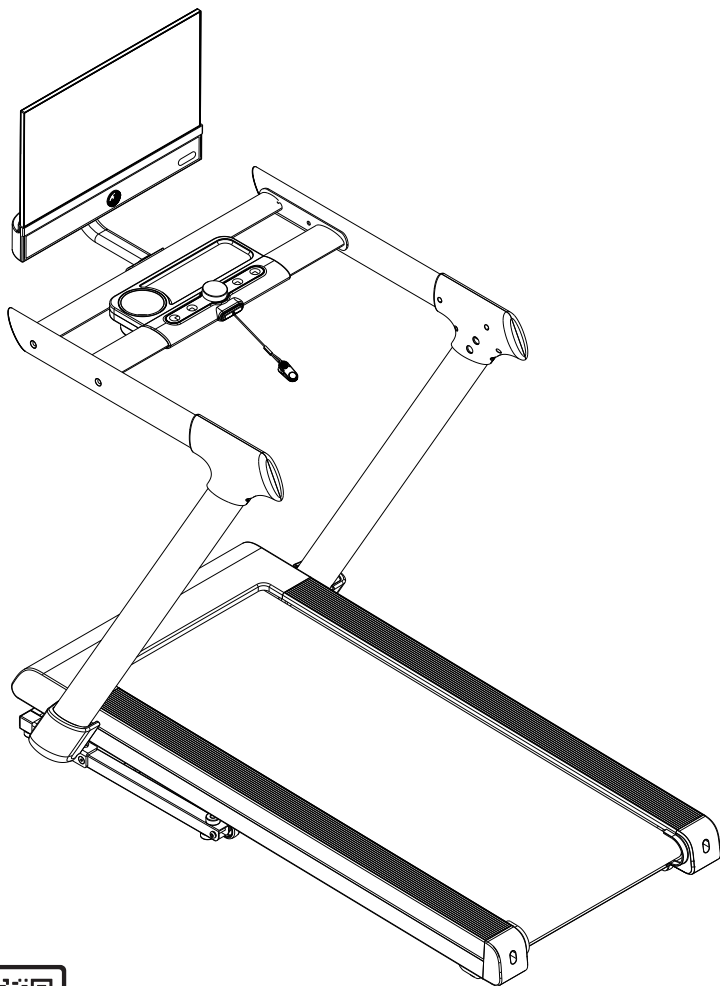




T3S PLUS Laufband

Bitte lesen Sie vor der Verwendung unbedingt alle Details dieser Anleitung und bewahren Sie sie für spätere Referenz auf.



Scannen Sie den QR-Code, um das Installationsvideo aufzurufen und anzusehen.

Produktmodell: YS-TT3

Artikel-Nr.: T3SPLUS

DE

YESOUL Laufband

T3S PLUS Produkthandbuch

Produktspezifikationen

Unterstützte Softwareversion	iOS 12.0 oder höher, Android 5.1 oder höher (einschließlich)
Drahtlose Verbindungsmethode	Bluetooth®-Funktechnologie
Bluetooth	Laufband: V5.0, Lautsprecher: V5.3
Bemessungsspannung	220V
Bemessungsfrequenz	50Hz
Bemessungsleistung	3,0 PS (MAX)
Geschwindigkeit	1–14 km/h / 0,62–8,7 mph
Geeignete Körpergröße	155–190 cm / 61–74,8 Zoll
Nettogewicht	56,2 kg / 123,9 lbs
Bruttogewicht	62,8 kg / 138,5 lbs
Bemessungsmaximallast	136 kg / 300 lbs
Lauffläche	(Länge) 1150 mm × (Breite) 450 mm / (Länge) 45,3 Zoll × (Breite) 17,7 Zoll
Produktabmessungen	Aufgeklappte Maße: (Länge) 1434 mm × (Breite) 745 mm × (Höhe) 1441 mm Zusammengeklappte Maße: (Länge) 875 mm × (Breite) 745 mm × (Höhe) 1441 mm Aufgeklappte Maße: (Länge) 56,5 Zoll × (Breite) 29,3 Zoll × (Höhe) 56,7 Zoll Zusammengeklappte Maße: (Länge) 34,5 Zoll × (Breite) 29,3 Zoll × (Höhe) 56,7 Zoll
Maßgebliche Norm	EN ISO 20957-1:2024 / EN ISO 20957-6:2021

Monitorspezifikationen

Panel Typ	VA
Krümmung	Flacher Bildschirm
Verhältnis	16:9
Abmessung	21,5 Zoll
Hintergrundbeleuchtung Typ	Seitliche LED-Beleuchtung
Display-Größe (H*V)	476mm*268mm
Auflösung	1920*1080
Bildwiederholfrequenz	75Hz (Max.);60Hz (Typ.)
Helligkeit	200cd/m² (Typ.);150cd/m² (Min.)
Standard-Farbtemperatur	6500K
Kontrastverhältnis	3000:1 (Typ.)
Anzahl der Farben	16,7M
Farbgamut	72% (Typ.);65% (Min.) NTSC
Betrachtungswinkel (Horizontal/Vertikal)	178°
Reaktionsgeschwindigkeit	7ms
Schnittstellenausführung (HDMI/DP)	HDMI/Audioausgang/DC IN+2 USB+Serieller Anschluss
Lautsprecher-Spezifikation	Keine
Eingangsspannung	DC-Eingang: 24V
Betriebsanzeigemodus (Ein, Standby)	Grün beim Einschalten, grün pulsierend im Standby
Lagertemperatur	-20°C – +55°C
Betriebstemperatur	5°C – +40°C
Betriebsluftfeuchtigkeit	20% – 80%
Lagerluftfeuchtigkeit	20% – 80%
Steuerungsmethode	5 physische Tasten

Wichtige Sicherheitshinweise



Warnung! Dieses Produkt ist ein netzbetriebenes Gerät. Bitte lesen Sie die folgenden Sicherheitshinweise für das Laufband sorgfältig durch und verwenden Sie es ordnungsgemäß.

- ◆ Tragen Sie vor dem Training geeignete Sportbekleidung und Sportschuhe. Achten Sie darauf, dass Ihre Kleidung richtig geschlossen oder mit Reißverschluss gesichert ist, um ein Einklemmen im Laufband zu vermeiden.
- ◆ Tragen Sie während der Benutzung des Laufbands keine harten Gegenstände in den Taschen, da dies zu Unfällen oder Verletzungen führen kann.
- ◆ Benutzen Sie das Laufband nicht nach dem Konsum von Alkohol, da dies zu Unfällen oder Verletzungen führen kann.
- ◆ Beim Einschalten des Laufbands stellen Sie sich auf die rutschfesten seitlichen Trittplächen.
- ◆ Während des Betriebs darf sich nur eine Person auf dem Laufband befinden.
- ◆ Essen Sie nicht und führen Sie keine anderen Tätigkeiten aus, während Sie das Laufband benutzen.
- ◆ Achten Sie darauf, dass sich andere Personen während des Betriebs in sicherem Abstand zum Laufband aufhalten, um Unfälle oder Verletzungen durch Stürze zu vermeiden.
- ◆ Überprüfen Sie vor der Benutzung, ob das Laufband auf einer stabilen Fläche steht.
- ◆ Stellen Sie vor der Benutzung sicher, dass das Laufband einwandfrei funktioniert. Überprüfen Sie, ob die Säulenabdeckungen und Handläufe fest arretiert sind. Falls sie locker sind, kann es zu Verletzungen kommen.
- ◆ Befestigen Sie vor der Benutzung den Sicherheitsschlüsselclip an Ihrer Kleidung, um sicherzustellen, dass das Laufband im Notfall sicher stoppt.
- ◆ Beginnen Sie vor dem Training langsam auf dem Laufband zu gehen, indem Sie mit dem linken Fuß der Laufrichtung des Bands folgen. Wenn Sie sich wohlfühlen, beginnen Sie mit dem Training und halten Sie dabei die richtige Körperhaltung ein.
- ◆ Halten Sie während des Betriebs einen Sicherheitsabstand von 2000×1000 mm ($78,7 \times 39,3$ Zoll) hinter dem Laufband ein.
- ◆ Passen Sie die Geschwindigkeit schrittweise an Ihre Leistungsfähigkeit an. Erhöhen Sie die Geschwindigkeit nicht plötzlich über 3,8 km/h (2,3 mph), um Stürze und Verletzungen zu vermeiden.
- ◆ Springen Sie während des Trainings nicht, um Stürze oder Verletzungen zu vermeiden.
- ◆ Stellen Sie beim Einstellen der Steigung beide Füße auf die seitlichen Trittbretter des Laufbands und beginnen Sie erst mit dem Training, wenn die Einstellung abgeschlossen ist.
- ◆ Nehmen Sie keine wesentlichen Steigungsänderungen vor, während das Laufband mit hoher Geschwindigkeit läuft, um Gleichgewichtsverlust und Stürze zu vermeiden.
- ◆ Passen Sie im Modus mit hoher Steigung die Geschwindigkeit Ihrer körperlichen Leistungsfähigkeit an, um Überanstrengung zu vermeiden.
- ◆ Springen Sie nach dem Training nicht vom Laufband, um Unfälle zu vermeiden.

Wichtige Sicherheitshinweise

- ◆ Um das Laufband nach dem Training anzuhalten, ziehen Sie den Sicherheitsschlüssel nach unten oder drücken Sie die Stopptaste.
- ◆ Schalten Sie nach dem Training den Netzschalter des Laufbands aus und ziehen Sie den Netzstecker.
- ◆ Das Laufband ist für die Verwendung in Innenräumen konzipiert. Halten Sie es trocken, vermeiden Sie Wasserspritzer und legen Sie keine Fremdkörper darauf.
- ◆ Vermeiden Sie eine längere übermäßige Nutzung, da dies den Motor und den Controller beschädigen und den Verschleiß der Lauffläche und des Laufbands beschleunigen kann. Regelmäßige Wartung wird empfohlen.
- ◆ Reduzieren Sie die Staubbelastung und halten Sie eine angemessene Luftfeuchtigkeit in Innenräumen ein, um statische Störungen an der Konsole oder am Controller zu vermeiden.
- ◆ Benutzen Sie das Laufband nicht im Freien. Dieses Produkt ist für den Heimfitnessgebrauch bestimmt und ist kein medizinisches Gerät.
- ◆ Das Laufband sollte nicht länger als 1 Stunde ununterbrochen betrieben werden.
- ◆ Sorgen Sie während der Benutzung des Laufbands für eine ausreichende Belüftung der Innenräume.
- ◆ Ziehen Sie immer den Netzstecker, bevor Sie das Laufband bewegen.
- ◆ Beenden Sie das Training sofort und konsultieren Sie einen Arzt, wenn Sie sich unwohl fühlen oder Unregelmäßigkeiten feststellen.
- ◆ Personen ohne regelmäßige körperliche Aktivität sollten keine plötzlichen, intensiven Trainings durchführen.
- ◆ Bewahren Sie Silikonöl nach Gebrauch außerhalb der Reichweite von Kindern auf, um ein versehentliches Verschlucken zu verhindern.
- ◆ Nur qualifiziertes Fachpersonal darf auf die Motorabdeckung oder die Walzenverkleidung zugreifen.
- ◆ Das Laufband darf nur an einen externen Stromkreis mit mindestens 15 A angeschlossen werden.
- ◆ Kinder dürfen das Laufband nicht benutzen oder in dessen Nähe spielen. Aufsichtspersonen müssen sicherstellen, dass Kinder das Gerät nicht bedienen, da dies zu Verletzungen führen kann.
- ◆ Personen mit Behinderungen sollten dieses Laufband nicht benutzen, um Unfälle oder Verletzungen zu vermeiden.
- ◆ Sorgen Sie für eine sichere Umgebung beim Benutzen, Lagern oder Bewegen des Laufbands. Achten Sie darauf, dass sich keine Personen oder Haustiere hinter, unter oder vor dem Gerät befinden, um Unfälle zu vermeiden.
- ◆ Verwenden Sie das Laufband nicht, wenn das Gehäuse Risse oder Brüche aufweist oder innere Teile freiliegen, da dies zu Verletzungen oder Fehlfunktionen führen kann.
- ◆ Benutzen oder lagern Sie das Laufband nicht im Freien, in der Nähe von Badezimmern oder in feuchten Umgebungen, um Feuchtigkeitsschäden zu vermeiden.
- ◆ Halten Sie das Laufband von direkter Sonneneinstrahlung und Bereichen mit hohen Temperaturen (z. B. in der Nähe von Herden oder elektrischen Heizteppichen) fern, um elektrische Gefahren oder Brandgefahr zu vermeiden.

Wichtige Sicherheitshinweise

- ◆ Versuchen Sie nicht, das Laufband selbst zu zerlegen, zu reparieren oder zu verändern, da dies zu mechanischen Defekten und Sicherheitsrisiken führen kann.
- ◆ Halten Sie die Konsole und das Gehäuse des Laufbands von Wasser oder Flüssigkeiten fern, um Stromschlag- oder Brandgefahr zu vermeiden.
- ◆ Wenn das Laufband während des Betriebs eine Störung aufweist, stellen Sie die Benutzung sofort ein und trennen Sie es vom Stromnetz.
- ◆ Wenden Sie sich im Falle eines Defekts an Ihren örtlichen Händler, um Reparaturen durchführen zu lassen. Versuchen Sie nicht, Teile des Geräts selbst zu demontieren.
- ◆ Wenn Sie sich in medizinischer Behandlung befinden oder zu einer der folgenden Gruppen gehören, konsultieren Sie vor der Benutzung dieses Geräts einen Arzt:
 - (1) Personen mit Rückenschmerzen oder Verletzungen an Beinen, Rücken oder Nacken sowie Personen mit Taubheitsgefühlen in Beinen, Rücken, Nacken oder Händen (z. B. Bandscheibenvorfall, Wirbelgleiten, Halswirbelsäulensyndrom).
 - (2) Personen mit degenerativer Arthritis, Rheuma oder Gicht.
 - (3) Personen mit Osteoporose oder anderen Knochenerkrankungen.
 - (4) Personen mit Erkrankungen des Herz-Kreislauf-Systems, wie Herzkrankheiten, Gefäßerkrankungen oder Bluthochdruck.
 - (5) Personen mit Atemwegserkrankungen.
 - (6) Träger von Herzschrittmachern oder anderen implantierten medizinischen elektronischen Geräten.
 - (7) Personen mit diagnostizierten bösartigen Tumoren.
 - (8) Personen mit Blutgerinnungsstörungen, schweren Aneurysmen, akuter Venenentzündung oder Hautinfektionen.
 - (9) Personen mit schweren peripheren Durchblutungsstörungen oder Empfindungsstörungen aufgrund von Diabetes.
 - (10) Personen mit offenen Hautwunden.
 - (11) Personen mit hohem Fieber (38 °C oder höher) infolge einer Krankheit.
 - (12) Personen mit Wirbelsäulenanomalien oder -verkrümmungen.
 - (13) Schwangere Frauen, Frauen mit möglicher Schwangerschaft oder Frauen während der Menstruation.
 - (14) Personen, die Bettruhe benötigen oder sich unwohl fühlen.
 - (15) Personen in schlechter körperlicher Verfassung.
 - (16) Personen, die das Laufband zu Rehabilitationszwecken nutzen.
 - (17) Personen, die sich körperlich unwohl fühlen oder glauben, dass die Benutzung des Laufbands ihren Zustand verschlechtern könnte, sollten es nicht verwenden, um Gesundheitsrisiken oder Unfälle zu vermeiden.
- ◆ Im Notfall die seitlichen Handläufe zum Abstützen greifen, die Füße vom Laufband anheben und auf die seitlichen Sicherheitsbereiche des Laufbands treten.
- ◆ Falls Probleme bei der Steigungsverstellung auftreten (z. B. Blockieren oder keine Höhenverstellung möglich), die Benutzung des Laufbands sofort einstellen und den Kundendienst kontaktieren.
- ◆ Beim Abziehen des Netzkabels den Stecker selbst fassen und vorsichtig ziehen, um Beschädigungen am Stecker oder Kabel zu vermeiden.

