläche	1	50	S21 Fußpad	1
21	Hinterer Transportroller	2	51	Rahmenteil aufrecht	1
22	Rahmenstange hinten	2	52	Gestell/Rahmen Steigung	1
23	Unterstützung Transportrollen hinten links	1	53	Rahmenteil vorne	1
24	Linke Schutzabdeckung hinten	1	54	Metallsensor Herzfrequenz	2
25	PK Fußpad hinten	2	55	Abdeckung aufrecht	1
26	Unterstützung Transportrollen hinten rechts	1	56	Sicherheitsschlüssel	1
27	Rechte Schutzabdeckung hinten		57	A90-2IPAD	
28	Support Rahmen		58	Klemmblock	
29	Verbindungsrohr rechts		59	Abdeckung rechts	
30	Verbindungsrohr links				

# Treadmill LB 100

## USER MANUAL



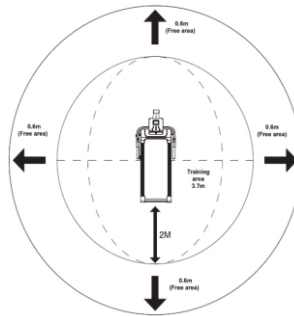
## TABLE OF CONTENTS

Safety Instructions &precautions . . . . .	22-23
Assembly Instruction . . . . .	24-29
Technical Specification. . . . .	30
Operation Instruction . . . . .	31-35
Care And Maintenance . . . . .	36-37
Exploded View / Parts List . . . . .	38-39

This Treadmill Meets The Requirements of EN ISO 20957-1: 2013 sowie EN 957-6:  
2010 + A1: 2014

## SAFETY INSTRUCTIONS

A) Indication that the free area shall be not less than 0,6 m greater than the training area in the directions from which the equipment is accessed. The free area must also include the area for emergency dismount. Where equipment is positioned adjacent to each other the value of the free area may be shared. The free area and training area shall be illustrated with a dedicated figure.



B) Warning that free standing equipment shall be installed on a stable and levelled base.

C) **WARNING!** Heart rate monitoring systems may be inaccurate. Over exercising may result in serious injury or death. If you feel faint stop exercising immediately”.

D) If you feel any potential danger during the exercise, you should step the two side handrail to jump to ground or jump to two side foot boards urgently.

E) The treadmill will only work if the safety key is properly locked in the provided notch of the console, Insert the safety key and attach the clip to your chest or the waist belt of your clothes. Then move backward to test the safety key. The safety key should be able to pulled out from the console with the clip still in your clothes.

F) Equipped with a red safety key, if you find the treadmills abnormal or fell risky, please pull out this safety key to stop the treadmill instantly in order to avoid accident occurrence.

## SAFETY INSTRUCTIONS

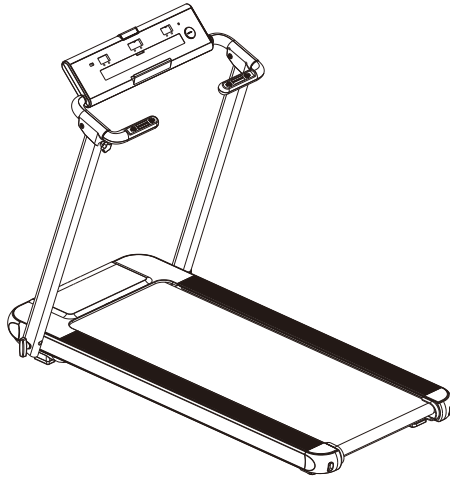
- Make sure that you only start training after the complete and professional setup starts.
- For all adjustable parts note how far they can be adjusted/tightened.
- This device was designed for adults. Make sure that children only use the device under adult supervision.
- Disabled persons are only allowed to use the device with the assistance of qualified or medical personnel use staff.
- Make sure that there are no sharp objects in the vicinity of the device.
- If you experience dizziness, nausea, chest pain or other symptoms that occur when using the device, **CANCEL** the exercise. **CONTACT A DOCTOR IMMEDIATELY.**
- Do not use the device if it is not working properly.
- Always be aware of possible risks/dangers during training, such as the danger from moving parts.
- It is imperative that you carefully follow your doctor's instructions regarding training intensity.
- The device may only be used by one person at a time.
- The intensity can be regulated at any time using the adjustment button on the handlebar.
- Safe and professional use of the treadmill is only possible with regular maintenance guaranteed. Please refer to the assembly instructions in this manual.
- Check regularly whether the screws on the device are still tight or are being retightened.

### Important!

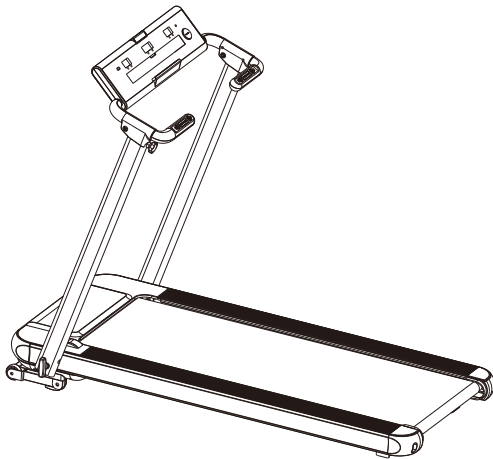
Consult your doctor before starting any exercise.  
Wrong or too intense training can lead to injuries.

