



# LAUFBAND

## BENUTZERHANDBUCH

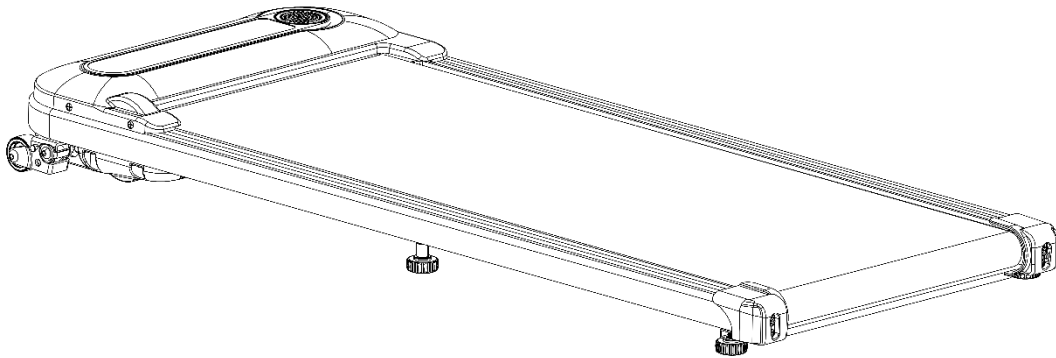
# Merax®

N621P203159 - 3900

*Herzlichen Glückwunsch zur Auswahl dieses Produkts.*

*Bevor Sie dieses Produkt zum ersten Mal verwenden, lesen Sie bitte das Handbuch sorgfältig durch und verwenden Sie das Gerät nur wie im Handbuch beschrieben, um Gefahren und Verletzungen zu vermeiden.*

*Bitte bewahren Sie dieses Handbuch zum späteren Nachschlagen auf.*



**VORSICHT**

**Lesen Sie alle Vorsichtsmaßnahmen und Anweisungen in diesem Handbuch, bevor Sie dieses Gerät verwenden.**

**Bei Fragen zu diesem Produkt wenden Sie sich bitte rechtzeitig an Ihren Lieferanten.**

# Inhaltsverzeichnis

1 Produktbeschreibung .....	2
2 Sicherheitsvorkehrungen und Warnungen .....	3
3 Installationsanweisungen .....	5
4 Sporttipps und Richtlinien (Ergonomie).....	6
5 Gebrauchsanweisung .....	7
6 Routinewartung .....	9

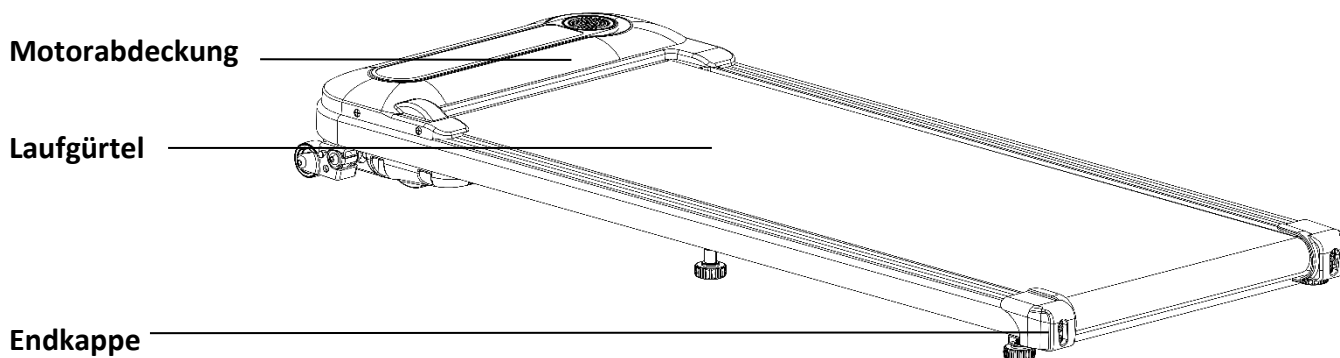


Decobus Handel GmbH  
Innungsstraße 9, 21244 Buchholz, Deutschland  
<https://www.decobusgroup.de>



# 1 Produktbeschreibung

## Motorisiertes Laufband:



Hauptparameter und Teileliste							
Nr.	Name	Beschreibung		Nr.	Name	Beschreibung	
1	Eingangsspannung	220 V (50-60 Hz)		3	Lauffläche	410* 950 mm	
2	Geschwindigkeit	1–6 km/h (Gehen)		4	Dimensionen erweitern	1170 x 525 x 120 mm	
Packliste							
Nr.	Name	Einheit	Menge	Nr.	Name	Einheit	Menge
1	Komplette Maschine	Satz	1	2	Zubehörtasche	Satz	1
Zubehörtaschenliste							
Nr.	Name	Einheit	Menge	Nr.	Name	Einheit	Menge
1	Inbusschlüssel 5 mm	Stck	1	4	Silikonöl	Stck	1
2	Fernbedienung	Stck	1	5	Handbuch	Stck	1

## 2 Sicherheitsvorkehrungen und Warnungen



Um Ihre Sicherheit zu gewährleisten und Unfälle zu vermeiden, lesen Sie die Anleitung vor der Verwendung sorgfältig durch.

**Sicherheitshinweise:** Dieses Produkt wurde unter Berücksichtigung vieler Sicherheitsaspekte entwickelt und hergestellt. Bitte befolgen Sie jedoch die nachstehenden Anweisungen, um Verletzungen zu vermeiden. Wir übernehmen keine Verantwortung für Folgen, die sich aus anormalem Betrieb ergeben.

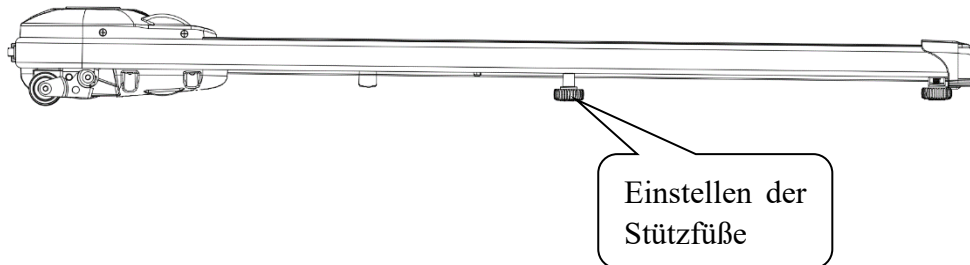
- ◆ Das Laufband muss auf ebenem Boden aufgestellt werden. Es sollte in Innenräumen aufgestellt werden, um Feuchtigkeit zu vermeiden. Außerdem sollte kein Wasser auf das Laufband gespritzt werden. Legen Sie keine Fremdkörper auf das Laufband. Es sollte ein sicherer Nutzungsraum von 0,5 m (500 mm) vorn und an beiden Seiten und 1 m x 1 m (1000 mm x 1000 mm) am Ende vorhanden sein, der für Notsprünge geeignet ist. (Notsprung: Halten Sie sich an den Handläufen fest, um Ihren Körper zu stützen, treten Sie mit den Füßen auf die Seitenschiene und springen Sie von einer Seite vom Laufband.)
- ◆ Bei diesem Produkt handelt es sich um ein elektrisches Laufband. Anwendbare Altersgruppe: Gesunde Personen im Alter von 12–60 Jahren.
- ◆ Dieses Produkt ist nicht für behinderte Menschen und Kinder geeignet. Wenn Sie sich unwohl oder geistig behindert fühlen oder Ihnen der gesunde Menschenverstand fehlt, ist die Verwendung untersagt, es sei denn, Sie stehen unter Aufsicht oder Anleitung einer für Ihre Sicherheit verantwortlichen Person. ---Bei Nichtbeachtung besteht Verletzungsgefahr.
- ◆ Bitte bewahren Sie das Schmieröl (falls vorhanden) in der Zubehörtasche außerhalb der Reichweite von Kindern auf. Wenn es versehentlich verschluckt wird oder in die Augen gelangt, spülen Sie es bitte mit Wasser aus und suchen Sie umgehend einen Arzt auf.
- ◆ Der Netzstecker muss zuverlässig geerdet sein und die Steckdose muss über einen eigenen Stromkreis verfügen und darf nicht mit anderen elektrischen Geräten geteilt werden.
- ◆ Wenn das Netzkabel beschädigt ist, muss es, um Gefahren zu vermeiden, durch Fachpersonal des Herstellers, seiner Wartungsabteilung oder Fachkräften ähnlicher Abteilungen ausgetauscht werden.
- ◆ Benutzen Sie das Laufband nicht in staubigen Räumen und halten Sie eine gewisse Luftfeuchtigkeit im Raum aufrecht, um starke statische Elektrizität zu vermeiden. Andernfalls kann die normale Funktion der elektronischen Uhr und des Controllers beeinträchtigt werden. Verwenden Sie bitte das Originalzubehör. Ein eigenmächtiger Austausch ist strengstens untersagt.
- ◆ Halten Sie Ihre Hände von allen beweglichen Teilen fern und es ist verboten, mit Händen und

Füßen in den Raum unter dem Laufband zu stecken.

- ◆ Verlegen Sie das Netzkabel nicht in der Nähe von heißen oder beweglichen Gegenständen. Verwenden Sie das Produkt nicht im Freien, bei hoher Luftfeuchtigkeit und in der Sonne.
- ◆ Ziehen Sie den Stecker aus der Steckdose, bevor Sie das Laufband bewegen. Laien ist es nicht gestattet, das Gerät eigenmächtig zu zerlegen, da es sonst zu schwerwiegenden Folgen kommen kann.
- ◆ Bitte prüfen Sie vor der Benutzung des Laufbandes, ob die Kleidung zugeknöpft oder mit einem Reißverschluss versehen ist, oder ob die Kleidung zu locker sitzt.
- ◆ Sollten Sie während der Anwendung Unwohlsein oder ein unangenehmes Gefühl verspüren, brechen Sie das Training bitte ab und suchen Sie einen Arzt auf.
- ◆ Dieses Produkt sollte nicht über einen längeren Zeitraum verwendet werden, da es bei längerem Gebrauch leicht zu einer Überhitzung der elektrischen Ausrüstung des Laufbands und zu einem Stromausfall kommen kann.
- ◆ Verwenden Sie qualifizierte Steckdosen, um Gefahren zu vermeiden. Wenn Stecker und Steckdose nicht kompatibel sind, berühren Sie den Stecker nicht und bitten Sie einen Elektriker, ihn zu reparieren.
- ◆ Dieses Produkt ist für den Heimgebrauch geeignet und nicht für professionelles Training und Tests und auch nicht für medizinische Zwecke.
- ◆ Verwenden Sie es nicht, wenn die Außenhülle Risse aufweist, gerissen und gelöst ist (die innere Struktur liegt frei) oder die Schweißverbindung Risse aufweist.
- ◆ Springen Sie während des Trainings nicht auf das Gerät oder davon.  
---- Verletzungsgefahr durch Stürze.
- ◆ Nicht nach dem Essen, bei Müdigkeit oder schlechter körperlicher Verfassung anwenden.  
---- Kann gesundheitliche Schäden verursachen.
- ◆ Achten Sie darauf, dass keine Stifte, Abfälle oder Feuchtigkeit am Netzstecker haften bleiben.  
--- Kann zu Stromschlag, Kurzschluss oder Brand führen. Niemals mit nassen Händen verwenden!
- ◆ Bitte ziehen Sie den Netzstecker aus der Steckdose, wenn das Gerät nicht verwendet wird.  
----Durch Staub und Feuchtigkeit altert die Isolierung, was zu einem Leckbrand führen kann.
- ◆ Das Produkt muss geerdet werden. Im Falle einer Fehlfunktion bietet die Erdung dem Strom den Weg mit dem geringsten Widerstand und verringert so das Risiko eines Stromschlags.
- ◆ Dieses Produkt ist Klasse H. Wenn Sie Zweifel an der korrekten Erdung dieses Produkts haben, beauftragen Sie bitte einen professionellen Elektriker mit der Überprüfung.