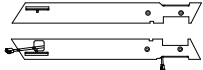
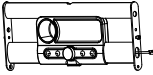
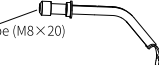
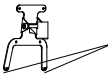
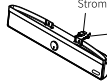
Wichtige Sicherheitshinweise

- ◆ Verwenden Sie das Laufband nicht, wenn das Netzkabel oder der Stecker beschädigt ist oder die Steckdose locker sitzt, da dies Stromschläge, Kurzschlüsse oder Brandgefahr verursachen kann.
- ◆ Halten Sie das Netzkabel von hochtemperierten Gegenständen fern, um Überhitzung oder Beschädigung zu vermeiden.
- ◆ Knicken, verdrehen oder ziehen Sie das Netzkabel nicht gewaltsam. Legen Sie keine schweren Gegenstände darauf und klemmen Sie es nicht unter Möbel, um Kurzschlüsse, Stromschläge oder Brandgefahr zu vermeiden.
- ◆ Achten Sie darauf, dass sich am Netzstecker keine Fremdkörper wie Stifte, Staub oder Feuchtigkeit befinden, um Stromschlag-, Kurzschluss- oder Brandgefahr zu vermeiden.
- ◆ Ziehen Sie nicht den Netzstecker und schalten Sie den Netzschalter nicht aus, während das Laufband in Betrieb ist, da dies zu Verletzungen führen kann.
- ◆ Fassen Sie den Netzstecker nicht mit nassen Händen an, um Stromschläge oder Verletzungen zu vermeiden.
- ◆ Ziehen Sie den Netzstecker, wenn das Laufband nicht benutzt wird, um eine Verschlechterung der Isolierung durch Staub und Feuchtigkeit zu verhindern, die zu Leckströmen oder Brand führen könnte.
- ◆ Ziehen Sie vor Wartungsarbeiten stets den Netzstecker des Laufbands, um Stromschlag- oder Verletzungsgefahr zu vermeiden.
- ◆ Falls das Laufband eine Störung aufweist, stellen Sie die Benutzung sofort ein, ziehen Sie den Netzstecker und wenden Sie sich an einen Fachmann für Inspektion und Reparatur. Die weitere Nutzung eines defekten Laufbands kann Stromschläge oder Verletzungen verursachen.
- ◆ Bei einem Stromausfall sofort den Netzstecker ziehen, um Unfälle oder Verletzungen zu vermeiden, wenn die Stromversorgung wiederhergestellt wird.
- ◆ Der Netzstecker muss ordnungsgemäß geerdet sein und an einer separaten Stromkreissteckdose betrieben werden, um elektrische Störungen anderer Geräte zu verhindern.
- ◆ Dieses Laufband muss geerdet sein, um im Falle einer Störung den elektrischen Strom sicher zur Erde abzuleiten und so das Risiko eines Stromschlags zu verringern.
- ◆ Das Netzkabel ist mit einem Erdungsstecker ausgestattet und muss in eine ordnungsgemäß installierte und geerdete Steckdose eingesteckt werden, die den örtlichen Vorschriften entspricht.
- ◆ Eine fehlerhafte Erdung kann zu Stromschlaggefahr führen. Wenn Sie sich bezüglich der richtigen Erdung unsicher sind, wenden Sie sich an einen qualifizierten Elektriker.
- ◆ Verändern Sie den Stecker oder die Steckdose nicht eigenständig. Lassen Sie bei Bedarf eine geeignete Steckdose von einem Fachmann installieren.
- ◆ Verwenden Sie für dieses Gerät nur den dafür vorgesehenen Erdungsstecker. Achten Sie darauf, dass die Steckdosen kompatibel sind, und verwenden Sie keine Adaptersteckdosen.

Montageanleitung - Teileliste

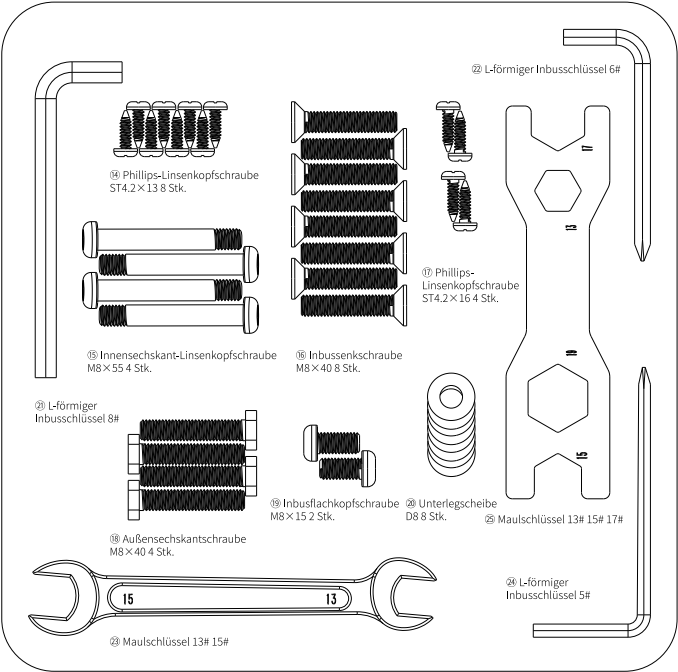
SCHRITT 1: Teile überprüfen

Teileliste (Komponentenliste)

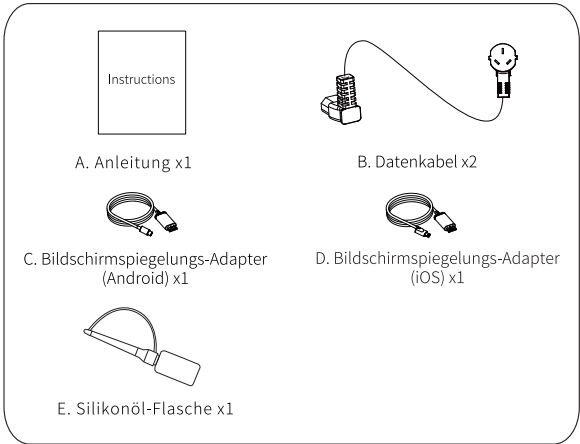
Nr.	Name	Menge	Bild
①	Hauptrahmen-Baugruppe	1	 2 × Flügelschraube
②	Linke/Rechte Aufrechtstütze	2	 (Links) (Rechts)
③	Linker/Rechter Handlauf	2	 (Links) (Rechts)
④	Konsole-Baugruppe	1	
⑤	Flaschenhalter	1	
⑥	Linke/Rechte Handlauf-Abdeckung	4	 (Links) (Rechts)
⑦	Linke/Rechte hintere Fußschutz-Abdeckung	2	 (Links) (Rechts)
⑧	Linke/Rechte Basisträger-Abdeckung	2	 (Links) (Rechts)
⑨	Sicherheitsschlüssel	1	
⑩	Monitorständer	1	 1 × Inbusschraube (M8 × 20)
⑪	Bildschirm-Befestigungsteil	1	 2 × Kreuzschlitz-Linsenkopfschrauben mit Unterlegscheibe (M4 × 10)
⑫	Bildschirm	1	 4 × Kreuzschlitz-Linsenkopfschrauben mit Unterlegscheibe (M4 × 10)
⑬	Lautsprecher	1	 Stromanschluss Signalanschluss

Montageanleitung - Teileliste

Teileliste (Blister-Board)



Teileliste (Zubehör)



Hinweis:
Bitte verwenden Sie den mitgelieferten Adapterstecker gemäß den Standards und Vorschriften Ihrer Region.

*Einige Befestigungsschrauben sind werkseitig an den entsprechenden Teilen vorgesichert. Bitte entfernen Sie diese vor der Montage der jeweiligen Teile.
Ersatzteile unterliegen den tatsächlichen Gegebenheiten.

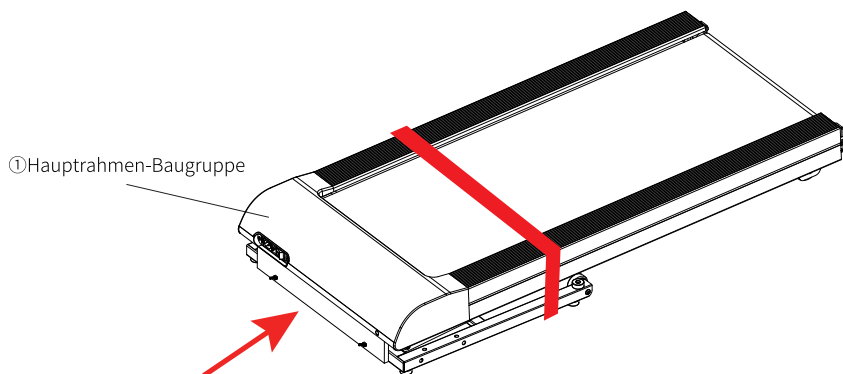


*Schrauben-Befestigungsmethode: Im Uhrzeigersinn anziehen, gegen den Uhrzeigersinn lösen.

Montageanleitung

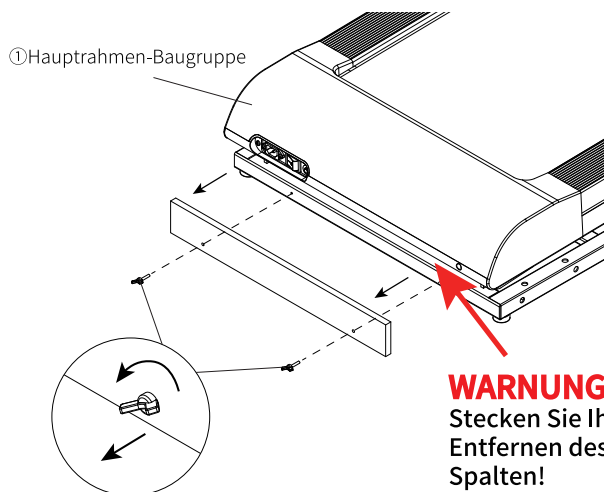
SCHRITT 2: Entfernen des Schutzbretts an der Unterseite

1. Nehmen Sie die Hauptrahmen-Baugruppe① aus der Verpackung und stellen Sie sie stabil auf den Boden (wie in der Abbildung gezeigt).



HINWEIS: Entfernen Sie dieses Schutzblech erst, nachdem der endgültige Aufstellort des Laufbands festgelegt wurde.

2. Lockern Sie an der Position der Hauptrahmen-Baugruppe① die beiden Flügelschrauben gegen den Uhrzeigersinn, entfernen Sie die Schrauben und nehmen Sie dann das Schutzblech ab.



Die Flügelschrauben gegen den Uhrzeigersinn lösen und anschließend entfernen.

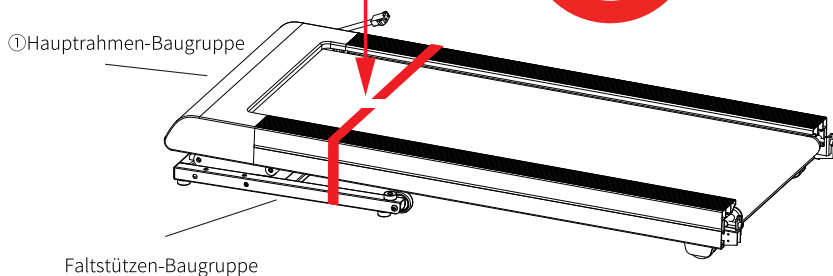
WARNUNG:
Stecken Sie Ihre Hand nach dem Entfernen des Brettes nicht in die Spalten!

HINWEIS:
Bewegen Sie das Laufband nur mit den Transporträdern.

Montageanleitung

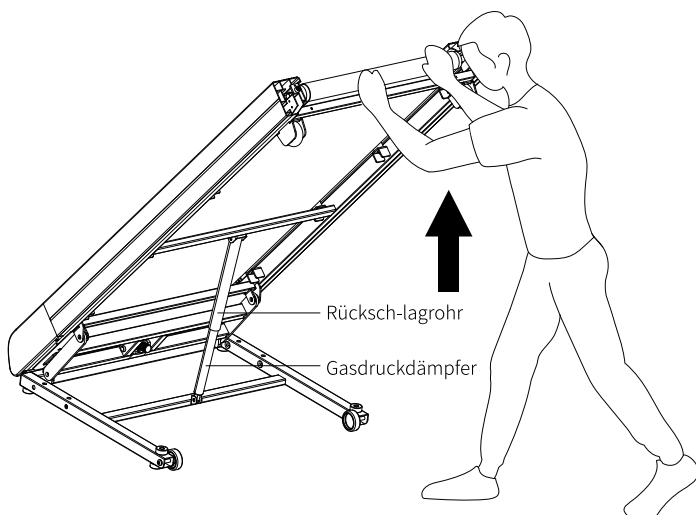
3. Schneiden Sie das Packband mit einer Schere durch.

GEFAHR: Schneiden Sie die Bänder niemals, während das Gerät auf dem Kopf steht! Stellen Sie sicher, dass die Faltstützen-Baugruppe den Boden berührt, bevor Sie schneiden. Verhindern Sie ein plötzliches Lösen des Mechanismus, um Quetsch- oder Aufprallverletzungen zu vermeiden.



