TOORX

FITNESS IN MOTION

MANUEL DE L'UTILISATEUR



MOTION

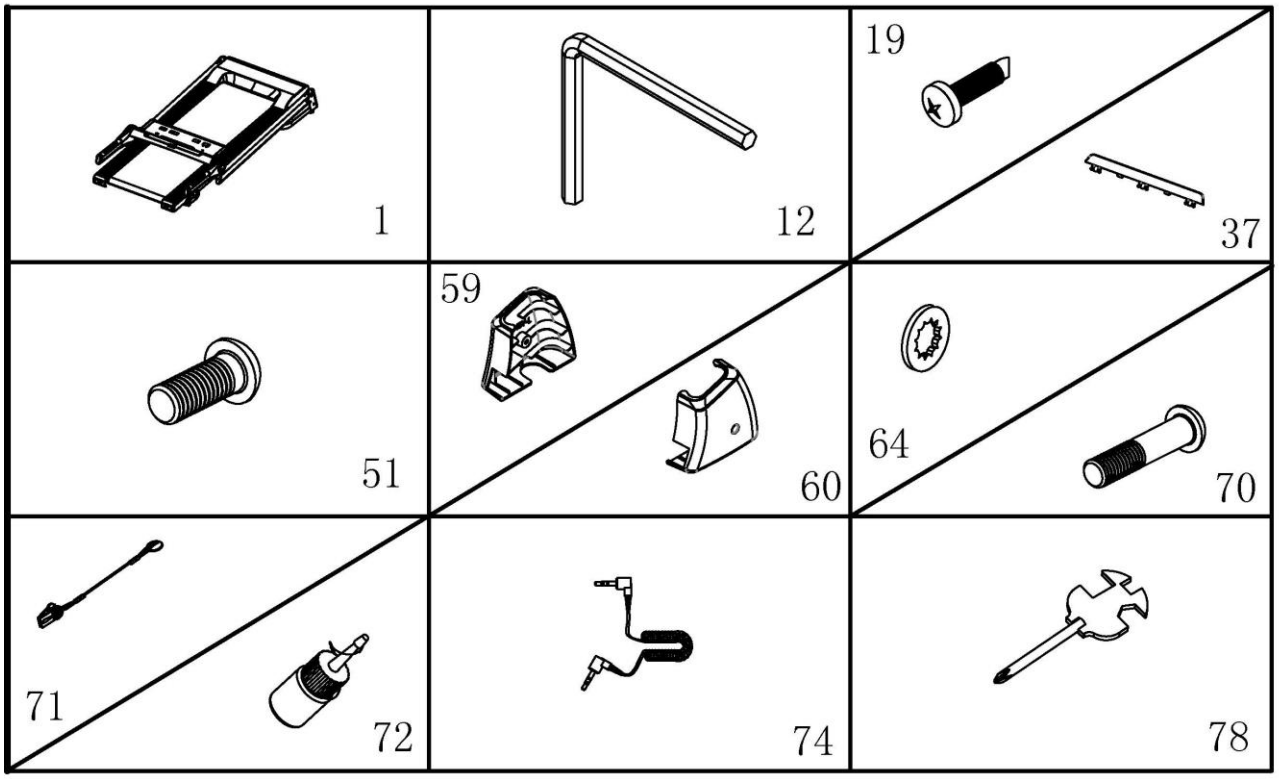
Cod : GRLDTOORXMOTION

Rev : 00

Ed : 08/20

CE

À l'ouverture de l'emballage, les pièces suivantes se trouveront à l'intérieur



PART LIST：

NO.	DES.	Specification	Nos.	.	NO.	DES.	Specification	Nos.
1	Main frame		1		64	Lock washer	8	6
12	5#Allen wrench		1		70	Bolt	M8*45	2
19	Bolt	4.2*19	2		71	Safety key		1
37	IPAD rack		1		72	Silicone oil		1
51	Bolt	M8*16	4		74	MP3 wire	option	1
59	Left base cover		1		78	Wrench with screw driver		1
60	Right base cover		1					

FIXATION DES OUTILS :

