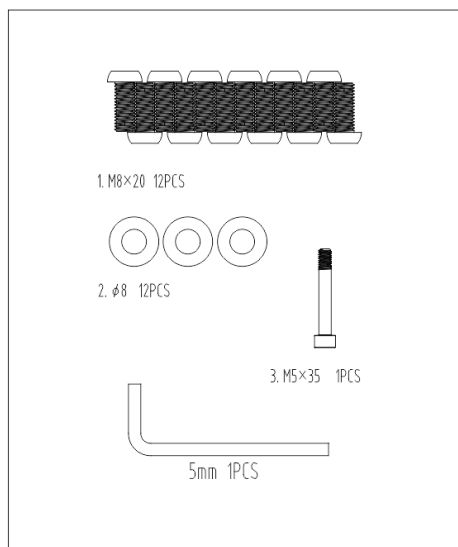




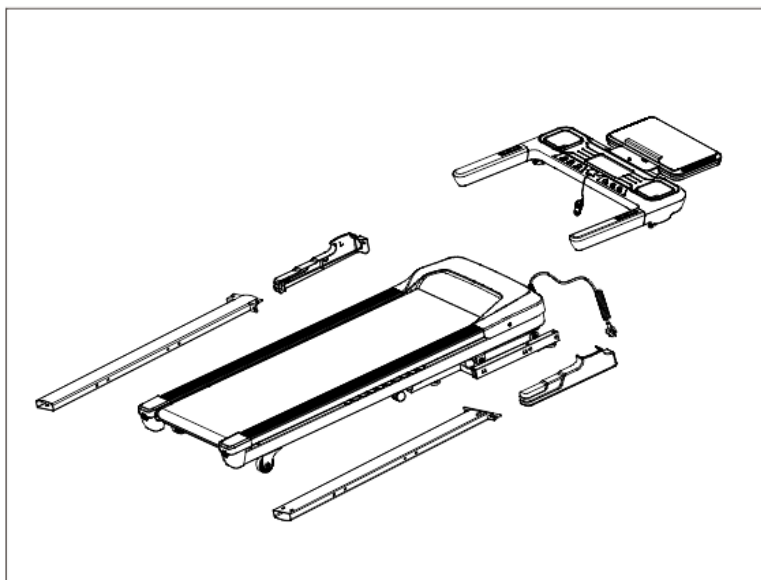
T3 Loopband



Montagehandleiding: Zorg ervoor dat u, voordat u de loopband monteert, vertrouwd bent met de onderdelen die in de afbeelding rechts worden vermeld. Het nummer naast de afbeelding aan de rechterkant geeft de specificatie van het onderdeel aan en de hoeveelheid van het onderdeel die nodig is voor de montage.



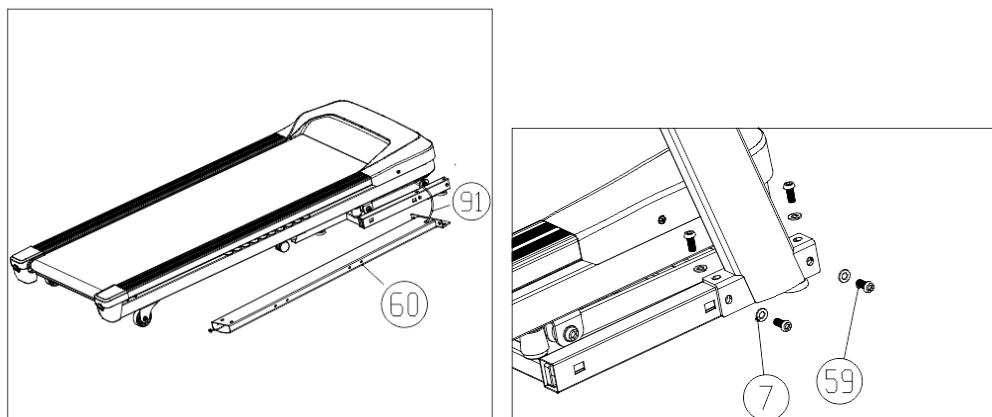
Stap 1: Uitpakken. Haal alle onderdelen voorzichtig uit de verpakking en controleer of alles aanwezig is.



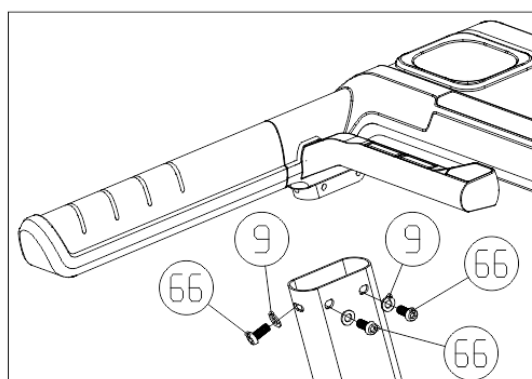
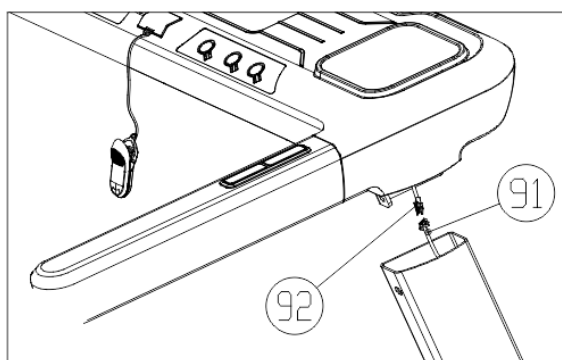
Stap 2: Staanders installeren. Haal de staanders uit de doos. Begeleid de

stroomkabel door de rechter steun en zet de bouten aan de onderzijde vast.

Herhaal dit voor de linkerzijde.

