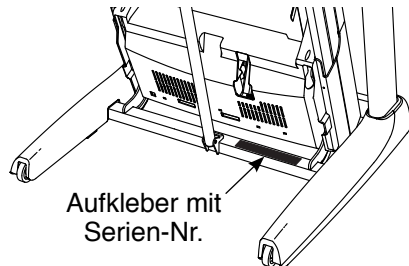


Modell-Nr. SFTL81913-INT.1

Serien-Nr. _____

Schreiben Sie die Seriennummer für späteren Gebrauch an die freie Stelle oben.



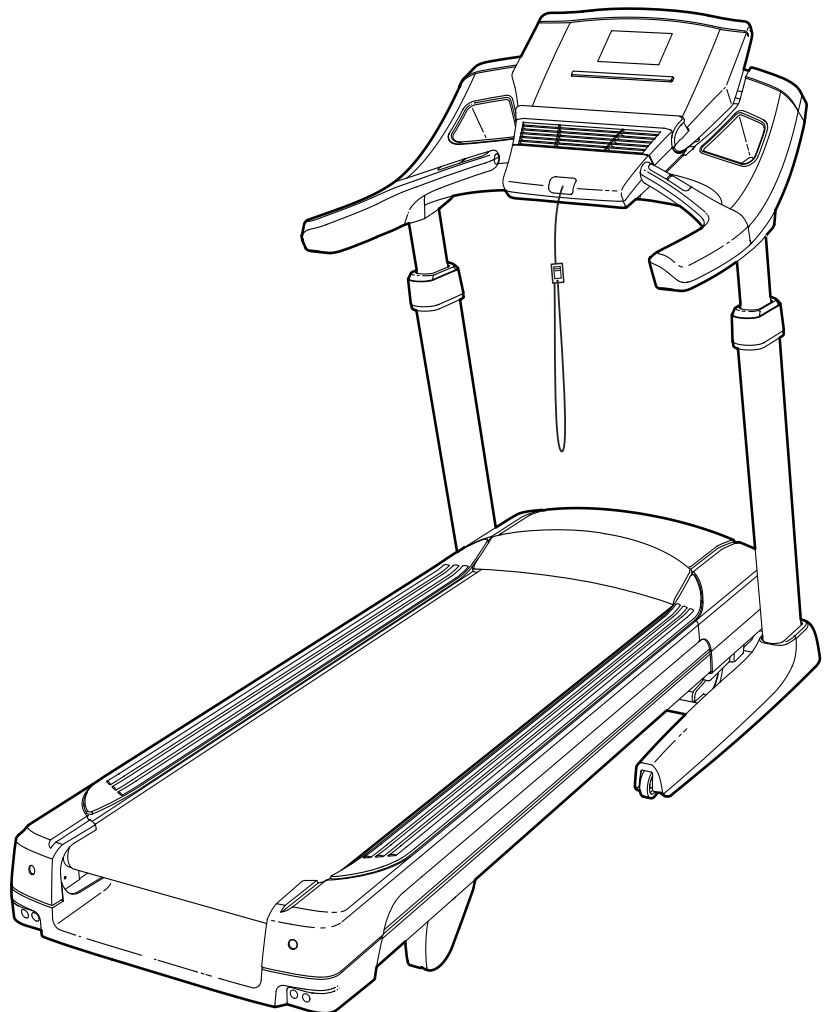
FRAGEN?

Wenn Sie Fragen haben oder wenn Teile beschädigt sind oder fehlen, sehen Sie bitte auf der hinteren Einbandseite dieses Handbuchs nach, SICH MIT DEM KUNDENDIENST IN VERBINDUNG SETZEN.

VORSICHT

Lesen Sie bitte aufmerksam alle Anleitungen, bevor Sie dieses Gerät in Betrieb nehmen. Verwahren Sie diese Bedienungsanleitung für späteren Gebrauch.

BEDIENUNGSANLEITUNG

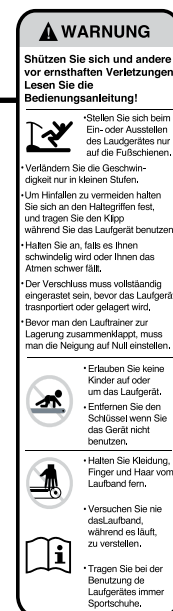
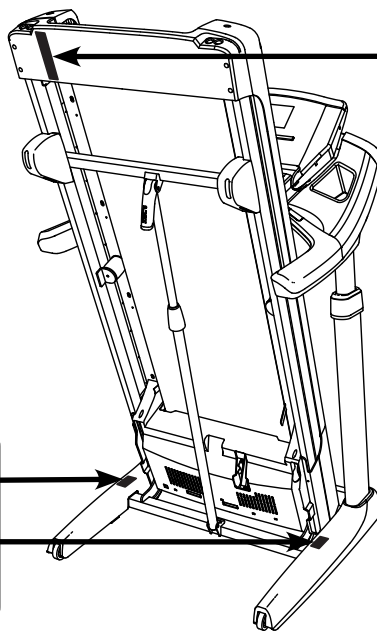


INHALTSVERZEICHNIS

WARNUNGS-AUFKLEBER ANBRINGEN	2
WICHTIGE VORSICHTSMASSNAHMEN	3
BEVOR SIE ANFANGEN	5
DIAGRAMM FÜR DIE IDENTIFIZIERUNG DER TEILE	6
MONTAGE	7
DER HERZFREQUENZMESSER	11
BENUTZUNG DAS LAUFTRAINER	12
ZUSAMMENKLAPPEN UND TRANSPORTIEREN DES LAUFTRAINERS	28
WARTUNG UND FEHLERSUCHE	29
TRAININGSRICHTLINIEN	32
TEILELISTE	33
DETAILZEICHNUNG	35
SICH MIT DEM KUNDENDIENST IN VERBINDUNG SETZEN	Rückseite
BESCHRÄNKTE GARANTIE	Rückseite

WARNUNGS-AUFKLEBER ANBRINGEN

Die hier abgebildeten Warnungsaufkleber liegen mit dieser produkt bei. Kleben Sie diese so auf die englischen Aufkleber, dass die deutschen Aufkleber die englischen überdecken. Die hier abgebildeten Warnungsaufkleber wurden an den angezeigten Stellen angebracht. **Sollte ein Aufkleber fehlen oder unlesbar sein, kontaktieren Sie den Kundendienst auf der Rückseite dieser Bedienungsanleitung, um einen kostenlosen Ersatzaufkleber anzufordern. Kleben Sie den Aufkleber dann an die angezeigte Stelle.**
Anmerkung: Die Aufkleber sind nicht unbedingt in wahrer Grösse abgebildet.



WICHTIGE VORSICHTSMASSNAHMEN

⚠️ WARNUNG: Um das Risiko an Verbrennungen, Feuer, elektrischen Schock oder Verletzungen zu verringern, lesen Sie alle wichtigen Sicherheitsmassnahmen und Anweisungen in dieser Bedienungsanleitung und lesen Sie auch alle Warnungsaufkleber auf Ihrem Lauftrainer bevor Sie den Lauftrainer benutzen. Der Hersteller (FreeMotion Fitness) übernimmt keine Haftung für Personen- oder Sachschäden, die durch dieses Produkt oder seine Benutzung entstanden sind.