# ASSEMBLY INSTRUCTION

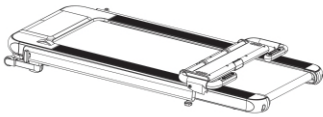


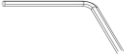

A



B



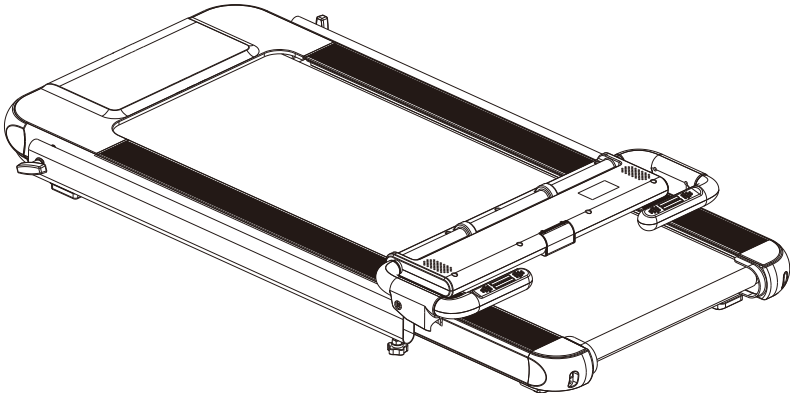
# NOTES ON ASSEMBLY

<p>MAIN FRAME</p> 	<p>SILICONE OIL</p> 	<p>POWER CORD</p> 
<p>CROSS SOCKET HEXAGON WRENCH</p> 	<p>SAFETY LOCK</p> 	

## Unfold the treadmill:

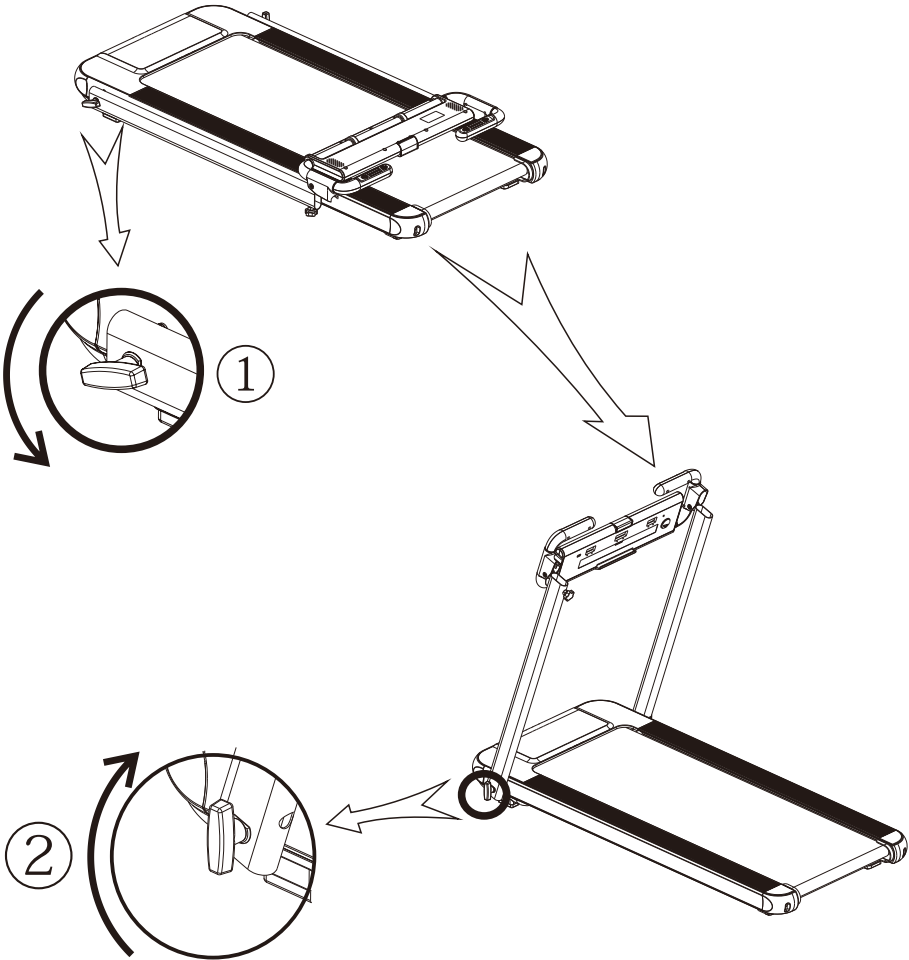
### Step 1

Open the box and remove the individual parts. Set the main frame as in the Figure shown on the ground.