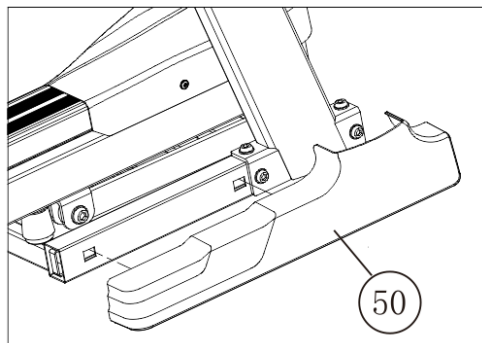


Stap 3: Console monteren. Til de console boven de steunen en verbind de datakabels. Plaats de console in de steunen (let op dat de kabels niet bekneld raken) draai de schroeven vast.

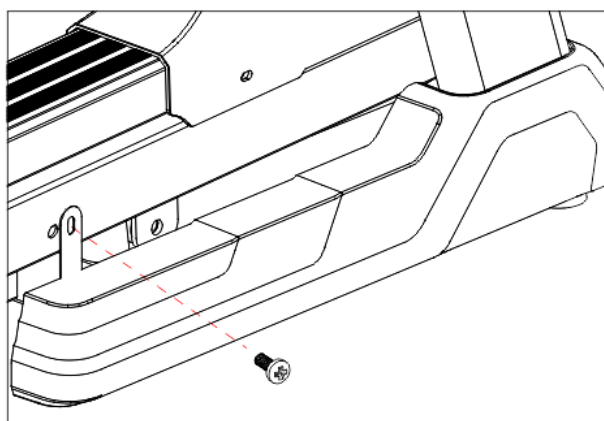


Stap 4: Beschermkappen. Bevestig de beschermkappen (L voor links, R voor

rechts) op de voeten. Lijn de uitstekende delen uit met de openingen in het frame en tik ze met je handpalm vast

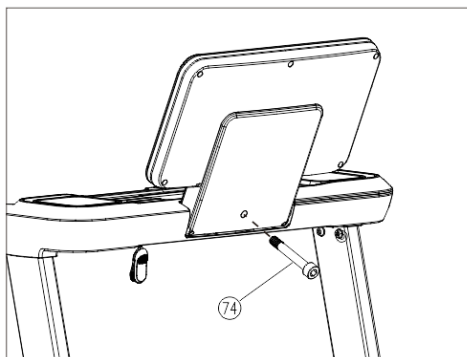
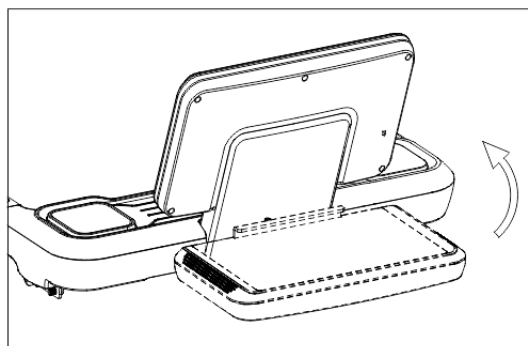


Step 5: Maak de incline vergrendeling los aan de zijkant zodat de loopband nu weer ingeklapt kan worden. (lock systeem voor het inklappen)

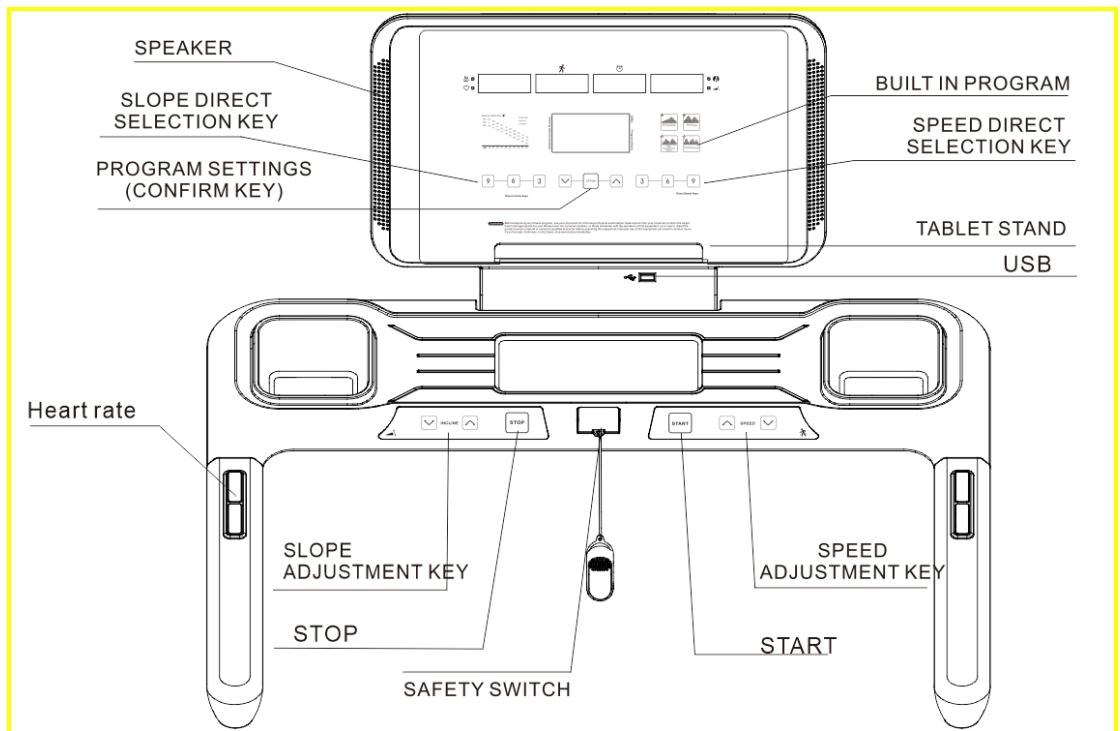


Step 6: Display instellen.

Ontgrendel de basis. Draai het display omhoog in de richting van de pijl en zet deze vast met de fixeerschroef.



Display instructie.