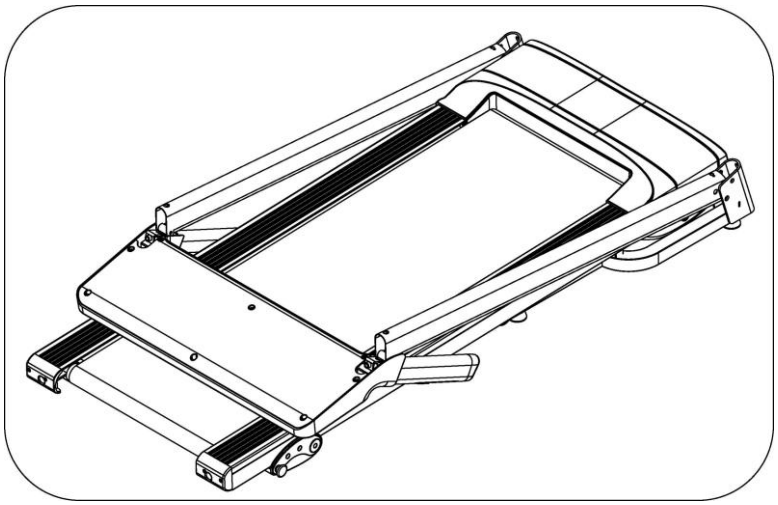
5# Clé Allen 5 mm 1 pc

Clé avec tournevis S=13/14/15 1PC

Remarque : Ne pas passer par la puissance avant le montage complet

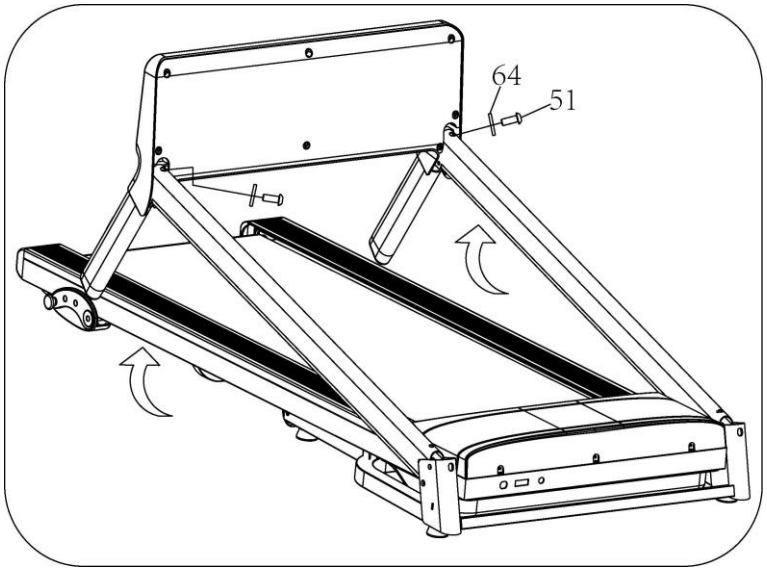
Instructions de montage

ÉTAPE 1 :



Ouvrir le carton, sortir les pièces de rechange ci-dessus et poser le cadre principal sur un sol plat.

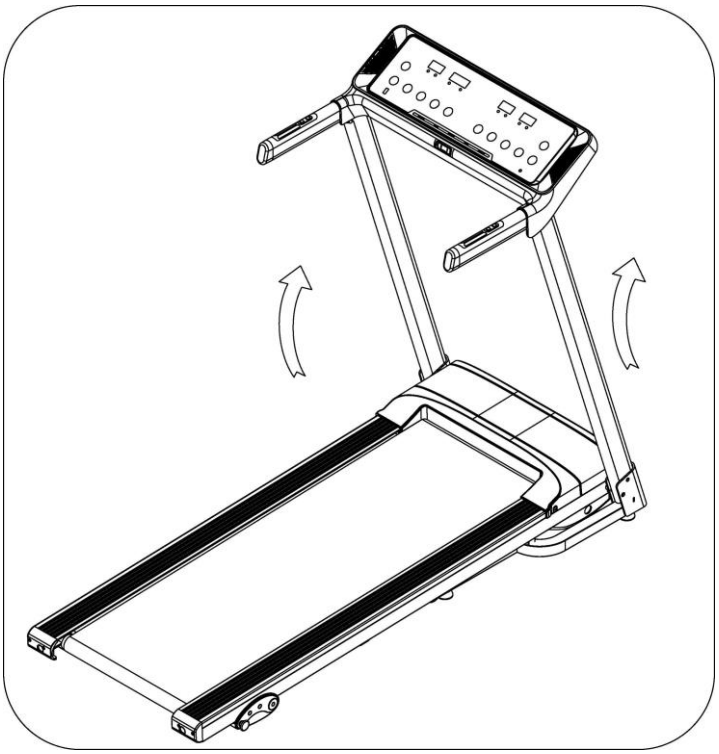
ÉTAPE 2 :



En tenant le cadre et les montants de l'ordinateur, utiliser la clé Allen 5# pour bloquer l'ordinateur sur le tube du montant
serré par un boulon (51) et contre-（clé 64）

Remarque : ne pas enfoncer les fils à l'intérieur du tube et vérifier si les fils sont bien connectés. Soutenir le montant avec la main pour éviter que l'ordinateur et le montant ne tombent.

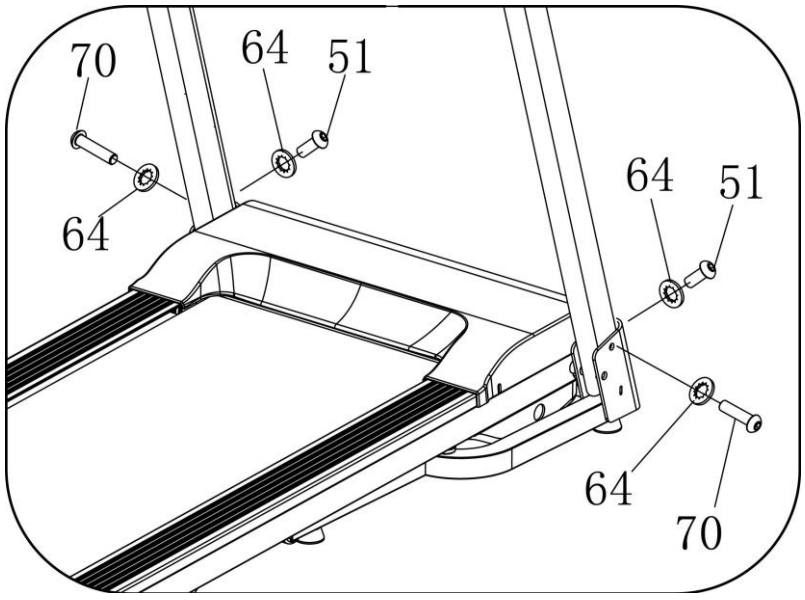
ÉTAPE 3 :



1. Tirer les montants vers le haut comme sur l'image de gauche.

Remarque : Soutenir le montant avec la main pour éviter de tomber et de se blesser.