### 3 Installationsanweisungen

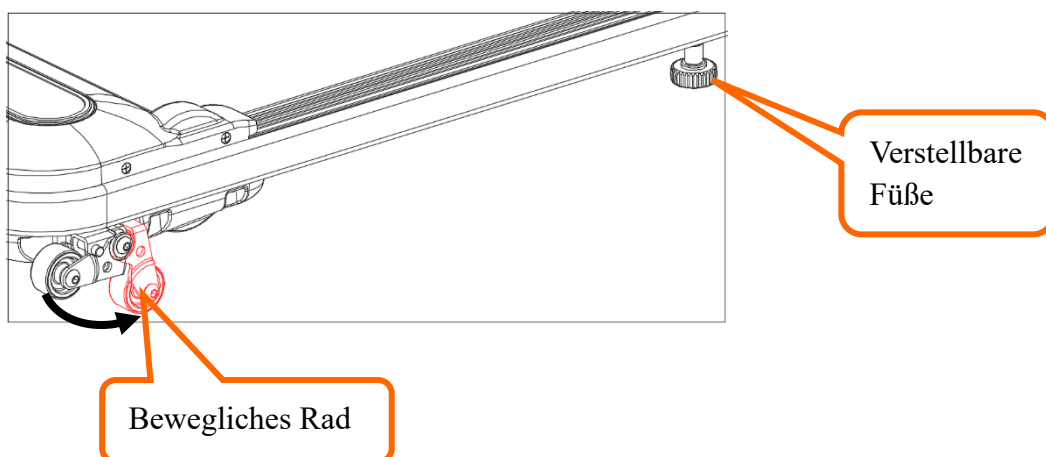
**Keine Installation erforderlich. (Nehmen Sie die Maschine einfach aus der Verpackung und schließen Sie sie an!)**



#### **Einführung zur Neigungsverstellung:**

Durch manuelles Drehen des Laufrads am vorderen Ende des Laufbands können Sie die Neigung des Laufbretts einstellen (die linken und rechten Laufräder werden synchron eingestellt). Nach dem Einstellen des Laufrads kann das Einstellpolster in der Mitte des Laufbretts entsprechend der Ebenheit des Bodens eingestellt werden. Stellen Sie sicher, dass alle Polster landen, da die Bewegung sonst ungewöhnliche Geräusche und unnötige Schäden für den Benutzer verursachen kann.

(Hinweis: Es wird empfohlen, es auf hartem Boden zu verwenden. Wenn es auf nicht hartem Boden (z. B. Teppich) verwendet wird, muss die Neigung des vorderen Endes des Laufbands erhöht werden, um Reibung mit der Software auf nicht hartem Boden (z. B. Teppich) zu vermeiden. Substanzen, die unnötige Maschinenschäden verursachen)



## 4 Sporttipps und Richtlinien (Ergonomie)

### Aufwärm- und Entspannungsübungen

Ein erfolgreiches Trainingsprogramm besteht aus drei Teilen: Aufwärmen, Cardio-Training und beruhigenden Übungen. Das Aufwärmen ist ein sehr wichtiger Trainingsbestandteil und muss vor jeder Übung durchgeführt werden. Durch Aufwärmen kann der Körper vorgewärmt und die Muskeln gedehnt werden, sodass er sich an intensivere Übungen anpassen kann. Das Wiederholen der Aufwärmübung am Ende des Trainings kann helfen, Muskelkater zu lindern.

**Wir empfehlen Ihnen, entsprechende Aufwärm- und Entlastungsübungen nach folgendem Schema durchzuführen:**

#### Kopfbewegung

Strecken Sie den Kopf zunächst zur rechten Schulter, strecken Sie den linken Hals und drehen Sie ihn einmal im Uhrzeigersinn und nach hinten. Strecken Sie den Kopf zur linken Schulter und drehen Sie ihn einmal gegen den Uhrzeigersinn. Wiederholen Sie die Übung auf diese Weise.



#### Schulterhebeübung

Heben Sie die linke Schulter an und drehen Sie sich einen Kreis zurück, wiederholen Sie dies fünfmal. Heben Sie dann die rechte Schulter zurück und wiederholen Sie dies fünfmal im Wechsel.



#### Dehnbewegung

Heben Sie Ihre Hände gerade über Ihren Kopf, greifen Sie dann mit der linken Hand Ihr rechtes Handgelenk und strecken Sie sich nach oben, bis Sie spüren, dass Ihr rechtes Handgelenk vollständig gestreckt ist. Halten Sie diese Position 5 Sekunden lang, bevor Sie zur rechten Hand wechseln.



#### Dehnübung für den Quadrizeps

Halten Sie sich mit der rechten Hand an der Wand fest, um das Gleichgewicht zu halten, heben Sie mit der linken Hand den linken Fuß nach hinten, wobei Sie die Ferse des linken Fußes 15 Sekunden lang so nah wie möglich an Ihrer Hüfte halten, und wechseln Sie dann zum anderen Fuß.



#### Dehnung der Oberschenkelinnenseite

Setzen Sie sich auf den Boden, halten Sie Ihre Füße und Fußsohlen zusammen, greifen Sie beide Füße mit beiden Händen und ziehen Sie sie nach innen, um sie so nah wie möglich an den Körper zu bringen. Drücken Sie langsam auf die Fersen beider Füße und halten Sie diese Position 15 Sekunden lang.



### Dehnung der Fußsehne

Setzen Sie sich hin, strecken Sie das rechte Bein, beugen Sie das linke Bein, halten Sie den Knöchel mit der linken Hand und drücken Sie ihn nach innen, sodass der linke Fuß so nah wie möglich am Körper ist und die Fußsohle nah an der Innenseite des rechten Oberschenkels liegt. Drücken Sie dann auf den Körper, strecken Sie sich nach links und rechts nach vorne, um die Zehen zu berühren. Je stärker der Druck, desto besser. Halten Sie diese Position 15 Sekunden lang und wechseln Sie zum linken Bein.



### Wadendehnung

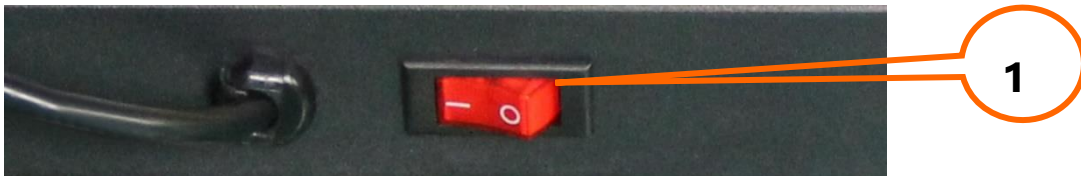
Stützen Sie sich mit beiden Händen an der Wand ab, stellen Sie Ihren Körper in einem 45-Grad-Winkel zum Boden auf und strecken Sie abwechselnd Ihren linken und rechten Fuß nach hinten aus, um Gehbewegungen auszuführen.



## 5 Gebrauchsanweisung

### 1. Verwenden Sie ein elektrisches Laufband:

Stecken Sie den Stecker in die Steckdose und schalten Sie den Schalter ein (der Schalter ist rot) (1). Er leuchtet auf, dann hören Sie einen Piepton und dann leuchtet der Bildschirm auf. (Hinweis: Der Schalter befindet sich auf der rechten Seite der Maschine.)



### 2. Anzeigefunktion:

**Zeitanzeige:** Wenn die Zeitanzeige leuchtet, wird die laufende Zeit angezeigt.

**Geschwindigkeitsanzeige :** Wenn die Geschwindigkeitsanzeige leuchtet, wird der aktuelle Wert der Fahrgeschwindigkeit angezeigt.

**Entfernungsanzeige :** Wenn die Entfernungsanzeige leuchtet, wird die gesamte Entfernung angezeigt.

**Kalorienanzeige :** Wenn die Kalorienanzeige leuchtet, wird der kumulierte Kalorienwert angezeigt.

**Fernbedienungsbetrieb:** Dieses Gerät wurde vor Verlassen des Werks eins zu eins gepaart und verbunden. Der Benutzer kann es direkt nach Erhalt verwenden. Wenn es nicht verwendet werden kann, muss es erneut gepaart werden und die Verbindung kann nach erfolgreichem Pairing hergestellt werden.

**Kopplungsmethode :** Nach dem Einschalten die Taste „Start/Pause“ auf der Fernbedienung **etwa 7 Sekunden lang gedrückt halten** , um eine Eins-zu-eins-Kopplungsverbindung herzustellen (der Summer ertönt mehrmals hintereinander, um eine erfolgreiche Kopplung anzuzeigen. Wenn der Summer nicht kontinuierlich ertönt, war die Kopplung nicht erfolgreich). Nach erfolgreicher Kopplung kann die Fernbedienung das Laufband fernsteuern und es ist in Zukunft nicht mehr erforderlich, es erneut zu koppeln. Auf der Fernbedienung befinden sich die Funktionen „Geschwindigkeit +“, „Modus“, „Geschwindigkeit -“, „Start/Pause“ und „Stopp“.