1. Overzicht van het display

Het displayvenster van deze loopband toont de volgende functies:

- **A. Calorieën:** Toont de verbruikte energie. Bereik: 0.0 – 999.
- **B. Tijd:** Toont de tijdsduur. Bereik: 0:00 – 99:59.
- **C. Snelheid:** Toont de huidige snelheid. Bereik: 0.0 – 18.0 km/u.
- **D. Afstand:** Toont de afgelegde afstand. Bereik: 0.00 – 99.9.
- **E. Hellingshoek (Incline):** Toont de hellingsgraad. Bereik: segment 0 – 18.
- **F. Hartslag:** Toont de hartslaggegevens. Bereik: 50 – 200 slagen per minuut.
Let op: Deze gegevens zijn uitsluitend ter referentie en niet geschikt voor medische doeleinden.
- **G. Loopbaan:** Simulatieweergave van een 400 meter baan.
- **H. Ronden:** Eén ronde staat gelijk aan 400 meter. Bereik: 0 – 99 ronden.
- **I. Dot Matrix (8 * 16):** Toont het diagram van het gekozen

trainingsprogramma.

- **J. Indicatorlampjes:** Geeft de status aan van de 6 vaste trainingsprogramma's.

Trainingsprogramma's

De loopband beschikt over **25 ingebouwde trainingsprogramma's**, geschikt voor gewichtsverlies, vetverbranding en dagelijkse conditietraining. Daarnaast zijn er drie doelgerichte programma's (op basis van tijd, afstand of calorieën).

Op het paneel bevinden zich **zes sneltoetsen** voor de meest gebruikte programma's. Druk op de gewenste sneltoets, stel de gewenste waarde in en druk op de **QUICK START** knop om direct met uw training te beginnen.

2. Instructies voor de toetsen

- **A. "TRAINING PROG" (Programmakeuze):** Wanneer de loopband stilstaat, kun je met deze toets door de programma's bladeren: van het handmatige programma naar "Tijd aftellen → Afstand aftellen → Calorieën aftellen → P1-P25 → U1-U3". De standaard snelheid van het handmatige programma is 1,0 km/u, de maximale snelheid is 18 km/u.
- **B. "START/PAUSE" (Start/Pauze):** Wanneer de loopband stilstaat, druk je op START om de loopband aan te zetten. Als je tijdens het hardlopen op "START" drukt, pauzeert het apparaat.
- **C. "STOP":** Wanneer de loopband in beweging is, druk je één keer op STOP om de band rustig te laten stoppen. Gebruik de stop-toets ook om foutmeldingen (err) te wissen. Als je tijdens het hardlopen twee keer kort achter elkaar op "STOP" drukt, maakt het apparaat een **noodstop**.
- **D. "Speed +" (Snelheid +):** Verhoogt de snelheid tijdens het hardlopen. Gebruik deze toets ook om parameters te verhogen tijdens de vetpercentagemeting.
- **E. "Speed -" (Snelheid -):** Verlaagt de snelheid tijdens het hardlopen. Gebruik deze toets ook om parameters te verlagen tijdens de vetpercentagemeting.
- **F. "QUICK SPEED" (Sneltoetsen snelheid):** Verander de snelheid direct naar 3, 6 of 9 km/u door op de betreffende sneltoets te drukken.

- **G. "Incline +" (Helling +):** Verhoogt de hellingshoek van de loopband.
- **H. "Incline –" (Helling –):** Verlaagt de hellingshoek van de loopband.
- **I. "QUICK INCLINE" (Sneltoetsen helling):** Pas de hellingshoek direct aan naar stand 3, 6 of 9 door op de betreffende sneltoets te drukken.

3. Gebruikersprogramma's (Custom)

Naast de 25 ingebouwde systeemp programma's beschikt de loopband over **3 aanpasbare programma's** (U1, U2 en U3) die de gebruiker naar eigen inzicht kan instellen:

- **Instellen:** Zodra je een programma selecteert, begint het tijdvenster te knipperen. Stel de gewenste trainingstijd in.
- **Segmenten aanpassen:** Druk op de **"OK"** toets om de specifieke instellingen per segment te openen. Het venster toont de segmenten **S-01 tot S-20**; je kunt hiertussen navigeren met de linker- en rechtertoetsen.
- **Waarden wijzigen:** * Het **snelheidsvenster** knippert en toont de huidige ingestelde snelheid.
 - Het **hellingsvenster** knippert en toont de huidige hellingshoek.
 - Gebruik de sneltoetsen voor snelheid/helling of de **+** en **-** toetsen om deze parameters naar wens aan te passen.
- **Opslaan:** Druk op **OK** om terug te keren naar het tijdvenster. De ingevoerde gegevens worden nu **automatisch opgeslagen**.
- **Afsluiten:** Druk nogmaals op de keuzetoets (option key) om de instelmodus te verlaten.

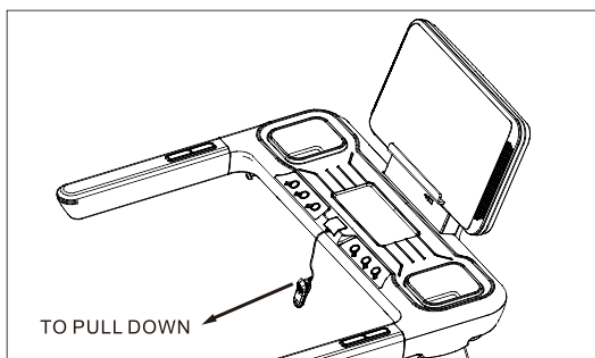
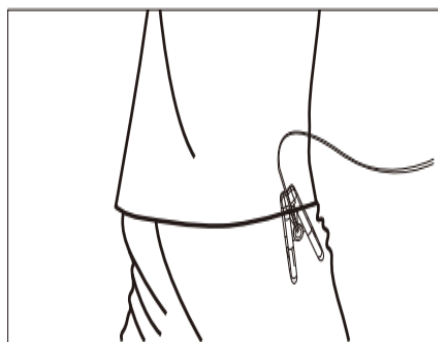
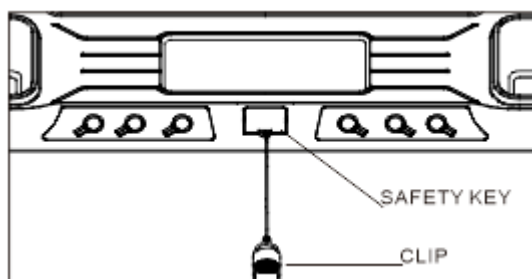
4. Hartslaggestuurd programma (HRC)