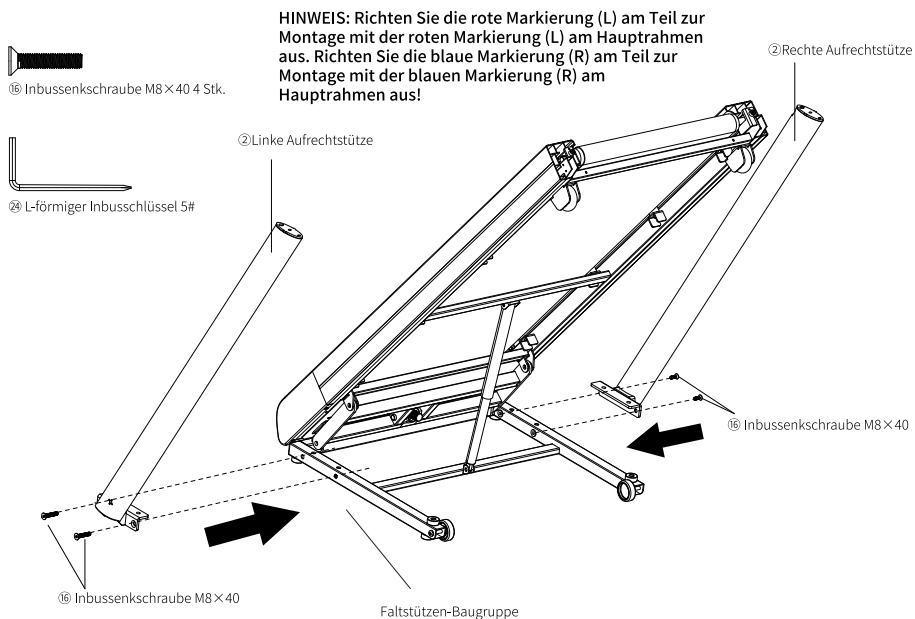
SCHRITT 3: Linke und rechte Aufrechtstütze montieren

1. Heben Sie die ① Haupttrahmen-Baugruppe an, bis der Rückrollsicherungsbügel einrastet (stellen Sie sicher, dass die Verriegelung bestätigt ist).

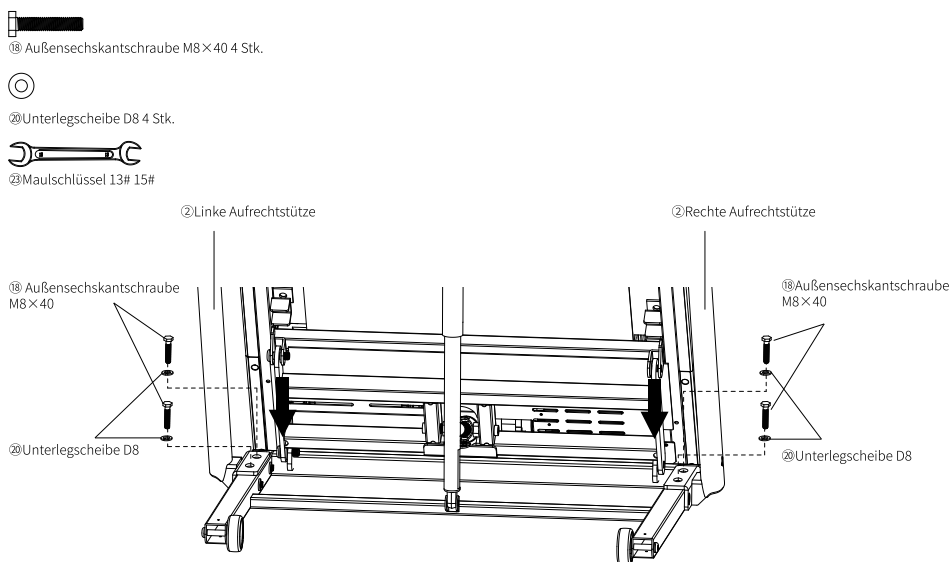


Montageanleitung

2. Stecken Sie zwei ⑮ Inbusschrauben M8x40 durch die Löcher an der Unterseite der ② linken Aufrechtstütze, richten Sie sie mit den Löchern der Faltstützen-Baugruppe aus und ziehen Sie sie mit dem ⑭ L-förmigen Inbusschlüssel 5# fest. (Die rechte Aufrechtstütze ist nach derselben Methode zu befestigen).



3. Versehen Sie jeweils zwei ⑮ Außensechskantschrauben M8x40 mit einer ⑳ Unterlegscheibe D8. Stecken Sie sie durch die ausgerichteten Löcher oben, wo sich ② linke Aufrechtstütze und Faltstützen-Baugruppe überlappen. Ziehen Sie sie mit dem ㉓ Maulschlüssel 13# 15# fest. (Die rechte Aufrechtstütze ist nach derselben Methode zu montieren.)



Montageanleitung

SCHRITT 4: Montage der hinteren Fußschutz-Abdeckungen

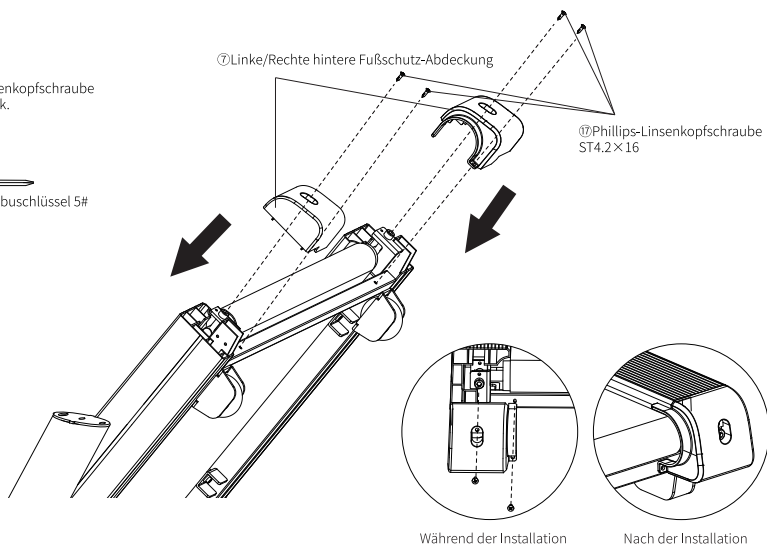
1. Richten Sie die ⑦ linke/rechte hintere Fußschutz-Abdeckung in Pfeilrichtung am Seitenstreifen aus und drücken Sie sie nach unten, bis sie einrastet. Ziehen Sie die ⑪ Phillips-Linsenkopfschraube ST4.2×16 mit dem ⑫ L-förmigen Inbusschlüssel 5# fest, um eine sichere Montage zu gewährleisten.



⑪ Phillips-Linsenkopfschraube
ST4.2×16 4 Stk.

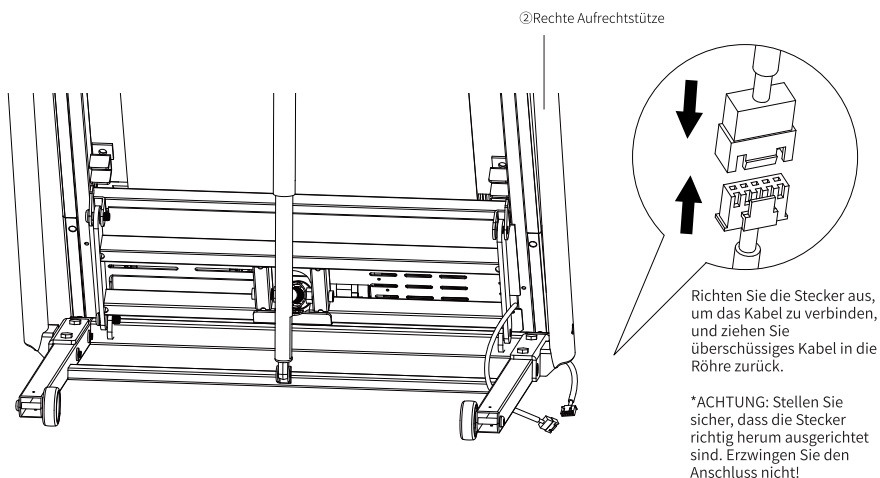


⑫ L-förmiger Inbusschlüssel 5#



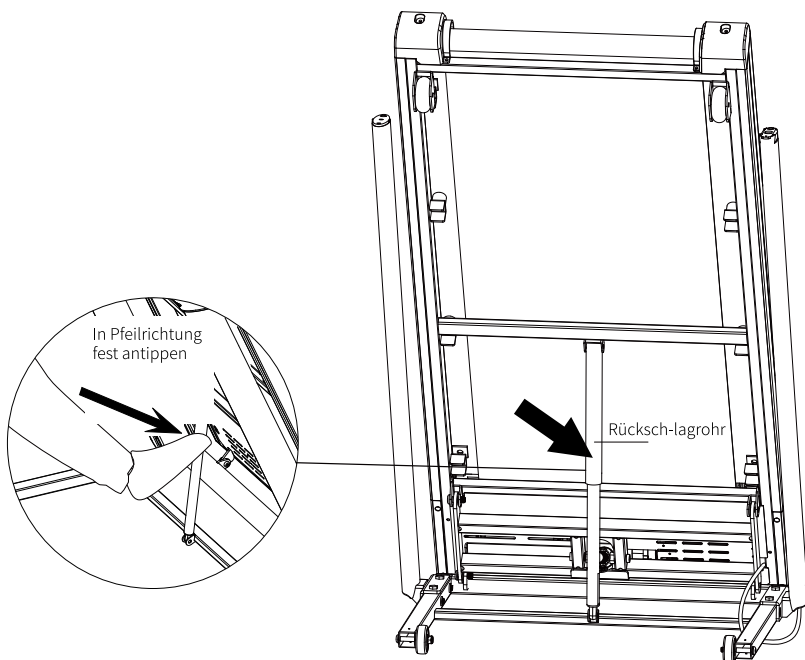
SCHRITT 5: Verkabelung der rechten Aufrechtstütze installieren

1. Verbinden Sie das Signalkabel von der rechten Aufrechtstütze mit dem Hauptraum und führen Sie das Kabel entlang der Unterseite der Aufrechtstütze ins Innere.

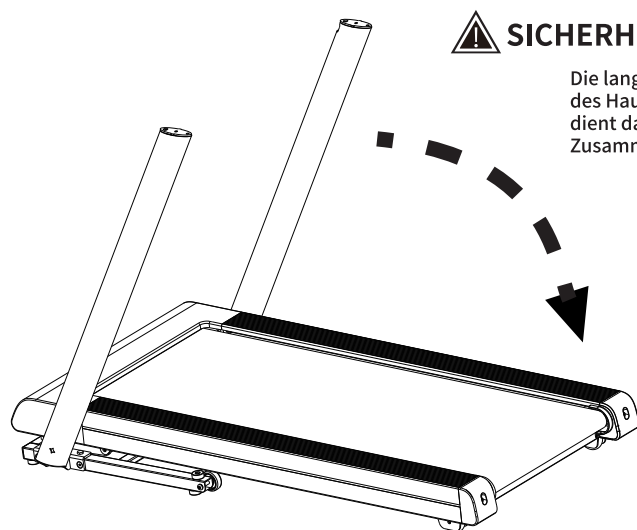


Montageanleitung

2. Halten Sie den Laufrahmen mit beiden Händen fest und treten Sie mit dem Fuß gegen die Gasdruckfeder, um die Verriegelung zu lösen. (Halten Sie etwa 1 Meter Abstand, bis das Laufband vollständig ausgeklappt ist.)



3. Warten Sie, bis sich der Hauptrahmen vollständig abgesenkt und stabilisiert hat, bevor Sie mit dem nächsten Schritt fortfahren.



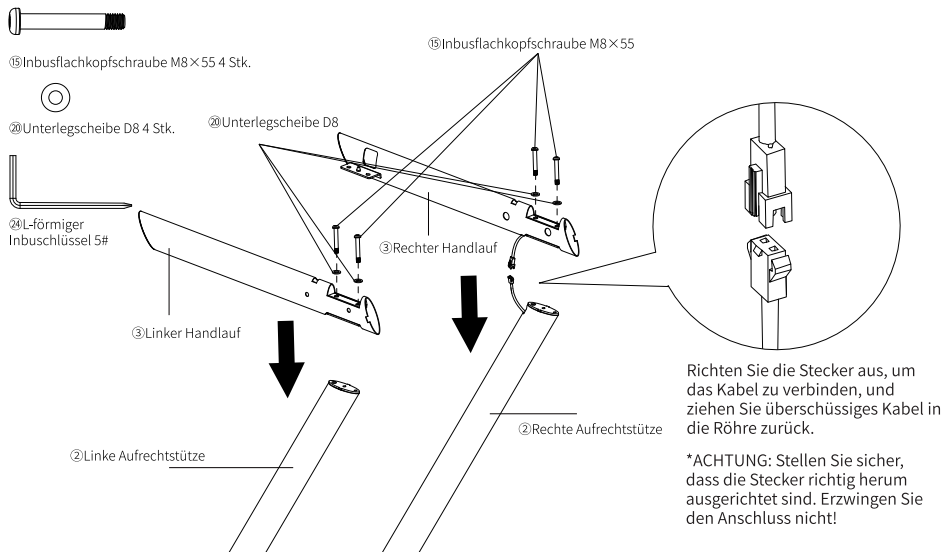
SICHERHEITSHINWEIS:

Die langsame Faltgeschwindigkeit des Hauptrahmens ist normal und dient dazu, ein plötzliches Zusammenklappen zu verhindern.

Montageanleitung

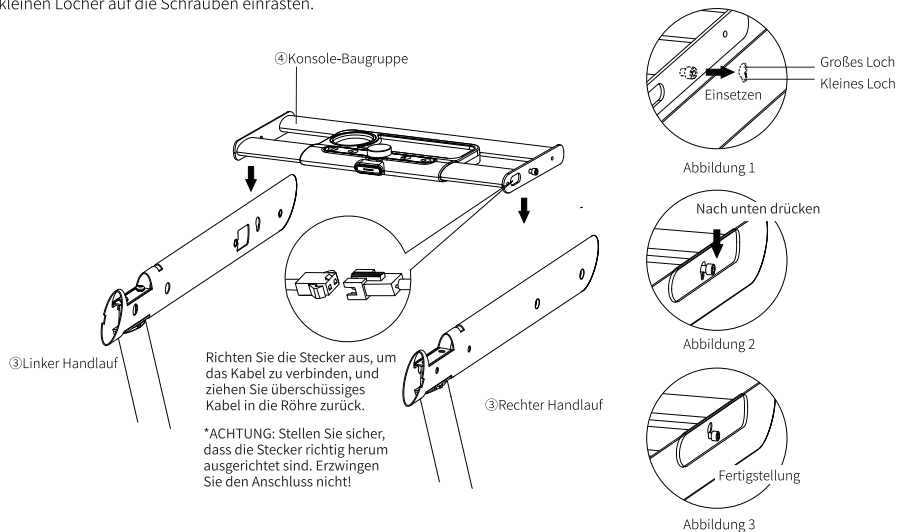
SCHRITT 6: Linken/Rechten Handlauf installieren

1. Verbinden Sie das Signalkabel des rechten Handlaufs mit dem Signalkabel der rechten Aufrechtstütze.
2. Drücken Sie den linken und rechten Handlauf fest gegen die entsprechenden Aufrechtstützen und richten Sie die Montagelöcher aus.
3. Nehmen Sie vier ⑮ Inbusflachkopfschrauben M8×55, kombinieren Sie jede mit einer ⑳ Unterlegscheibe D8. Ziehen Sie alle Schrauben mit dem ㉑ L-förmigen Inbuschlüssel 5# fest.