1. Der Eigentümer dieses Gerätes ist dafür verantwortlich, dass alle Benutzer des Lauftrainers hinreichend über alle Vorsichtsmassnahmen informiert sind.
2. Bevor Sie mit diesem oder irgendeinem anderen Trainingsprogramm beginnen, konsultieren Sie bitte zunächst Ihren Arzt. Dies ist besonders wichtig für Personen, die über 35 Jahre alt sind oder gesundheitliche Probleme haben.
3. Benutzen Sie den Lauftrainer nur wie in dieser Bedienungsanleitung beschrieben.
4. Der Lauftrainer ist nur für den Hausgebrauch vorgesehen. Verwenden Sie diesen Lauftrainer nicht in kommerziellem, verpacktem oder institutionellem Rahmen.
5. Bewahren Sie den Lauftrainer im Haus auf und halten Sie ihn von Feuchtigkeit und Staub fern. Stellen Sie den Lauftrainer nicht in einer Garage oder auf einem überdachten Balkon auf oder in der Nähe von Wasser.
6. Stellen Sie den Lauftrainer nur auf eine ebene Fläche. Achten Sie darauf, dass hinter dem Lauftrainer ein Freiraum von mindestens 2,4 m verbleibt und an beiden Seiten je mindestens 0,6 m. Blockieren Sie mit dem Lauftrainer keinesfalls einen Luftschacht. Legen Sie zum Schutz Ihres Bodens oder Teppichs eine Unterlage unter das Gerät.
7. Vermeiden Sie einen Standort, wo Aerosol-Produkte oder Sauerstoff eingesetzt werden.
8. Kinder unter 12 Jahren und Haustiere sollten jederzeit vom Lauftrainer ferngehalten werden.
9. Der Lauftrainer sollte nur von Personen genutzt werden, die nicht mehr als 136 kg wiegen (273 dt. Pfund).
10. Es soll sich immer nur eine Person auf dem Lauftrainer befinden.
11. Angemessene Kleidung ist für das Training auf dem Lauftrainer notwendig. Trainieren Sie nicht in zu weiter Sportkleidung, die sich im Gerät verfangen könnte. Wir empfehlen für Männer und Frauen Sportkleidung. *Tragen Sie immer Sportschuhe. Trainieren Sie niemals barfuss oder nur mit Strümpfen oder Sandalen.*
12. Stecken Sie das Netzkabel (siehe Seite 12) in eine geerdete Steckdose. Schliessen Sie keine weiteren Elektrogeräte an diesen Stromkreis an.
13. Wenn man ein Verlängerungskabel braucht, sollte man nur ein dreiadriges Kabel von 1 mm² Durchmesser verwenden, das nicht länger als 1,5 m ist.
14. Halten Sie das Netzkabel von heissen Oberflächen fern.
15. Versuchen Sie nicht, das Laufband zu bewegen, wenn der Strom abgeschaltet ist. Trainieren Sie nie, wenn das Netzkabel oder der Stecker beschädigt ist oder wenn das Gerät einmal nicht einwandfrei funktionieren sollte. (Siehe WARTUNG UND FEHLERSUCHE auf Seite 29, falls der Lauftrainer nicht richtig funktioniert.)
16. Bevor Sie den Lauftrainer in Gebrauch nehmen, lesen Sie wie man im Notfall das Laufband anhält und probieren Sie dieses Verfahren aus. (Siehe EINSCHALTEN DES GERÄTS auf Seite 14.)
17. Stellen Sie sich nie direkt auf das Laufband, bevor Sie den Lauftrainer einschalten. Halten Sie sich immer an den Haltegriffen fest, wenn Sie den Lauftrainer benutzen.

18. Dieses Gerät ist auch für hohe Geschwindigkeiten geeignet. Erhöhen Sie die Geschwindigkeit schrittweise, um plötzliche, sprunghafte Veränderungen zu vermeiden.
19. Der Pulsmesser ist kein medizinisches Instrument. Verschiedene Faktoren, einschliesslich der Bewegungen des Benutzers, können die Genauigkeit der Herzfrequenzmessung beeinflussen. Der Pulsmesser ist nur als Trainingshilfe gedacht, um die Herzfrequenz-Trends im Allgemeinen zu beobachten.
20. Lassen Sie das in Betrieb genommene Gerät nie unbeaufsichtigt. Ziehen Sie den Schlüssel immer ab, drücken Sie den Netzschalter auf Aus (siehe Abbildung auf Seite 5, um die Stelle des Netzschalters zu finden) und ziehen Sie das Netzkabel heraus, wenn der Lauftrainer nicht gebraucht wird.
21. Versuchen Sie nicht den Lauftrainer zu bewegen, bevor er richtig montiert wurde. (Siehe MONTAGE auf Seite 7 und ZUSAMMENKLAPPEN UND TRANSPORTIERENDES LAUFTRAINERS auf Seite 28.) Sie müssen in der Lage sein, ohne Schwierigkeiten 20 kg (41 dt. Pfund) heben zu können, um den Lauftrainer zu bewegen.
22. Beim Zusammenklappen oder Bewegen des Lauftrainers, vergewissern Sie sich erst, dass der Rahmen durch die Lagerungssperre in der Lagerungsposition verbleibt.
23. Führen Sie keine Fremdkörper in irgendeine Öffnung des Lauftrainers ein.
24. Alle Teile des Lauftrainers müssen regelmässig überprüft und richtig festgezogen werden.
25. **GEFAHR:** Ziehen Sie das Netzkabel immer gleich nach Benutzung, sowie vor der Reinigung des Lauftrainers und vor der Durchführung der in dieser Bedienungsanleitung beschriebenen Wartungen und Einstellungen heraus. Entfernen Sie niemals die Motorhaube, es sei denn, dies wurde von einem bevollmächtigten Kundendienstberater genehmigt. Wartungsarbeiten, die nicht in dieser Bedienungsanleitung beschrieben sind, sollten nur von einem bevollmächtigten Kundendienstmitarbeiter durchgeführt werden.
26. Überanstrengung beim Training kann zu ernsthaften Verletzungen oder sogar zum Tod führen. Wenn Sie sich einer Ohnmacht nahe fühlen, in Atemnot geraten oder Schmerzen während des Trainings verspüren, beenden Sie das Training sofort und machen Sie ein Cool-down.

VERWAHREN SIE DIESE ANLEITUNGEN

BEVOR SIE ANFANGEN

Vielen Dank für Ihren Kauf des revolutionären FREEMOTION® T 6.9 Lauftrainers. Der T 6.9 Lauftrainer bietet eine beeindruckende Auswahl an Funktionen an, die Ihre Workouts zu Hause angenehmer und effektiver gestalten werden. Wenn Sie nicht gerade trainieren, dann können Sie den einzigartigen Lauftrainer auch zusammenklappen. Dadurch nimmt er weniger als die Hälfte an Platz gegenüber anderen Lauftrainern ein.

Lesen Sie bitte zu Ihrem eigenen Vorteil diese Bedienungsanleitung genauestens durch, bevor Sie den Lauftrainer in Betrieb nehmen. Sollten Sie

nach der Lektüre dieser Bedienungsanleitung noch Fragen haben, finden Sie die Kontaktinformation auf der Rückseite. Damit wir Ihnen schneller helfen können, halten Sie bitte die Produktmodellnummer und die Seriennummer bereit, bevor Sie mit uns in Kontakt treten. Die Modellnummer und die Stelle, wo der Aufkleber mit der Seriennummer angebracht ist, finden Sie auf der Vorderseite der Bedienungsanleitung.

Bevor Sie weiterlesen, werfen Sie bitte zuerst einen Blick auf die unten abgebildete Zeichnung und machen Sie sich mit den gekennzeichneten Einzelteilen vertraut.