**Hinweise zur Bedienung der Fernbedienung: (Gehmodus: Die Säule hat keine Armlehnenfunktion, d.h. sie wird bei heruntergeklappter Säule genutzt)**

**Geschwindigkeit + Taste:** Drücken Sie diese Taste im Laufzustand, um die Laufgeschwindigkeit zu erhöhen.

**Modus-Taste:** Drücken Sie im Standby-Modus diese Taste, um durch drei verschiedene Countdown-Betriebsmodi zu schalten: Zeit-Countdown-Modus, Distanz-Countdown-Modus, Kalorien-Countdown-Modus.

**Speed-Taste:** Durch Drücken dieser Taste im Laufzustand wird die Laufgeschwindigkeit reduziert.

**Start/Pause:** Drücken Sie diese Taste im Stoppzustand, und das Laufband beginnt zu laufen. Drücken Sie diese Taste im laufenden Zustand, und das Laufband pausiert. Drücken Sie diese Taste erneut, und das Laufband läuft weiter.

**Stoptaste:** Drücken Sie diese Taste im laufenden Zustand, alle Daten werden gelöscht und das Laufband stoppt den Betrieb.

### Fehlermeldungscode:

Fehlercode	Beschreibung	Lösung
E1	Kommunikation Abnormal	Mögliche Gründe: Die Kommunikation zwischen der elektronischen Steuerung und der elektronischen Uhr ist blockiert. Überprüfen Sie die Verbindung jedes Abschnitts der elektronischen Uhr mit der unteren Steuerungskommunikationsleitung, um sicherzustellen, dass jeder Kern vollständig eingesteckt ist. Überprüfen Sie, ob das Kabel zwischen dem elektronischen Messgerät und der Steuerung defekt ist, und ersetzen Sie das Kabel.
E2	Kein Signal vom Motor	Mögliche Ursache: Überprüfen Sie, ob das Motorkabel richtig angeschlossen ist, und schließen Sie das Motorkabel erneut an. Überprüfen Sie, ob die Motorleitung beschädigt ist oder stinkt, und ersetzen Sie den Motor.
E5	Überstromschutz	Mögliche Gründe: Überschreiten der Nennlast führt zu übermäßigem Strom, der Systemschutz oder ein Teil des Laufbands steckt fest, sodass sich der Motor nicht drehen kann. Die Last ist hoch, der Strom zu hoch, der Systemschutz; stellen Sie das Laufband so ein, dass es neu gestartet wird. Überprüfen Sie außerdem, ob der Motor ein Fließgeräusch oder einen Brandgeruch hat, ersetzen Sie den Motor oder den Controller, oder überprüfen Sie, ob die Spannungsspezifikation der Stromversorgung inkonsistent oder niedrig ist, und testen Sie erneut mit der richtigen Spannungsspezifikation.
E6	Explosionsschutz Aufprallschutz	Mögliche Ursache: Überprüfen Sie, ob die Versorgungsspannung 50 % unter der Normalspannung liegt, verwenden Sie die richtige Spannung und testen Sie die Maschine erneut. Überprüfen Sie, ob der Controller verbrannt riecht, und ersetzen Sie den Controller. Überprüfen Sie, ob das Motorkabel angeschlossen ist, und schließen Sie das Motorkabel erneut an.

## 6 Routinewartung

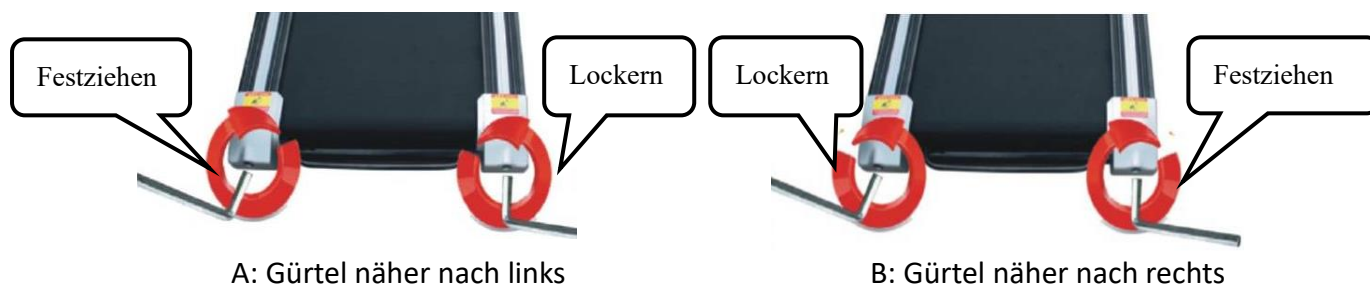
Öffnen Sie die Motorabdeckung mindestens 2 Mal im Jahr, um den Motor zu reinigen. Eine vollständige Reinigung verlängert die Lebensdauer des Laufbands. Reinigen Sie die Bereiche auf beiden Seiten des Laufbands, um die Ansammlung von Verunreinigungen unter dem Laufband zu verringern. Stellen Sie sicher, dass die Turnschuhe sauber sind, und vermeiden Sie, dass Fremdkörper unter das abgenutzte Laufbrett und das Laufband in das Laufband gelangen. Die Oberfläche des Laufbands sollte mit einem seifigen, feuchten Tuch geschrubbt werden. Achten Sie darauf, keine Spritzer auf die elektrischen Komponenten und unter das Laufband zu spritzen. (**Warnung** : Ziehen Sie unbedingt den Netzstecker des Laufbands ab, bevor Sie das Laufband reinigen, warten oder bewegen. )

### Einstellmethode für die Laufbandabweichung:

Stellen Sie das Laufband flach auf den Boden. Lassen Sie es mit einer Geschwindigkeit von 6 km/h laufen.

**Wenn das Laufband näher links liegt:** Drehen Sie die linke Einstellschraube eine halbe Umdrehung im Uhrzeigersinn und dann die rechte Einstellschraube eine halbe Umdrehung gegen den Uhrzeigersinn. (Bild A)

**Wenn das Laufband näher rechts liegt:** Drehen Sie die rechte Einstellschraube eine halbe Umdrehung im Uhrzeigersinn und dann die linke Einstellschraube eine halbe Umdrehung gegen den Uhrzeigersinn. (Bild B)



### Das Schmieröl des Laufbandes wird wie folgt eingefüllt:

Das Laufband wurde werkseitig mit Schmieröl vorbeschichtet. Die Reibungskraft zwischen Laufband und Trittbrett hat großen Einfluss auf die Lebensdauer und Leistung des elektrischen Laufbands, daher muss das Schmieröl regelmäßig aufgetragen werden.

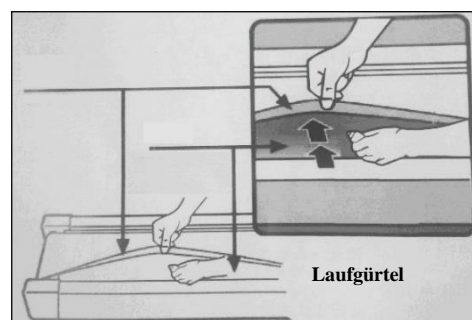
**Wenignutzer (Nutzung < 3 Stunden pro Woche) einmal alle 10 Monate.**

**Intensive Benutzer (Nutzung > 7 Stunden pro Woche) einmal alle 5 Monate.**

### Methode zum Hinzufügen von Schmieröl:

Schritt 1: Heben Sie zunächst das Laufband nach oben.

Schritt 2: Öffnen Sie die Schmierölflasche und drücken Sie Schmieröl oberhalb des Laufbretts hinein, wie in der rechten Abbildung gezeigt.



**Laufband ist ein Sportgerät, daher bedarf es entsprechender Wartung und Instandhaltung.**

**Wartungs- und Instandhaltungsempfehlungen lauten wie folgt:**

- 1. Aufgrund von Verschleiß und Beschädigung müssen häufige Inspektionen durchgeführt werden; Verschleiß oder beschädigtes Zubehör (wie Motor, elektrische Steuerung, Netzkabel, Laufband), nach einer Wartung oder fachgerechten Instandhaltung ist die Nutzungssicherheit wieder dieselbe wie beim Verlassen des Werks.)**
- 2. Ersetzen Sie sofort die defekten Teile und reparieren Sie das Gerät im Leerlauf: (z. B. Netzkabel)**
- 3. Achten Sie besonders auf die am leichtesten zu tragenden Komponenten. (z. B. Laufgürtel)**

## Altgeräte-Entsorgung

Dieses Produkt am Ende der Lebensdauer nicht in den normalen Haushaltsabfall geben, sondern an einem Recycling-Sammelpunkt für elektrische und elektronische Geräte abgeben. Das Symbol auf dem Produkt, der Bedienungsanleitung oder der Verpackung weist darauf hin.



**Kundenservice:** Sollten Sie Fragen zu dem Artikel haben, wenden Sie sich bitte rechtzeitig an Ihren Lieferanten.



# TREADMILL

## User's Manual

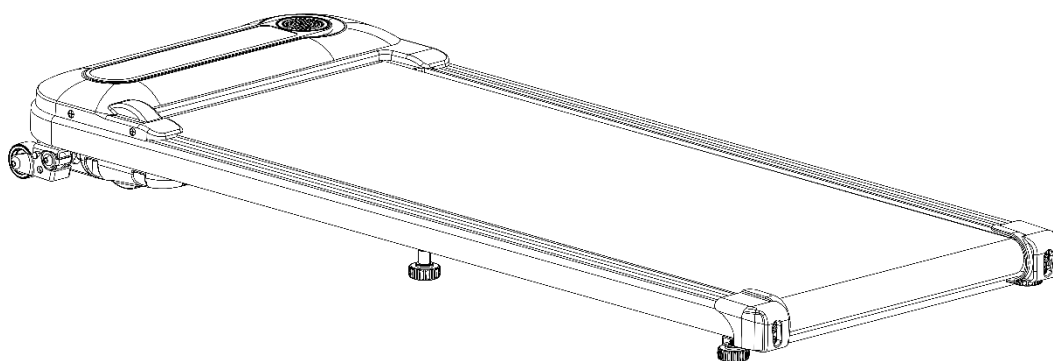
# Merax®

N621P203159 - 3900

*Congratulations for choosing this product.*

*Before using this product for the first time, please read the manual carefully and use the equipment only as described in the manual to avoid hazards and personal injury.*

*Please retain this manual for future reference.*



**CAUTION**

**Read all precautions and instructions in this manual before using this equipment.  
If you have any questions about this product, please consult your supplier in time.**

# CONTENTS

1 Product Brief .....	12
2 Security Precautions and Warning.....	13
3 Installation Instructions.....	15
4 Sports Advice and Guidelines (Ergonomics).....	16
5 Using Instructions.....	17
6 Routine Maintenance.....	19