ÉTAPE 4 :

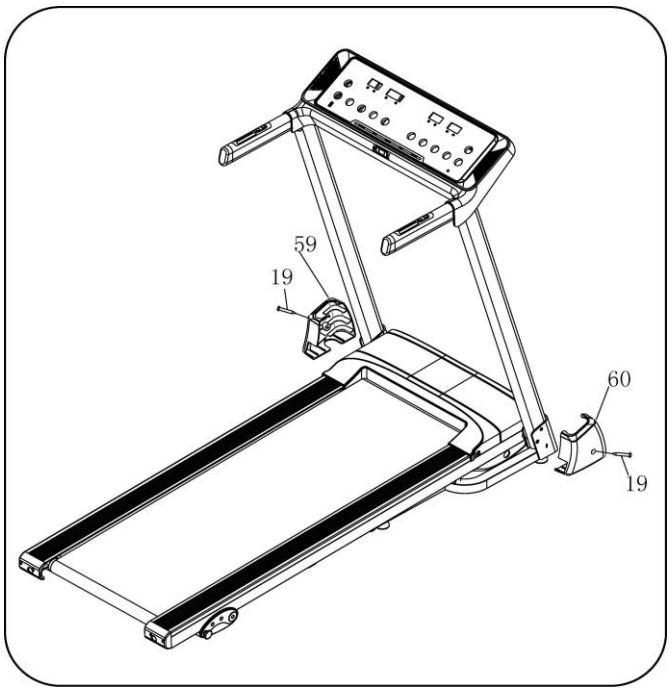


1、 Utiliser une clé Allen 5#(12) , Bloquer d'abord le montant droit sur le cadre de base avec le boulon (70) et la contre-clé （ 64 ） , puis bloquer le montant droit sur le cadre de base avec le boulon (51) et la contre-clé (64).

2、 Le montage à gauche est le même que celui à droite.

Remarque : Soutenir toujours le montant à la main pendant le montage afin d'éviter de tomber et de se blesser.

ÉTAPE 5

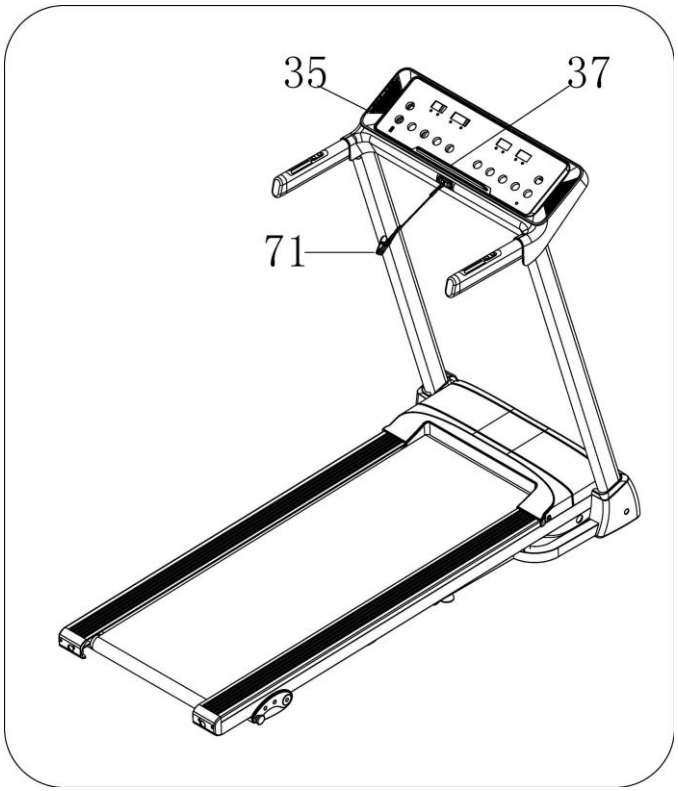


Utiliser une clé avec un tournevis (78) pour bloquer le couvercle de la base gauche (59) sur le cadre de base avec le boulon (19).

Le côté droit peut être assemblé par rapport au côté gauche.

REMARQUE : le couvercle de la base doit se déformer vigoureusement dans le cadre de la base.

ÉTAPE 6

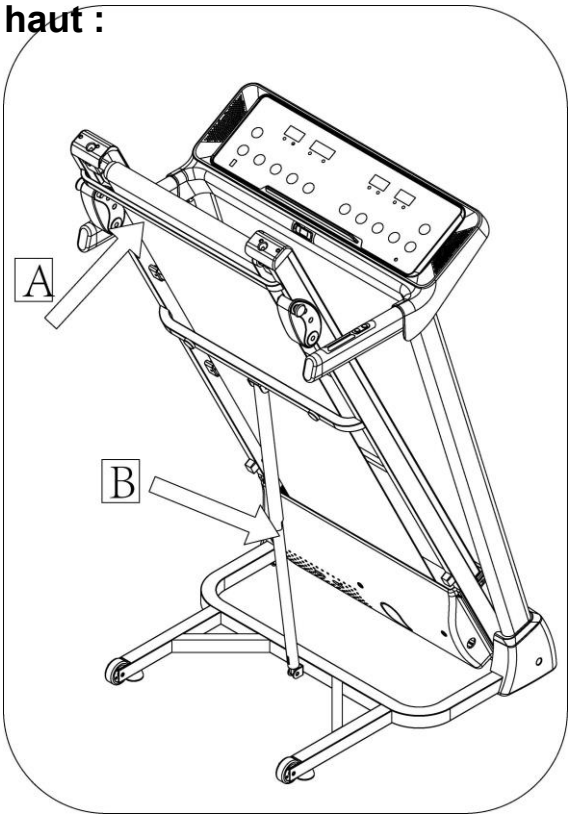


1. Pousser le support pour IPAD (37) dans l'ordinateur (35).
2. Mettre la clé de sécurité (71) sur l' ordinateur et commencer l'exercice.