# Step 2

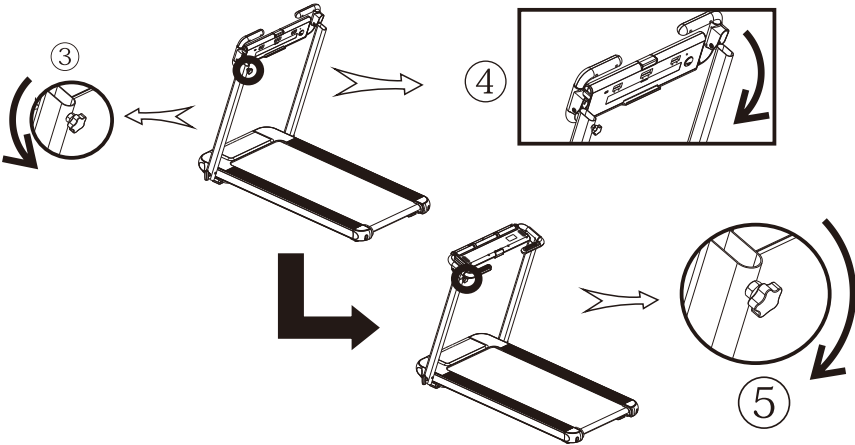
There are knobs on both sides of the treadmill upright. Turn the knobs on both sides counter-clockwise for 2-3 turns to loosen the upright, then lift the upright with both hands to the end, then turn the knobs on both sides clockwise for 2-3 turns to tighten the upright.





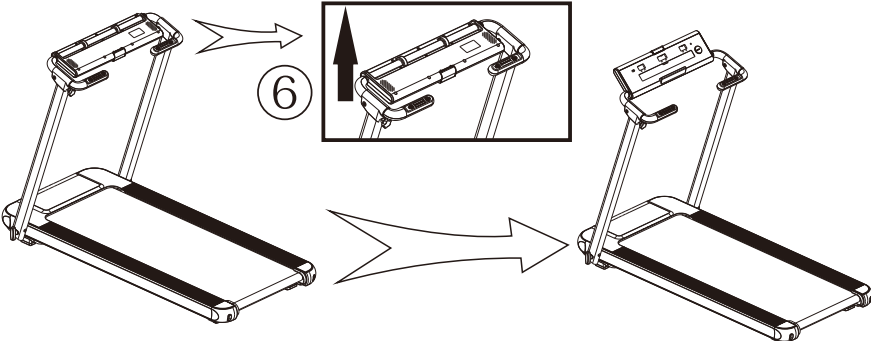
# Step 3

Rotate the top knob of left upright, counter-clockwise 8-10 turns, turn the handrail down close to the top of the upright, then rotate the top knob of the left upright clockwise until it is tightened.



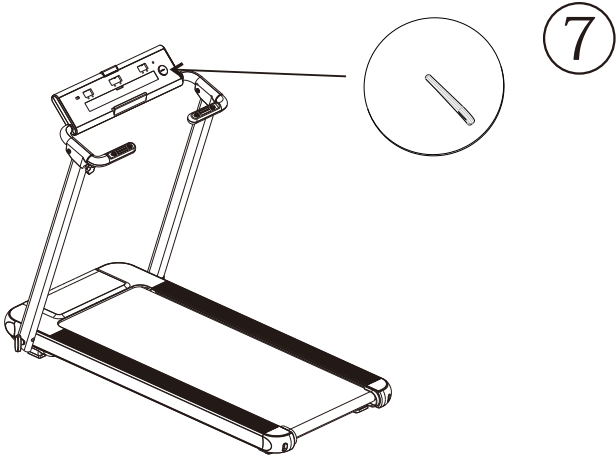
# Step 4

Fold the control Panel up to the limit position.



# Step 5

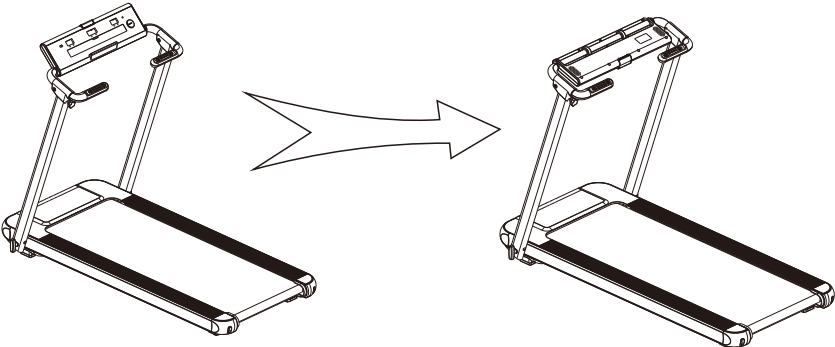
Suck the safety lock to specific position of the electronic monitor, so you can start usin