1. **Opstarten:** Na het starten staat de hellingshoek op stand 0 en draait de band op de laagste snelheid.
2. **Warming-up:** De eerste minuut is bedoeld als warming-up; je kunt de snelheid en helling handmatig aanpassen.
3. **Berekening:** Na de warming-up wordt het verschil tussen je doelhartslag en je huidige hartslag berekend:
 - **A. Is je hartslag lager dan de doelhartslag?** De snelheid neemt toe met 0,5 km/u. Zodra de maximale snelheid is bereikt, neemt de helling met 1 stand toe.
 - **B. Is je hartslag hoger dan de doelhartslag?** Als de helling niet op 0 staat, wordt deze met 1 stand verlaagd. Staat de helling al op 0? Dan verlaagt de snelheid met 0,5 km/u (totdat de minimale snelheid is bereikt).
4. **Correctie:** Stap 3 wordt elke 10 seconden herhaald om je hartslag stabiel te houden.

5. **Maximale snelheid:** De maximale snelheid voor programma H1 en H2 is respectievelijk 10,0 en 12,0 km/u.
 6. **Leeftijdsinstelling:** De leeftijd kan worden ingesteld van 15 tot 80 jaar (standaardinstelling is 30 jaar).
-

De loopband starten

- **Stroomvoorziening:** Pak het netsnoer. Steek de ene kant achterin de loopband en steek de stekker aan de andere kant in het stopcontact.
- **Veiligheidssleutel:** Zorg ervoor dat de **veiligheidssleutel (safety lock)** correct is geplaatst voordat je begint met lopen. Bevestig de klem aan je kleding.



Testen en Ingebruikname

Stap 1: Inschakeltest Controleer na de installatie of de loopband en de directe omgeving vrij zijn van vuil of obstakels. Steek het netsnoer in de aansluiting van de console en steek de stekker daarna in het stopcontact. Zet de aan-uitschakelaar aan. De console van de loopband geeft nu een "pieptoon", het display licht op en de numerieke velden tonen "-".

Let op: In de winter adviseren wij om de loopband na montage

eerst 3 tot 6 uur te laten acclimatiseren voordat je de inschakeltest uitvoert.

Stap 2: Test van de noodstop (veiligheidssleutel) Plaats de veiligheidssleutel op de daarvoor bestemde plek op de console. Het display springt aan en de loopband gaat in stand-bymodus. Verwijder vervolgens de veiligheidssleutel; het display moet nu terugspringen naar de opstartstatus en "-" tonen. Dit bevestigt dat de noodstopfunctie correct werkt.