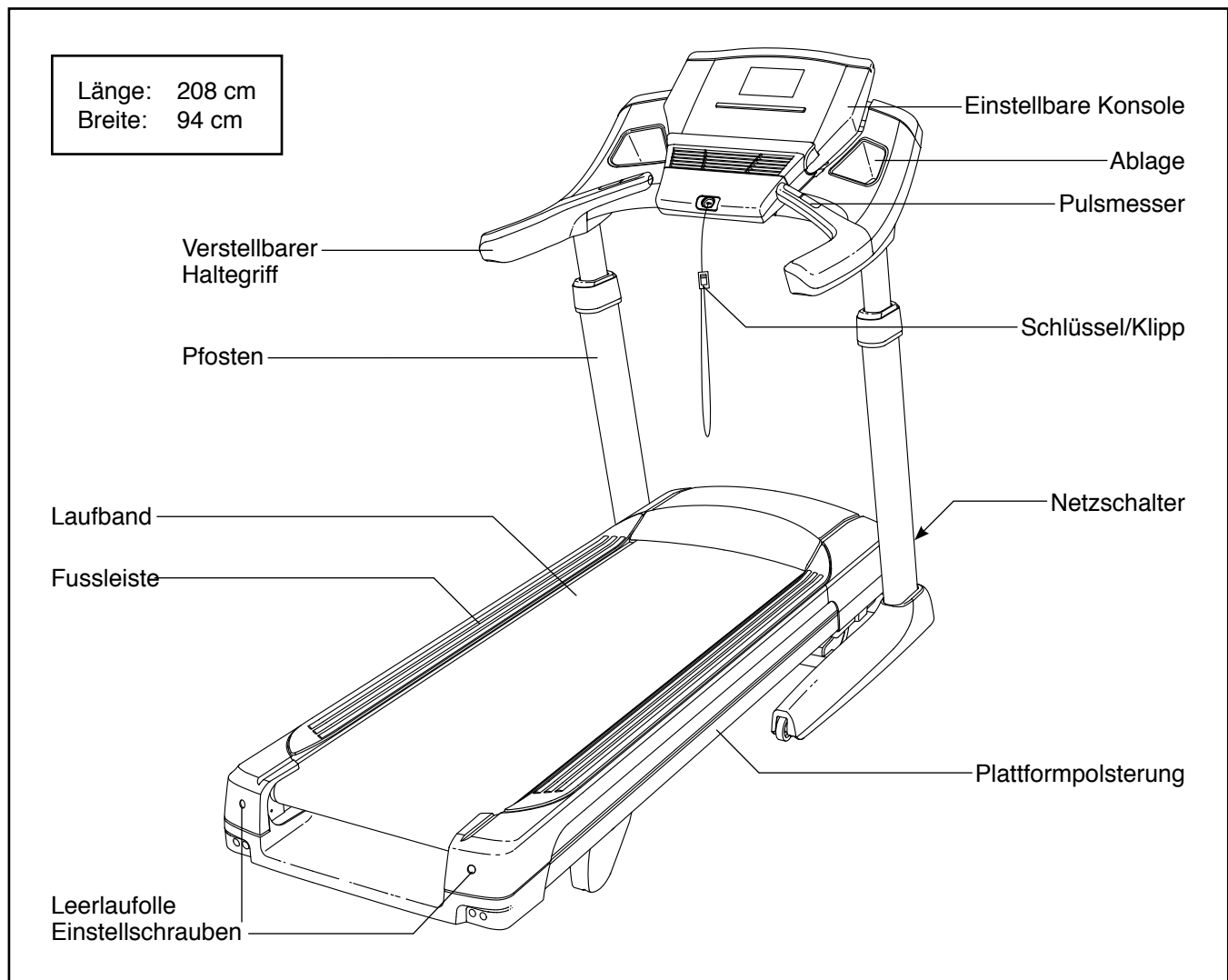
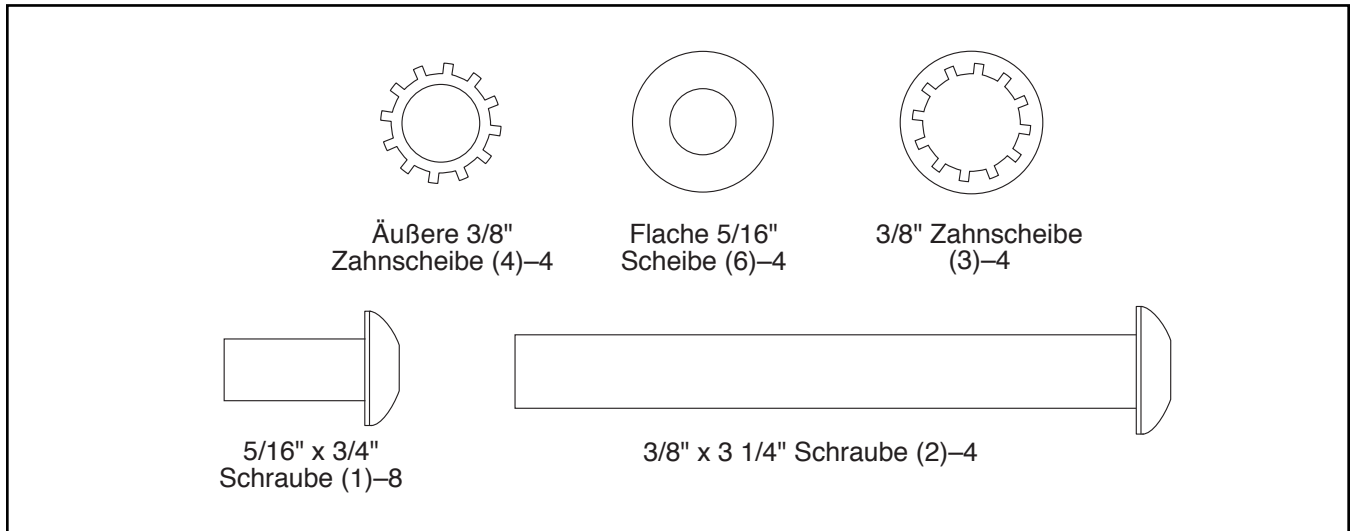


DIAGRAMM FÜR DIE IDENTIFIZIERUNG DER TEILE

Beziehen Sie sich auf die Abbildungen unten, um die kleinen Teile, die in der Montage verwendet werden, zu identifizieren. Die Zahlen in Klammern sind die Bestellnummern, welche mit den Zahlen der TEILELISTE am Ende dieser Bedienungsanleitung übereinstimmen. Die Zahl hinter der Klammer gibt an, wieviele solche Teile bei der Montage gebraucht werden. **Anmerkung: Sollte sich ein Teil nicht im Teilesack befinden, sehen Sie erst nach, ob es nicht schon angebracht worden ist. Möglicherweise sind auch einige Extrateile beigelegt worden.**



MONTAGE

- Für die Montage braucht man zwei Personen.
- Legen Sie alle Teile auf einer dafür freige-machten Stelle aus und entfernen Sie alle Verpackungsmaterialien, ausser denen, die den Pfosten enthalten. Werfen Sie diese jedoch erst weg, wenn die Montage komplett fertiggestellt ist.
- Durch den Versand könnte eine ölige Substanz auf die Aussenseite des Lauftrainers übertragen worden sein. Das ist normal. Falls sich auf dem Lauftrainer eine ölige Substanz befindet, wischen Sie diese mit einem weichen Tuch und einem milden, nicht-scheuernden Reiniger weg.
- Teile für die linke Seite des Lauftrainers sind mit einem „L“ oder dem Wort „Left“ und rechte

Teile mit einem „R“ oder dem Wort „Right“ gekennzeichnet.

- Um kleine Teile zu identifizieren, siehe Seite 6.
- Man braucht die folgenden Werkzeuge zur Montage:

den mitgelieferten
Innensechskantschlüssel



zwei verstellbare
Schraubenschlüssel

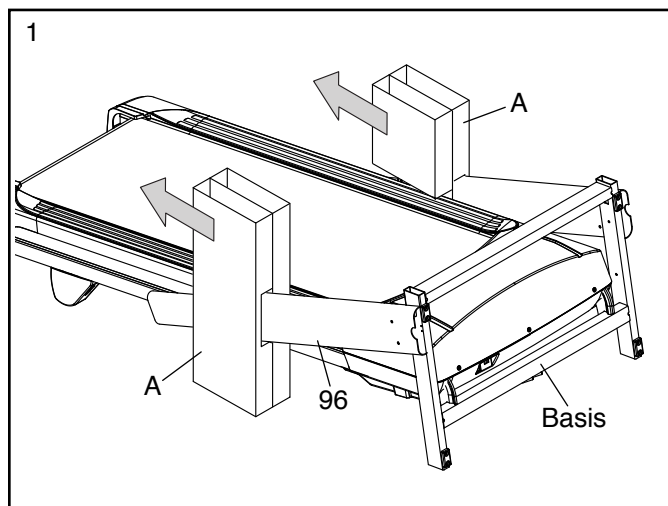


Um ein Beschädigen der Teile zu vermeiden, verwenden Sie keine Elektrowerkzeuge.

1. **Achten Sie darauf, dass das Netzkabel nicht eingesteckt ist. Stellen Sie den Lauftrainer dort zusammen, wo er letztendlich gebraucht wird.** Wird der Lauftrainer von einem Riemen zusammengehalten, entfernen Sie diesen.