## Treadmill Folding Instruction;

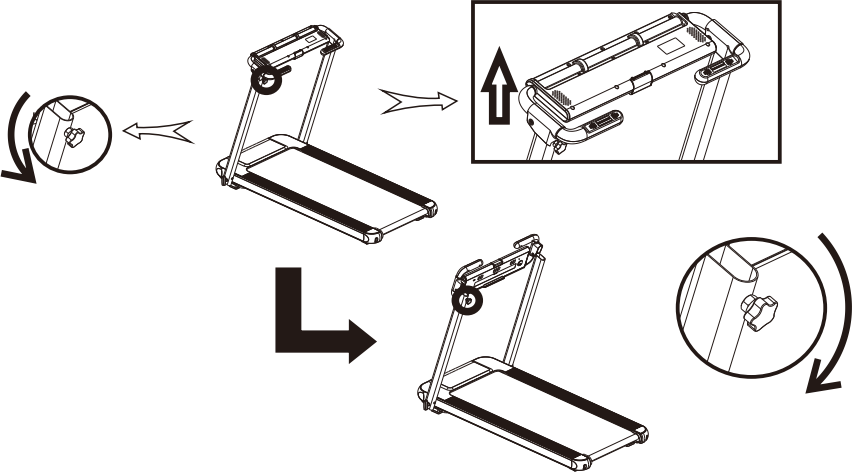
### Step 1

Fold down the control panel flush with the handrail. Do not overturn the panel to its limit position,if it is turned off the limit position,it may broken and can not be folded up again.



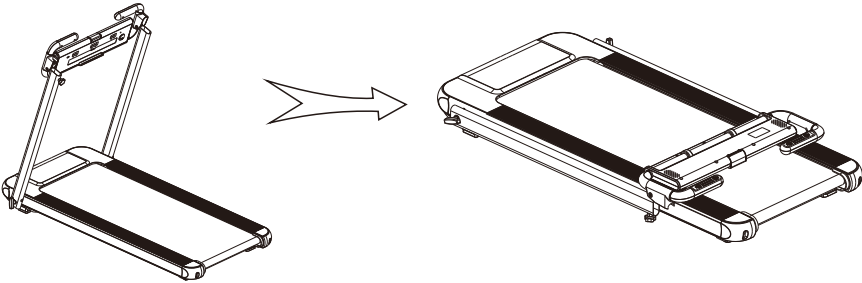
## Step 2

Rotate the top knob of the left upright 8-10 turns counterclockwise and then fold the handrail backward to be parallel with the upright. Then tighten the top knob of the left upright clockwise. (Prevent knob from touching the ground when the treadmill is fold down to the ground)



## Step 3

Turn the knobs on both sides counter-clockwise for 2-3 turns to loosen the upright, then hold the upright with both hands to push down the bottom, then turn the knobs on both sides clockwise for 2-3 turns to tighten the upright.



## TECHNICAL SPECIFICATIONS

<b>Overall Size(MM)</b>	1456*776*1158	<b>Speed Range</b>	1-14KM/H
<b>Folding Size(MM)</b>	1456*776*173	<b>Power Voltage</b>	220V-240V
<b>Running Deck Size(MM)</b>	1210*460	<b>Continuous Power</b>	735W
<b>Max User Weight</b>	120KGS	<b>Peak Power</b>	1058W
<b>Audio</b>	Speaker	<b>LED Window Display</b>	Distance,Time,Speed , Calories, Heart Rate.
<b>Incline Level</b>	0-15%		

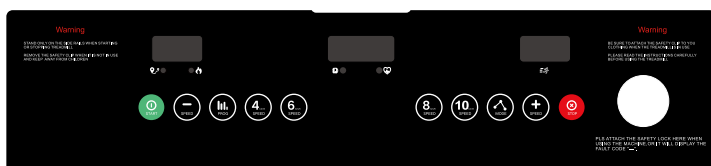
Make sure you have enough free space around the treadmill before starting the training. Recommended is 2 meters behind the treadmill and 1.5 meters on both sides.

Plug in the power cord and turn on the device, then you're ready to exercise.

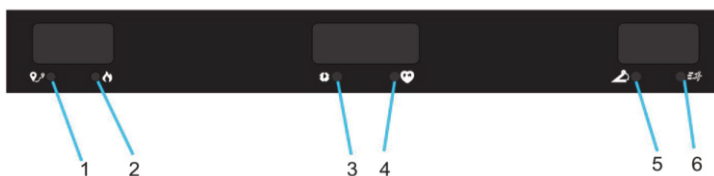
# OPERATION INSTRUCTION

## 1. Control Panel

### Displayer overview










## 2. Display Window



### DISPLAY INSTRUCTIONS:

1. When this indicator light up the window show Distance
2. When this indicator light up the window show Calories
3. When this indicator light up the window show Times
4. When this indicator light up the window show Heart rates
5. When this indicator light up the window show Incline levels(only for incline version)
6. When this indicator light up the window show Speed