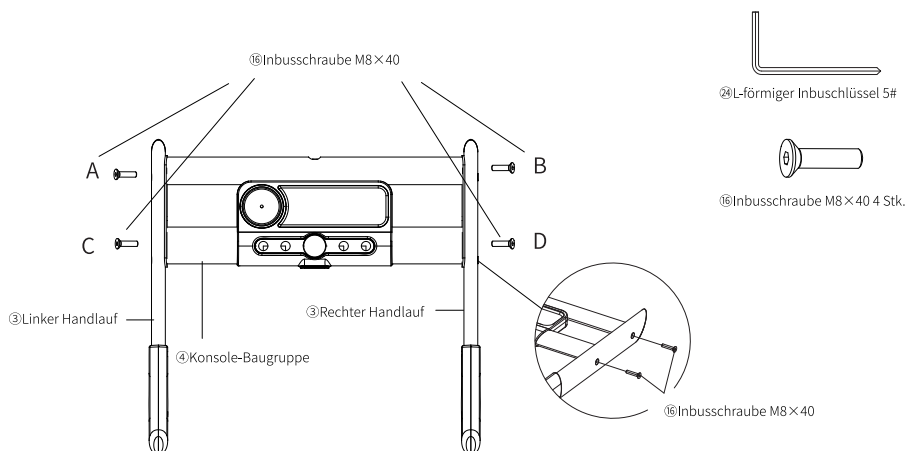
SCHRITT 7: Die Konsole-Baugruppe installieren

1. Verbinden Sie zuerst das Signalkabel der elektronischen Konsolenhalterung mit dem Signalkabel des rechten Handlaufs.
2. Wie in den Abbildungen 1-3 gezeigt, richten Sie die großen Löcher an der Innenseite des ③ linken/rechten Handlaufs mit den Schraubhülsen an der Seite der ④ Konsole-Baugruppe aus und schieben sie darüber. Drücken Sie dann nach unten, bis die kleinen Löcher auf die Schrauben einrasten.



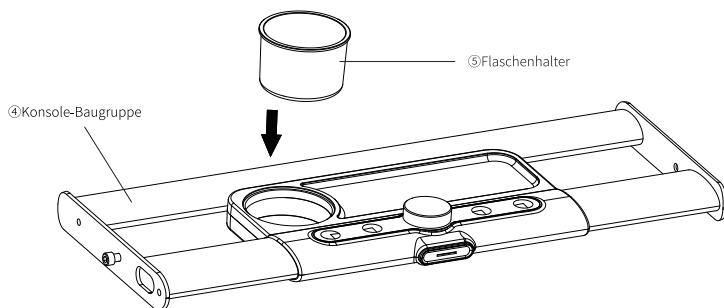
Montageanleitung

3. Richten Sie die ④Konsole-Baugruppe manuell vertikal aus. Ziehen Sie mit dem ②L-förmigen Inbuschlüssel 5# die vier ⑩Inbusschrauben M8×40 in der Reihenfolge A-C-B-D in den Montageschlitzen der ③linken/rechten Handläufe fest, bis sie vollständig gesichert sind.



SCHRITT 8: Flaschenhalter installieren

1. Richten Sie den ⑤Flaschenhalter an den Montagelöchern der ④Konsole-Baugruppe aus und setzen Sie ihn ein.

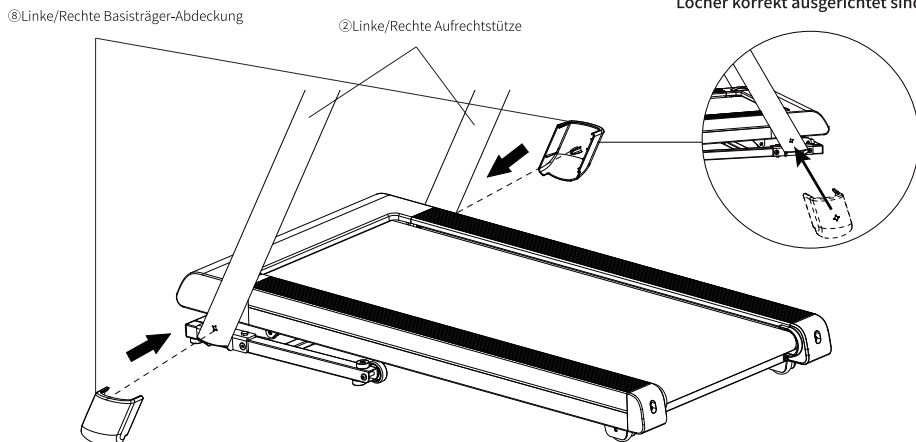


Montageanleitung

SCHRITT 9: Basisträger-Abdeckungen installieren

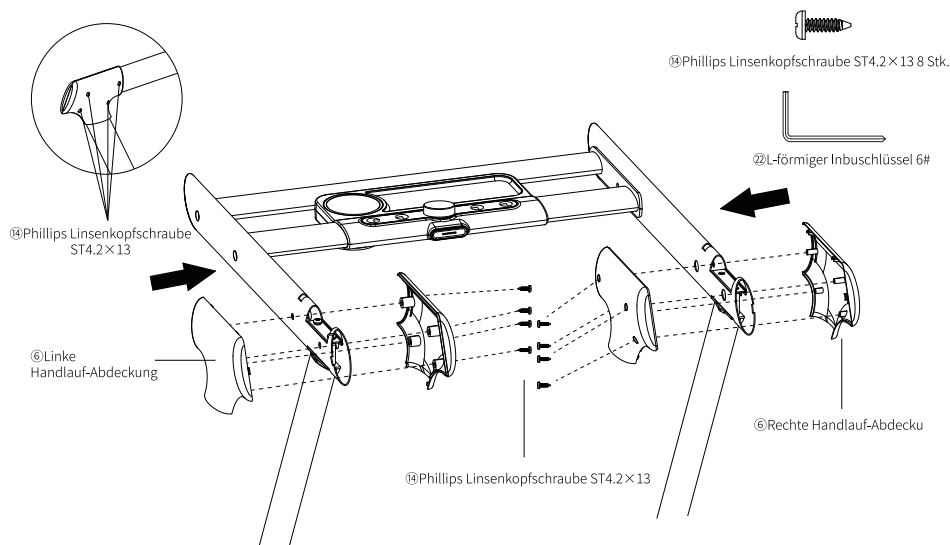
1. Richten Sie die ⑧ linken/rechten Basisträger-Abdeckungen an den Löchern der ② Linke/Rechte Aufrechtstütze aus, setzen Sie sie dann an beiden Seiten der Basis ein und drücken Sie sie bis zum Einrasten fest.

Hinweis: Stellen Sie sicher, dass die Löcher korrekt ausgerichtet sind.



SCHRITT 10: Handlauf-Abdeckungen installieren

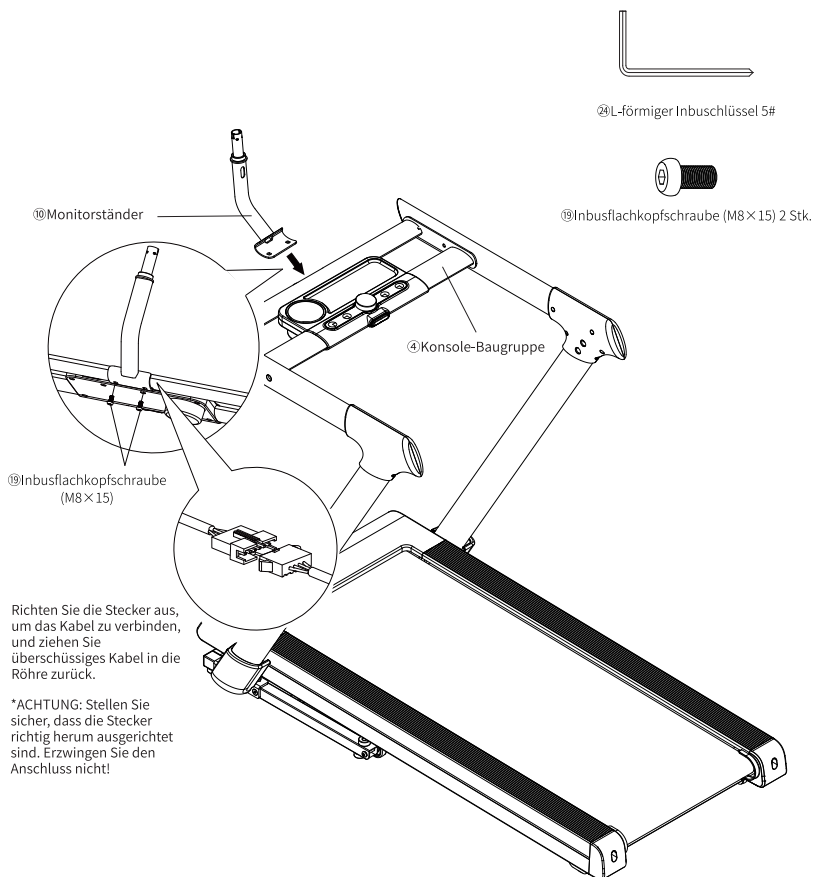
1. Positionieren Sie die ⑥ linken/rechten Handlauf-Abdeckungen an beiden Seiten der Handläufe und richten Sie die Löcher wie in der Abbildung gezeigt aus. Schließen Sie die Abdeckungen durch Zusammenfügen und drücken Sie sie fest an ihren Platz. Ziehen Sie die vier ⑭ Phillips Linsenkopfschrauben ST4.2×13 mit dem ⑫ L-förmigen Inbuschlüssel 6# fest. (Die andere Seite ist auf die gleiche Weise zu installieren.)



Montageanleitung

SCHRITT 11: Monitorständer installieren

1. Verbinden Sie zuerst das Kabel vom ⑩ Monitorständer mit dem Kabel der ④ Konsole-Baugruppe.
2. Richten Sie dann die zwei ⑯ Inbusflachkopfschrauben M8×15 mit den zwei Löchern an der Unterseite des ⑩ Monitorständers aus und schrauben Sie sie mit dem ⑳ L-förmigen Inbuschlüssel 5# ein, bis der ⑩ Monitorständer fest mit der ④ Konsole-Baugruppe verbunden ist.



Montageanleitung

SCHRITT 12: Montage von Bildschirm und Lautsprecher

Entfernen Sie mit dem ⑫ L-förmigen Inbusschlüssel 6# die vormontierten Kreuzschlitz-Linsenkopfschrauben mit Unterlegscheibe (M4 × 10) vom ⑫ Bildschirm, wie unten gezeigt.

* Bitte legen Sie den Bildschirm flach auf einen Tisch. Achten Sie darauf, den Bildschirm nicht gegen harte Gegenstände zu stoßen, um Beschädigungen zu vermeiden.

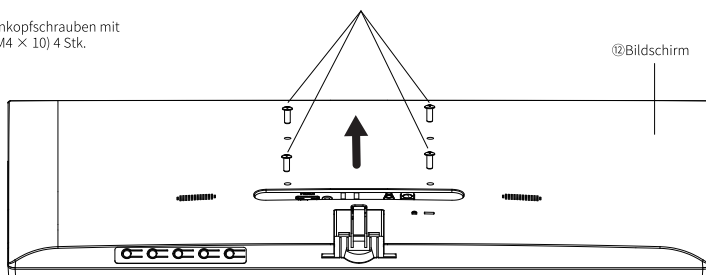


⑫ L-förmiger Inbusschlüssel 6#

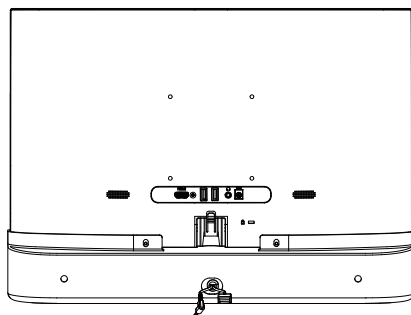
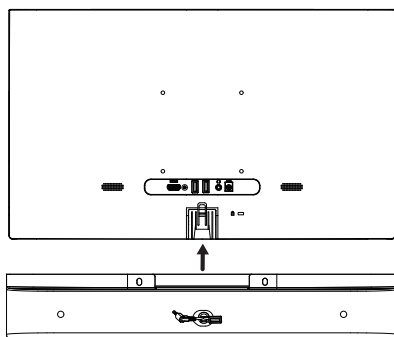


Kreuzschlitz-Linsenkopfschrauben mit Unterlegscheibe (M4 × 10) 4 Stk.

Kreuzschlitz-Linsenkopfschrauben mit Unterlegscheibe (M4 × 10)



2. Nehmen Sie den ⑫Bildschirm heraus und legen Sie ihn flach ab. Setzen Sie dann den ⑬Lautsprecher in die Nut des ⑫Bildschirms ein, wie im Bild gezeigt. (Hinweis: Der Lautsprecher ist mit einem Gehäuse ausgestattet. Achten Sie beim Herausnehmen darauf, dass die Vorderseite des Kartons nach oben zeigt, um Beschädigungen zu vermeiden).



⑫Bildschirm

⑬Lautsprecher

Montageanleitung

3. Nehmen Sie das ⑪Bildschirm-Befestigungsteil heraus und entfernen Sie mit dem ⑫L-förmigen Inbusschlüssel 6# die Kreuzschlitz-Linsenkopfschrauben mit Unterlegscheibe (M4 × 10).

4. Positionieren Sie das ⑪Bildschirm-Befestigungsteil auf der Rückseite des Bildschirms. (Hinweis: Führen Sie das lange Ende des Metallschenkels flach in die Öffnung des Lautsprechergehäuses ein.)

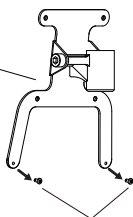


⑫L-förmiger Inbusschlüssel 6#

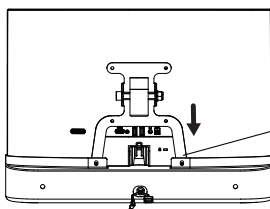


Kreuzschlitz-Linsenkopfschrauben mit Unterlegscheibe (M4 × 10) 2 Stk.

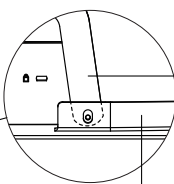
⑪Bildschirm-Befestigungsteil



Kreuzschlitz-Linsenkopfschrauben mit Unterlegscheibe (M4 × 10)



Das lange Ende des Metallschenkels flach ausrichten und in die Öffnung des Lautsprechergehäuses einführen



Langer Metallschenkel

Lautsprechergehäuse

5. Richten Sie die Löcher des ⑪Bildschirm-Befestigungsteils an den Löchern des ⑬Lautsprechers und des ⑫Bildschirms aus. Drehen Sie die sechs zuvor entfernten Schrauben der Reihe nach lose ein. Richten Sie das ⑪Bildschirm-Befestigungsteil parallel zum ⑫Bildschirm aus und ziehen Sie anschließend alle Schrauben im Uhrzeigersinn fest.



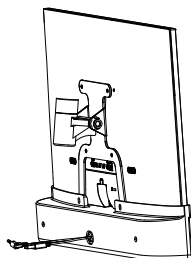
⑫L-förmiger Inbusschlüssel 6#



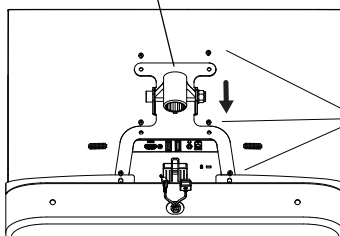
Kreuzschlitz-Linsenkopfschrauben mit Unterlegscheibe (M4 × 10) 4 Stk.