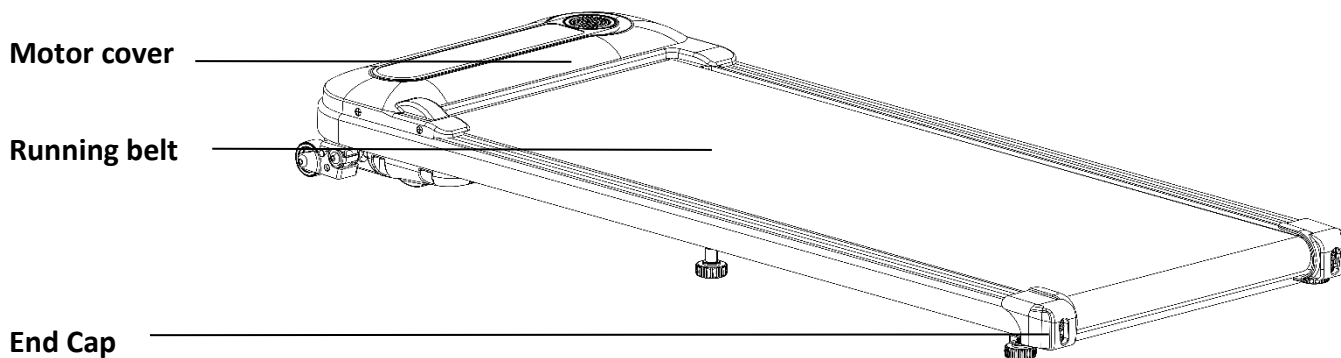


Decobus Handel GmbH  
Innungsstraße 9, 21244 Buchholz, Deutschland  
<https://www.decobusgroup.de>



# 1 Product Brief

## Motorized treadmill:



Main parameters and parts list							
No.	Name	Description		No.	Name	Description	
1	Input voltage	220V(50-60Hz)		3	Running surface	410*950mm	
2	Speed	1-6km/h(walking)		4	Expand dimensions	1170*525*120mm	
Packing list							
No.	Name	Unit	Qty	No.	Name	Unit	Qty
1	Complete machine	set	1	2	Accessories Bag	set	1
Accessory bag list							
No.	Name	Unit	Qty	No.	Name	Unit	Qty
1	Allen key 5 mm	pcs	1	4	Silicone oil	pcs	1
2	Remote control	pcs	1	5	Manual	pcs	1

## 2 Security Precautions and Warning



In order to ensure your safety and avoid accidents, please read the instructions carefully before use.

**Safety Instructions:** This product was designed and manufactured with many safety concerns, but please follow the instructions below to avoid injury. We will not be responsible for any consequences arising from abnormal operations.

- ◆ **The walking machine must be placed on a flat ground; the walking machine should be placed indoors to avoid moisture, and water should not be splashed on the walking machine. Do not place any foreign objects on the walking machine. There should be a safe use space of 0.5m(500mm) in the front and on both sides and 1m x 1m (1000mm\*1000mm) at the end, which is convenient for emergency jumping off. (Emergency jump: while holding the handrails to support your body, step on the side rail with your feet and jump off the walking machine from one side.)**
- ◆ **This product is an electric treadmill; Applicable age range: Healthy individuals aged 12-60.**
- ◆ **This product is not suitable for disabled people and children; if you feel unwell or mentally handicapped or lack common sense, it is prohibited to use it unless under the supervision or guidance of a person responsible for your safety. ---If not followed, there may be a risk of injury.**
- ◆ **Please keep the lubricating oil (if have) in the accessories bag out of the reach of children. If it is accidentally swallowed or split in the eyes, please rinse with water and seek medical help in time.**
- ◆ **The power plug must be grounded reliably, and the socket must have a dedicated circuit and avoid sharing with other electrical equipment.**
- ◆ **If the power cord is damaged, in order to avoid danger, it must be replaced by professionals from the manufacturer, its maintenance department or professionals from similar departments.**
- ◆ Do not use the treadmill in a dusty space and keep a certain humidity in the room to avoid strong static electricity, otherwise it may interfere with the normal work of the electronic watch and the controller; please use the original accessories, and it is strictly forbidden to replace them without permission.
- ◆ Keep your hands away from all moving parts, and it is forbidden to put your hands and feet in the space under the running belt.
- ◆ Do not place the power cord near hot or moving objects; do not use the product outdoors, in

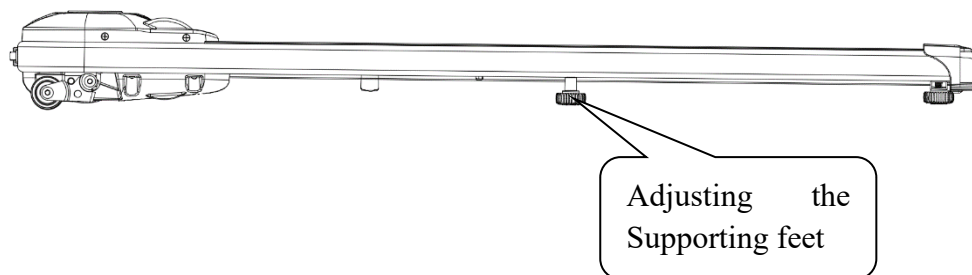
high humidity and sunlight.

- ◆ Unplug the treadmill before moving it. Non-professionals are not allowed to disassemble the machine without authorization, otherwise serious consequences may occur.
- ◆ Please check whether the clothing is buttoned or zipped before using the treadmill, or the clothing is too loose.
- ◆ If you feel any abnormality such as discomfort during use, please stop exercising and consult a doctor.
- ◆ This product should not be used for a long time, as long-term use may easily cause the electrical equipment of the walking machine to overheat and cause electrical failure.
- ◆ Use qualified sockets to avoid danger. If the plug and socket are not compatible, do not touch the plug and ask an electrician to handle it.
- ◆ This product is suitable for home use, not for professional training and testing, nor for medical purposes.
- ◆ Do not use it in a state where the outer casing is cracked, cracked and detached (internal structure exposed) or the welded part is cracked.
- ◆ Do not jump up or down on the machine during exercise.  
---- May cause injury due to falling.
- ◆ Do not use after eating, when tired, or in poor physical condition.  
---- May cause damage to health.
- ◆ Do not allow pins, garbage or moisture to adhere to the power plug.  
--- May cause electric shock or short circuit, fire. Never use with wet hands!
- ◆ Please unplug the power plug from the outlet when it is not in use.  
----Due to dust and moisture, the insulation will be aged, resulting in leakage fire.
- ◆ The product must be grounded. In the event of malfunction, grounding provides the least resistance path for current to reduce the risk of electric shock.
- ◆ This product is H grade. If you are in doubt about the correct grounding of this product, please entrust a professional electrician to check it.



### 3 Installation Instructions

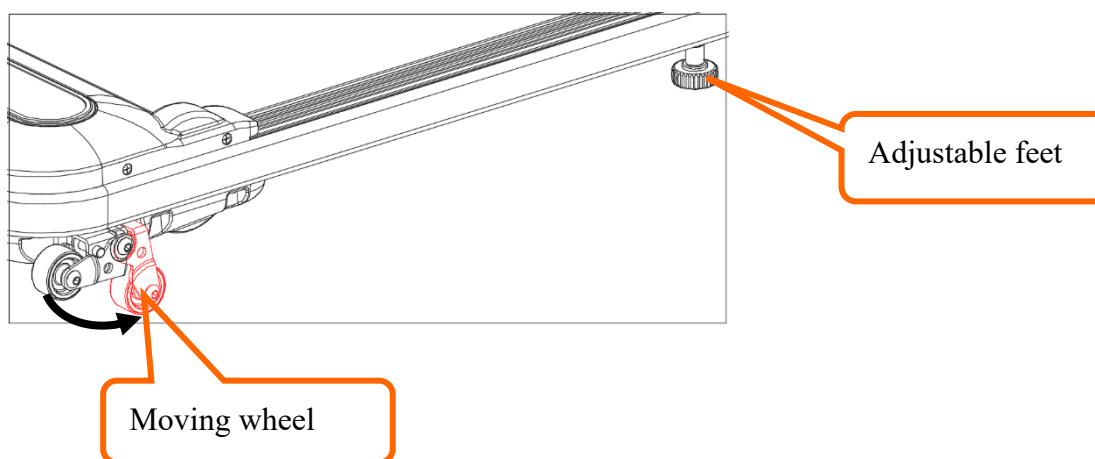
No installation required. (Just take the machine out of the package and plug it in!)



#### Introduction to the adjustment of incline:

By manually turning the moving wheel at the front end of the treadmill, you can adjust the incline of the running board (the left and right moving wheels are adjusted synchronously). After adjusting the moving wheel, the adjusting pad in the middle of the running table can be adjusted according to the flatness of the ground; Make sure that all the pads are landing, otherwise the movement may cause abnormal noises and unnecessary damage to the user.

(Note: It is recommended to use it on hard ground. If it is used on non-hard ground (such as carpet), the slope of the front end of the treadmill needs to be increased to avoid friction with the software on non-hard ground (such as carpet). substances, causing unnecessary machine damage)



## 4 Sports Advice and Guidelines (Ergonomics)

### Warming up and soothing exercise

A successful exercise program consists of three parts: Warming up, cardio exercise and soothing exercise. Warming up is a very important part of exercise and must be carried out before every exercise. Warming up can preheat the body, stretch the muscles, and let the body adapt to more intense exercise. Repeating the Warming up exercise at the end of the exercise can help relieve muscle soreness.

**We suggest that you perform corresponding warm-up and relief exercises according to the following diagram:**

#### Head movement

Stretch the head towards the right shoulder first, straighten the left neck, and turn it clockwise and backward once; Stretch the head to the left shoulder and rotate it counterclockwise once. Repeat like this.



#### Shoulder lifting exercise

Lift the left shoulder and turn back one circle, repeating 5 times; Then lift the right shoulder back and repeat 5 times, alternating like this.



#### Stretching movement

Raise your hands straight above your head, then grab your right wrist with your left hand and stretch upwards until you feel your right wrist fully straightened, lasting for 5 seconds before switching to your right hand.



#### Quadriceps stretching exercise

Hold the wall with your right hand to maintain balance, lift your left foot backwards with your left hand, keeping the heel of your left foot as close to your hips as possible, for 15 seconds, and switch to the other foot.



#### Thigh inner stretch

Sitting on the ground, with both feet and soles together, grip both feet with both hands and pull them inward to bring them as close as possible to the body. Slowly press down on the heels of both feet and hold this position for 15 seconds.