	<p>Speed Shortcut: Press this key while exercising and the treadmill speed Will slowly increase to 10/8/6/4 KM/H or decrease to 10/8/6/4 KM/H.</p>
 <p>START</p>	<p>Start Button: Press this button and the treadmill will start running at The Lowest or default speed of the program after 3 seconds</p>
 <p>Stop</p>	<p>Stop button: Press this button while exercisirtgrThe treadmill will Slow down to a stop</p>
 <p>Slow Down Speed Up</p>	<p>Speed Adjustment Button: The Speed can be adjusted when running. Can be used to adjust parameters when Stopping.</p>
 <p>Programming</p>	<p>Program Selection Button: Manual Mode - P1-P12-FAT Cycle</p>
 <p>Mode</p>	<p>Mode Selection Button: Manual Mode - Time Countdown - Distance Countdown - Calorie Countdown Cycle</p>
 <p>Incline- Incline +</p>	<p>Incline Setting Adjustment Button: The Incline Level can be adjusted When running. Can be used to adjust parameters when Stopping.</p>

※when any key is pressed effectively, it will be accompanied by a prompt sound. When the key is adjusted to exceed the speed limit, it will be accompanied by a long sound prompt There will be no prompt sound when the key is pressed invalid.

※before starting, make sure there is 2000\*1000mm safe space behind the treadmill and 1500\*1000mm safe Space on both sides

※Plug it in (triangular socket with ground cable) and turn on the power switch

## 3. Main Function:

**Turn on the power; light all the Windows for two seconds, and then go into Standby mode**

### 3.1 Quick Start(Manual Mode):

Attach the safety lock, Press the start button, and in the 3-second countdown, the treadmill starts running from the lowest speed. Press the speed button to adjust the speed. To Stop the running, Press the stop button or Simply disconnect the safety lock.

### 3.2 Countdown Mode:

Press the Mode button to select functions: Time countdown mode, Distance countdown mode, Calorie countdown mode, Corresponding windows display default value and flash, Press the SPEED button to adjust to the desired value. Press the START button and wait for the treadmill to START running from the lowest SPEED in 3 seconds. Press the SPEED button to adjust the Speed. When the window counts down to zero, the treadmill slowly slows to a stop. Also you can directly press \*STOP" or disconnect the security lock to STOP running.

### 3.3 Built-In Programs:

Press 'PROG\*' Button to choose any one of P01 - P12 is the built-in programs. "TIME" window shows the default values and flashing, Press the SPEED n+ key to adjust to the required time. The Built-in program is divided into 20 segments, each segment running time for set time / 20,

Press the START button, After 3 seconds countdown, The treadmill start running at the speed of the first phase setting, when the first phase finish, automatically into the next phase, Speed automatically adjust for the phase setting, When all the phases are finished, the program end. the treadmill speed slow down to a stop. In the process of running, Speed can be adjusted by pressing the "+ -n. but once enter in the next phase will be automatically adjusted for the default value.

You can also directly press "STOP" or disconnect the security lock to STOP running to STOP running during the exercise process.

### 3.4 FAT Test Mode:

In standby mode, press the "PROG" key. when the window shows "FAT", it means the treadmill enters the FAT measurement mode.

Press \*MODE" to select the parameter category (n Last Name \*, \*Age\*, 'Height', 'Weight'). The corresponding window will display n-2-"f '-3-', For each selected parameter category, press the 'SPEED+', key (If with Incline Version press 'INCLINE ▲▼") to adjust the parameter value. When all the parameters have been adjusted, press the 'MODE" key again. The corresponding window will display n-5-n and n—n respectively, indicating the FAT test Mode is ready for testing,

Both hands should hold the steel strip of the left and right handrails. After about 5 seconds, the corresponding window displays your body fat index.

**3.5 Input Parameter Display and Setting Range:**

<b>PABAMETEE CATEGORY</b>	<b>BEFAULT TALII</b>	<b>SETTING RANGE</b>	<b>REMARKS</b>
Gender (-1-)	(1) MALE	1-2	1= MALE,2= FEMALE
Age (-2-)	25	10-99	
Height (-3-)	170CM	100-240CM	
Weight (-4-)	70KGS	20-160KGS	

**3.6 Body Fat Index Control:**

<b>BODT MASS INDEX(BUI)</b>	<b>DEGIEE OF OBESITY</b>
<19	LEAN
19-26	NORMAL
26-30	OVERWEIGHT
>30	OBESITY

When the Mode and Program END, the speed window will Display "END" with 15 prompt sound. After that, all the data will be cleared enter standby mode



## 4. Exercise Parameter Display&Setting Range

	DISPLAY BANGE	BEFAULT VALUE	PROGUID BEFAULT VALUE	SETTING BANGE
<b>SPEED</b>	1.0-14 KM/H	—	—	—
<b>TIME</b>	0:00-99:59	30:00	30:00	5:00—99:00
<b>DISTANCE</b>	0.0-99.9KM	1.0KM	—	0.5 KM—99.5 KM
<b>CALORIE</b>	0KCL-99KCL	50KCL	—	10KCL-95KCL