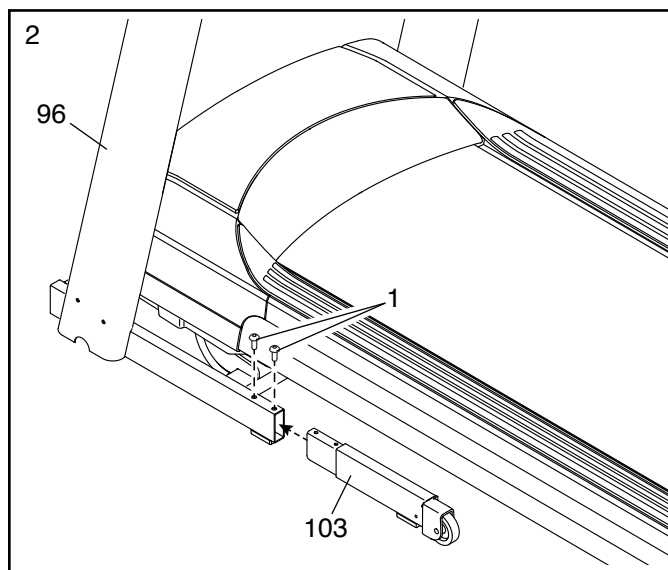
Eine zweite Person soll die Pfosten (96) festhalten, während Sie das Verpackungsmaterial (A) entfernen.

Stellen Sie dann die Pfosten (96) vorsichtig aufrecht, sodass die Basis der Pfosten eben am Fussboden aufliegt. **Achten Sie darauf, dass das Netzkabel dabei nicht eingeklemmt wird.**



2. Finden Sie den linken Basisfuss (103). Schieben Sie den linken Basisfuss in den linken Pfosten (96) hinein. Befestigen Sie den linken Basisfuss mit zwei 5/16" x 3/4" Schrauben (1). Ziehen Sie die Schrauben fest.

Befestigen Sie auf die gleiche Weise den rechten Basisfuss (nicht abgebildet) am rechten Pfosten (96).

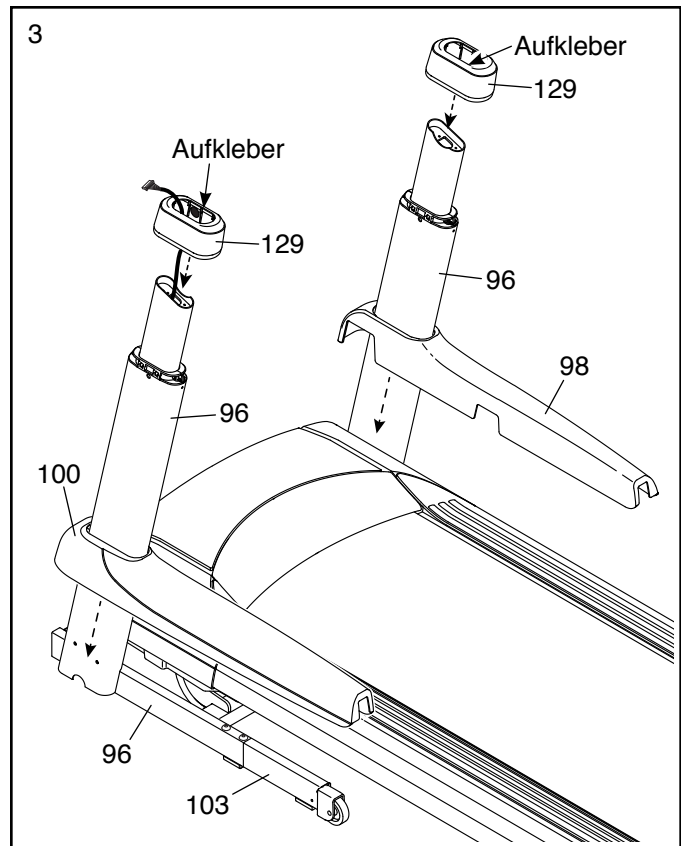


3. Identifizieren Sie die linke Basisabdeckung (100) und die rechte Basisabdeckung (98).

Schieben Sie die linke Basisabdeckung (100) auf den linken Pfosten (96) auf. Drücken Sie die linke Basisabdeckung auf den unteren Teil des Pfostens und des linken Basisfusses (103), bis sie einklinkt.

Drücken Sie auf die gleiche Weise die rechte Basisabdeckung (98) auf den rechten Pfosten (96).

Richten Sie die Pfostenabdeckungen (129) so aus, dass sich der Aufkleber auf der angegebenen Seite befindet. Schieben Sie je eine Pfostenabdeckung auf beide Pfosten (96) bis diese einklinken.

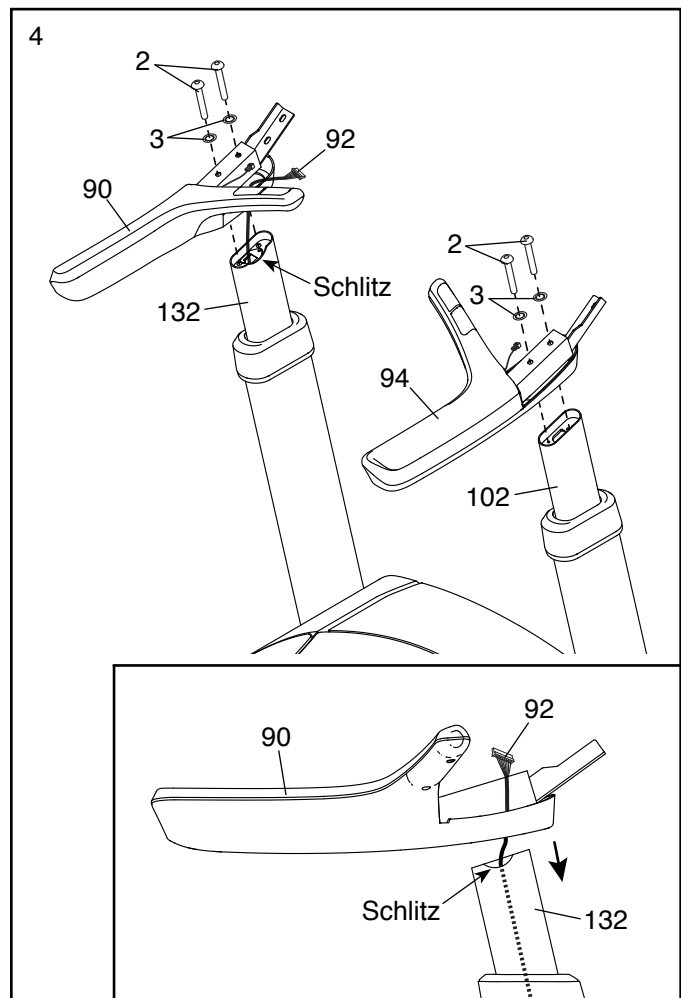


4. Finden Sie den linken Haltegriff (90). Halten Sie nun den linken Haltegriff nahe an den linken verstellbaren Pfosten (132) hin. Schieben Sie den Pfostendraht (92) durch die Öffnung, die sich unten am linken Haltegriff befindet.

Siehe die eingefügte Abbildung. Drücken Sie den linken Haltegriff (90) auf den linken verstellbaren Pfosten (132). **Achten Sie darauf, den Pfostendraht (92) nicht abzuklemmen.** Achten Sie darauf, dass der Pfostendraht innerhalb des Schlitzes am oberen Ende den linken verstellbaren Pfosten verläuft.

Befestigen Sie den linken Haltegriff (90) mit zwei $\frac{3}{8}$ " x $3\frac{1}{4}$ " Schrauben (2) und zwei $\frac{3}{8}$ " Zahnscheiben (3) am linken verstellbaren Pfosten (132).