#### Foot tendon stretching

Sit down, straighten the right leg, bend the left leg, hold the ankle with the left hand and push it inward to make the left foot as close to the body as possible and the sole of the foot close to the inner side of the right thigh. Then press down on the body, extend left and right forward to touch the toe, the greater the pressure, the better. Hold this position for 15 seconds, and switch to the left leg.



### Calf stretching

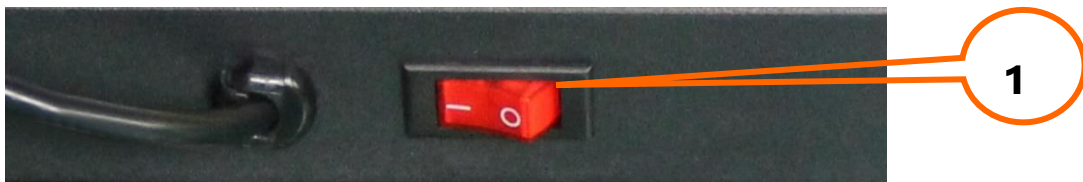
Support the wall with both hands, place your body at a 45-degree angle to the ground, and alternately extend your left and right feet backwards to perform walking movements.



## 5 Using Instructions

### 1. Use an electric treadmill:

Plug in the power, turn on the switch (the switch is red) (1), it will light up, then you will hear a "beep" sound, and then the screen will light up. (Note: The switch is on the right side of the machine.)



### 2. Display function:

**Time display:** When the time indicator light is on, it displays the running time.

**Speed display:** When the speed indicator light is on, it displays the current running speed value.

**Distance display:** When the indicator light of distance is on, it will display the accumulated distance.

**Calorie display:** When the calorie indicator light is on, it will display the accumulated calorie value.

**Remote control operation:** This machine has been paired and connected one-to-one before leaving the factory. The user can use it directly after receiving it; if it cannot be used, it needs to be paired again and the connection can be made after successful pairing.

**Pairing method:** After powering on, press and hold the "Start/Pause" button on the remote control for **about 7 seconds** to perform a one-to-one pairing connection (the buzzer sounds several times in succession to indicate successful pairing. If the buzzer does not sound continuously, the pairing is not successful), after the pairing is successful, the remote control can control the walking machine remotely, and there is no need to pair it again in the future; there are "speed +", "mode", "speed -", "start/pause" and "stop" on the remote control.

**Instructions for using the remote control: (Walking mode: the column has no armrest function, that is, it is used when the column is folded down)**

**Speed + key:** Press this key in the running state to increase the running speed.

**Mode key:** In standby mode, press this key to cycle through 3 different countdown operating modes. time countdown mode, Distance countdown mode, calorie countdown mode.

**Speed-key:** Press this key in the running state to reduce the running speed.

**Start/Pause:** Press this button in the stopped state, and the walking machine will start running; press this button in the running state, and the walking machine will pause. Press this button again and the walking machine will continue to run.

**Stop button:** Press this button in the running state, all data will be cleared, and the walking machine will stop running.

**Error message code :**

Error code	Description	Solution
E1	Communication Abnormal	Possible reasons: the communication between the electronic control and the electronic watch is blocked, check the connection of each section of the electronic watch to the lower control communication line to ensure that each core is completely inserted. Check whether the cable between the electronic meter and the controller is broken and replace the cable.
E2	No signal from motor	Possible cause: Check whether the motor cable is well connected and reconnect the motor cable. Check whether the motor line is damaged or smelly and replace the motor.
E5	Over current protection	Possible reasons: exceeding the rated load causes excessive current, the system protection, or a part of the treadmill is stuck, causing the motor cannot turn, the load is heavy, excessive current, the system protection; adjust the treadmill to restart. Also, check whether the motor has a flow sound or burnt odor, replace the motor, or replace the controller, or check whether the power supply voltage specification is inconsistent or low, and retest with the correct voltage specification.
E6	Explosion-proof impact protection	Possible Cause: Check if the power supply voltage is 50% lower than normal Voltage, use the correct voltage and test the machine again; check if the controller has a burnt smell and replace the controller; Check if the motor cable is connected and connect the motor wire again.

## 6 Routine Maintenance

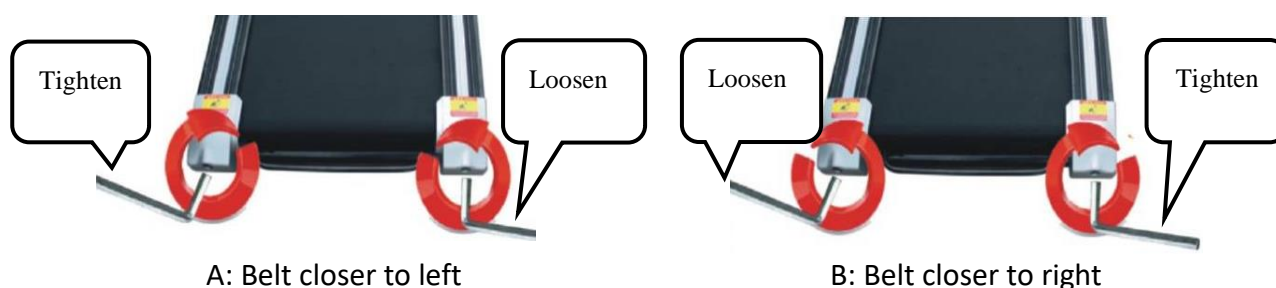
Open the motor cover at least 2 times a year to clean the motor. Full cleaning extends the treadmill life. Clean the exposure on both sides of the running belt to reduce the accumulation of impurities under the running belt. Make sure the sneakers are clean and avoid carrying foreign objects into the running belt under the worn running board and running belt. The surface of the running belt shall be scrubbed with a soapy wet cloth. Be careful not to splash on the electrical components and under the running belt. **(Warning: Be sure to remove the treadmill power plug before cleaning, maintaining, or moving the treadmill.)**

### Adjustment method for running belt deviation:

Put the walking machine flat on the ground. Make the walking machine run at a speed of 6km/h.

**If the running belt is closer to the left:** rotate the left adjusting bolt with 1/2 turn clockwise, then rotate the right adjusting bolt with 1/2 turn counterclockwise. (Picture A)

**If the running belt is closer to the right:** rotate the right adjusting bolt with 1/2 turn clockwise, then rotate the left adjusting bolt with 1/2 turn counterclockwise. (Picture B)



A: Belt closer to left

B: Belt closer to right

### The lubricating oil of the treadmill is added as follows:

The treadmill has been pre coated with lubricating oil at the factory. The friction force between the running belt and the running board has a great impact on the service life and performance of the electric treadmill, so the lubricating oil must be applied regularly.

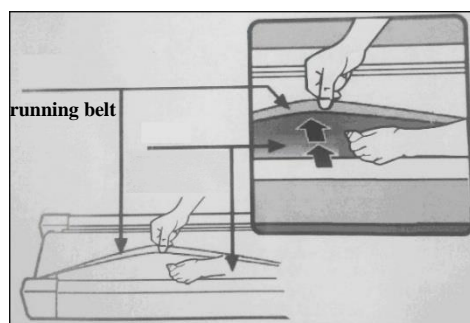
**Lightweight users (using <3 hours per week) once every 10 months.**

**Heavyweight users (using >7 hours per week) once every 5 months.**

### Method of adding lubricating oil:

Step 1: First, lift the walking machine belt upwards.

Step 2: Open the lubricating oil bottle and squeeze in lubricating oil above the walking board, as shown in the right figure.



**Treadmill is a sports equipment, so it needs suitable maintenance and maintenance.**

**Maintenance and maintenance recommendations are as follows:**

- 1. Due to wear and damage, need frequent inspection; wear or damaged accessories (such as motor, electric control, power cord, Running belt), after maintenance or professional maintenance, its use safety level is the same as when leaving the factory.)**
- 2. Immediately replace the defective parts and repair the equipment idle: (such as power cord)**
- 3. Pay special attention to the easiest to wear components. (Such as running belt)**



**If you have any questions about this product, please consult your supplier in time**



# TAPIS DE COURSE

## Manuel d'utilisation

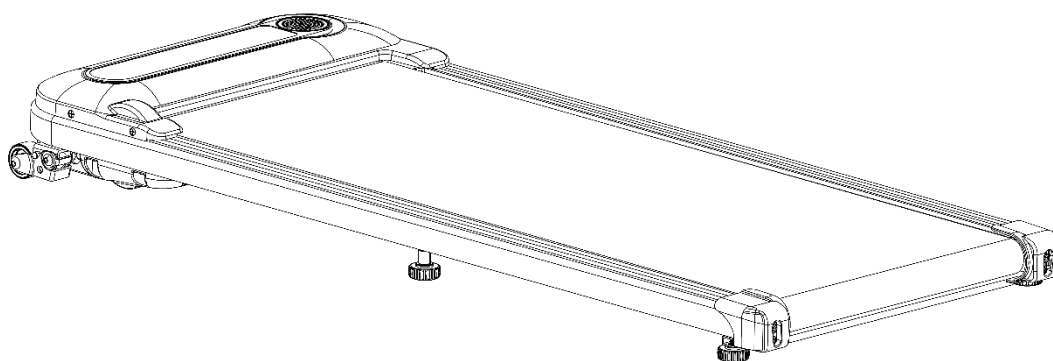
# Merax®

N621P203159 - 3900

*Félicitations pour avoir choisi ce produit.*

*Avant d'utiliser ce produit pour la première fois, veuillez lire attentivement le manuel et utilisez l'équipement uniquement comme décrit dans le manuel pour éviter les dangers et les blessures.*

*Veuillez conserver ce manuel pour référence ultérieure.*



**PRUDENCE**

**Lisez toutes les précautions et instructions contenues dans ce manuel avant d'utiliser cet équipement.**

**Si vous avez des questions sur ce produit, veuillez consulter votre fournisseur à temps.**

# CONTENU

1 Produit Bref.....	22
2 Précautions de sécurité et avertissement.....	23
3 instructions d'installation .....	25
4 Conseils et directives sportifs (ergonomie).....	26
5 Utilisation des instructions .....	27
6 Maintenance de routine .....	29