## 5. Exercise Parameter Display&Setting Range

PROGRAM	TIME SETTING	TIME SETTING/20 TIME PHASES = RUNNING TIME FOR EACH PHASE																					
		1	2	3	4	5	6	7	8	9					10	11	12	13	14	15	16	17	18
P01	GESCH WINDIGKEIT	2	3	3	4	5	3	4	5	5	3	4	5	4	4	4	2	3	3	5	3		
	STIEGUNG	1	1	2	2	2	3	3	3	2	2	1	2	2	1	1	3	3	2	2	2		
P02	GESCH WINDIGKEIT	2	4	4	5	6	4	6	6	6	4	5	6	4	4	4	2	2	5	4	2		
	STIEGUNG	1	2	2	2	2	3	3	2	2	2	2	2	3	3	3	4	4	3	2	2		
P03	GESCH WINDIGKEIT	2	4	4	6	6	4	7	7	7	4	7	7	4	4	4	2	4	5	3	2		
	STIEGUNG	2	3	3	2	2	3	3	3	2	2	2	2	4	4	4	6	6	3	2	2		
P04	GESCH WINDIGKEIT	3	5	5	6	7	7	5	7	7	8	8	5	9	5	5	6	6	4	4	3		
	STIEGUNG	2	3	3	2	2	3	3	3	2	2	2	2	4	4	4	6	6	3	2	2		
P05	GESCH WINDIGKEIT	2	4	4	5	6	7	7	5	6	7	8	8	5	4	3	3	6	5	4	2		
	STIEGUNG	3	3	3	4	4	5	5	5	4	4	4	4	5	5	3	3	3	2	2	2		
P06	GESCH WINDIGKEIT	2	4	4	4	5	6	8	8	6	7	8	8	6	4	4	2	5	4	3	2		
	STIEGUNG	3	5	5	5	4	4	4	3	3	3	3	4	4	4	3	3	3	4	3	2		
P07	GESCH WINDIGKEIT	2	3	3	3	4	5	3	4	5	3	4	5	3	3	3	6	6	5	3	3		
	STIEGUNG	4	4	4	4	3	3	6	6	6	7	7	8	8	9	9	6	6	5	4	4		
P08	GESCH WINDIGKEIT	2	3	3	6	7	7	4	6	7	4	6	7	4	4	4	2	3	4	4	2		
	STIEGUNG	4	5	5	5	6	6	6	7	8	9	9	9	10	10	10	12	12	8	6	3		
P09	GESCH WINDIGKEIT	2	4	4	7	7	4	7	8	4	8	9	9	4	4	4	5	6	3	3	2		
	STIEGUNG	5	5	5	6	6	6	4	4	6	6	5	5	8	8	9	9	9	7	4	2		
P10	GESCH WINDIGKEIT	2	4	5	6	7	5	4	6	8	8	6	6	5	4	4	2	4	4	3	3		
	STIEGUNG	5	6	6	6	7	5	8	8	4	4	4	5	5	8	8	10	10	8	6	3		
P11	GESCH WINDIGKEIT	2	5	8	10	7	7	10	10	7	7	10	10	5	5	9	9	5	5	4	3		
	STIEGUNG	4	5	3	2	6	6	2	2	2	2	2	4	5	6	3	2	5	5	2	0		
P12	GESCH WINDIGKEIT	3	4	9	9	5	9	5	8	5	9	7	5	5	7	9	9	5	7	6	3		
	STIEGUNG	1	2	3	2	3	5	5	0	0	2	3	5	7	3	3	5	6	5	3	3		

**Note: The Standard Version has Built-In SPEED program only, and the Incline version has Built-In SPEED and INCLINE Program.**

## CARE AND MAINTENANCE

### ◆ LUBRICATION

Lubrication running belt use after a period of time, must use the special configuration of methyl silicone oil for Lubrication.

Advice:

Use time less than 3 hours a week.	every 5 months lubricate 1 time
Use 4 to 7 hours a week.	every 2 months lubricate 1 time
Use time more than 7 hours a week,	every 1 months lubricate 1 time

Not excessive lubrication, the lubricant is not the more the better.

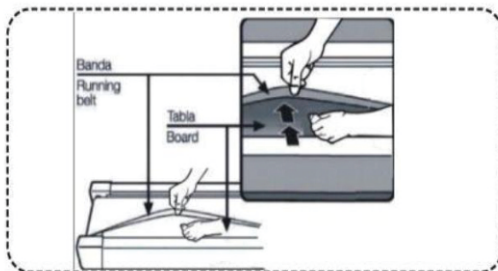
Notes: reasonable lubrication is important factor to improve the service life of the running machine.

### ◆ LUBRICATION METHODS:

To check whether you need to lubricant or not, grab the running belt, use your hands to touch the running belt on the back of the central as far as possible, if your hand is stained with silicone (slightly moist), it indicates that the lubricant on no longer need to add lubricant,

If the running plate is dry and your hand do not stain with any silicone, you will need to add lubricant.