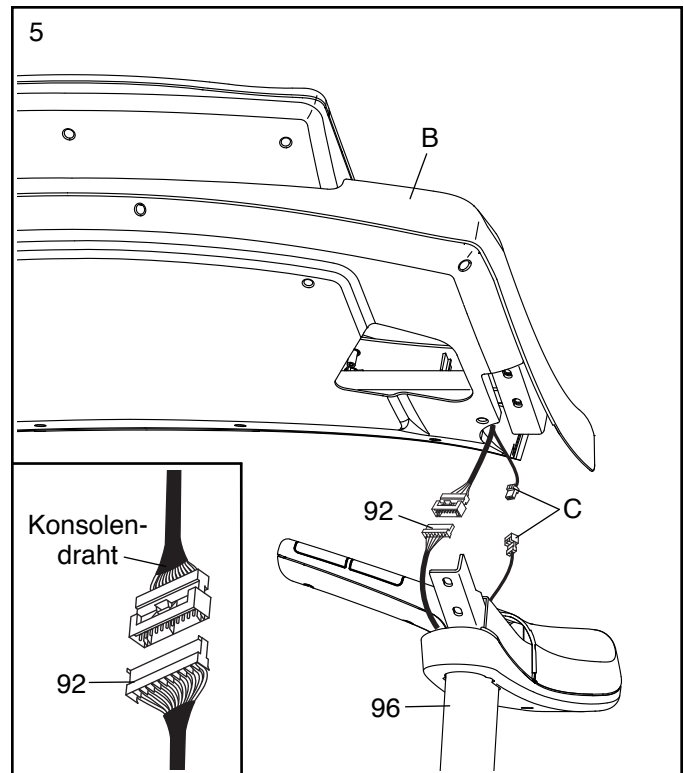
Befestigen Sie den rechten Haltegriff (94) am rechten verstellbaren Pfosten (102) auf die gleiche Weise. **Anmerkung: Auf der rechten Seite gibt es keine Kabel.**



5. Mithilfe einer zweiten Person halten Sie den Konsolenaufbau (B) nahe an den Pfosten (96) hin.

Siehe Detailzeichnung. Stecken Sie den Pfostendraht (92) und den Konsolendraht zusammen. **Die Anschlussteile sollten ohne Probleme ineinandergleiten und einrasten.** Sollte das nicht der Fall sein, drehen Sie eines der Anschlussteile um und versuchen Sie es noch einmal. **FALLS SIE DIE ANSCHLUSSTEILE NICHT RICHTIG EINKLINKEN, KANN DIE KONSOLE BEIM EINSCHALTEN BESCHÄDIGT WERDEN.**

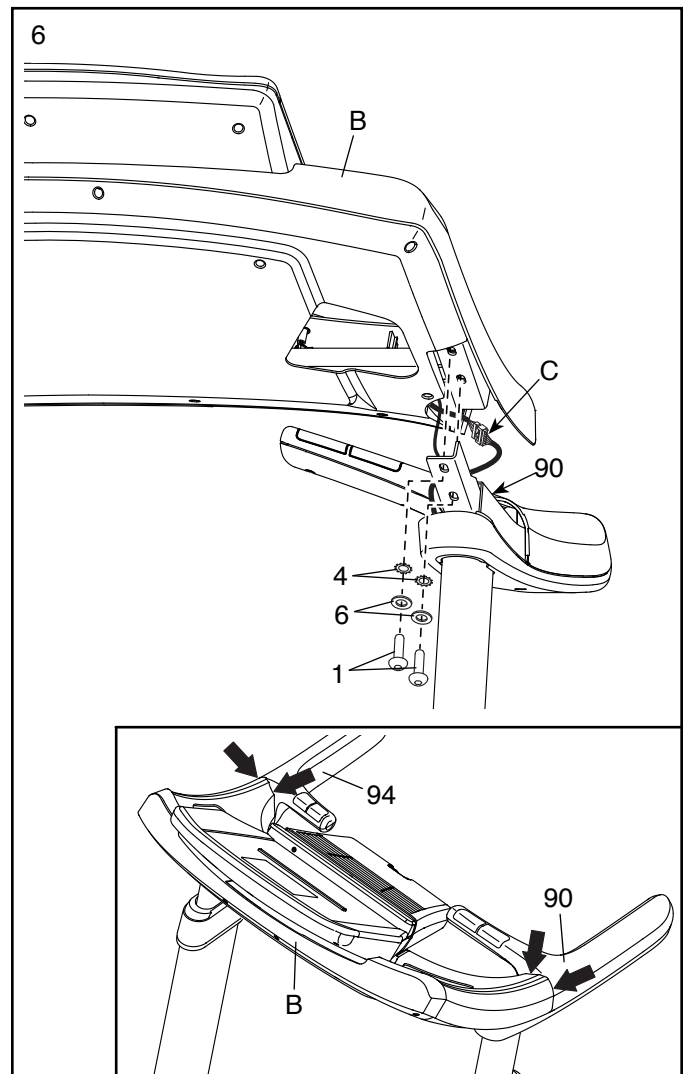
Stecken Sie dann die Puskabel (C) zusammen. **Achten Sie darauf, die Puskabel auf der rechten Seite des Lauftrainers (nicht abgebildet) ebenfalls zusammen zu stecken.**



6. Mithilfe einer zweiten Person halten Sie nun den Konsolenaufbau (B) an den linken Haltegriff (90) hin. Heben Sie den Konsolenaufbau etwas hoch, damit Sie die Kabel (C) so ausrichten können, dass sie beim Aufsetzen der Konsole auf die Teile der linken Haltestange nicht eingeklemmt werden. **Vermeiden Sie ein Abklemmen der Kabel.**

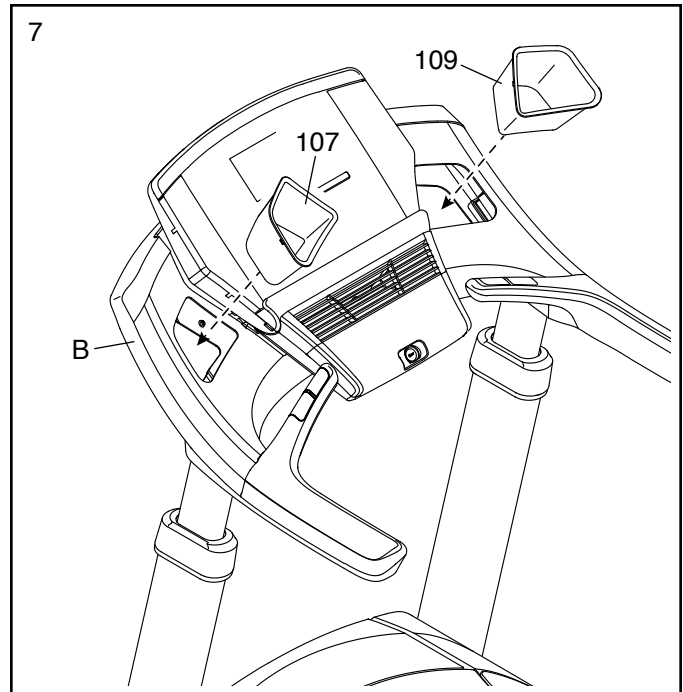
Siehe die eingefügte Abbildung. Achten Sie darauf, dass der Konsolenaufbau (B) auf gleicher Höhe mit dem linken und dem rechten Haltegriff (90, 94) an den durch die Pfeile ange deuteten Stellen abschliesst.

Befestigen Sie den Konsolenaufbau (B) mit vier 5/16" x 3/4" Schrauben (1), vier flachen 5/16" Scheiben (6) und vier äusseren 3/8" Zahnscheiben (4), wie angedeutet (es wird hier allerdings nur eine Seite gezeigt) am linken und am rechten Haltegriff (90, 94). **Ziehen Sie erst alle vier Schrauben leicht an, bevor Sie sie festziehen.**



7. Identifizieren Sie die linke und rechte Ablage (107, 109).

Drücken Sie die linke und rechte Ablage (107, 109) in den Konsolenaufbau (B) hinein.

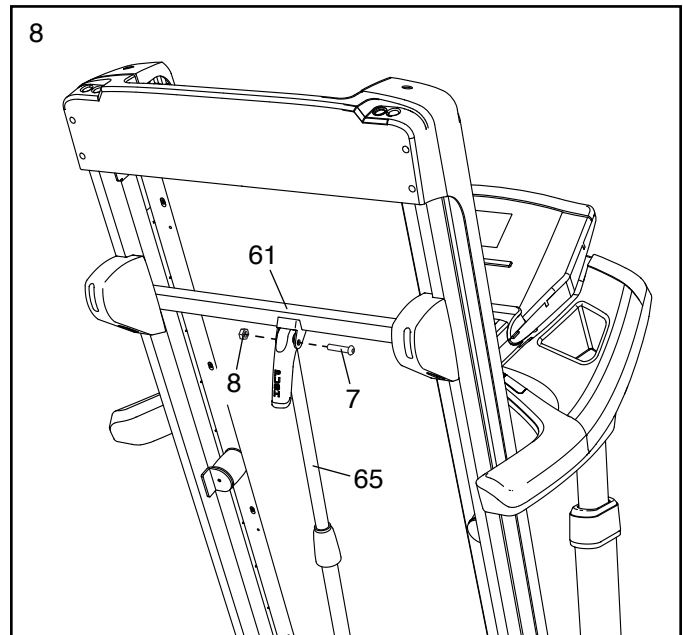


8. Stellen Sie den Rahmen (61) nun so auf, wie in der Abbildung dargestellt. **Eine zweite Person soll den Rahmen festhalten, bis dieser Schritt vollendet ist.**

Entfernen Sie den $\frac{3}{8}$ " x $2\frac{3}{8}$ " Bolzen (7) und die $\frac{3}{8}$ " Mutter (8) von der Lagerungssperre (65). Sollte sich an der Klammer am Rahmen (61) eine Befestigung befinden, entfernen Sie diese. Sie wird nicht mehr gebraucht.