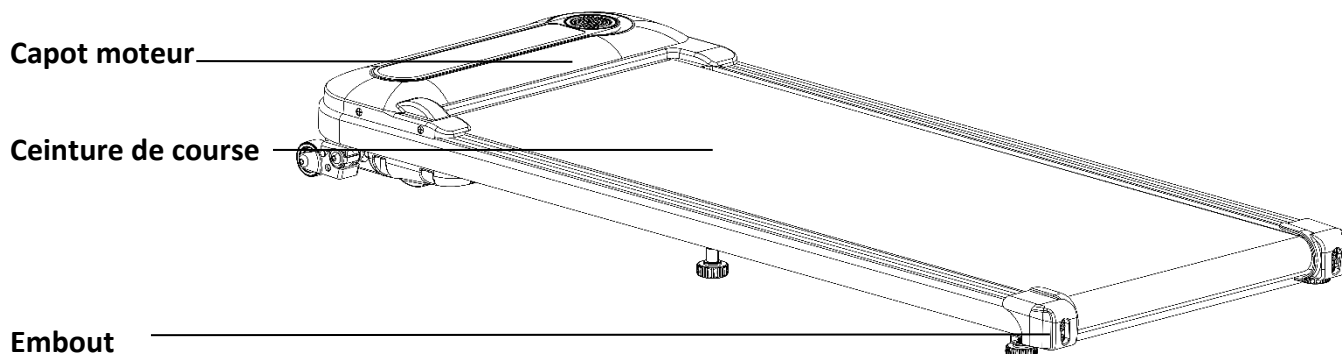
Decobus Handel GmbH  
Innungsstraße 9, 21244 Buchholz, Deutschland  
<https://www.decobusgroup.de>





# 1 Produit Bref

Tapis roulant motorisé :



Principaux paramètres et liste de pièces							
Non.	Nom	Description		Non.	Nom	Description	
1	Tension d'entrée	220 V (50-60 Hz)		3	Surface de course	410*950mm	
2	Vitesse	1-6 km/h (marche)		4	Développer les dimensions	1170*525*120mm	
Liste de colisage							
Non.	Nom	Unité	Qté	Non.	Nom	Unité	Qté
1	Machine complète	ensemble	1	2	Sac d'accessoires	ensemble	1
Liste des sacs d'accessoires							
Non.	Nom	Unité	Qté	Non.	Nom	Unité	Qté
1	Clé Allen 5mm	pièces	1	4	Huile de silicone	pièces	1
2	Télécommande	pièces	1	5	Manuel	pièces	1

## 2 Précautions de sécurité et avertissement



Afin d'assurer votre sécurité et d'éviter les accidents, veuillez lire attentivement les instructions avant utilisation.

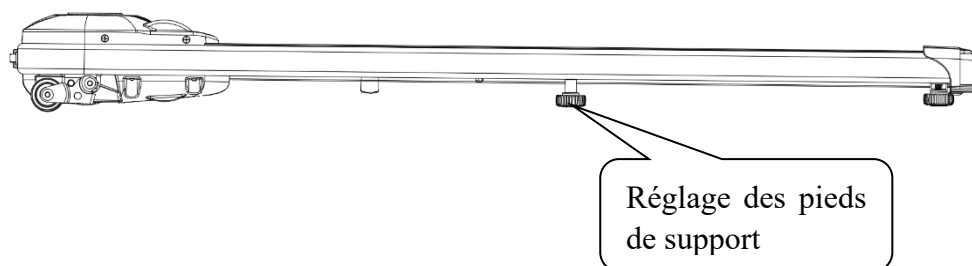
**Consignes de sécurité** : ce produit a été conçu et fabriqué avec de nombreux problèmes de sécurité, mais veuillez suivre les instructions ci-dessous pour éviter les blessures. Nous ne serons pas responsables des conséquences résultant d'opérations anormales.

- ◆ **L'appareil de marche doit être placé sur un sol plat ; la machine à marcher doit être placée à l'intérieur pour éviter l'humidité, et l'eau ne doit pas être éclaboussée sur la machine à marcher. Ne placez aucun objet étranger sur la machine à marcher. Il doit y avoir un espace d'utilisation sûr de 0,5 m (500 mm) à l'avant et des deux côtés et de 1 m x 1 m (1 000 mm x 1 000 mm) à l'extrémité, ce qui est pratique pour sauter en cas d'urgence. (Saut d'urgence : tout en tenant les mains courantes pour soutenir votre corps, montez sur la barrière latérale avec vos pieds et sautez de l'appareil de marche d'un côté.)**
- ◆ **Ce produit est un tapis roulant électrique ; Tranche d'âge applicable : personnes en bonne santé âgées de 12 à 60 ans.**
- ◆ **Ce produit ne convient pas aux personnes handicapées et aux enfants ; si vous vous sentez malade ou handicapé mental ou si vous manquez de bon sens, il est interdit de l'utiliser sauf sous la surveillance ou la direction d'une personne responsable de votre sécurité. ----Si vous ne le respectez pas, il peut y avoir un risque de blessure.**
- ◆ **Veillez conserver l'huile lubrifiante (le cas échéant) dans le sac d'accessoires hors de portée des enfants. S'il est accidentellement avalé ou fendu dans les yeux, veuillez rincer à l'eau et consulter un médecin à temps.**
- ◆ **La fiche d'alimentation doit être mise à la terre de manière fiable et la prise doit disposer d'un circuit dédié et éviter de la partager avec d'autres équipements électriques.**
- ◆ **Si le cordon d'alimentation est endommagé, afin d'éviter tout danger, il doit être remplacé par des professionnels du fabricant, de son service de maintenance ou des professionnels de services similaires.**
- ◆ N'utilisez pas le tapis roulant dans un espace poussiéreux et maintenez une certaine humidité dans la pièce pour éviter une forte électricité statique, sinon cela pourrait interférer avec le fonctionnement normal de la montre électronique et du contrôleur ; veuillez utiliser les accessoires d'origine et il est strictement interdit de les remplacer sans autorisation.
- ◆ Gardez vos mains éloignées de toutes les pièces mobiles et il est interdit de mettre vos mains et vos pieds dans l'espace situé sous le tapis de course.

- ◆ Ne placez pas le cordon d'alimentation à proximité d'objets chauds ou en mouvement ; n'utilisez pas le produit à l'extérieur, dans des endroits très humides et ensoleillés.
- ◆ Débranchez le tapis roulant avant de le déplacer. Les non-professionnels ne sont pas autorisés à démonter la machine sans autorisation, sous peine de graves conséquences.
- ◆ Veuillez vérifier si les vêtements sont boutonnés ou zippés avant d'utiliser le tapis roulant, ou si les vêtements sont trop amples.
- ◆ Si vous ressentez une anomalie telle qu'une gêne lors de l'utilisation, veuillez arrêter de faire de l'exercice et consulter un médecin.
- ◆ Ce produit ne doit pas être utilisé pendant une longue période, car une utilisation à long terme peut facilement provoquer une surchauffe de l'équipement électrique de la machine à marcher et provoquer une panne électrique.
- ◆ Utilisez des prises qualifiées pour éviter tout danger. Si la fiche et la prise ne sont pas compatibles, ne touchez pas la fiche et demandez à un électricien de la manipuler.
- ◆ Ce produit est adapté à un usage domestique, non à une formation ou à des tests professionnels, ni à un usage médical.
- ◆ Ne l'utilisez pas dans un état où l'enveloppe extérieure est fissurée, fissurée et détachée (structure interne exposée) ou la partie soudée est fissurée.
- ◆ Ne sautez pas de haut en bas sur la machine pendant l'exercice.  
---- Peut provoquer des blessures en cas de chute.
- ◆ Ne pas utiliser après avoir mangé, en cas de fatigue ou en cas de mauvaise condition physique.  
---- Peut nuire à la santé.
- ◆ Ne laissez pas les épingles, les déchets ou l'humidité adhérer à la fiche d'alimentation.  
--- Peut provoquer un choc électrique, un court-circuit ou un incendie. Ne jamais utiliser avec les mains mouillées !
- ◆ Veuillez débrancher la fiche d'alimentation de la prise lorsqu'elle n'est pas utilisée.  
----En raison de la poussière et de l'humidité, l'isolation vieillira, ce qui entraînera un incendie de fuite.
- ◆ Le produit doit être mis à la terre. En cas de dysfonctionnement, la mise à la terre offre le chemin de moindre résistance au courant afin de réduire le risque de choc électrique.
- ◆ Ce produit est de qualité H. Si vous avez des doutes sur la bonne mise à la terre de ce produit, veuillez confier la vérification à un électricien professionnel.

### 3 instructions d'installation

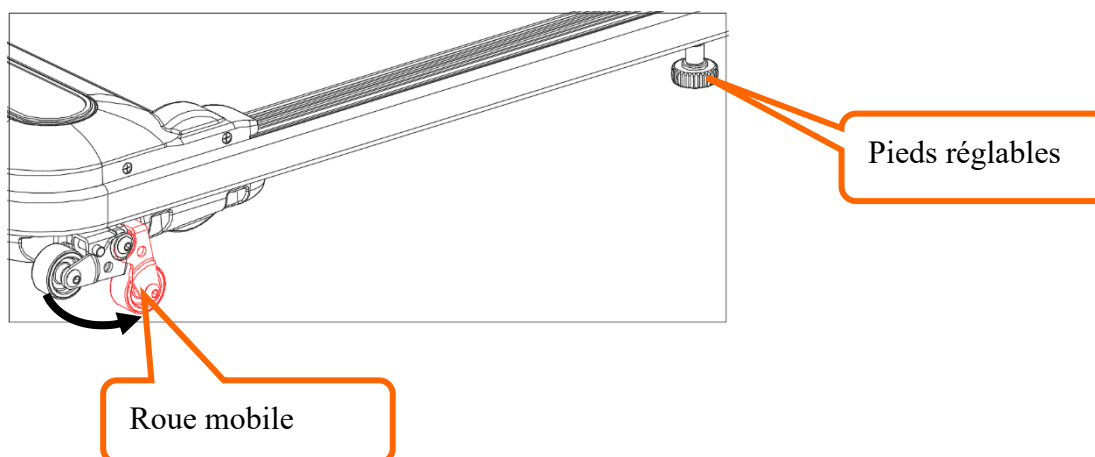
Aucune installation requise. (Sortez simplement la machine de l'emballage et branchez-la !)



#### Introduction au réglage de l'inclinaison :

En tournant manuellement la roue mobile à l'extrémité avant du tapis roulant, vous pouvez régler l'inclinaison du marchepied (les roues mobiles gauche et droite sont réglées de manière synchrone). Après avoir réglé la roue mobile, le patin de réglage au milieu de la table de course peut être ajusté en fonction de la planéité du sol ; Assurez-vous que tous les coussinets atterrissent, sinon le mouvement pourrait provoquer des bruits anormaux et des dommages inutiles à l'utilisateur.