Kreuzschlitz-Linsenkopfschrauben mit Unterlegscheibe (M4 × 10) 2 Stk.



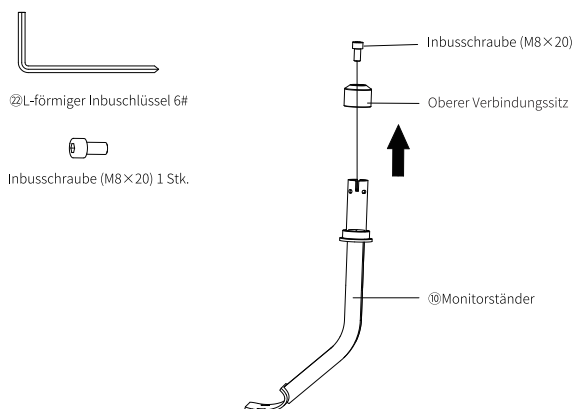
⑪Bildschirm-Befestigungsteil



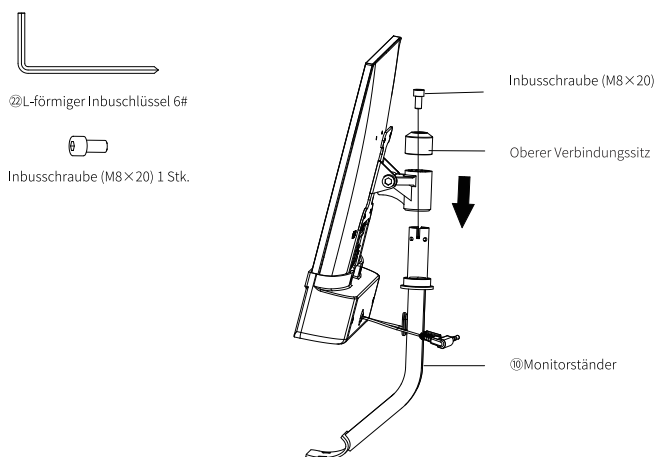
Sechs Schrauben

Montageanleitung

6. Lösen Sie die am ⑩ Monitorständer vorinstallierte Inbusschraube (M8×20) mit einem ⑫ L-förmigen Inbuschlüssel 6# und entfernen Sie dann den oberen Verbindungssitz.



7. Setzen Sie die im vorherigen Schritt montierten Bildschirm- und Lautsprecherkomponenten in den ⑩ Monitorständer ein. Setzen Sie dann nacheinander den oberen Verbindungssitz und die Inbusschraube (M8×20) ein und sichern Sie diese mit einem ⑫ L-förmigen Inbuschlüssel 6#, bis sie fest sitzen.



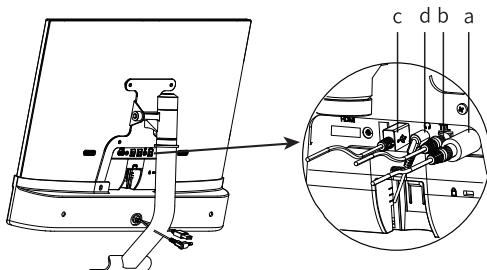
Montageanleitung

SCHRITT 13: Anschlusskabel installieren

1. Stecken Sie den Monitor-Stromanschluss (a), Signalanschluss (b), Lautsprecher-Stromanschluss (c) und Signalanschluss (d) in die entsprechenden Buchsen an der Monitor-Rückseite unten. Achten Sie auf vollständiges, festes Einstecken ohne Spiel.

(Hinweis: Passen Sie die Anschlüsse anhand der Farbcodierung zu den Buchsen. Stromanschlüsse müssen durch Drehen im Uhrzeigersinn arretiert werden; lockere Verbindungen sind strikt untersagt.)

2. Wählen Sie die geeignete HDMI-Schnittstelle des Projektionskabels für den HDMI-Anschluss unter dem Monitor. (Beachten Sie den Unterschied zwischen IOS und Android. Für Android muss der Stromanschluss in die Steckdose gesteckt werden. Sichern Sie überschüssiges Kabel mit Klettband.)

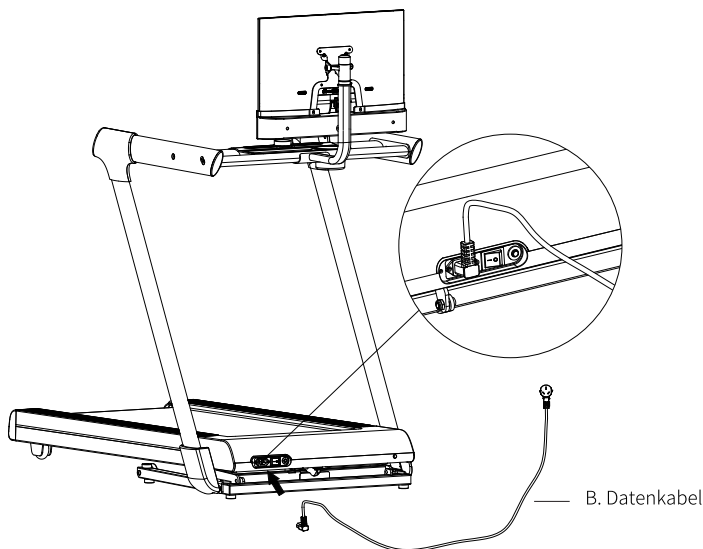


Sicherheitshinweise:

- Stecken Sie die Monitor-Anschlüsse nicht ein oder aus, ohne die Stromversorgung zu unterbrechen.
- Bitte ziehen Sie den Stecker, wenn das Gerät nicht in Gebrauch ist.
- Verwenden Sie dieses Gerät nicht bei Gewitter. Trennen Sie es sofort vom Stromnetz!

SCHRITT 14: Netzkabel installieren

1. Wie in der Abbildung gezeigt, schließen Sie das Netzkabel an, schalten Sie den Netzschalter ein, und das Gerät geht in den Bereitschaftszustand.

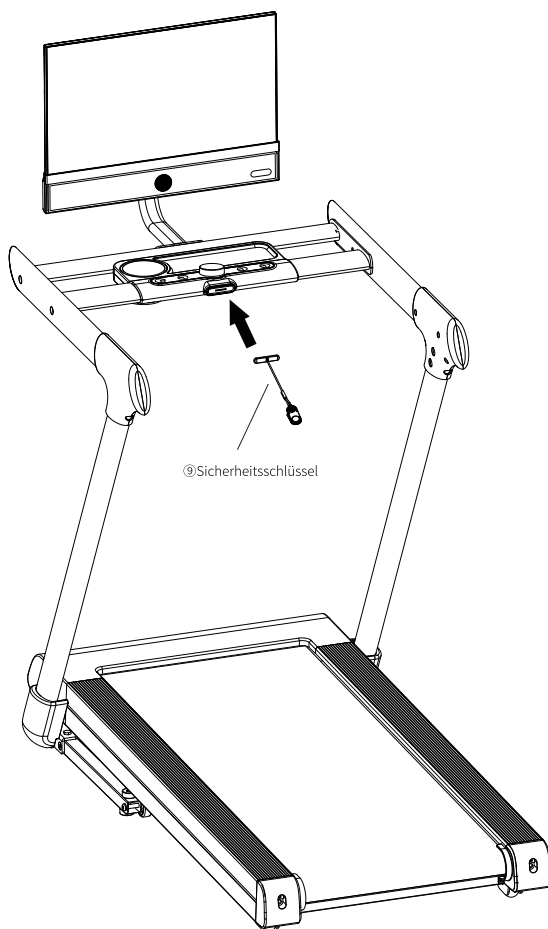


Hinweis: Bitte verwenden Sie den mitgelieferten Adapterstecker gemäß den Standards und Vorschriften Ihrer Region.

Montageanleitung

SCHRITT 15: Sicherheitsschlüssel installieren

1. Löcher ausrichten und den ⑨ Sicherheitsschlüssel einsetzen.



Sicherheitshinweise:

- Vor dem Start bitte den Sicherheitsschlüssel an der Kleidung befestigen.
- Das Gerät funktioniert nicht, wenn der Sicherheitsschlüssel nicht eingesetzt ist.
- Wird der Sicherheitsschlüssel während des Laufvorgangs entfernt, führt das Gerät einen Notstopp aus.
- Bei Nichtgebrauch bitte den Sicherheitsschlüssel entfernen, um zu verhindern, dass Kinder das Gerät starten.

Komplette Montage (Nur zur Referenz. Die tatsächliche Konfiguration kann abweichen.)

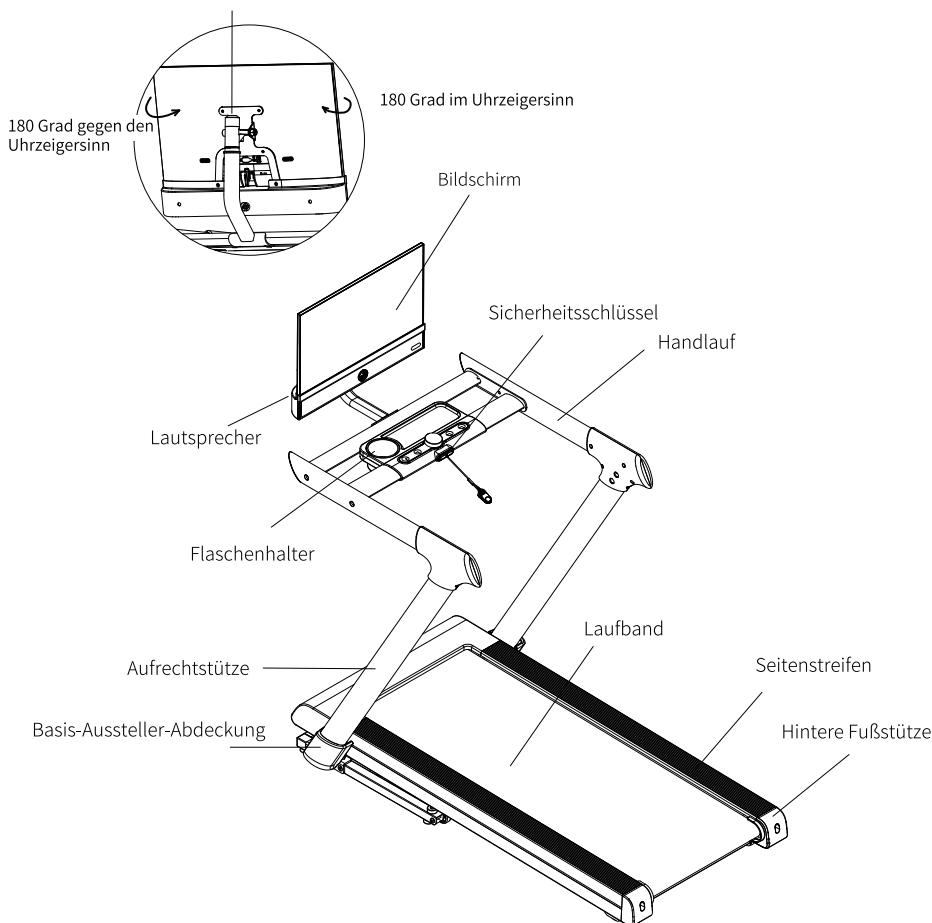
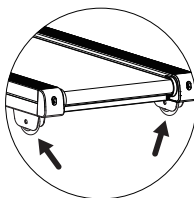


Sicherheitshinweise:

Vor der Benutzung bitte prüfen, ob die Fußpolster unter dem Laufband stabil aufliegen und nicht wackeln.

Der Bildschirm ist um 360 Grad drehbar und kann um 180 Grad im oder gegen den Uhrzeigersinn gedreht werden.

(Bei Bedarf mit dem @L-förmigen Inbuschlüssel 6# festziehen oder lockern).



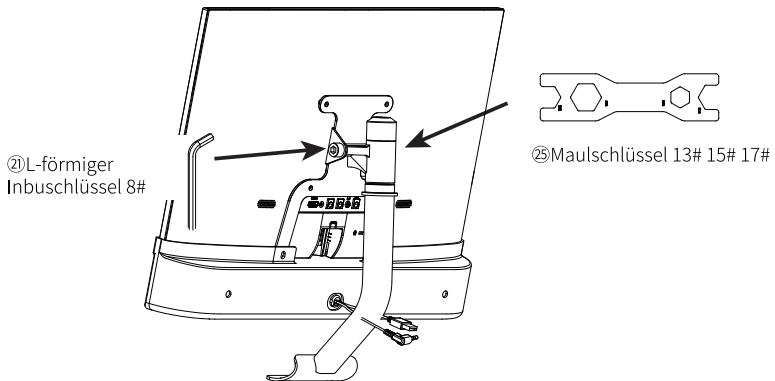
Erklärung:

Dieses Handbuch enthält eine umfassende Beschreibung der Produktfunktionen und Bedienungsanleitung zum Zeitpunkt des Drucks. Aufgrund kontinuierlicher Verbesserungen an Hardware, Software und Design kann es jedoch Unterschiede zwischen diesem Handbuch und dem von Ihnen erworbenen Produkt geben. Bei Abweichungen in Aussehen, Schnittstelle oder Farbe ist das tatsächliche Produkt maßgebend.

Vorsichtsmaßnahmen

Bildschirm prüfen

Überprüfen Sie nach der Installation, ob sich der Bildschirm löst, wenn er auf den Kopf gedreht wird. Falls ja, ziehen Sie ihn mit dem ②①L-förmigen Inbuschlüssel 8# und dem ②⑤Maulschlüssel 13# 15# 17# wie in der Abbildung gezeigt fest. (Sollte sich der Bildschirm während der Nutzung lockern oder die Verbindung justiert werden müssen, gehen Sie bitte in diesen Schritten vor, um die notwendigen Korrekturen vorzunehmen.)



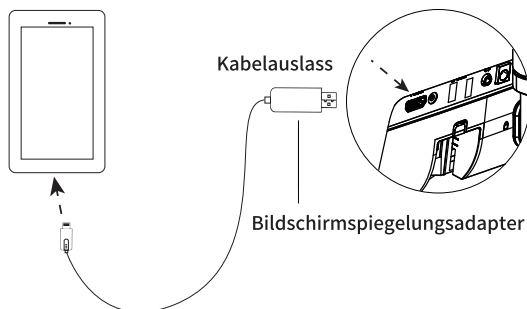
Einstellung des Bildschirms

Bildschirmeinstellung

Wenn Sie den Monitorbildschirm einstellen müssen, entfernen Sie bitte mit einem ②L-förmigen Inbuschlüssel 6# die Kreuzkopfschrauben mit Unterlegscheibe am Lautsprechergehäuse, nehmen Sie es hoch und ab, entfernen Sie den Lautsprecher und folgen Sie dann den Knopfbedienungsanweisungen (wie in der Abbildung gezeigt). Nehmen Sie die Einstellungen vor, bevor Sie den Lautsprecher wieder einbauen. (Bitte stellen Sie sicher, dass das Bildschirmspiegelungsgerät angeschlossen ist, bevor Sie den Bildschirm einstellen; andernfalls kann das OSD-Menü nicht aufgerufen werden.)