Befestigen Sie das obere Ende der Lagerungssperre (65) mit dem $\frac{3}{8}$ " x $2\frac{3}{8}$ " Bolzen (7) und der $\frac{3}{8}$ " Mutter (8), die Sie gerade entfernt haben, an der Klammer des Rahmens (61). **Ziehen Sie die Schrauben jedoch nicht zu fest an.**

Lassen Sie den Rahmen (61) nun herunter, wie auf Seite 28 beschrieben.



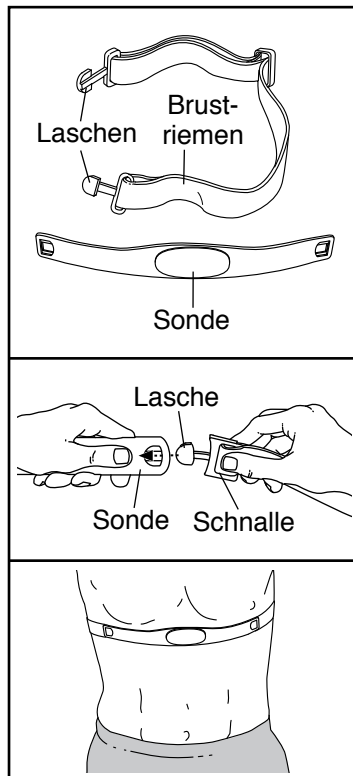
9. **Achten Sie darauf, dass alle Teile richtig festgezogen sind, bevor Sie den Lauftrainer benutzen.**

Falls sich Plastikfolien auf den Aufklebern des Lauftrainers befinden, entfernen Sie diese. Legen Sie zum Schutz des Bodens oder Teppichs eine Unterlage unter den Lauftrainer. Um Schäden an der Konsole zu vermeiden, stellen Sie den Lauftrainer nicht in direktem Sonnenlicht auf. Verwahren Sie die mitgelieferten Sechskantschlüssel an einem sicheren Ort; einer der Sechskantschlüssel wird dazu gebraucht, das Laufband einzustellen (siehe Seite 30). Anmerkung: Zusätzliche Teile könnten inkludiert sein.

DER HERZFREQUENZMESSER

WIE MAN DEN HERZFREQUENZMESSER ANZIEHT

Der Herzfrequenzmesser besteht aus einem Brustriemen und einer Sonde. Führen Sie die Lasche an einem Ende des Brustriemens durch ein Loch auf einer Seite der Sonde, wie angedeutet. Drücken Sie dann das Ende der Sonde unter die Schnalle am Brustriemen. Die Lasche sollte sich auf gleicher Ebene mit der Vorderseite der Sonde befinden.



Man muss den Herzfrequenzmesser unterhalb der Kleidung auf der Haut tragen. Legen Sie den Herzfrequenzmesser an der angedeuteten Stelle um Ihren Brustkorb. Vergewissern Sie sich, dass das Logo der Sonde aufrecht liegt. Befestigen Sie dann das andere Ende des Riemens am Sondernagel. Stellen Sie den Brustriemen, falls erforderlich, auf die richtige Länge ein.

Ziehen Sie die Sonde ein paar Zentimeter von Ihrem Körper weg und finden Sie die zwei Elektrodenflächen auf der Innenseite. Die Elektrodenflächen sind mit kleinen Rillen versehen. Befeuchten Sie beide Elektrodenflächen mit einer Salzlösung wie Speichel oder Kontaktlinsenlösung. Lassen Sie dann die Sonde wieder auf Ihrer Haut aufliegen.

PFLEGE UND WARTUNG

- Trocknen Sie die Sonde nach jedem Gebrauch gründlich ab. Wenn man den Herzfrequenzmesser nicht abtrocknet, dann bleibt die Sonde aktiviert und die Batterie wird schneller verbraucht.
- Verwahren Sie den Herzfrequenzmesser an einem warmen, trockenen Ort. Verwahren Sie den Herzfrequenzmesser keinesfalls in einer Plastiktüte oder einem Behälter, der Feuchtigkeit speichern könnte.

- Setzen Sie den Herzfrequenzmesser nicht für längere Zeit direktem Sonnenlicht aus. Setzen Sie ihn auch nicht Temperaturen über 50° C oder unter -10° C aus.
- Biegen oder dehnen Sie die Sonde nicht übermäßig, wenn sie den Herzfrequenzmesser benutzen oder verwahren.
- Säubern Sie die Sonde mit einem feuchten Tuch und ein wenig mildem Reinigungsmittel. Reiben Sie die Sonde mit dem feuchten Tuch ab und trocknen Sie diese danach mit einem weichen Handtuch. Benutzen Sie niemals Alkohol, Scheuermittel oder Chemikalien. Der Brustriemen kann mit der Hand gewaschen und luftgetrocknet werden.

FEHLERSUCHE

Sollte der Herzfrequenzmesser nicht richtig funktionieren, dann versuchen Sie bitte die folgenden Massnahmen.

- Vergewissern Sie sich, dass Sie den Herzfrequenzmesser so tragen wie links beschrieben. Wenn der Herzfrequenzmesser trotzdem nicht funktioniert, dann befestigen Sie ihn etwas höher oder tiefer an Ihrer Brust.
- Werden die Herzschläge erst angezeigt, wenn Sie zu schwitzen anfangen, dann befeuchten Sie nochmals die Elektrodenflächen.
- Will man die Herzfrequenz am Computer ablesen, dann darf der Benutzer nicht mehr als eine Armlänge vom Computer entfernt sein.
- Befindet sich auf der Rückseite der Sonde ein Batteriefachdeckel, dann versuchen Sie, die Batterie mit einer neuen der gleichen Sorte zu ersetzen.
- Der Herzfrequenzmesser ist für Leute mit einem normalen Herzschlag konzipiert. Medizinische Umstände wie Wehen, Tachycardien oder Arrhythmien können die Herzschlagaufzeichnung beeinflussen.
- Die Funktion des Herzfrequenzmessers kann durch magnetische Felder, die durch Hochspannungsleitungen oder andere Quellen erzeugt werden, beeinflusst werden. Wenn Sie eine solche Interferenz vermuten, stellen Sie das Fitnessgerät an einer anderen Stelle auf.

BENUTZUNG DAS LAUFTRAINER

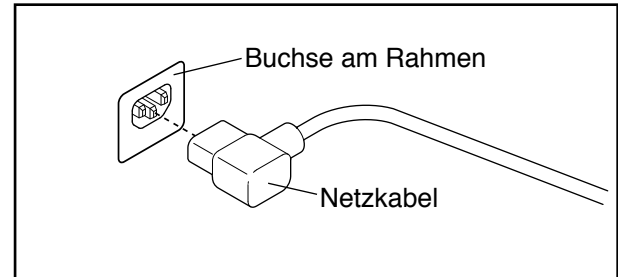
ANSCHLUSS DES NETZKABELS

Dieses Produkt muss geerdet sein. Sollte es nicht richtig funktionieren oder beschädigt sein, dann versichert die Erdung, dass der elektrische Strom dem Weg des geringsten Widerstandes folgt, und reduziert dadurch das Risiko eines Elektroschocks. Dieses Gerät wird mit einem Netzkabel geliefert, welches mit einem geräteerdenden Stromleiter und einem Erdungsstecker versehen ist. **WICHTIG: Falls das Netzkabel beschädigt ist, muss es mit einem vom Hersteller empfohlenen Netzkabel ersetzt werden.**

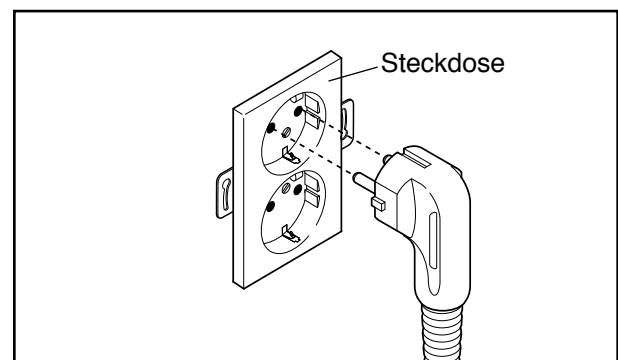
⚠ GEFAHR: Falscher Anschluss des geräteerdenden Leiters kann zu erhöhtem Risiko eines Elektroschocks führen. Konsultieren Sie einen qualifizierten Elektriker oder Service-Techniker, falls Sie Zweifel haben, ob das Gerät ordnungsgemäss geerdet ist. Verändern Sie nichts am Stecker, der mit diesem Gerät geliefert wird. Falls er nicht in die Steckdose passen sollte, sollten Sie eine angemessene Steckdose von einem qualifizierten Elektriker installieren lassen.