- ① Steps for coating running plate with lubricant: (as shown in figure below)
- ② Stop the running belt and fold the machine.
- ③ Lift the running belt on the back of the main frame; Spray silicone oil inside and both sides of the running belt. Run the treadmill at a speed of 1km/h to evenly apply silicone, lap on the running belt from left to right, after a few minutes the silicone oil will be fully absorbed by the running belt.



## ◆ RUNNING BELT AJUSTMENTS:

- ① To better maintain your treadmill and extend the life of the machine, it is recommended that you power off the machine to rest for at least 10 mins every 2 hours continuous running,
- ② If the running belt is too loose, there will be skidding in running; If too tight, it may reduce the motor performance and make the roller; running belt wear too fast. When the tightness is suitable, Manually you can lift both sides of the running belt about 50-75mm from the running board.

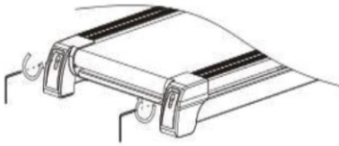
## ◆ RUNNING BELT CENTER:

Place the treadmill on a level surface. Run the treadmill at a speed of about 2 to 4 kilometers an hour; observe the Deviation of the running belt

If the running band is tilted to the right, rotate the right adjusting bolt along clockwise 1/2 turn, Then rotate the left adjusting bolt 1/2 turn counterclockwise to observe the deviation of the running belt.

Repeat above steps until the running belt is centered. See Figure A

If the running band is tilted to the left, rotate the left adjusting bolt clockwise 1/2 turn, Then rotate the right adjusting bolt counterclockwise 1/2 turn to observe the deviation of the running belt. Repeat above steps until the running belt is centered. See Figure B.



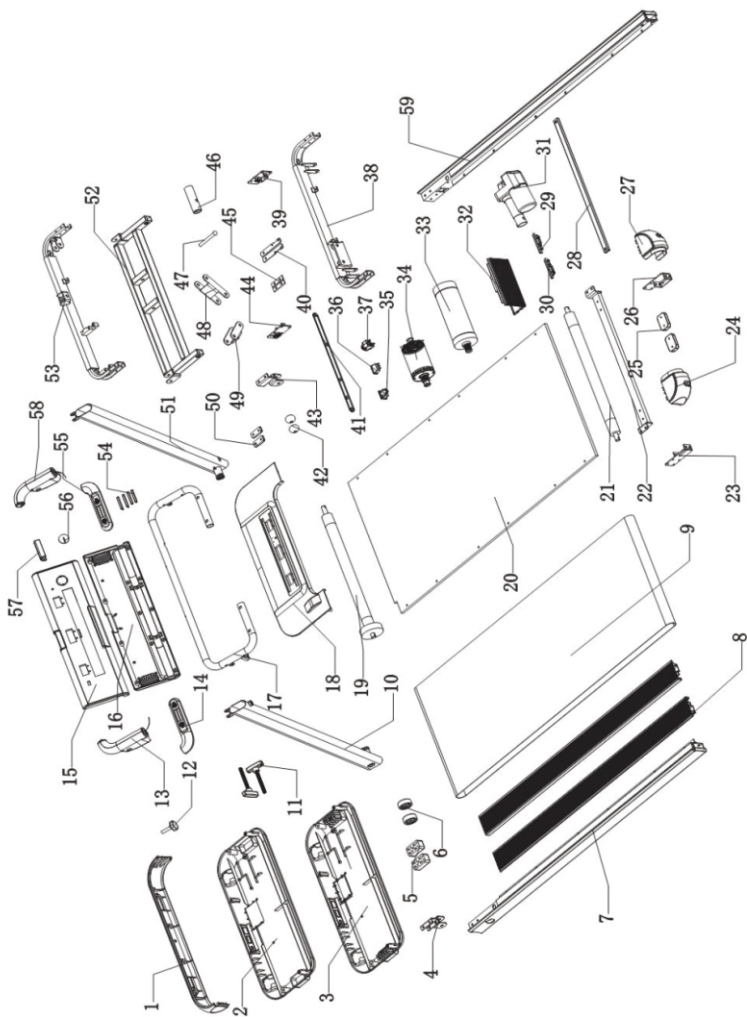
**Figure A**



**Figure B**

- a) a warning notice to the effect that the safety level of the equipment can be maintained only if it is examined regularly for damage and wear, e.g. ropes, pulleys, connection points;
- b) advice to replace defective components immediately and/or keep the equipment out of use until repair;
- c) special attention to components most susceptible to wear.