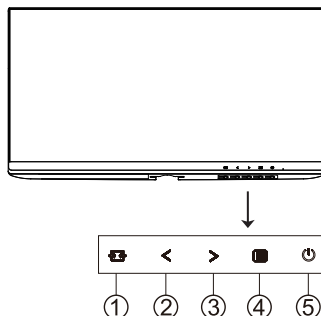
(1) Mit dem Bildschirmspiegelungsgerät verbinden

Mobile Geräte:



(2) Monitorbildschirm einstellen

1. Versionsansicht/Beenden
2. Verringern
3. Erhöhen
4. Menü/Auswahl
5. Netzschalter



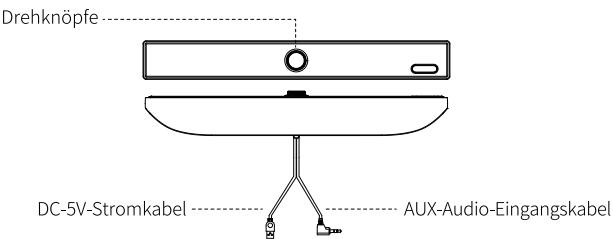
Km- oder mi-Umschaltung



Km oder mi

1. Stellen Sie sicher, dass der Monitor eingeschaltet ist und sich im Bildschirmspiegelungsmodus befindet;
2. Drücken Sie die "Menü"-Taste, um das OSD-Menü aufzurufen;
3. Drücken Sie die "Verringern/Erhöhen"-Tasten, um die gewünschte Option auszuwählen (die Einheitenumschaltoption befindet sich unter "Extra"), und drücken Sie dann die "Auswahl"-Taste zum Bestätigen;
4. Drücken Sie die "Verringern/Erhöhen"-Tasten, um "Km oder mi" zu finden, und drücken Sie dann die "Auswahl"-Taste, um in den Einstellmodus zu gelangen;
5. Drücken Sie die "Verringern/Erhöhen"-Tasten, um die gewünschte Einheit zu wählen, und drücken Sie dann die "Auswahl"-Taste, um die Einstellung zu speichern;
6. Drücken Sie die "Beenden"-Taste, um das OSD-Menü zu verlassen und die Lautsprechereinheit wieder in ihre ursprüngliche Position zu bringen.

Bedienung der Audiofunktion

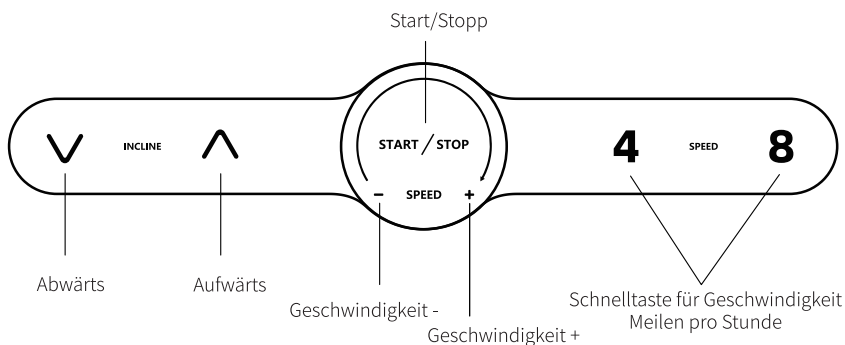


funktion	Projekt	Vorbedingung	Bedienungsschritte	Effekt	Ton	LED
Ein/Aus	Einschalten	/	Kurzes Drücken des Drehschalters	Einschalten	Einschaltton (Hallo)	Rote LED bleibt eingeschaltet
	Ausschalten	/	Drücken und Halten des Knopfes für 3 Sekunden	Ausschalten	Ausschaltton (Ausschaltklang)	Rote LED erlischt
Schlafzustand	Einschalten	/	Der Lautsprecher hat mehr als 10 Minuten lang kein AUX- oder Bluetooth-Signal-Eingang	Der Lautsprecher geht in den Schlafmodus	/	Rote LED erlischt
Weckfunktion	Schlafmodus	Schlafzustand	Durch Klicken des Knopfes (Klicken schaltet die Modi nicht um), das Eingeben von Audiosignalen, das Anpassen der Lautstärke und das Verbinden von Bluetooth kann der Lautsprecher aus dem Schlafmodus geweckt werden.	In den Vor-Wachmodus eintreten	/	Rote LED bleibt eingeschaltet
Steuer funktion	Lautstärke erhöhen	/	Drehen Sie den Schalter im Uhrzeigersinn	Die Lautstärke verringert sich allmählich mit Ihrer Drehung	Lautstärke bis zum Maximum mit einem Ton (Piepton) erhöhen	Rote LED bleibt eingeschaltet
	Lautstärke verringern	/	Drehen Sie den Schalter gegen den Uhrzeigersinn	Die Lautstärke verringert sich allmählich mit Ihrer Drehung	/	Rote LED bleibt eingeschaltet
	Moduswechsel	Einschalten	Kurzes Drücken des Drehschalters	Wechseln Sie zwischen AUX-Modus und Bluetooth-Modus	Wechseln Sie in den Bluetooth-Modus mit einem Piepton (Bluetooth-Pairing aktiviert)	1. AUX-Modus: Rotes Licht bleibt immer an 2. Bluetooth-Modus: Rotes Licht blinkt schnell
Pairing-Funktion	Bluetooth-Pairing	Einschalten	Klicken Sie auf den Knopf, um den Modus auf Bluetooth-Modus zu wechseln	1. Paarungsuchstatus, rotes Licht blinkt schnell 2. Wenn die Paarung innerhalb von 10 Minuten abläuft, geht es in den Schlafmodus	(Abschaltgeräusch)	Rote LED blinkt schnell
		Einschalten	Aktivieren Sie Bluetooth und suchen Sie auf dem Gerät	Das Bluetooth-Gerät sucht nach „Speaker“ und verbindet sich. Eine erfolgreiche Verbindung wird mit einem Ton angekündigt.	Der Ton der erfolgreichen Verbindung (Gekoppelt (Dong))	Rote LED bleibt eingeschaltet
	Getrennt	Verbunden	Deaktivieren Sie die Bluetooth-Funktion Ihres Geräts	1. Ankündigungston (Paarung) 2. Der Lautsprecher geht in den Pairing-Modus	Trennungs-Ton (Paarung)	Rote LED blinkt schnell
			Stornieren Sie die Kopplung über das Gerät.			
			Trennen Sie die Bluetooth-Verbindung über das Gerät			
	Wieder verbunden – zurück im Bluetooth-Bereich	Getrennt	1. Mit dem Gerät verbunden, die Bluetooth-Verbindung trennt sich, nachdem das Gerät aus dem Bluetooth-Bereich entfernt wurde 2. Es wird erfolgreich wieder verbunden, wenn es innerhalb von 10 Minuten wieder im Bluetooth-Bereich ist	1. Nach einer Überdistanztrennung geht der Lautsprecher in den Paarungsmodus und das rote Licht blinkt schnell 2. Nach 10 Minuten, ohne dass ein Gerät verbunden ist, geht der Lautsprecher in den Schlafmodus	Trennungs-Ton (Paarung)	Rote LED blinkt schnell
			Erfolgreich mit dem Gerät wieder verbunden		Der Ton der erfolgreichen Verbindung (Gekoppelt)	Rote LED bleibt eingeschaltet
Wieder verbunden	Wieder verbunden	Bluetooth-Modus (zuvor mit Gerät gekoppelt)	Wechseln Sie in den Bluetooth-Modus, der Lautsprecher versucht, sich mit dem letzten Gerät wieder zu verbinden	Wenn die Verbindung innerhalb von 10 Minuten nicht wiederhergestellt werden kann, geht der Lautsprecher in den Schlafmodus	Der Ton der erfolgreichen Verbindung (Gekoppelt)	Rote LED bleibt eingeschaltet
	Werkseinstellung zurücksetzen (Im Bluetooth-Modus)	Einschalten	Im Bluetooth-Modus, drücken Sie dreifach den Lautsprecher-Knopf	1. Auf den Standard-Startzustand zurücksetzen (AUX-Modus betreten) 2. Bluetooth-Verbindungsdaten löschen und die Koppelung der vorderen und hinteren Lautsprecher löschen, Lautstärke auf die Standardlautstärke zurücksetzen (maximale Lautstärke 50%) 3. In den AUX-Modus wechseln	Wiederherstellungs-Erfolgston (Hallo)	Rote LED bleibt eingeschaltet

Hinweis: Wenn Ihr Telefon über Bluetooth mit dem Lautsprecher und gleichzeitig mit der kabelgebundenen Bildschirmprojektion verbunden ist, schalten Sie den Lautsprecher bitte in den AUX-Modus.

Bedienungsanleitung

Funktionsbedienung des elektronischen Displays



1. Parameterbeschreibung

Trainingsparameter für verschiedene Trainingsmodi:

- Die minimal angezeigte Geschwindigkeit beträgt 1 km/h / 0,62 mph.
- Die maximal angezeigte Geschwindigkeit beträgt 14 km/h / 8,7 mph.

2. Funktionen der Bedientasten und Betriebsanleitung

Drehknopf --- Funktionsbeschreibung: Geschwindigkeit erhöhen/verringern, Start/Pause/Stop-Taste.

Betriebsanleitung:

- Im Bereitschaftsmodus den Drehknopf drücken, um das Laufband zu starten.
- Im Betriebsmodus den Drehknopf drehen, um die Geschwindigkeit anzupassen.
- Im Betriebsmodus den Drehknopf drücken, um den Laufbandbetrieb zu pausieren.
- Im Betriebsmodus den Drehknopf gedrückt halten, um den Laufbandbetrieb zu stoppen.

Geschwindigkeits-Schnelltasten④,⑧ --- Funktionsbeschreibung: Schnelle Geschwindigkeitsanpassung.

Betriebsanleitung:

- Im Betriebsmodus die Geschwindigkeits-Schnelltaste drücken, um auf die entsprechende Geschwindigkeit einzustellen.

Neigungs-Einstelltaste --- Funktionsbeschreibung: Steuert den Neigungswinkel der Lauffläche.

Bedienungsanleitung:

- Jedes Drücken der Aufwärtstaste erhöht die Steigung um 1%. Bei längerem Drücken erhöht sich die Steigung kontinuierlich.
- Jedes Drücken der Abwärtstaste verringert die Steigung um 1%. Bei längerem Drücken verringert sich die Steigung kontinuierlich.

3. Beschreibung der Trainingsmodi

Funktionsbeschreibung Manueller Modus

Manuellen Modus starten: Nachdem das Laufband eingeschaltet ist und alle Anzeigen aufleuchten, befindet es sich im vollständigen manuellen Betriebsmodus. An diesem Punkt den Drehknopf drücken, um in den manuellen Betriebsmodus einzutreten.

Betriebsanleitung:

- Die anfängliche Arbeitsgeschwindigkeit beträgt 1 km/h / 0,62 mph, und die Zeit-, Distanz- und Kalorienfenster beginnen bei Null zu zählen.
- Den Drehknopf drehen, um die Arbeitsgeschwindigkeit anzupassen.
- Die Geschwindigkeits-Schnelltasten④,⑧ drücken, um schnell auf die entsprechende Geschwindigkeit einzustellen. Den Drehknopf drücken, um den Laufbandbetrieb zu pausieren. (Den Drehknopf gedrückt halten, um den Laufbandbetrieb zu stoppen).
- Das Herausziehen des Sicherheitsschlüssels kann den Motor sofort anhalten.

Bedienungsanleitung

4. Anzeigebereich der einzelnen Werte:

Einstellparameter	Initial	Eingestellter Anfangswert	Einstellbereich	Anzeigebereich
Zeit (Stunden: Minuten: Sekunden)	0:00	—	—	00:00:00–18:15:12 (Stunden: Minuten: Sekunden)
Geschwindigkeit (km/h)/ (mph)	0,0	1 (km/h) / 0,62 (mph)	1-14 (km/h) / 0,62-8,7 (mph)	1-14 (km/h) / 0,62-8,7 (mph)
Distance (km)/ (mile)	0,00	—	—	0,00-9999 (km) / 0,00-9999 (Meilen)
Kalorien (kcal)	0,0	—	—	0,0-9999
Steigung (%)	0	—	0-10%	0-10%

Hinweis: Da bei der Geräteherstellung Abweichungen auftreten können, können die oben genannten Daten leicht von den tatsächlichen Werten abweichen und dienen nur als Referenz.

5. Beschreibung der Ruhemodus-Funktion:

Wenn das Laufband stoppt und länger als 10 Minuten keine Bedienung erfolgt, wechselt es in den Ruhemodus. Die Anzeige auf dem elektronischen Monitor schaltet sich automatisch aus. Drücken Sie eine beliebige Taste, um den Monitor aufzuwecken. Nachdem alle Anzeigen aufleuchten, kehrt das Gerät in den anfänglichen Standby-Zustand zurück.

6. Anzeigebereich der einzelnen Werte:

- Für den normalen Gebrauch muss das Sicherheitsschloss an der vorgesehenen Stelle am elektronischen Monitor eingesteckt sein, um das Gerät bedienen zu können.
- Wird der Sicherheitsschlüssel entfernt, ertönt ein Warnton.
- Wird das Sicherheitsschloss während des Betriebs entfernt, stoppt das System schnell. Nach dem erneuten Einstecken des Sicherheitsschlusses werden alle Trainingsdaten auf Null zurückgesetzt.

Bedienung des Bedienfelds

Start	Eingabe → Standby Modus — Knopf kurz drücken → Der Summer ertönt dreimal Geschwindigkeit auf die niedrigste Stufe gesetzt	
	Pausenmodus — Knopf kurz drücken → Der Summer ertönt dreimal	
Geschwindigkeits anpassung	Trainingsmodus — Knopf nach rechtsdrehen → Geschwindigkeit erhöht sich um 0,1 km/h pro Rasterung; Jede Drehung löst einen hörbaren "Piepton" für Geschwindigkeitsänderungen aus.	
	Trainingsmodus — Knopf nach links drehen → Geschwindigkeit verringert sich um 0,1 km/h pro Rasterung; Ein hörbarer "Piepton" ertönt bei jeder Geschwindigkeitsänderung.	
	Im Pausen-/Stopp-Modus — Drehknopf links/rechts → Ungültig	
Steigungs anpassung	Training/Pause/ Im Standby-Modus { "Auf"-Taste drücken → Der Neigungswinkel erhöht sich. Jeder Druck erhöht die Steigung um 1 %. Halten Sie die Taste gedrückt, um die Steigung kontinuierlich zu erhöhen. Das Steigungssymbol leuchtet auf und die einstellige Anzeige zeigt die Steigungsstufe an. "Ab"-Taste drücken → Der Neigungswinkel verringert sich. Jeder Druck verringert die Steigung um 1 %. Halten Sie die Taste gedrückt, um die Steigung kontinuierlich zu verringern. Das Steigungssymbol leuchtet auf und die einstellige Anzeige zeigt die Steigungsstufe an.	
	Stopp-/Bildschirm-aus-Modus — Auf-/Ab-Taste drücken → Ungültig Jede Stufe erhöht sich um 1 %, bis zu insgesamt 10 %. Setzt sich nach dem Stoppen oder bei Bildschirm-Timeout auf 0° zurück.	