S'assurer que toutes les pièces ont été correctement fixées. Avant d'utiliser le tapis roulant, prière de lire les instructions attentivement.

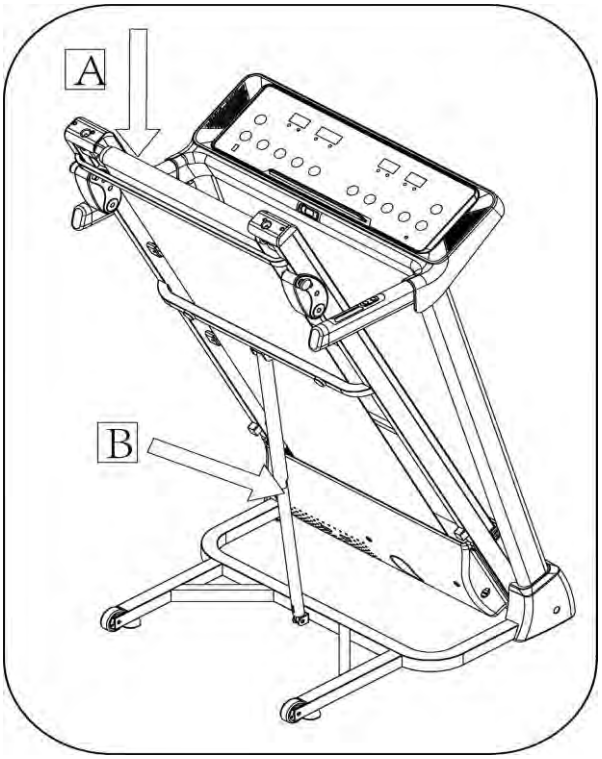
Instructions pour le pliage :

Tirer vers le haut :



Tirer le cadre de base en position A, jusqu'à entendre le bruit signalant que la barre de pression d'air B est bloquée dans le tube rond

Tirer vers le bas :



Soutenir la place A avec la main, donner un coup de pied à l'endroit de la barre de pression d'air, puis le cadre principal tombera automatiquement (éloigner toute personne et tout animal de la machine quand elle tombe)

Paramètres techniques

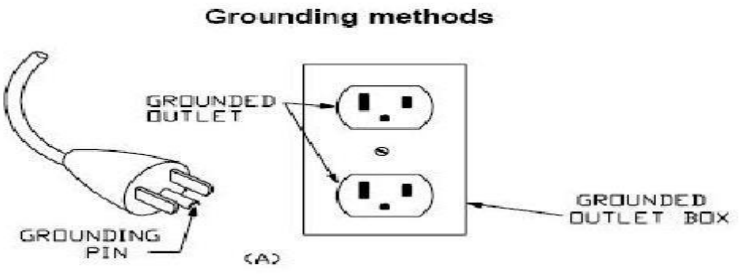
TAILLE DE CONSTRUCTION (mm)	1476*1170*649mm	ALIMENTATION	Comme l'indique la plaque signalétique
TAILLE PLIABLE (mm)	760*1300*649mm	Puissance de sortie maximale	Comme l'indique la plaque signalétique
TAILLE DE LA PLATE-FORME DE COURSE (mm)	400*1200	PLAGE DE VITESSE	0.8-12KM/H
POIDS NET	43KG		
1 FENÊTRE LCD AVEC FOND BLEU	Vitesse, Temps, Distance, Calories, Pouls		

Procédés de mise à la terre

Ce produit doit être mis à la terre. En cas de dysfonctionnement ou d'avarie, la mise à la terre fournit une voie de moindre résistance pour l'énergie électrique afin de réduire le risque de choc électrique. Ce produit est équipé d'un câble comportant un dispositif de mise à la terre ainsi qu'une prise de mise à la terre. La prise doit être branchée sur une prise secteur correctement installée et reliée à la terre conformément aux normes et règlements locaux.

DANGER – - Le branchement incorrect du conducteur du dispositif de mise à la terre pourrait comporter le risque de choc électrique. Contrôler avec un électricien qualifié ou un technicien de maintenance en cas de doute sur la connexion correcte de mise à la terre. Ne pas modifier pas la fiche fournie avec le produit - si le produit ne s'adapte pas à la prise de courant, faites installer une prise de courant adéquate par un électricien qualifié.

Ce produit est destiné à être utilisé sur un circuit nominal de 220-240/100-120 volts et possède une fiche de mise à la terre qui ressemble à la fiche illustrée dans le croquis A de la figure suivante. Faire en sorte que le produit soit connecté à une prise de courant ayant la même configuration que la fiche. Aucun adaptateur ne doit être utilisé avec ce produit. (L'image ci-dessous est juste pour référence，la fiche et la prise réelles dépendent du pays d'importation)



Guide de fonctionnement

VUE D'ENSEMBLE



2. SHOWING SPEED [Affichant la Vitesse)：Afficher la vitesse,
TIME (Temps)：Afficher le temps

DIST : Afficher la distance
CAL/PULSE [POULS] ： Afficher les calories/fréquence cardiaque

3. FONCTION DES BOUTONS

Bouton « PROGRAM » Appuyer sur ce bouton pour choisir le programme du mode manuel P1----P15---FAT ; bouton « MODE» : Lorsque la machine est prête, appuyer sur ce bouton pour choisir le mode : décompte mode-temps, décompte mode-distance, décompte mode-calories ; lorsque la machine est en état FAT, appuyer sur ce bouton pour choisir : « SEXE », « ÂGE », « TAILLE », « POIDS ».