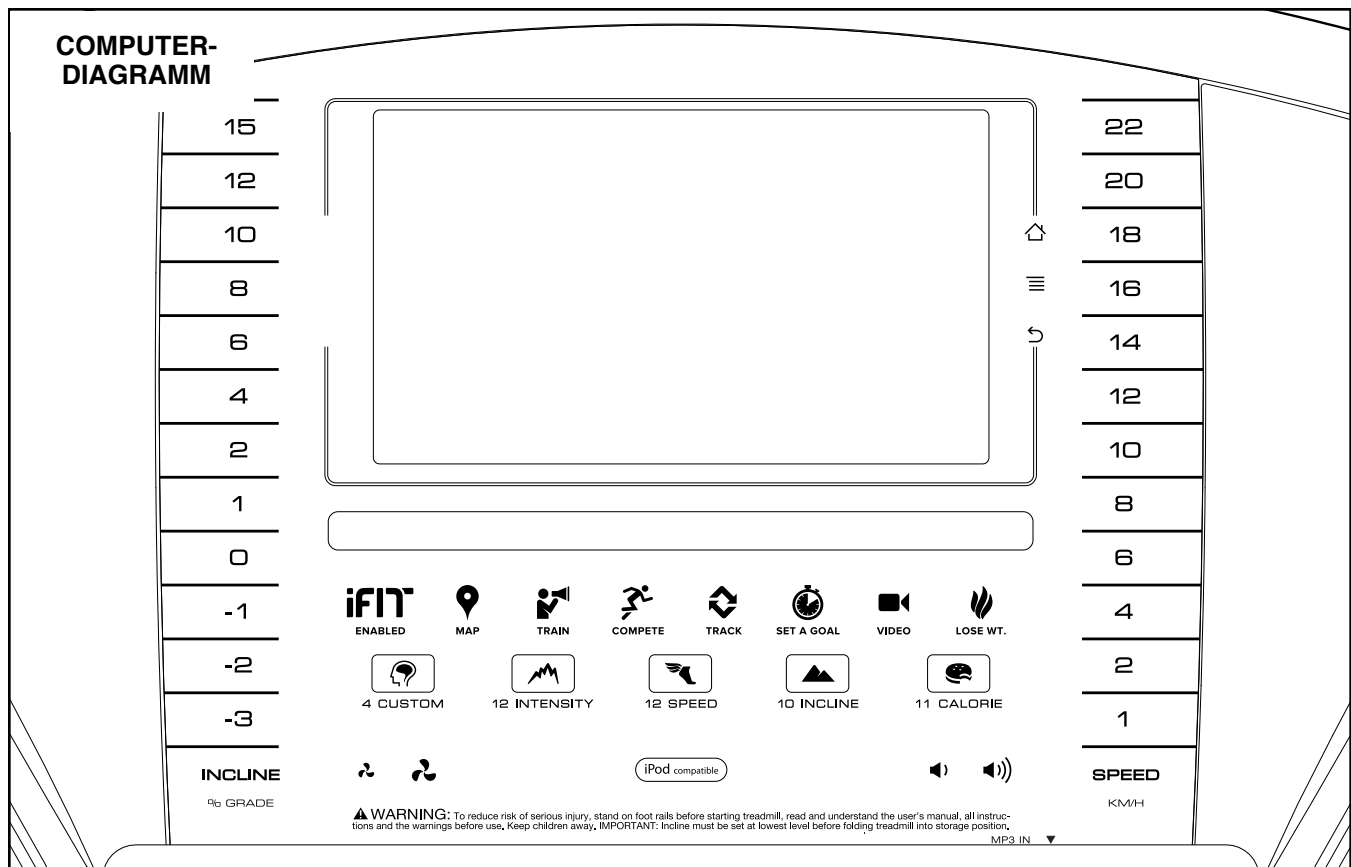
Folgen Sie die unten angeführten Schritte, um das Netzkabel einzustecken.

1. Stecken Sie das angedeutete Ende des Netzkabels in die Buchse am Rahmen ein.



2. Stecken Sie das Netzkabel in eine passende Steckdose, die gemäss allen örtlichen Regeln und Vorschriften richtig installiert und geerdet wurde.





WARNUNGS-AUFKLEBER ANBRINGEN

Finden Sie die Warnungen, die auf dem Computer auf englisch angebracht wurden. Dieselben Warnungen kann man auch in anderen Sprachen auf dem beige-gelegten Aufkleberabziehblatt finden. Ziehen Sie den Aufkleber mit der entsprechenden deutschen Warnung ab und kleben Sie ihn über den englischen.

FUNKTIONEN DER KONSOLE

Die Konsole des Lauftrainers bietet eine beeindruckende Anzahl von Funktionen an, welche Ihr Training wirksamer und angenehmer gestalten werden. Die Konsole ist mit der revolutionäre iFit-Technologie ausgestattet, die es dem Lauftrainer ermöglicht, mit Ihrem drahtlosen Netzwerk zu kommunizieren. Mithilfe der iFit-Technologie kann man individuell gestaltete Workouts herunterladen, seine eigenen Workouts erstellen, seine Workout-Resultate verfolgen und viele andere Funktionen abrufen. **Siehe www.iFit.com, um vollständige Informationen zu erhalten.**

Zusätzlich bietet die Konsole eine Auswahl an integrierten Workouts an. Jedes Workout kontrolliert automatisch die Geschwindigkeit und die Neigung des Lauftrainers, wobei Sie durch eine wirkungsvolle Trainingsroutine geführt werden. Zusätzlich können Sie auch ein Kalorien-, Zeit-, Distanz- oder Tempoziel einstellen.

Der Benutzer kann seine eigenen Workouts erstellen und diese für Abrufe in der Zukunft speichern.

Wenn man den manuellen Modus verwendet, kann man die Geschwindigkeit und die Neigung des Lauftrainers auf Knopfdruck verändern.

Während des Trainings liefert die Konsole laufende Rückmeldungen. Man kann mithilfe des Handgriff-Pulsmessers oder des Brustgurt-Pulsmessers seine Herzfrequenz messen.

Sie können sogar im Internet surfen oder Ihre Lieblings-Workout-Musik oder -Hörbücher mithilfe der Lautsprecher der Konsole während Ihres Trainings anhören.

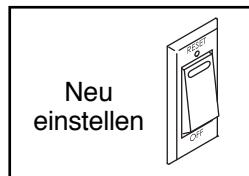
Um das Gerät einzuschalten, siehe Seite 14. Um zu lernen wie man den Touchscreen benutzt, siehe Seite 14. Um die Konsole einzustellen, siehe Seite 15.

Anmerkung: Die Konsole kann die Entfernung und die Geschwindigkeit sowohl in Kilometern als auch in Meilen angeben. Um zu sehen, welche Masseinheit ausgewählt wurde, siehe Schritt 4 auf Seite 23. Der Einfachheit halber sind die Anleitungen in diesem Abschnitt mit Kilometern angegeben.

EINSCHALTEN DES GERÄTS

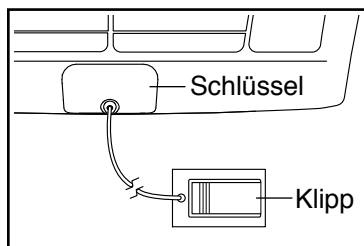
WICHTIG: Falls der Lauftrainer kalten Temperaturen ausgesetzt wurde, lassen Sie ihn zuerst auf Zimmertemperatur aufwärmen bevor Sie ihn einschalten. Andernfalls können die Displays oder andere elektronische Teile beschädigt werden.