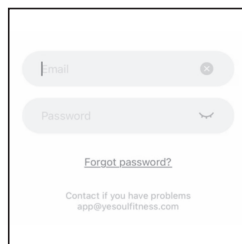
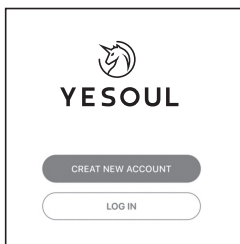
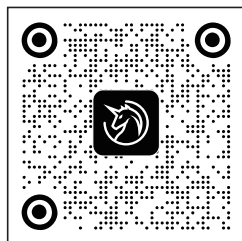
Bedienungsanleitung

Pause	Die Geschwindigkeitsanzeige zeigt 0 Die Distanzanzeige zeigt die pausierte Trainingsstrecke Die Zeit-/Kalorienanzeige zeigt die Werte vor der Pause Während des Trainings — Knopf kurz drücken —> Pause		
	Pausiert — Knopf 3 Sekunden gedrückt halten —> Training beenden		
	Pausenmodus — Keine Bedienung —> Das Display schaltet sich nach 10 Minuten Inaktivität aus.		
Training beenden	Stopp-Zustand — Knopf 3 Sekunden gedrückt halten —>	Training beenden Die Geschwindigkeit verringert sich um 0,5 km/h pro Sekunde, bis sie 0 erreicht.	Trainingsdaten: Außer der Geschwindigkeit, die 00 anzeigt, zeigen andere Werte die Daten vor Trainingsende an.
	Stopp-Zustand — Keine Bedienung —> Das Display schaltet sich nach 10 Minuten Inaktivität aus.		
Stopp	In Bewegung	Sicherheitsverriegelung lösen	Der Summer piept kontinuierlich, bis das Sicherheitsschloss installiert ist.
	Kein Training		Das Display zeigt den Fehlercode E98.
	Trainingsdaten: Außer der Geschwindigkeit ("00") zeigen andere Werte die Daten vor dem Notstopp an.		
Keine Reaktion auf Tastendruck.			
	Sicherheitsverriegelung befestigen	Fehlercode verschwindet	
		Die Tasten funktionieren wieder normal	
	Sicherheitsclip befestigen — Aktuelles Training beenden —> Daten zurücksetzen		
Bildschirm aus	Stopp/Pause/Ende-Zustand — Keine Bedienung —> Der Bildschirm schaltet sich nach 10 Minuten Inaktivität aus.		
Training stoppt automatisch	Schaltet sich nach >90 Minuten Inaktivität automatisch ab; Timer wird bei Bedienung zurückgesetzt.		

App-Anleitung

APP-Installation und Registrierung

· Sie können den unten stehenden QR-Code scannen, um die APP herunterzuladen und ein APP-Konto zu registrieren.



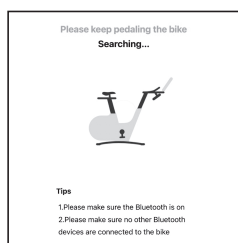
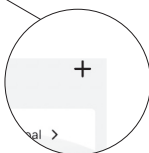
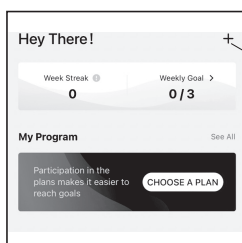
1. Scannen Sie den QR-Code und laden Sie die APP herunter

2. Gehen Sie zur Anmeldeseite der APP

3. Registrieren Sie ein APP-Konto

Geräte verbinden

· Wenn Sie das Gerät zum ersten Mal verwenden, klicken Sie auf das 「+」 in der oberen rechten Ecke von 「Startseite」 oder betreten Sie den Kurs und verbinden Sie das Gerät gemäß den Schnittstellenanweisungen.



4. Gehen Sie zur Startseite der APP

5. Geräte suchen

· Für die nächste Nutzung stellen Sie sich einfach auf das Gerät, öffnen Sie den Sportmodus oder einen Kurs in der App und tippen Sie auf die Taste  ( ), um die Verbindung automatisch herzustellen.

· Das Gerät unterstützt keine gleichzeitige Verbindung mehrerer Mobiltelefone. Bitte stellen Sie vor der Nutzung sicher, dass keine anderen Benutzer derzeit mit dem Gerät verbunden sind.

· Nach dem Ausschalten wird die Bluetooth-Verbindung automatisch getrennt.

· Neben der Verbindung mit der YESOUL FITNESS APP kann Bluetooth auch mit der Software Kinomap und Zwift verbunden werden.

· Das Display wechselt automatisch in den Ruhemodus, 10 Minuten nachdem Sie mit dem Training fertig sind.



Kinomap



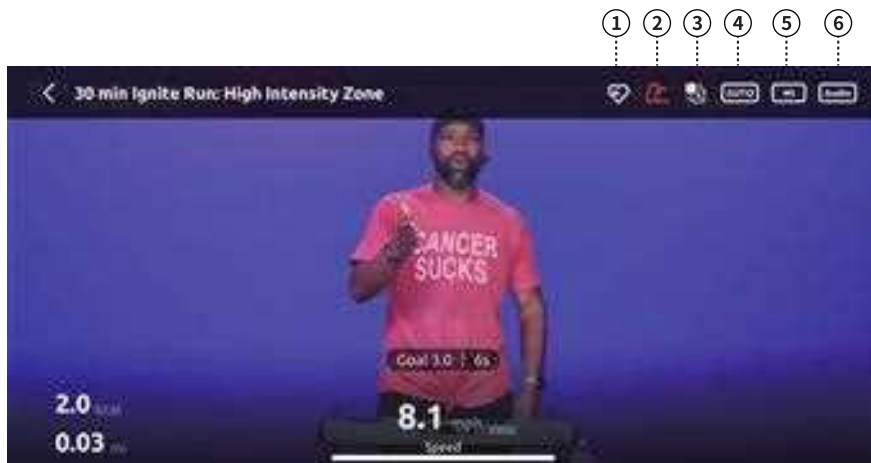
Zwift

APP-Mitgliedschaft erwerben

Öffnen Sie die APP und gehen Sie zu 「Startseite」 – 「Einstellungen」 – 「Mitgliedsrechte」, und folgen Sie den Anweisungen auf dem Bildschirm, um den Mitgliedschafts Kauf abzuschließen.

Anleitung zur Nutzung der APP

Beschreibung der Kurs-Symbole in der App



- | | |
|---|--|
| 1 Verbindung und Herzfrequenzüberwachung | 4 Adjust Video Quality On Screen |
| 2 Daten mit Fitnessgeräten synchronisieren | 5 Anzeige zwischen imperialen und metrischen Einheiten umschalten |
| 3 Audio und Untertitel übersetzen | 6 Lautstärke von Stimme und Musik anpassen |

- Das Symbol „Daten mit Fitnessgeräten synchronisieren“ kann je nach Gerätetyp, der vom jeweiligen Kurs unterstützt wird, variieren. Bitte folgen Sie den Anweisungen auf dem Bildschirm, um das passende Gerät zu verbinden.
- Die oben gezeigten Abbildungen dienen nur als Referenz. Da die Software laufend aktualisiert und weiterentwickelt wird, gelten die tatsächlichen Gegebenheiten.
- Die oben gezeigten Abbildungen und Daten können von der tatsächlichen Ausführung leicht abweichen. Aufgrund fortlaufender Software-Updates und produktionsbedingter Toleranzen gelten die tatsächlichen Gegebenheiten.

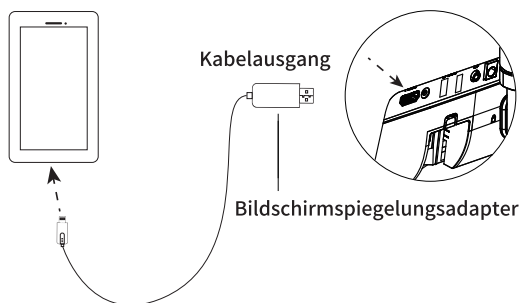
Anleitung zur BildschirmEinstellung

Installationsanleitung für kabelgebundene Bildschirmspiegelung:

1. Laden Sie die Yesoul Fitness App herunter und registrieren Sie sich.
2. Verbinden Sie Ihr Gerät innerhalb der App.
3. Schließen Sie Ihr Telefon mit einem Bildschirmspiegelungskabel an. (Das Telefon muss DisplayPort unterstützen).

Hinweis: Im Paket sind zwei Bildschirmspiegelungsadapter für Android und IOS enthalten. Bitte verwenden Sie sie entsprechend dem Modell Ihres Telefons.

Mobile Geräte:

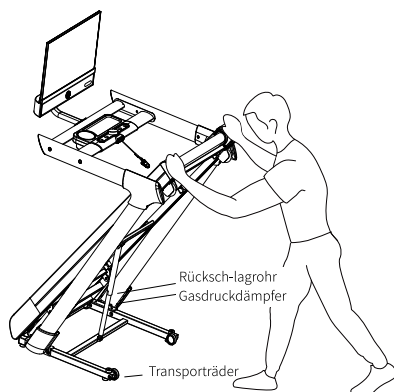


Gebrauchsanweisung für das Laufband

Falten und Bewegen des Laufbands

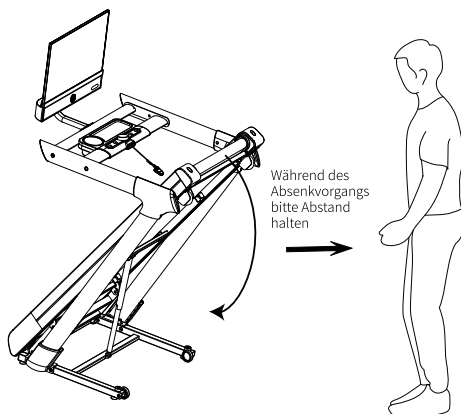
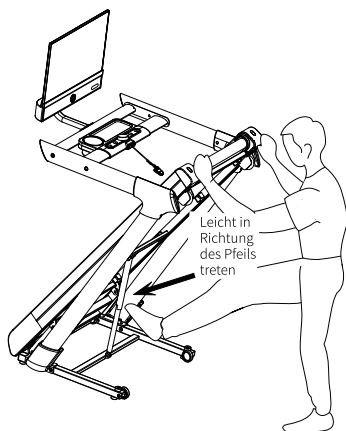
• Falten des Laufbands

1. Trennen Sie das Gerät unbedingt vom Stromnetz, bevor Sie mit dem Falten beginnen.
2. Überprüfen Sie, ob die Neigung des Laufbands auf der niedrigsten Stufe steht.
3. Heben Sie das Laufdeck in die aufrechte Position – das Rückschlagrohr rastet automatisch auf dem Gasdruckzylinder ein.
4. Überprüfen Sie, ob das Rückschlagrohr korrekt auf dem Gasdruckzylinder eingerastet ist.



• Entfalten des Laufbands

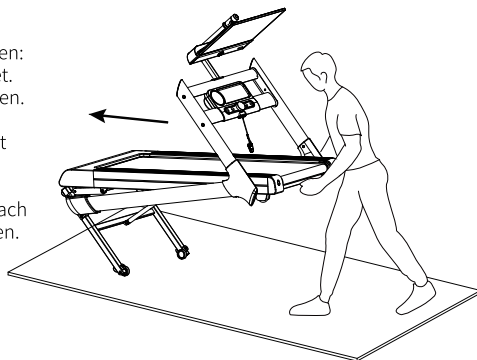
1. Wählen Sie zum Entfalten des Laufbands einen Ort mit einem Abstand von etwa 1 Meter zur Steckdose, auf einem ebenen Boden ohne sonstige Hindernisse.
2. Halten Sie beim Entfalten des Laufbands das Laufdeck mit beiden Händen fest, treten Sie mit dem Fuß gegen das Rückschlagrohr – das Laufdeck senkt sich dann automatisch langsam bis zum Boden ab. Halten Sie sich dabei unbedingt etwa 1 Meter vom Gerät entfernt, bis es vollständig entfaltet ist.



• Bewegung des Laufbands

Beim Bewegen des Geräts ist Folgendes zu beachten:

1. Der Netzschalter des Laufbands ist ausgeschaltet.
 2. Der Netzstecker wurde aus der Steckdose gezogen.
 3. Der Rahmen ist vollständig zusammengeklappt.
- Nachdem Sie die oben genannten Punkte bestätigt haben, halten Sie mit einer Hand das hintere Ende des Laufbands und mit der anderen den Griff auf derselben Seite, neigen Sie das Gerät um 40–50° nach vorne in Richtung Brust, um es langsam zu bewegen.



Regelmäßige Wartung

• Schmierung

Nach einer gewissen Nutzungszeit muss das Laufband mit dem mitgelieferten Methylsilikonöl geschmiert werden.

Empfehlung: Weniger als 3 Stunden Nutzung pro Woche	einmal alle 5 Monate schmieren
4–7 Stunden Nutzung pro Woche	einmal alle 2 Monate schmieren
Mehr als 7 Stunden Nutzung pro Woche	einmal im Monat schmieren

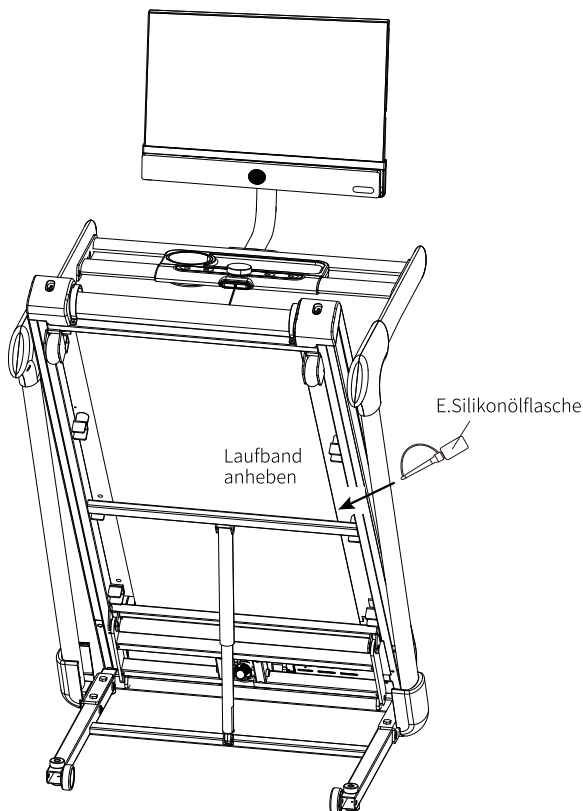
Achtung: Eine übermäßige Schmierung ist zu vermeiden – mehr Schmiermittel ist nicht gleich besser. Eine angemessene Schmierung ist entscheidend für die Lebensdauer des Laufbands.