Bouton « START » : Appuyer sur ce bouton pour démarrer la machine, la machine fonctionnera à la vitesse la plus basse ou à la vitesse du programme par défaut après un compte à rebours de 3 secondes ;

Bouton « STOP » : Appuyer sur ce bouton pour arrêter la machine, la machine s'arrêtera en douceur ; SPEED▲、[VITESSE] ▼ : Ajuster la vitesse. Appuyer sur le bouton pour ajuster la vitesse lorsque l'on coure, et ajuster les données lorsque l'on arrête ; SPEED（2,4,6,8,10,12）[VITESSE]： Ajuster rapidement la vitesse SPEED+/- [VITESSE] : Ajuster rapidement la vitesse.

4. FONCTION PRINCIPALE :

Allumer le courant, toutes les fenêtres s'allument pendant 2 secondes, puis passer en mode manuel.

4. 1. Démarrage rapide (Manuel) :

Passer à travers l'alimentation et attacher la clé de sécurité. Après un compte à rebours de 3 secondes, le tapis roulant démarre et part de la vitesse la plus basse, ajouter et soustraire à travers le bouton SPEED [VITESSE] pour ajuster la vitesse . Appuyer sur le bouton d'arrêt ou sur la bouton de sécurité directement pour s'arrêter.

4. 2. Mode compte à rebours

Appuyer sur le bouton "MODE", il peut choisir le mode de décompte du temps, le mode de décompte de la distance, le mode de décompte des calories, et la fenêtre affichera les données et brille par défaut. En même temps, appuyer sur ▼ pour définir les données. Appuyer sur le bouton « START», la machine fonctionnera à la vitesse la plus basse, on peut appuyer sur

SPEED ▲/▼ (Vitesse) pour changer la vitesse. Lorsque le compte à rebours arrive à 0, la machine s'arrête en douceur. On peut certainement appuyer sur le bouton « STOP» ou retirer la clé de sécurité de la console pour arrêter la machine.

4. 3. Programmes préétablis :

Appuyer sur le bouton « PROG » pour choisir le programme d'installation interne à partir de P1-----P15. Lorsque l'on définit le programme, la fenêtre de temps affichera les données par défaut et les brille, appuyer sur le bouton SPEED pour définir la durée de fonctionnement. Chaque programme a été divisé en 20 sections, chaque temps d'exercice= le temps de réglage/20. Appuyer sur « START », la machine fonctionnera à la vitesse de la première section. Lorsque la section est terminée, elle entre automatiquement dans la section suivante, la vitesse change en fonction des données de la section suivante. Lorsqu'un programme est terminé, la machine s'arrête en douceur. En cours d'exécution, il est possible de modifier la vitesse et l'inclinaison avec le SPEED [VITESSE] ▼chaque fois que le programme entre dans la prochaine section, il revient à la vitesse actuelle. Et l'on peut appuyer sur "STOP" ou retirer la clé de sécurité pour arrêter la machine à tout moment.

5. FRÉQUENCE CARDIAQUE :

Lorsque l'on tient le capteur tactile de pouls des deux mains, la fenêtre du pouls indique le rythme cardiaque au bout de 5 secondes. Afin d'obtenir le rythme cardiaque exact, faire un test lorsque l'appareil s'arrête et maintenir le capteur tactile pouls pendant plus de 30 secondes. **Les données sur le rythme cardiaque sont juste pour référence et ne peuvent pas être considérées comme des données médicales.**

6. TEST DE GRAISSE CORPORELLE

Appuyer sur le bouton « PROGRAMME » en mode « prêt », jusqu'à ce que « FAT» (graisse corporelle) apparaisse dans la fenêtre de vitesse. Le « FAT» (graisse corporelle) est le mode de test de la graisse corporelle. Appuyer sur 'MODE' pour choisir le paramètre 'SEXE / ÂGE / HAUTEUR / POIDS', et la fenêtre TIME/DIST affichera ″F1″, ″F2″、″F3″″F4″. Lorsque l'on définit chaque paramètre, appuyer sur SPEED ▲/▼ (Vitesse) pour ajuster les données, et la fenêtre CAL/PULSE (Pouls) affichera les données et appuyer sur le bouton 'MODE' pour terminer, et la fenêtre affichera "F5" et "---" entrer en état de préparation. Maintenir le capteur tactile du pouls avec les deux mains, il affichera les données de votre IMC au bout de 5 secondes.

6.1 Affichage des données et plage de réglage

	défaut	plage	marque
SEX（F1）	0（MALE）	0—1	0= MALE 1= FEMALE
AGE（F2）	25	10—99	
HEIGHT (Hauteur)（F3）	170CM	100-240CM	
WEIGHT (Poids) （F4）	70KG	20-160KG	

6.2 Comparaison de l'indice de graisse corporelle

Index de masse corporelle （IMC）	Niveau d'obésité
<19	Trop mince
19--26	normal
26--30	surcharge pondérale
>30	Trop gros

7.FONCTION USB (option)：

Lorsque le tapis roulant est sous tension, on peut insérer toute clé USB contenant des fichiers audio. L'ordinateur détectera les fichiers audio sur la clé USB et jouera la musique directement.