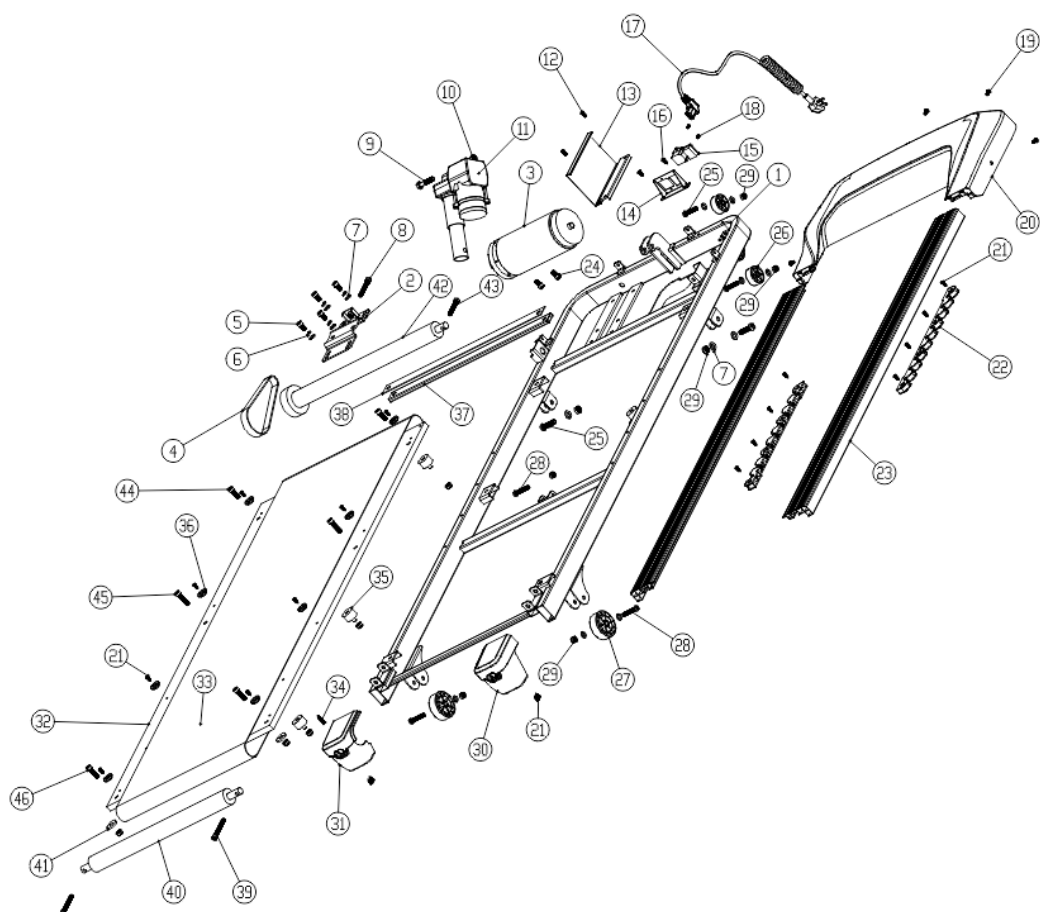
Stap 3: Start- en stoptest

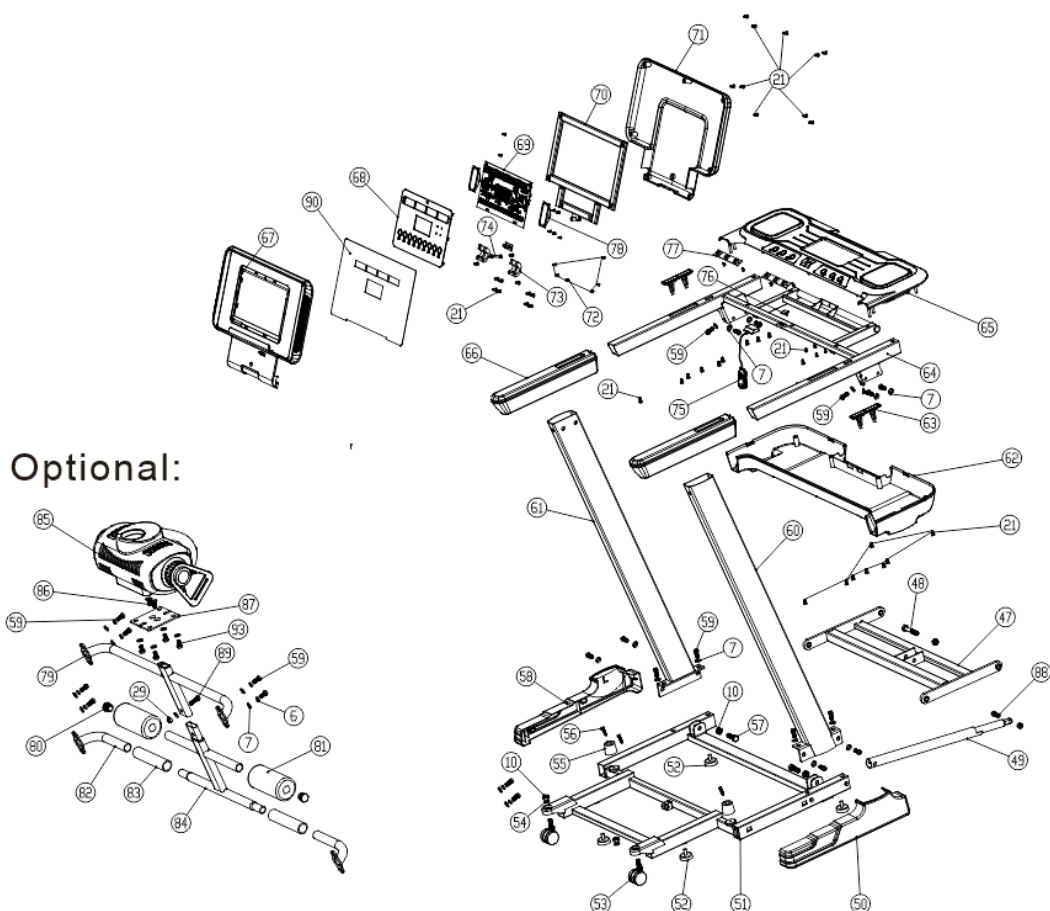
1. Ga op de zijrails van de loopband staan (niet op de loopmat zelf).
2. Plaats de veiligheidssleutel op de console zodat de loopband in stand-by gaat.
3. Druk op de QUICK START knop. Het display telt af (3-2-1) en de loopband begint te draaien op 1,0 km/u.
4. Druk na ongeveer 10 seconden op de STOP-knop; de loopmat hoort nu langzaam tot stilstand te komen. Herhaal dit een paar keer.
5. Test tijdens het draaien ook de noodstop door de veiligheidssleutel los te trekken. Als de band direct stopt, werken zowel de start/stop-functie als de noodstop naar behoren.

Belangrijke waarschuwingen:

- Blijf nooit op de loopmat staan op het moment dat je de loopband start.
- Als de loopmat naar één kant afwijkt, stop dan onmiddellijk en corrigeer de afstelling van de mat.
- Hoor je vreemde geluiden uit de motorruimte of de console? Stop direct, haal de stekker uit het stopcontact en controleer de oorzaak. Neem contact op met je lokale dealer als je het probleem niet kunt vinden.