• Wie erkennt man, ob erneut Schmiermittel aufgetragen werden muss

Heben Sie einfach das Laufband an und versuchen Sie, mit der Hand die Mitte der Rückseite des Laufbands zu berühren. Wenn sich dabei Silikon (leicht feucht) an Ihrer Hand befindet, ist kein weiteres Schmieren erforderlich. Ist das Laufdeck jedoch trocken und bleibt kein Silikon an der Hand haften, muss Schmiermittel nachgetragen werden.

• Schritte zum Auftragen des Schmiermittels auf das Laufdeck

Stoppen Sie den Betrieb des Laufbands, klappen Sie das Gerät zusammen und heben Sie den Laufgurt auf der Rückseite des Hauptgestells leicht an. Führen Sie das Schmiermittel so weit wie möglich in die Mitte des Laufgurts ein und sprühen Sie das Silikonöl auf die Innenseite des Gurts, sodass beide Seiten mit Silikon bedeckt sind. Betreiben Sie das Laufband mit der niedrigsten Geschwindigkeit, damit sich das Silikon gleichmäßig verteilt, damit sich das Silikon gleichmäßig verteilt, und treten Sie dabei leicht von links nach rechts auf das Band. Nach einigen Minuten wird das Silikon vollständig vom Laufband aufgenommen. (Siehe Abbildung)



Regelmäßige Wartung

• Einstellung der Laufbandspannung

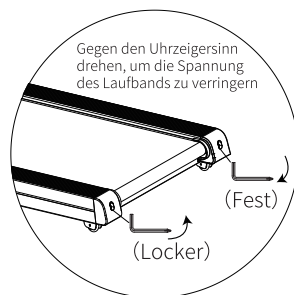
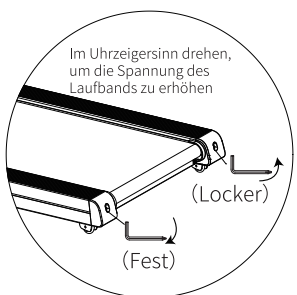
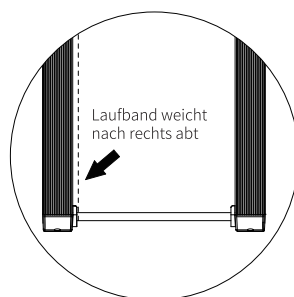
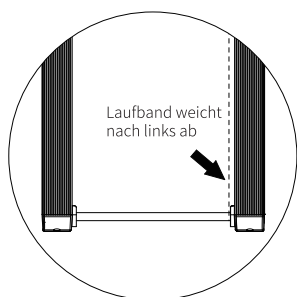
Wenn beim Laufen ein Rutschen oder ein kurzer Stopp auftritt, stellen Sie die Justierschrauben des Laufbands beidseitig synchron im Uhrzeigersinn jeweils um eine halbe Umdrehung nach. Ist das Laufband zu locker, kann es beim Auftreten auf dem Band zu einem Durchrutschen zwischen Band und Rolle kommen. Ist es jedoch zu straff gespannt, kann dies die Belastung des Motors erhöhen und zu Schäden am Motor, Laufband oder den Rollen führen.

• Einstellung des Laufbandversatzes

Vor dem Verlassen des Werks und nach der Installation muss das Laufband bei allen Laufbändern justiert werden. Nach einer gewissen Nutzungsdauer kann es jedoch erneut zu einem Versatz des Laufbands kommen. Mögliche Ursachen dafür sind:

- ① Das Hauptgerät steht nicht stabil.
- ② Der Benutzer tritt beim Laufen nicht mittig auf das Laufband.
- ③ Der Benutzer belastet das Band mit ungleichmäßiger Beinkraft.

Wenn der Laufbandversatz durch menschliches Verhalten verursacht wird, lässt sich dieser häufig durch einige Minuten Leerlauf automatisch beheben. Falls keine automatische Rückstellung erfolgt, kann die mitgelieferte L-förmiger Kreuzschlitz-Sechskantschlüssel 6# (A) verwendet werden, um das Laufband schrittweise in halben Umdrehungen zu justieren.



Wenn das Laufband nach links abweicht, die linke Schraube im Uhrzeigersinn oder die rechte Schraube gegen den Uhrzeigersinn verstellen

Wenn das Laufband nach rechts abweicht, die rechte Schraube im Uhrzeigersinn oder die linke Schraube gegen den Uhrzeigersinn verstellen

Hinweis:

Das Abweichen des Laufbands fällt nicht unter die Garantie und muss vom Benutzer gemäß der Anleitung selbst gewartet werden. Eine Abweichung kann das Laufband ernsthaft beschädigen – daher muss sie rechtzeitig erkannt und korrigiert werden.

Häufige Fehler und deren Behebungsmethoden

Beschreibung der Fehlermeldungen für das bürstenlose Laufbandsystem:

Fehlercode	Bedeutung des Fehlercodes	Behebungsmethode für den Fehlercode
------------	---------------------------	-------------------------------------

E01: Hinweis auf eine abnormale Kommunikation zwischen Konsole und Steuerplatine

E01	Verbindungsstecker des Steuerkabels (oben/unten) ist locker	Verbindungsstecker erneut befestigen
	Steuerkabel (oben/unten) defekt	Steuerkabel (oben/unten) austauschen
	Konsole defekt	Konsole austauschen
	Steuerplatine defekt	Steuerplatine austauschen

E02: Hinweis auf Überspannungsschutz des unteren Steuerstromkreises

E02	Netzspannung instabil, Spitzenspannung zu hoch	Externen Filter-/Spannungsstabilisator hinzufügen
	Steuerplatine defekt	Untere Steuerung austauschen, zur Reparatur einsenden

E03: Hinweis auf Unterspannungsschutz des unteren Steuerstromkreises

E03	Netzspannung instabil, Spitzenspannung zu niedrig	Externen Filter-/Spannungsstabilisator hinzufügen
	Steuerplatine defekt	Untere Steuerung austauschen, zur Reparatur einsenden

E04: Hinweis auf Unterbrechung im Hauptmotorstromkreis

E04	Hauptmotorkabel nicht angeschlossen oder lose	Hauptmotorkabel neu befestigen
	Unterbrechung im Hauptmotor, defekt	Motor austauschen
	Unterbrechung im Steuergerät, defekt	Steuerplatine austauschen
	Hauptmotor durch Blockierung beschädigt	Motor austauschen

E05: Hinweis auf abnormalen Strom-ADC-Wert

E05	Laufbandbelastung überschreitet den Nennbetriebsstrom des Motors	Empfehlung: Betrieb innerhalb des Nennstrombereichs des Motors
	Strukturproblem zwischen Laufband und Motor führt zu Widerstand oder Blockierung	Überprüfen, ob die Laufbandstruktur korrekt ist
	Strombegrenzungssystem des unteren Controllers defekt	Controller ersetzen, zur Wartung geben

Häufige Fehler und deren Behebungsmethoden

E06: Hinweis auf abnormale Spannungs-ADC-Erkennung

E06	Netzspannung instabil, Spitzenspannung zu hoch	Externen Filter-/Spannungsstabilisator hinzufügen
	Falscher Wert für Raddurchmesser eingestellt	Raddurchmesser neu einstellen, möglichst Nennspannung des Motors nicht überschreiten
	Steuerplatine defekt	Untere Steuerung austauschen, zur Reparatur einsenden

E08: Dreiphasenstromabweichung für 3 Sekunden größer als der eingestellte Wert ist

E08	Hauptmotor defekt	Motor austauschen
	Steuergerät schwer beschädigt	Steuergerät austauschen

E11: Zeigt eine Abweichung an, die den eingestellten maximalen Strom überschreitet

E11	Hauptmotor defekt	Motor austauschen
	Steuergerät schwer beschädigt	Steuergerät austauschen

E13: Hinweis auf fehlerhafte Hall-Signale oder Zeitabweichung

E13	Hauptmotor defekt	Motor austauschen
	Steuergerät schwer beschädigt	Steuergerät austauschen

E14: Hinweis auf überhöhte Temperatur des Controllers

E14	Die Temperatur des Controllers ist zu hoch	Gerät mindestens 1 Stunde ruhen lassen
-----	--	--

E15: Hinweis auf Schutzmeldung bei Durchbruch des Leistungstransistors

E15	Leistungstransistor durchgebrannt, Controller defekt	Controller ersetzen
-----	--	---------------------

E17: Hinweis auf zu große Hall-Signaldifferenz

E17	Steuergerät schwer beschädigt	Steuergerät austauschen
-----	-------------------------------	-------------------------

E18: zeigt eine Fehlermeldung während des Kalibrierungsprozesses der Steigung an

E18	Fehler in der Anschlussleitung des Steigungsmotors	Verbindungskabel prüfen (insgesamt 4 Kabel)
	Fehler am Steigungsmotor	Steigungsmotor ersetzen
	Kalibrierungsfehler	Erneut kalibrieren

Häufige Fehler und deren Behebungsmethoden

E19: zeigt eine Fehlermeldung für den Steigungsmotor an

E19	Fehler in der Anschlussleitung des Steigungsmotors	Verbindungskabel prüfen (insgesamt 4 Kabel)
	Fehler am Steigungsmotor	Steigungsmotor ersetzen
	Kalibrierungsfehler	Erneut kalibrieren

----: Hinweis: Erinnerung, dass das Sicherheitsschloss der elektronischen Anzeige nicht richtig platziert ist

----	Roter Gauss-Magnet abgefallen	Magnet neu einsetzen
	Sicherheitsschlüssel nicht korrekt eingesetzt	Sicherheitsschlüssel neu einsetzen. Wenn weiterhin ungültig, bitte Kundendienst kontaktieren

Achtung: Die oben genannten Schritte nur im stromlosen Zustand durchführen.

Erdungsanleitung

1. Dieses Produkt muss geerdet werden. Falls das Laufband eine Fehlfunktion oder Beschädigung aufweist, kann das Erdungskabel einen Stromkreis mit dem geringsten Widerstand bilden, wodurch der Strom in die Erde abgeleitet wird und das Risiko eines Stromschlags verringert wird. Dieses Produkt ist mit einem Kabel ausgestattet, das einen Leiter und einen Erdungsstecker zur Erdung des Geräts enthält.
2. Der Stecker muss in eine Steckdose eingesteckt werden, die den örtlichen Vorschriften und Erdungsanforderungen entspricht.
3. Eine unsachgemäße Verbindung des Erdungsleiters des Geräts kann zu einem Stromschlag führen. Wenn Sie sich nicht sicher sind, ob das Gerät ordnungsgemäß geerdet ist, wenden Sie sich bitte an einen qualifizierten Elektriker oder Servicetechniker. Ändern Sie den mitgelieferten Stecker nicht eigenmächtig. Wenn der Stecker nicht in die Steckdose passt, lassen Sie die Steckdose von einem qualifizierten Elektriker entsprechend anpassen.

Aufwärmen

Vor dem Training ist es am besten, Dehnübungen zu machen. Warme Muskeln dehnen sich leichter, daher sollten Sie sich zunächst 5 bis 10 Minuten aufwärmen. Danach stoppen Sie und dehnen Sie sich wie folgt – 5 Mal für 10 Sekunden oder länger an jedem Bein, und wiederholen Sie dies am Ende der Übung.

1. Dehnen durch Berühren der Zehen

Stellen Sie sich mit leicht gebeugten Knien und nach vorne bewegenden Hüften hin. Berühren Sie Ihre Zehen so weit wie möglich, während Sie Ihren Rücken und Ihre Schultern entspannen. Halten Sie diese Haltung für 15 Sekunden und entspannen Sie sich dann. Wiederholen Sie die Übung dreimal. Dehnbare Bereiche: Bänder, innere Teile der Knie und Rücken. (Siehe Abbildung 1)

2. Dehnübung für Bänder

Setzen Sie sich mit einem gestreckten Bein nach vorne. Legen Sie die andere Fußsohle nah an Ihren Körper und auf die Innenseite des Oberschenkels des gestreckten Beins. Berühren Sie Ihre Zehen so weit wie möglich. Halten Sie diese Haltung für 15 Sekunden und entspannen Sie sich dann. Dehnen Sie beide Beine jeweils drei Mal. Dehnbare Bereiche: Bänder, Rücken und Leiste. (Siehe Abbildung 2)

3. Waden-/Fersen-Dehnübung

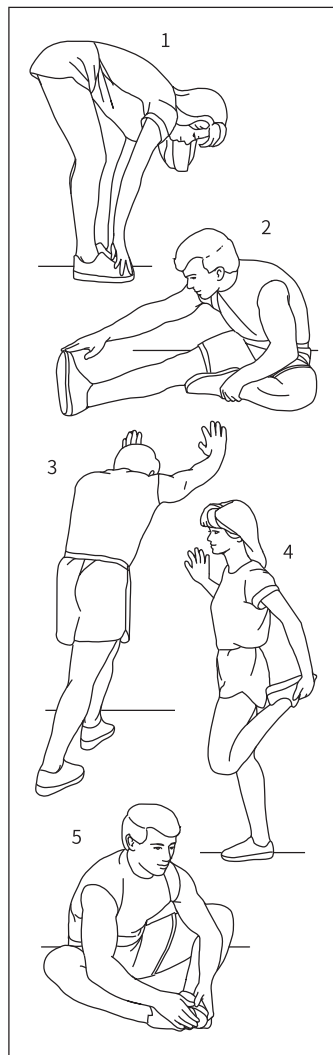
Stellen Sie sich mit einer Hand an der Wand für die Balance hin und greifen Sie mit der anderen Hand nach Ihrem Fuß. Ziehen Sie die Ferse so nah wie möglich an das Gesäß. Halten Sie diese Position für 15 Sekunden und entspannen Sie sich dann. Wiederholen Sie die Übung dreimal für jedes Bein. Dehnbare Bereiche: Quadrizeps und Hüftmuskeln. (Siehe Abbildung 3)

4. Dehnübung für den Quadrizeps femoris

Stellen Sie sich mit einer Hand an der Wand für die Balance hin und greifen Sie mit der anderen Hand nach Ihrem Fuß. Ziehen Sie die Ferse so nah wie möglich an das Gesäß. Halten Sie diese Position für 15 Sekunden und entspannen Sie sich dann. Wiederholen Sie die Übung dreimal für jedes Bein. Dehnbare Bereiche: Quadrizeps und Hüftmuskeln. (Siehe Abbildung 4)

5. Dehnübung für die Innenseiten der Oberschenkel

Setzen Sie sich mit den Fußsohlen zusammen und den Knien nach außen gedreht. Bringen Sie Ihre Füße so nah wie möglich an die Leiste. Halten Sie diese Position für 15 Sekunden und entspannen Sie sich dann. Wiederholen Sie die Übung dreimal. Dehnbare Bereiche: Quadrizeps und Hüftmuskeln. (Siehe Abbildung 5)



Hinweis: Dieses Produkt ist ein Ganzkörpertrainingsgerät. Bitte folgen Sie den oben genannten Schritten, um Aufwärmübungen durchzuführen.



此页为备注页，不用印刷

骑马钉

140*210mm

铜板纸105g

双面印刷

单色印刷

44页