8.FONCTION MP3 (Option) :

Lorsque le courant est mis, en contact avec l'équipement MP3 externe, l'ordinateur joue. La voix est réglable à partir du fonctionnement de l'équipement MP3 externe, la voix doit être ajustée sur la section appropriée pour protéger le haut-parleur de l'ordinateur.

9. Fonction de haut-parleur Bluetooth (option) :

Connecter le téléphone portable Bluetooth avec le haut-parleur Bluetooth du tapis roulant. Une fois la connexion établie, on peut utiliser le téléphone pour écouter des chansons par haut-parleur Bluetooth.

10. FONCTION DE VEILLE :

A. Si la machine s'arrête pendant plus de 10 minutes, la fonction SLEEP (Veille) entre en jeu et les données ne sont plus affichées sur l'écran.

B. Appuyer sur n'importe quelle touche pour réveiller la console en état de veille.

11. Fonction de la clé de sécurité :

Enlever la clé de sécurité à tout moment arrêtera la machine, toutes les données reviendront à 0, toutes les fenêtres s'afficheront

"---". Toutes les opérations pourront fonctionner lorsque la clé de sécurité sera activée.

12. Paramètres et réglage de l'exercice

	Plage d'affichage	Données par défaut	Défaut	Plage de configuration
Vitesse (KM/H)	0.8KM/H-12.0KM/H	--------	--------	----------
Time [Temps] (MIN : SEC)	0:00—99:59	30:00	30:00	5:00---99:00
Distance (KM)	0.00—99.9	1,0	--------	0.50—99.9
Calories	0Kcl—999Kcl	50Kcl	--------	10Kcl—990Kcl

tableau des programmes：

TIME [TEMPS]		Temps de réglage/20= intervalle de temps de fonctionnement																			
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
P1	VITESSE	2	3	3	4	5	3	4	5	5	3	4	5	4	4	4	2	3	3	5	3
P2	VITESSE	2	4	4	5	6	4	6	6	6	4	5	6	4	4	4	2	2	5	4	2
P3	VITESSE	2	4	4	6	6	4	7	7	7	4	7	7	4	4	4	2	4	5	3	2
P4	VITESSE	3	5	5	6	7	7	5	7	7	8	8	5	9	5	5	6	6	4	4	3
P5	VITESSE	2	4	4	5	6	7	7	5	6	7	8	8	5	4	3	3	6	5	4	2
P6	VITESSE	2	4	4	4	5	6	8	8	6	7	8	8	6	4	4	2	5	4	3	2
P7	VITESSE	2	3	3	3	4	5	3	4	5	3	4	5	3	3	3	6	6	5	3	3
P8	VITESSE	2	3	3	6	7	7	4	6	7	4	6	7	4	4	4	2	3	4	4	2
P9	VITESSE	2	4	4	7	7	4	7	8	4	8	9	9	4	4	4	5	6	3	3	2
P10	VITESSE	2	4	5	6	7	5	4	6	8	8	6	6	5	4	4	2	4	4	3	3
P11	VITESSE	2	5	8	10	7	7	10	10	7	7	10	10	5	5	9	9	5	5	4	3
P12	VITESSE	3	4	9	9	5	9	5	8	5	9	7	5	5	7	9	9	5	7	6	3
P13	VITESSE	3	6	7	5	9	9	7	5	5	7	9	5	8	5	9	5	9	9	4	3
P14	VITESSE	2	2	4	5	6	5	4	3	2	1	2	3	4	5	6	5	4	3	2	1
P15	VITESSE	2	4	6	8	6	6	4	4	2	2	2	4	6	8	6	6	4	4	2	2

Ajustement de la Bande de course

AVERTISSEMENT : DÉBRANCHER TOUJOURS LE TAPIS ROULANT DE LA PRISE ÉLECTRIQUE AVANT DE LE NETTOYER OU DE L'ENTRETENIR.

Nettoyage : Un nettoyage général de l'appareil prolongera considérablement la durée du tapis roulant.

Garder le tapis roulant propre en le dépoussiérant régulièrement. S'assurer de nettoyer la partie exposée de la plate-forme de chaque côté de la bande de course ainsi que les rails latéraux. Cela permet de réduire l'accumulation de matières étrangères sous la bande de marche en portant des chaussures de course propres.

Avertissement : Débrancher toujours le tapis de course avant de retirer le couvercle du moteur. Au moins une fois par an, retirer le couvercle du moteur pour aspirer en dessous.

LUBRIFICATION DE LA BANDE ET DU PONT

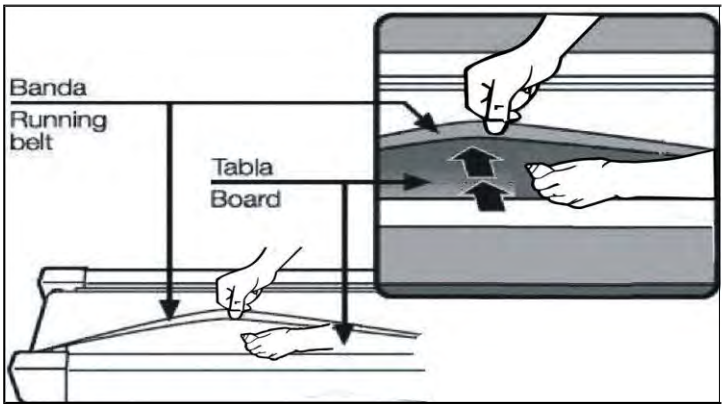
Ce tapis roulant est équipé d'un système de pont pré-lubrifié et nécessitant peu d'entretien. Le frottement entre la bande et la plate-forme peut jouer un rôle majeur dans le fonctionnement et la durée de votre tapis roulant, il est donc important de lubrifier régulièrement. Nous recommandons une inspection périodique du pont. Vous devez contacter notre centre de service si vous constatez que le pont est endommagé.