NO.	NAME	QUANTITY	NO.	NAME	QUANTITY
1	Running table welding	1	48	Hexagonal head half tooth screw M10X60	1
2	Welding of motor seat	1	49	Air pump assembly (847 × 570-35KG)	1
3	DC1.25 motor	1	50	Right rear tailstock	1
4	Multi ribbed belt	1	51	Bottom frame welding	1
5	Hexagonal socket head screw M8X16	4	52	Adjust the foot pad	4
6	M8 spring pad	13	53	Universal wheel	2
7	M8 gasket	33	54	M10 spring pad	2
8	Hexagonal socket head screw M8X50	1	55	Large rubber pad	2
9	Hexagonal head half tooth screw M10X45	1	56	Cross groove pan head self tapping screw ST4.8 × 25	2
10	Hexagonal locking nut M10	6	57	Hexagonal head bolt M10X35	2
11	Lift motor assembly	1	58	Left rear tailstock	1
12	Cross groove pan head screw M4X12	2	59	Hexagonal socket head screw M8X20	20
13	Drive assembly	1	60	Right pillar welding	1
14	Power switch holder	1	61	Left pillar welding	1
15	Socket with switch	1	62	Dial cover	1
16	Cross groove pan head self tapping screw ST4.8 × 13	2	63	Heart rate fixed plate	2
17	power line	1	64	Welding of watch frame	1
18	Cross groove pan head screw M4X10	2	65	Dial cover	1
19	Cross groove pan head screw M5X12	4	66	handrail	2
20	Motor cover	1	67	Display	1
21	Cross groove pan head self tapping screw ST4.2 × 13	68	68	Display	1
22	shock pad	2	69	circuit board	1
23	batten	2	70	Display rack welding	1
24	Hexagonal socket head screw M8X12	2	71	Header back cover	1
25	Hexagonal socket head screw M8X40	2	72	Cross groove pan head self tapping screw S2.9 × 9.5	20
26	Front wheels	2	73	Header rotating buckle	2
27	Rear casters	2	74	Hexagonal socket head screw M6X35	1
28	Hexagonal socket head screw M8X45	2	75	Security key component	1
29	Hexagonal locking nut M8	14	76	Safety switch suction plate	1
30	Right rear tailstock	1	77	Table button circuit board components	2
31	Left rear tailstock	1	78	speaker	2
32	Running board	1	79	Massage stand welding	1
33	Running belt	1	80	Pipe plug	2
34	Cross groove pan head self tapping screw ST4.2 × 25	2	81	Hook foot cover	2
35	Running board cushioning pad assembly	4	82	Short bend welding	2
36	Pressure strip buckle	8	83	Pillar fixing sleeve	2
37	Strengthen the management of the running platform	1	84	Hook bracket welding	1
38	Shock-absorbing rubber strip	1	85	Massage head components	1
39	Shock-absorbing rubber strip	2	86	Internal hexagon countersunk screw M8X16	2
40	Rear drum assembly	1	87	Massage head fixing plate	1
41	Rubber pad	2	88	Hexagonal socket head screw M8X25	1
42	Front drum assembly	1	89	Hexagonal socket head screw M8X30	1
43	Hexagonal socket head screw M8X50	1	90	Face stickers	1
44	Hexagonal socket head screw M8X25	3	91	5-core wire	1
45	Hexagonal socket head screw M8X35	2	92	5-core wire	1
46	Hexagonal socket head screw M8X30	3	93	Hexagonal head bolt M8X16	4
47	Welding of lifting frame	1			





ONDERHOUD VAN DE LOOPBAND

Correct onderhoud is van groot belang voor een storingsvrije werking. Gebrekkig onderhoud kan schade veroorzaken of de levensduur van het product verkorten.

- Controleer alle onderdelen regelmatig en draai schroeven of bouten indien nodig aan.
- Vervang versleten onderdelen onmiddellijk.

AFSTELLEN VAN DE LOOPMAT

Tijdens de eerste weken van gebruik kan het nodig zijn de loopmat af te stellen. Hoewel alle matten in de fabriek correct zijn ingesteld, kunnen ze na gebruik uitrekken of uit het midden raken. Rekken is normaal tijdens de inwerkperiode.

De spanning van de mat aanpassen

Als de loopmat aanvoelt alsof hij "slipt" of hapert op het moment dat je je voet neerzet, moet de spanning waarschijnlijk worden verhoogd.

De spanning verhogen:

1. Plaats een 8mm-sleutel op de linker spanbout. Draai de sleutel **1/4 slag met de klok mee** om de achterste rol aan te trekken.
2. Herhaal STAP 1 voor de rechter spanbout. Het is cruciaal dat je beide bouten **precies evenveel slagen** geeft, zodat de achterste rol recht in het frame blijft zitten.
3. Herhaal stap 1 en 2 totdat het slippen is verholpen.
4. **Let op:** Draai de mat niet te strak aan. Dit veroorzaakt overmatige druk op de lagers van de rollen, wat kan leiden tot schade en bijgeluiden.

Tip: Om de spanning te verlagen, draai je beide bouten **tegen de klok in** met exact hetzelfde aantal slagen.

DE LOOPMAT CENTREREN

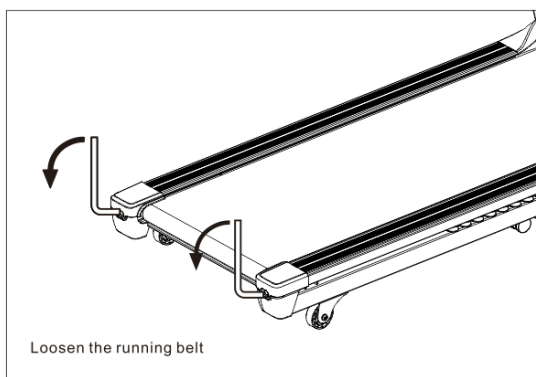
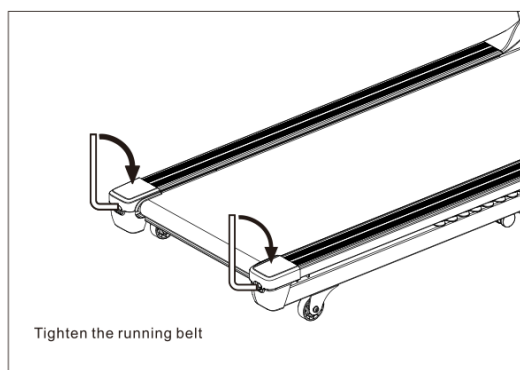
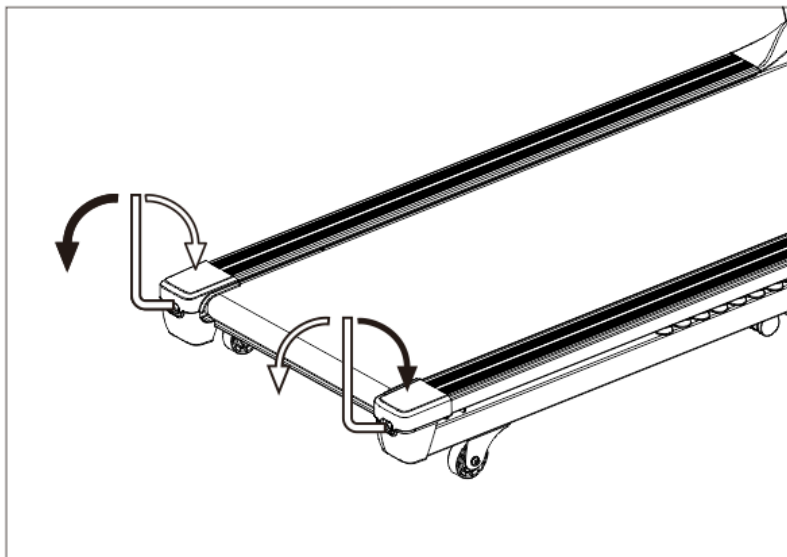
Tijdens het rennen zet je vaak met één voet harder af dan met de andere. Hierdoor kan de mat uit het midden schuiven. Dit is normaal en meestal corrigeert de mat zich wanneer er niemand op staat. Blijft de mat echter consequent uit het midden? Dan moet je deze handmatig centreren:

Stappenplan (zonder dat er iemand op de loopband staat): Start de loopband en verhoog de snelheid naar **6 km/u**.

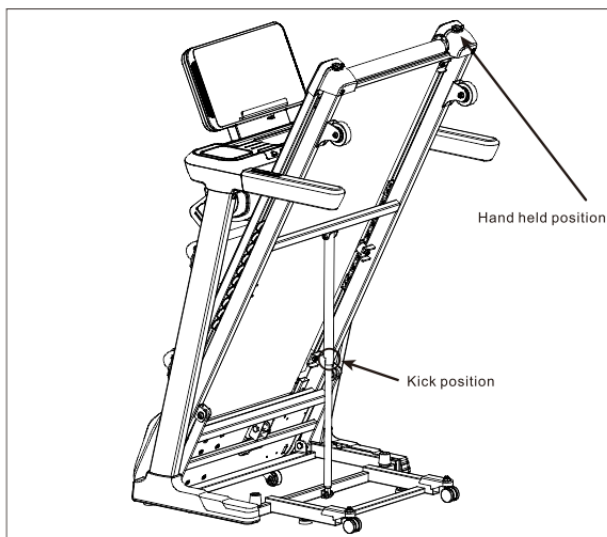
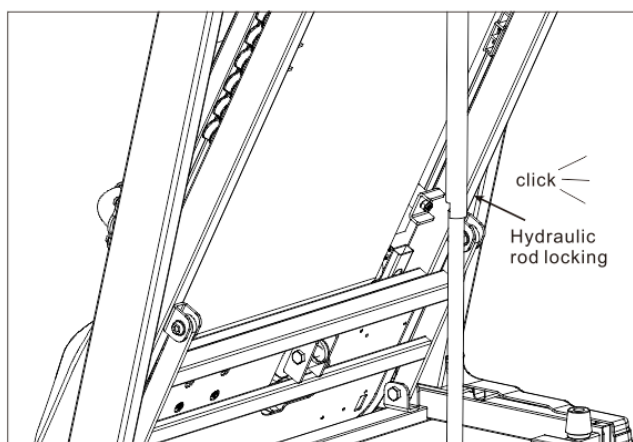
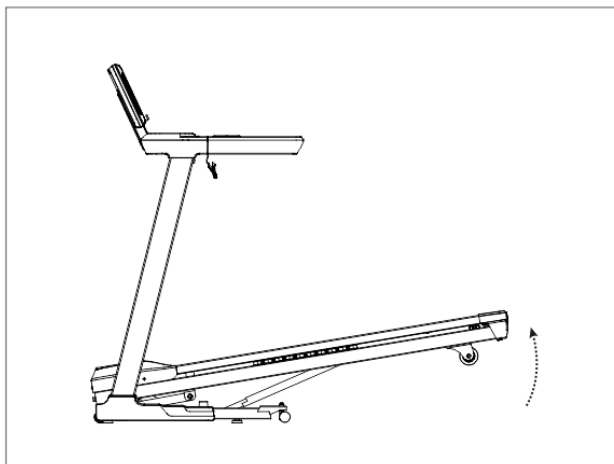
1. Kijk of de mat naar links of naar rechts afwijkt:
 - **Wijkt de mat af naar links?** Draai de linker stelbout 1/4 slag **met de klok mee** en de rechter stelbout 1/4 slag **tegen de klok in**.
 - **Wijkt de mat af naar rechts?** Draai de rechter stelbout 1/4 slag **met de klok mee** en de linker stelbout 1/4 slag **tegen de klok in**.
 - Is de mat nog niet gecentreerd? Herhaal de stappen tot de mat weer in het midden loopt.
2. Wanneer de mat weer in het midden loopt, verhoog je de snelheid naar **16 km/u** om te controleren of deze soepel blijft draaien. Herhaal de stappen indien nodig.

Opmerking: Als het centreren met bovenstaande stappen niet

lukt, moet je mogelijk de algehele spanning van de mat verhogen (zie "De spanning verhogen").



Hoe klap je de loopband op:



De loopband opklappen

1. Pak het metalen frame aan de achterzijde stevig vast op de plek die met de pijl is aangegeven.

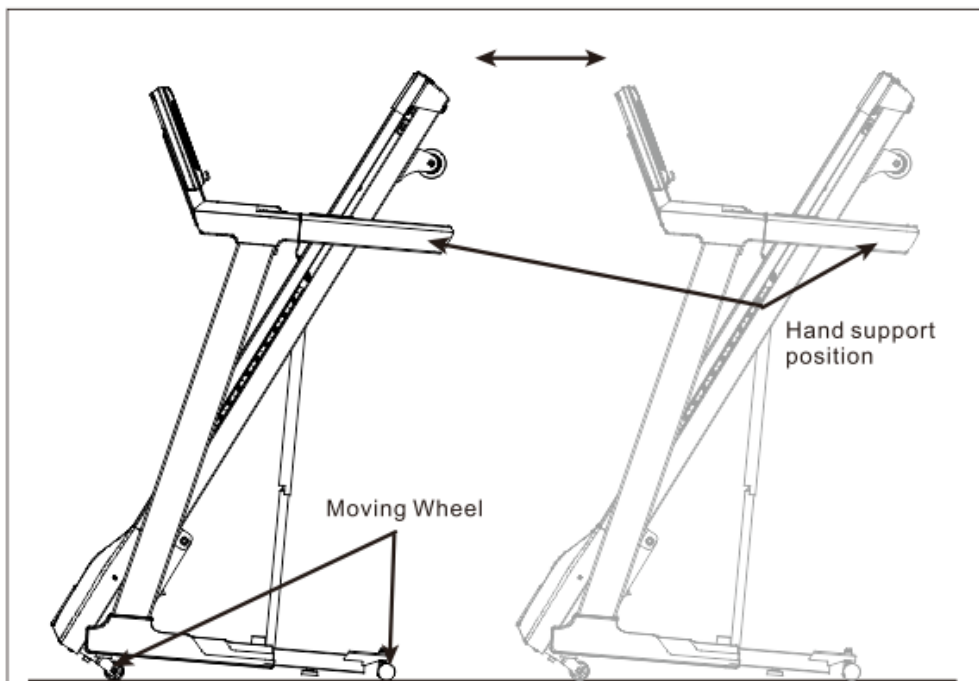
2. Til de loopband omhoog totdat de gasveer ondersteuning biedt en je een "**klik**" hoort.
3. Trek de loopband daarna voorzichtig een stukje terug omlaag om te controleren of de vergrendeling volledig vastzit. Pas daarna is de loopband veilig opgeklapt en vergrendeld.

De loopband uitklappen

1. Pak het metalen frame aan de achterzijde met beide handen vast.
 2. Druk met je voet tegen de gasveer (bij de pijl) en trek de loopband voorzichtig naar je toe.
 3. Laat de loopband vervolgens langzaam zakken tot op de grond.
-

De loopband verplaatsen

- **Veiligheid voorop:** Zorg er vóór het verplaatsen voor dat er iemand is om te helpen. Houd er rekening mee dat het gewicht van het apparaat meer dan **100 kg** bedraagt.
- **Ondergrond:** Zorg dat de loopband op een vlakke ondergrond staat.
- **Werkwijze:** Til de achterzijde (de "staart") van de loopband op en rijd het apparaat vervolgens langzaam op de transportwieltjes naar de gewenste plek.
- **Neerzetten:** Laat de achterzijde rustig zakken op de nieuwe plek en controleer of de loopband stabiel en recht op de grond staat.



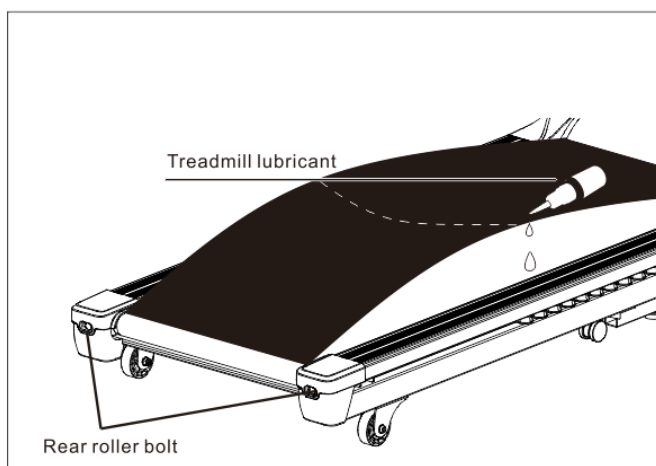
SMERING

De loopband is in de fabriek al gesmeerd. Toch is het raadzaam om de smering regelmatig te controleren voor een optimale werking. In het eerste jaar of tijdens de eerste 500 gebruiksuren is smeren meestal niet nodig.

Controleren: Til om de 3 maanden de zijkanten van de loopmat op en voel zo ver mogelijk aan de onderkant van de mat.

- Voel je sporen van siliconenspray? Dan is smeren niet nodig.
- Voelt het oppervlak droog aan? Volg dan de onderstaande instructies voor het smeren.

Belangrijk: Gebruik uitsluitend olievrije siliconenspray (geen andere soorten olie of vet).



Hier zijn de laatste instructies voor het aanbrengen van het smeermiddel, de reiniging en de opslag:

Het aanbrengen van smeermiddel op de mat

- **Positie:** Zorg dat de naad van de loopmat zich in het midden van het loopvlak bevindt.
- **Vorbereiding:** Plaats het spuitrietje op de spuitkop van de flacon met smeermiddel.
- **Aanbrengen:** Til de loopmat aan één zijde op. Houd de spuitkop op enige afstand tussen de voorzijde van de mat en de plaat. Begin aan de voorzijde en beweeg het spuitrietje in de richting van de achterzijde. Herhaal dit proces aan de andere kant van de mat. Spuit aan elke kant ongeveer **4 seconden**.
- **Wachtijd:** Wacht 1 minuut zodat de siliconenspray zich goed kan verspreiden voordat je de machine weer aanzet.

REINIGING

Regelmatige reiniging van de loopmat garandeert een lange levensduur van het product.

- **Waarschuwing:** Schakel de loopband altijd uit om elektrische schokken te voorkomen. De stekker moet uit het stopcontact zijn voordat je met reiniging of onderhoud begint.
- **Na elke training:** Neem de console en andere oppervlakken af met een schone, zachte en vochtige doek om zweetresten te verwijderen.
Let op: Gebruik geen schuur- of oplosmiddelen. Houd vloeistoffen uit

de buurt van de computer om schade te voorkomen en stel de computer niet bloot aan direct zonlicht.

- **Wekelijks:** Om het schoonmaken te vergemakkelijken, raden we aan een ondermat te gebruiken. Schoenen kunnen vuil achterlaten op de loopmat dat onder de loopband terechtkomt. Maak de mat onder de loopband één keer per week schoon.
-

OPSLAG

Bewaar je loopband in een schone en droge omgeving. Zorg ervoor dat de hoofdschakelaar is uitgeschakeld en dat de stekker uit het stopcontact is getrokken.