(Remarque : il est recommandé de l'utiliser sur un sol dur. S'il est utilisé sur un sol non dur (comme un tapis), l'inclinaison de l'extrémité avant du tapis roulant doit être augmentée pour éviter tout frottement avec le logiciel sur des sols non durs. sol dur (tel que des substances de tapis, causant des dommages inutiles à la machine)



## 4 Conseils et directives sportifs (ergonomie)

### Exercice d'échauffement et d'apaisement

Un programme d'exercices réussi se compose de trois parties : échauffement, exercices cardio et exercices d'apaisement. L'échauffement est une partie très importante de l'exercice et doit être effectué avant chaque exercice. L'échauffement peut préchauffer le corps, étirer les muscles et permettre au corps de s'adapter à un exercice plus intense. Répéter l'exercice d'échauffement à la fin de l'exercice peut aider à soulager les douleurs musculaires.

**Nous vous proposons d'effectuer les exercices d'échauffement et de soulagement correspondants selon le schéma suivant :**

#### Mouvement de la tête

Étirez d'abord la tête vers l'épaule droite, redressez le cou gauche et tournez-le une fois dans le sens des aiguilles d'une montre et vers l'arrière ; Étirez la tête jusqu'à l'épaule gauche et faites-la pivoter une fois dans le sens inverse des aiguilles d'une montre. Répétez comme ça.



#### Exercice de lavage des épaules

Soulevez l'épaule gauche et faites un cercle en arrière, en répétant 5 fois ; Ensuite, soulevez l'épaule droite en arrière et répétez 5 fois, en alternant ainsi.



#### Mouvement d'étirement

Levez vos mains directement au-dessus de votre tête, puis saisissez votre poignet droit avec votre main gauche et étirez-vous vers le haut jusqu'à ce que vous sentiez votre poignet droit complètement redressé, pendant 5 secondes avant de passer à votre main droite.



#### Exercice d'étirement des quadriceps

Tenez le mur avec votre main droite pour maintenir l'équilibre, soulevez votre pied gauche vers l'arrière avec votre main gauche, en gardant le talon de votre pied gauche aussi près que possible de vos hanches, pendant 15 secondes, et passez à l'autre pied.



#### Étirement intérieur des cuisses

Assis sur le sol, les pieds et la plante des pieds joints, saisissez les deux pieds avec les deux mains et tirez-les vers l'intérieur pour les rapprocher le plus possible du corps. Appuyez lentement sur les talons des deux pieds et maintenez cette position pendant 15 secondes.



#### Étirement du tendon du pied

Asseyez-vous, redressez la jambe droite, pliez la jambe gauche, tenez la cheville avec



la main gauche et poussez-la vers l'intérieur pour que le pied gauche soit le plus près possible du corps et la plante du pied près de la face interne du pied droit. cuisse. Appuyez ensuite sur le corps, étendez-vous vers la gauche et la droite vers l'avant pour toucher l'orteil, plus la pression est forte, mieux c'est. Maintenez cette position pendant 15 secondes et passez à la jambe gauche.

### Éirement des mollets

Soutenez le mur avec les deux mains, placez votre corps à un angle de 45 degrés par rapport au sol et étendez alternativement vos pieds gauche et droit vers l'arrière pour effectuer des mouvements de marche.



## 5 Utilisation des instructions

### 1. Utilisez un tapis roulant électrique :

Branchez l'alimentation, allumez l'interrupteur (l'interrupteur est rouge) (1), il s'allumera, puis vous entendrez un « bip », puis l'écran s'allumera. (Remarque : l'interrupteur se trouve sur le côté droit



de la machine.)

### 2. Fonction d'affichage :

**Affichage de l'heure** : Lorsque le voyant de l'heure est allumé, il affiche la durée de fonctionnement.

**Affichage de la vitesse** : Lorsque le voyant de vitesse est allumé, il affiche la valeur actuelle de la vitesse de course.

**Affichage de la distance** : Lorsque le voyant de distance est allumé, il affichera la distance accumulée.

**Affichage des calories** : Lorsque le voyant des calories est allumé, il affichera la valeur des calories accumulées.

**Fonctionnement de la télécommande** : cette machine a été appairée et connectée une à une avant de quitter l'usine. L'utilisateur peut l'utiliser directement après l'avoir reçu ; s'il ne peut pas être utilisé, il doit être à nouveau couplé et la connexion peut être établie après un couplage réussi.

**Méthode d'appairage** : Après la mise sous tension, maintenez enfoncé le bouton « Démarrer/Pause » de la télécommande pendant **environ 7 secondes** pour effectuer une connexion d'appairage un à un (le buzzer retentit plusieurs fois de suite pour indiquer un appairage réussi. Si le buzzer ne sonne pas en continu, l'appairage n'est pas réussi), une fois l'appairage réussi, la télécommande peut contrôler la machine de marche à distance, et il n'est pas nécessaire de l'appairer à nouveau à l'avenir ; il y a "speed +", "mode", "speed -", "start/pause" et "stop" sur la télécommande.

**Mode d'emploi de la télécommande : (Mode marche : la colonne n'a pas de fonction d'accouder, c'est-à-dire qu'elle est utilisée lorsque la colonne est rabattue)**

**Touche Vitesse + :** Appuyez sur cette touche en état de marche pour augmenter la vitesse de course.

**Touche Mode :** En mode veille, appuyez sur cette touche pour parcourir 3 modes de fonctionnement de compte à rebours différents. mode compte à rebours du temps, mode compte à rebours de la distance, mode compte à rebours des calories.

**Touche de vitesse :** appuyez sur cette touche en état de fonctionnement pour réduire la vitesse de fonctionnement.

**Démarrage/Pause :** appuyez sur ce bouton à l'état arrêté et la machine à marcher commencera à fonctionner ; appuyez sur ce bouton en état de marche et la machine à marcher se mettra en pause. Appuyez à nouveau sur ce bouton et la machine à marcher continuera à fonctionner.

**Bouton d'arrêt :** appuyez sur ce bouton en état de marche, toutes les données seront effacées et la machine ambulante cessera de fonctionner.

### Code du message d'erreur :

Code d'erreur	Description	La solution
E1	Communication Anormal	Raisons possibles : la communication entre la commande électronique et la montre électronique est bloquée, vérifiez la connexion de chaque section de la montre électronique à la ligne de communication de commande inférieure pour vous assurer que chaque noyau est complètement inséré. Vérifiez si le câble entre le compteur électronique et le contrôleur est cassé et remplacez le câble.
E2	Aucun signal du moteur	Cause possible : Vérifiez si le câble moteur est bien connecté et rebranchez le câble moteur. Vérifiez si la conduite du moteur est endommagée ou sent mauvais et remplacez le moteur.
E5	Protection contre les surintensités	Raisons possibles : le dépassement de la charge nominale provoque un courant excessif, la protection du système ou une partie du tapis roulant est bloquée, ce qui empêche le moteur de tourner, la charge est lourde, un courant excessif, la protection du système ; ajustez le tapis roulant pour redémarrer. Vérifiez également si le moteur présente un bruit d'écoulement ou une odeur de brûlé, remplacez le moteur ou remplacez le contrôleur, ou vérifiez si la spécification de tension d'alimentation est incohérente ou faible, et testez à nouveau avec la spécification de tension correcte.
E6	Protection contre les chocs antidéflagrants	Cause possible: Vérifiez si la tension d'alimentation est 50 % inférieure à la tension normale, utilisez la tension correcte et testez à nouveau la machine ; vérifiez si le contrôleur a une odeur de brûlé et remplacez le contrôleur ; Vérifiez si le câble du moteur est connecté et rebranchez le fil du moteur.

## 6 Maintenance de routine

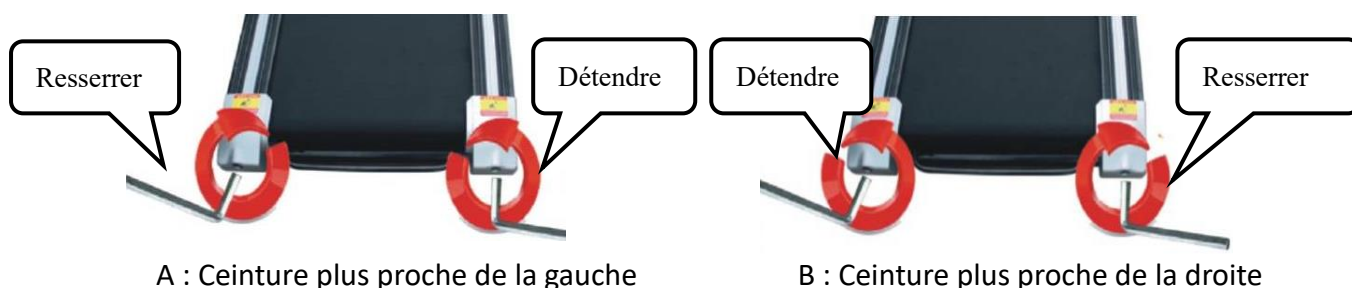
Ouvrez le capot du moteur au moins 2 fois par an pour nettoyer le moteur. Un nettoyage complet prolonge la durée de vie du tapis roulant. Nettoyez l'exposition des deux côtés du tapis de course pour réduire l'accumulation d'impuretés sous le tapis de course. Assurez-vous que les baskets sont propres et évitez de transporter des objets étrangers dans le tapis de course sous le marchepied et le tapis de course usés. La surface du tapis de course doit être frottée avec un chiffon humide savonneux. Faites attention à ne pas éclabousser les composants électriques et sous le tapis de course. ( **Avertissement : assurez-vous de retirer la fiche d'alimentation du tapis roulant avant de nettoyer, d'entretenir ou de déplacer le tapis roulant.** )

### Méthode de réglage de la déviation de la bande de roulement :

Posez la machine à marcher à plat sur le sol. Faites fonctionner la machine à marcher à une vitesse de 6 km/h.

**Si le tapis de course est plus proche de la gauche :** tournez le boulon de réglage gauche d'un demi-tour dans le sens des aiguilles d'une montre, puis tournez le boulon de réglage droit d'un demi-tour dans le sens inverse des aiguilles d'une montre. (Photo A)

**Si le tapis de course est plus proche de la droite :** tournez le boulon de réglage droit d'un demi-tour dans le sens des aiguilles d'une montre, puis tournez le boulon de réglage gauche d'un demi-tour dans le sens inverse des aiguilles d'une montre. (Photo B)



A : Ceinture plus proche de la gauche

B : Ceinture plus proche de la droite

### L'huile lubrifiante du tapis roulant est ajoutée comme suit :

Le tapis roulant a été pré-enduit d'huile lubrifiante en usine. La force de friction entre le tapis de course et le marchepied a un grand impact sur la durée de vie et les performances du tapis roulant électrique, c'est pourquoi l'huile lubrifiante doit être appliquée régulièrement.