Nous recommandons la lubrification de la plate-forme selon le calendrier suivant :

- Utilisateur occasionnel (moins de 3 heures/semaine) une fois par an
- Utilisateur moyen (3-5 heures/semaine) tous les six mois
- Utilisateur intensif (plus de 5 heures/semaine) tous les trois mois

Nous recommandons d'acheter le lubrifiant auprès de notre distributeur ou directement chez nous.

Attention : Toute réparation nécessite le recours à un technicien professionnel.

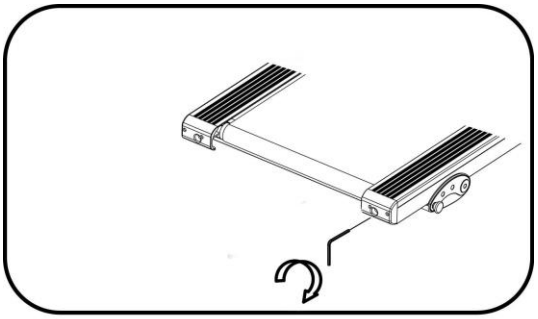


1, Nous vous suggérons de couper le courant pendant 10 minutes après 2 heures de fonctionnement, afin de faciliter l'entretien du tapis roulant.

2, Pour éviter le glissement en cours de fonctionnement, la bande ne doit pas être trop lâche ; pour éviter une abrasion plus importante entre le rouleau et la bande et maintenir le bon fonctionnement de la machine, la bande ne doit pas être trop tendue. Vous pouvez régler la distance entre le pont et la bande, cette dernière doit être éloignée du pont d'environ 50-75mm des deux côtés, si le meilleur n'est pas trop serré et lâche.

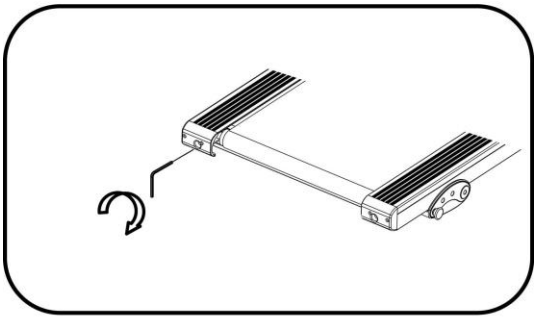
Centrer la bande de course

Placer le tapis roulant sur une surface plane. Courir sur le tapis roulant à environ 6-8KM/H, en vérifiant l'état de marche.



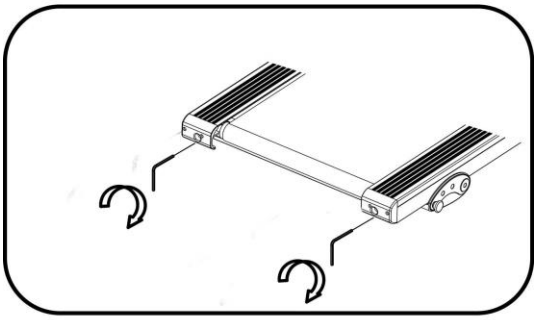
A

Si la bande a dérivé vers la droite, sortir de l'horloge de sauvegarde et basculer, tourner le boulon de réglage droit d'un quart de tour dans le sens des aiguilles d'une montre, puis commencer à courir jusqu'à ce que la bande soit centrée. PIC A