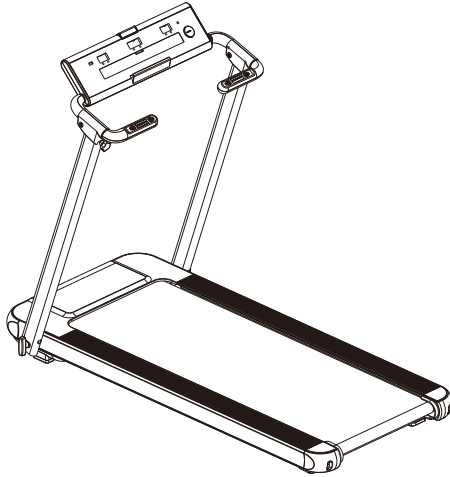
# EXPLODED VIEW / PARTS LIST



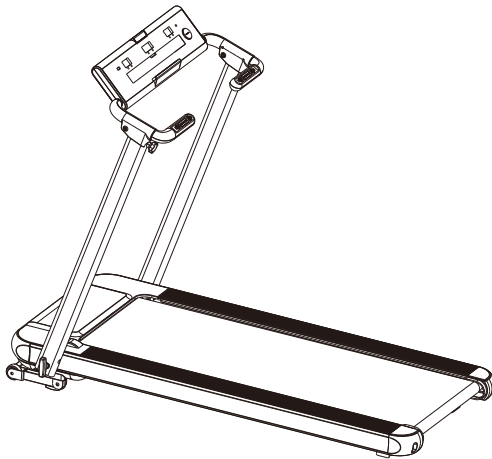
Serial No.	Part Name	Qty	Serial No.	Part Name	Qty
1	Motor Up Cover	1	31	Incline Motor (Incline)	1
2	Motor Lower Cover(Qncline)	1	32	Lower Controller	2
3	Motor Lower Cover(Standard)	2	33	Brush Motor(Standard)	2
4	Incline fixing assembly Left(Incline)	2	34	Brushless Motor (Incline)	1
5	PK Front foot pad (Standard)	1	35	Inlet(buckle)	1
6	Carrying Wheel (Standard)	1	36	Rocker Switch	1
7	Left side-component	1	37	Circuit Breaker	2
8	Side-Bar	2	38	Front Tube Assembly Rack(Standard)	1
9	Running Belt	1	39	Section connecting assembly right	1
10	Left Upright	1	40	Incline rack tightening piece	2
11	Straight Knob	1	41	Rubber Strip	1
12	The plum blossom Knob	2	42	Carrying Wheel(Incline)	1
13	Left-Upright Decorative Cover Assembly	1	43	Incline fixing assembly Right(Incline)	1
14	Left-Hand rail Decorative Cover Assembly	2	44	Section connecting assembly right	1
15	A90-2 Electronic watch up cover	1	45	Pad Board	1
16	A90-2 Electronic watch lower cover	1	46	Incline Adepter Tube Assembly(Incline)	1
17	Handrail Tube	1	47	M10*85 Screw(Incline)	1
18	Motor Up Cover	1	48	Incline Support C(Incline)	1
19	Front Roller	1	49	Incline Support A(Incline)	1
20	Running Deck	1	50	S21 Incline foot pad(Incline)	1
21	Rear Roller	2	51	Right Upright	1
22	Tail-tube Assembly	2	52	Incline Rack(Incline)	1
23	Roller Supporting Assembly Left	1	53	Front Tube Assembly(Incline)	1
24	Rear Protect Corner Left	1	54	Heart Rate Steel Piece	2
25	PK Rear Foot Pad	2	55	Right-Upright Decorative Cover Assembly	1
26	Roller Supporting Assembly Right	1	56	Safety Lock	1
27	Rear Protect Corner Right		57	A90-2IPAD	
28	Supporting Tube		58	Clamping Block	
29	Side-bar connecting Piece Right		59	Right side-component	
30	Side-bar connecting Piece Left				

# AUFBAUANLEITUNG

A



B



## SAFTY INSTRUCTIONS

### Important!

Be sure to consult your doctor before starting any exercise.  
Before you start exercising, please read these safety instructions carefully. Keep this manual in case of any repairs or delivery of spare parts

### WARNING!

- Incorrect training or training that is too intense can lead to serious injuries or health problems.
- Consult your doctor before starting any exercise. This can give you recommendations indicate what type of workout and what intensity is right for you.
- Assemble the device exactly as described in the operating instructions.
- Set up the device in a dry, clean place and protect it from moisture and Water.
- The device is designed exclusively for home use and up to a maximum weight of 120 kg designed.
- Carefully follow the steps in these assembly instructions.
- Use only suitable tools for assembly and get help if necessary.
- Before the first training session and then regularly every 1-2 months, check that all fasteners are tight and in good condition. Replace defective parts immediately and/or do not use the device until it is repaired. Use for repairs exclusively original spare parts.
- If repairs are necessary, contact your responsible dealer immediately.
- Avoid using harsh chemical cleaning agents.
- Use the device on a firm, level surface with some kind of protection for the floor or carpet. In the interests of your safety, leave at least 2 meters of free space for the device around.
- Do not allow children to play with the device or to be in the immediate vicinity.
- Keep your hands away from moving parts.
- Before you start exercising, check the device to make sure that all parts are securely fastened and all nuts, screws and pedals are properly tightened.
- Wear suitable shoes and clothing suitable for the training.