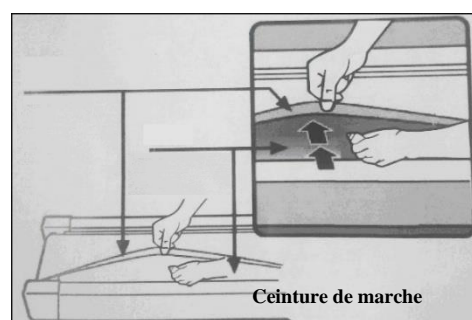
**Utilisateurs légers (utilisant moins de 3 heures par semaine) une fois tous les 10 mois.**

**Utilisateurs lourds (utilisant plus de 7 heures par semaine) une fois tous les 5 mois.**

### Méthode d'ajout d'huile lubrifiante :

Étape 1 : Tout d'abord, soulevez la courroie de la machine mobile vers le haut.

Étape 2 : ouvrez la bouteille d'huile lubrifiante et versez l'huile lubrifiante au-dessus de la planche de marche, comme indiqué sur la figure de droite.





**Le tapis roulant est un équipement sportif, il nécessite donc un entretien et un entretien adaptés.**

**Les recommandations d'entretien et de maintenance sont les suivantes :**

**1. En raison de l'usure et des dommages, une inspection fréquente est nécessaire ; des accessoires usés ou endommagés (tels que moteur, commande électrique, cordon d'alimentation,**

**Courroie de course), après maintenance ou maintenance professionnelle, son niveau de sécurité d'utilisation est le même qu'en sortie d'usine.)**

**2. Remplacez immédiatement les pièces défectueuses et réparez l'équipement inactif : (comme le cordon d'alimentation)**

**3. Portez une attention particulière aux composants les plus faciles à porter. (Comme une ceinture de course)**



# Test Verification of Conformity

Verification Number: 240400894HAN-V1

The product(s) listed is/are evaluated by a Thirty Part Body and deemed to meet the listed harmonized standard(s) listed in below. This Verification of Conformity can be used in support of a claim in meeting the EU EMC Directive (2014/30/EU) and mandatory Conformity Marking requirements. And in accordance with the EU law, the claim is the sole obligation of the Manufacturer/Importer.

Applicant Name & Address:	Zhejiang Lijujia Sports Equipment Co., Ltd. NO.58 Dangui South Road, Xincheng Street, Yongkang, Zhejiang, China
Product Description:	Treadmill
Ratings & Principle Characteristics:	220-240V~, 50-60Hz, 900W, Class I
Models/Type References:	Deatils refer to Appendix
Brand Name:	/
Relevant Standards:	EN IEC 55014-1:2021 EN IEC 55014-2:2021 EN IEC 61000-3-2:2019+A1:2021 EN 61000-3-3:2013+A1:2019+A2:2021 the EMC directive(2014/30/EU)
Verification Issuing Office Name & Address:	Intertek Testing Services Zhejiang Ltd. Building No. 2, Juanhu Science and Technology Innovation Park, No. 500 Shuiyueting East Road, Haining City, Zhejiang Province, China
Date of Tests:	/
Test Report Number(s):	230800351HAN-001+A1

Additional information in Appendix.

  
Signature

**Name: Leo Ye**

**Position: Manager**

**Date: June 04, 2024**

This Verification is for the exclusive use of Intertek's client and is provided pursuant to the agreement between Intertek and its Client. Intertek's responsibility and liability are limited to the terms and conditions of the agreement. Intertek assumes no liability to any party, other than to the Client in accordance with the agreement, for any loss, expense or damage occasioned by the use of this Verification. Only the Client is authorized to permit copying or distribution of this Verification. Any use of the Intertek name or one of its marks for the sale or advertisement of the tested material, product or service must first be approved in writing by Intertek. The observations and test/inspection results referenced in this Verification are relevant only to the sample tested/inspected. This Verification by itself does not imply that the material, product, or service is or has ever been under an Intertek certification program.

## APPENDIX: Test Verification of Conformity

This is an Appendix to Test Verification of Conformity Number: 240400894HAN-V1.

Manufacturer:

Zhejiang Lijiujiu Sports Equipment Co., Ltd.  
NO.58 Dangui South Road, Xincheng Street, Yongkang, Zhejiang, China

Models/Type References:

8290, 8295, 8300, 8310, 8320, 8321, 8322, 8323, 8325, 8326, 8328, 8329, 8330, 8350,  
8360, 8370, 8380, 8390, 3800, 3810, 3811, 3815, 3820, 3825, 3830, 3835, 3850, 3855,  
3860, 3865, 3870, 3875, 3880, 3885, 3890, 3895, 8020, 8021, 8022, 8023, 8025, 8026,  
8080, 8090, 8270, 8271, 8273, 8275, 8278, 8218, 8001, 8201, 8202, 8203, 8205, 8206,  
8207, 8208, 8209, 8230, 8231, 8232, 8233, 8235, 8236, 8237, 8238, 8239, 8263, 8220,  
3806, 3816, 8091, 8081, 8283, 8291, 3891, 3892, 3893, 3816, 8091, 8081, 3610, 3600,  
3620, 3613, 3700, 3710, 3720, 3730, 3806, 3805, 3807, 3808, 3821, 3900, 3910, 3920,  
3950, 3818, 8272, 8276, 8550, 8092, 3630, 3640, 3613, 3750, 3760, 3780, 3809, 3960,  
3930, 3980, 3990, 3822, 3688, 3817, 3701, 3702, 3910W, 3930

Signature



Name: Leo Ye

Position: Manager

Date: June 04, 2024

This Verification is for the exclusive use of Intertek's client and is provided pursuant to the agreement between Intertek and its Client. Intertek's responsibility and liability are limited to the terms and conditions of the agreement. Intertek assumes no liability to any party, other than to the Client in accordance with the agreement, for any loss, expense or damage occasioned by the use of this Verification. Only the Client is authorized to permit copying or distribution of this Verification. Any use of the Intertek name or one of its marks for the sale or advertisement of the tested material, product or service must first be approved in writing by Intertek. The observations and test/inspection results referenced in this Verification are relevant only to the sample tested/inspected. This Verification by itself does not imply that the material, product, or service is or has ever been under an Intertek certification program.

# Test Verification of Conformity

Verification Number: 240400893HAN-V1

The product(s) listed is/are evaluated by a Thirty Part Body and deemed to meet the listed harmonized standard(s) listed in below. This Verification of Conformity can be used in support of a claim in meeting the EU Low Voltage Directive (LVD) (2014/35/EU) and mandatory Conformity Marking requirements. And in accordance with the EU law, the claim is the sole obligation of the Manufacturer/Importer.

Applicant Name & Address:	Zhejiang Lijiujia Sports Equipment Co., Ltd. NO.58 Dangui South Road, Xincheng Street, Yongkang, Zhejiang, China.
Product Description:	Treadmill
Ratings & Principle Characteristics:	220-240V~, 50-60Hz, 900W, Class I
Models/Type References:	See Appendix
Brand Name:	NIL
Relevant Standards:	EN 60335-1:2012+A11:2014+A13:2017+A1:2019+A2:2019+A14:2019+A15:2021+A16:2023 EN 62233:2008
Verification Issuing Office Name & Address:	Intertek Testing Services Zhejiang Ltd. Building No.2, Juanhu Science and Technology Innovation Park, No.500 East Shuiyueting Road Haining City, Zhejiang Province, China
Date of Tests:	N/A
Test Report Number(s):	230800350HAN-001/A1

Additional information in Appendix.



**Signature**

**Name: Zoddia Wu**

**Position: Manager**

**Date: 3 June 2024**

This Verification is for the exclusive use of Intertek's client and is provided pursuant to the agreement between Intertek and its Client. Intertek's responsibility and liability are limited to the terms and conditions of the agreement. Intertek assumes no liability to any party, other than to the Client in accordance with the agreement, for any loss, expense or damage occasioned by the use of this Verification. Only the Client is authorized to permit copying or distribution of this Verification. Any use of the Intertek name or one of its marks for the sale or advertisement of the tested material, product or service must first be approved in writing by Intertek. The observations and test/inspection results referenced in this Verification are relevant only to the sample tested/inspected. This Verification by itself does not imply that the material, product, or service is or has ever been under an Intertek certification program.

## APPENDIX: Test Verification of Conformity

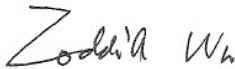
This is an Appendix to Test Verification of Conformity Number: 240400893HAN-V1

Manufacturer:

Zhejiang Lijujia Sports Equipment Co., Ltd.  
NO.58 Dangui South Road, Xincheng Street, Yongkang, Zhejiang, China.

Models/Type References:

8290, 8295, 8300, 8310, 8320, 8321, 8322, 8323, 8325, 8326, 8328, 8329, 8330, 8350, 8360, 8370, 8380, 8390, 3800, 3810, 3811, 3815, 3820, 3825, 3830, 3835, 3850, 3855, 3860, 3865, 3870, 3875, 3880, 3885, 3890, 3895, 8020, 8021, 8022, 8023, 8025, 8026, 8080, 8090, 8270, 8271, 8273, 8275, 8278, 8218, 8001, 8201, 8202, 8203, 8205, 8206, 8207, 8208, 8209, 8230, 8231, 8232, 8233, 8235, 8236, 8237, 8238, 8239, 8263, 8220, 3806, 3816, 8091, 8081, 8283, 8291, 3891, 3892, 3893, 3816, 8091, 8081, 3610, 3600, 3620, 3613, 3700, 3710, 3720, 3730, 3806, 3805, 3807, 3808, 3821, 3900, 3910, 3920, 3950, 3818, 8272, 8276, 8550, 8092, 3630, 3640, 3613, 3750, 3760, 3780, 3809, 3960, 3930, 3980, 3990, 3822, 3688, 3817, 3701, 3702, 3910W, 3930



**Signature**

**Name: Zoddia Wu**

**Position: Manager**

**Date: 3 June 2024**

This Verification is for the exclusive use of Intertek's client and is provided pursuant to the agreement between Intertek and its Client. Intertek's responsibility and liability are limited to the terms and conditions of the agreement. Intertek assumes no liability to any party, other than to the Client in accordance with the agreement, for any loss, expense or damage occasioned by the use of this Verification. Only the Client is authorized to permit copying or distribution of this Verification. Any use of the Intertek name or one of its marks for the sale or advertisement of the tested material, product or service must first be approved in writing by Intertek. The observations and test/inspection results referenced in this Verification are relevant only to the sample tested/inspected. This Verification by itself does not imply that the material, product, or service is or has ever been under an Intertek certification program.