B

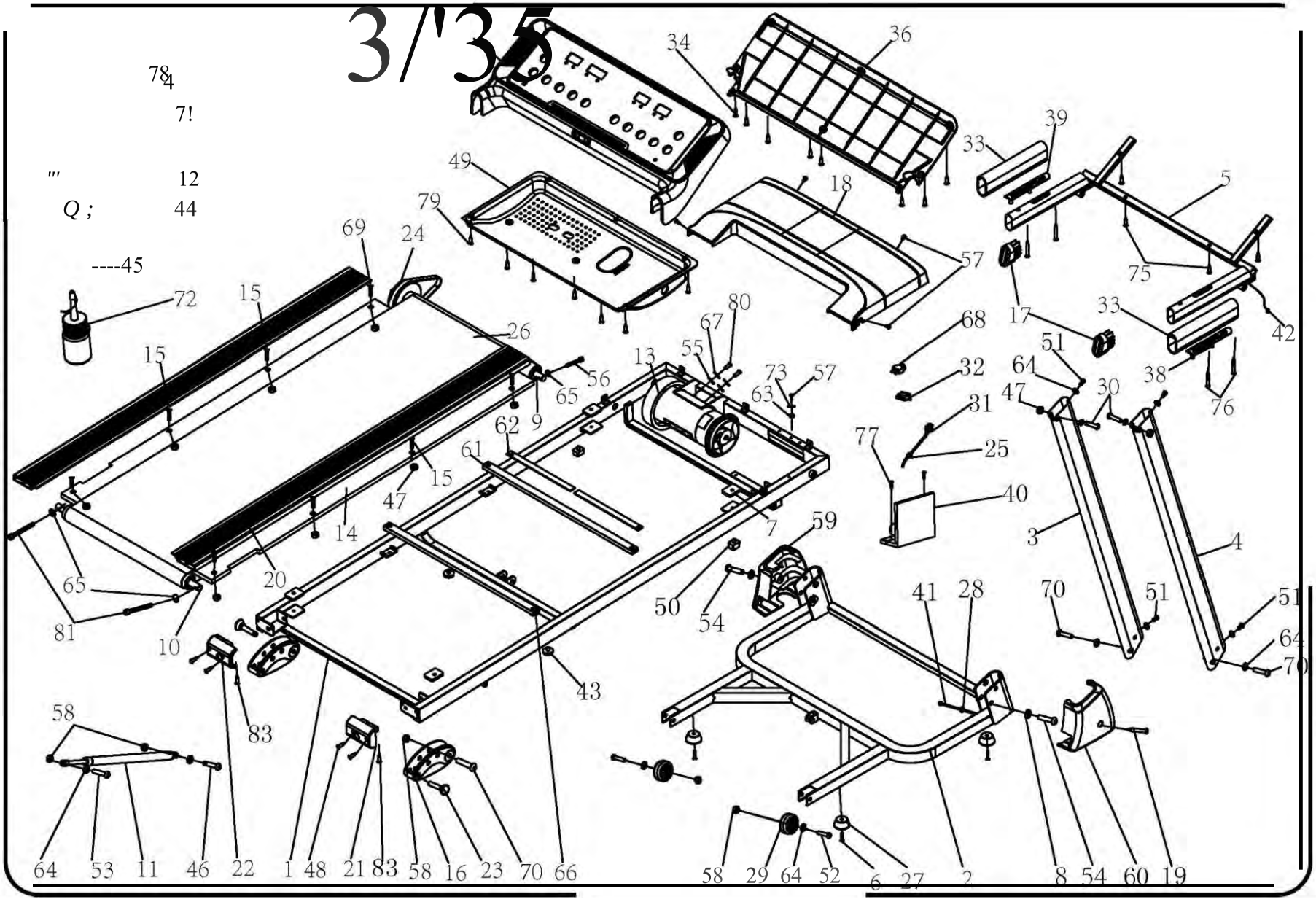
Si la bande a dérivé vers la gauche, sortir de l'horloge de sécurité et actionner l'interrupteur, tourner le boulon de réglage gauche d'un quart de tour dans le sens des aiguilles d'une montre, puis commencer à courir jusqu'à ce que la bande soit centrée. PIC B



C

Ajuster la tension de la bande en temps utile, pour qu'elle soit plus lâche après un certain temps de fonctionnement. Retirer l'horloge et l'interrupteur de sécurité, tourner les boulons de réglage gauche et droit d'un quart de tour dans le sens des aiguilles d'une montre, puis remettre en marche, confirmer la tension de la bande jusqu'à ce qu'elle soit bien tendue. PIC C

EXPLODED DRAWING



PARTS LIST

No.	Item	Spec.	Qty.	No.	Item	Spec.	Qty.
1	Main frame		1	43	Barb cushion		2
2	Base frame		1	44	Magnetic ring		1
3	Left upright tube		1 1	45	Brown single wire		1
4	Right upright tube		1	46	Bolt	M8*25	3
5	Computer bracket		1	47	Lock nut	M6	10
6	Bolt	ST4.2*25	4	48	Bolt	ST4.2*30	4
7	Rubber pad		4	49	Motor bottom cover		1
8	Lock washer	10	2	50	Barb cushion		2
9	Front roller		1	51	Bolt	M8*16	4
10	Rear roller		1	52	Bolt	M8*40	2
11	Cylinder		1	53	Bolt	M8*42	3
12	5#Allen wrench	5mm	1	54	Bolt	M10*55	2
13	DC motor		1	55	Lock washer C level	8	2
14	Running board		1	56	Bolt	M6*55	1
15	Bolt	M6*37	4	57	Bolt	M5*8	5
16	Adjustable pad		2	58	Lock nut	M8	6
17	Inclined tube plug		2	59	Left base cover		1
18	Motor cover		1	60	Right base cover		1
19	Bolt	ST4.2*19	2	61	Running board strengthen tube		2
20	Side rial		2	62	strengthen tube cushion	275*20*3	4
21	Right back end cap		1	63	Lock washer	5	2
22	Left back end cap		1	64	Lock washer	8	12
23	Fixed plug		2	65	Lock washer	6	3
24	Motor belt		1	66	Isolation nylon pad	φ23*φ10.5*2	4
25	Power wire buckle		1	67	Spring washer	8	2
26	Running belt		1	68	Overload protector		1
27	Foot pad		4	69	Bolt	M6*30	4
28	Ring protector plug B		2	70	Bolt	M8*45	4
29	Moving wheel		2	71	Safety key		1
30	Bolt	M6*37	2	72	Silicone oil		1
31	Standard power wire		1	73	Spring washer	5	2
32	Switch		1	74	MP3 washer	option	1
33	Foam		2	75	Bolt	4.2*15	4
34	Bolt	ST4.2*13	11	76	Bolt	ST4.2*45	4

35	Computer top cover	1	77	Bolt	ST4.2*9.5 4
36	Computer bottom cover	1	78	Wrench with screw driver	1
37	IP rack	1	79	Bolt	ST4.2*12 8
38	Speed +/-	1	80	Bolt	M8*12 2
39	Start/stop	1	81	Bolt	M6*65 2
40	Control board	1			
41	Computer bottom cover	1			
42	Computer top wire	1			

Garlando

GARLANDO SPA
Via Regione Piemonte, 32 - Zona Industriale D1
15068 - Pozzolo Formigaro (AL) - Italy
www.toorx.it - info@toorx.it