Stecken Sie das Netzkabel ein (siehe Seite 12). Der Netzschalter befindet sich in der Nähe des Netzkabels am Rahmen des Lauftrainers. Achten Sie darauf, dass sich der Schalter in der Entstörposition befindet.



WICHTIG: Die Konsole bietet einen Display-Demo-Modus an, der verwendet werden kann, wenn der Lauftrainer in einem Geschäft ausgestellt wird. Falls der Demo-Modus eingeschaltet ist, wird das Display nach dem Einstecken des Netzkabels und Drücken des Netzschalters auf die Entstörposition eine Demo-Präsentation zeigen, obwohl der Schlüssel noch nicht eingefügt wurde. Um den Demo-Modus auszuschalten, siehe Schritt 7 auf Seite 23.

Steigen Sie auf die Fussleisten des Lauftrainers. Finden Sie den Klipp, der mit dem Schlüssel verbunden ist, und schieben Sie den Klipp auf den



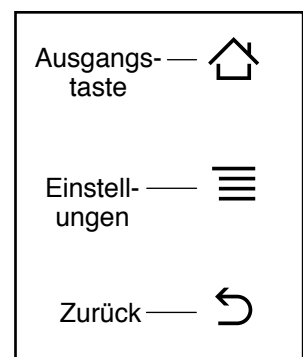
Bund Ihrer Kleidung. Stecken Sie dann den Schlüssel in die Konsole hinein. Nach einem Moment werden die Displays aufleuchten. **WICHTIG:** Im Notfall kann man den Schlüssel aus der Konsole herausziehen, wodurch das Laufband langsam angehalten wird. Testen Sie den Klipp, indem Sie vorsichtig ein paar Schritte rückwärts laufen. Wird dabei der Klipp nicht aus der Konsole herausgezogen, dann müssen Sie die Position des Klipps verändern.

Anmerkung: Es kann eine Minute dauern, bis die Konsole für den Gebrauch bereit ist.

BENUTZEN DES TOUCHSCREENS

Die Konsole hat einen eingebauten Tablet-PC mit farbigem Touchscreen. Die folgende Information wird Ihnen dabei helfen, die fortgeschrittene Technologie des Tablet-PCs kennenzulernen:

- Die Konsole funktioniert ähnlich wie andere Tablet-PC's. Man kann den Bildschirm mit den Fingern manipulieren, um bestimmte Bilder zu verschieben, wie z.B. die Displays eines Workouts (siehe Schritt 5 auf Seite 16). Man kann allerdings die Ansicht nicht vergrößern oder verkleinern, indem man die Finger am Bildschirm entlang fährt.
- Der Bildschirm ist nicht druckempfindlich. Man braucht daher nicht fest auf den Bildschirm zu drücken.
- Um Informationen in ein Textfeld zu tippen, berühren Sie das Textfeld und eine Tastatur wird erscheinen. Um Zahlen oder andere Zeichen an der Tastatur benutzen zu können, drücken Sie die ?123-Taste. Um weitere Zeichen sehen zu können, drücken Sie die Alt-Taste. Berühren Sie die Alt-Taste noch einmal, um zur Zahlentastatur zurückzukehren. Um zur Alphabet-Tastatur zurückzukehren, drücken Sie die ABC-Taste. Um einen Grossbuchstaben zu verwenden, berühren Sie zuerst die Taste mit dem nach oben zeigenden Pfeil. Um mehrere Grossbuchstaben hintereinander zu tippen, berühren Sie die Taste mit dem Pfeil noch einmal. Um wieder zu den Kleinbuchstaben zu gelangen, berühren Sie die Taste mit dem Pfeil ein drittes Mal. Um das zuletzt getippte Zeichen zu löschen, drücken Sie die Taste mit dem nach links zeigenden Pfeil mit einem X in der Mitte.
- Benützen Sie die ange-deuteten Tasten auf der Konsole zur Navigation auf dem Tablet. Drücken Sie die Rücktaste, um zum vorhergehenden Bildschirm zurückzukehren. Drücken Sie die Einstellungstaste, um zum Einstellungs-menü zu gelangen (siehe Seite 23). Drücken Sie die Ausgangstaste, um zum Hauptmenü zurückzukehren.



DIE KONSOLE EINSTELLEN

Bevor Sie den Lauftrainer das erste Mal benutzen, stellen Sie die Konsole für Ihren Gebrauch ein.

1. Stellen Sie eine Verbindung mit Ihrem drahtlosen Netzwerk her.

Anmerkung: Um in das Internet einzusteigen, iFit-Workouts herunterzuladen und um andere Funktionen der Konsole zu benutzen, muss man mit einem drahtlosen Netzwerk verbunden sein. Siehe BENUTZEN DES DRAHTLOSEN NETZWERKMODUS auf Seite 26, um die Konsole an ein drahtloses Netzwerk anzuschließen.

2. Kontrollieren Sie ob es Firmware-Aktualisierungen gibt.

Siehe zuerst Schritt 1 auf Seite 23 und Schritt 2 auf Seite 25, und wählen Sie den Wartungsmodus. Anschließend siehe Schritt 3 auf Seite 25 zur Überprüfung von Firmware-Aktualisierungen.

3. Kalibrieren Sie das Neigungssystem.

Siehe Schritt 4 auf Seite 25 zum Kalibrieren des Neigungssystems des Lauftrainers.

4. Erstellen Sie ein iFit-Konto.

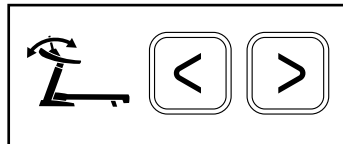
Berühren Sie die Globus-Taste nahe der linken, unteren Ecke des Bildschirms, und berühren Sie die iFit-Taste.

Anmerkung: Informationen über das Navigieren im Browser finden Sie auf Seite 27. Die iFit.com HomeSeite öffnet sich im Browser.

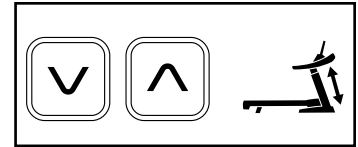
Folgen Sie den Eingabeaufforderungen auf der Website, um sich für ein iFit-Konto anzumelden. Falls Sie einen Aktivierungscode haben, wählen Sie die Option, den Code zu aktivieren.

5. Stellen Sie den Winkel und die Höhe der Konsole ein.

Zum Einstellen der Konsole auf einen angenehmen Winkel drückt man die Konsolenneigungstasten.



Zum Einstellen der Konsole auf eine angenehme Höhe drückt man die Höheneinstellungstasten.



Für verschiedene Benutzer des Lauftrainers kann man bis zu vier Neigungen und Höheneinstellungen speichern. Um die gerade eingestellte Neigung und Höhe der Konsole zu speichern, drückt man zuerst die Speichertaste und gleich danach eine der nummerierten Benutzertasten.

Um eine gespeicherte Einstellung für die Neigung und Höhe der Konsole abzurufen, drücken Sie nach dem Einschalten der Konsole eine der nummerierten Benutzertasten.

Die Konsole ist jetzt eingestellt und Sie können mit Ihrem Training beginnen. Auf den folgenden Seiten finden Sie Informationen über die verschiedenen Workouts und über andere Funktionen der Konsole.

Um den manuellen Modus zu benutzen, siehe Seite 16. **Um ein integriertes Workout zu benutzen**, siehe Seite 18. **Um ein Zielsetzungsworkout zu benutzen**, siehe Seite 19. **Um ein auf den Benutzer abgestimmtes Workout herzustellen**, siehe Seite 20. **Um ein auf den Benutzer abgestimmtes Workout abzurufen**, siehe Seite 21. **Um ein iFit-Workout zu benutzen**, siehe Seite 22.

Um den Geräte-Einstellungsmodus zu benutzen, siehe Seite 23. **Um den Wartungsmodus zu benutzen**, siehe Seite 25. **Um den drahtlosen Netzwerkmodus zu benutzen**, siehe Seite 26. **Um die Lautsprecher zu benutzen**, siehe Seite 27. **Um den Internet-Browser zu benutzen**, siehe Seite 27.

WICHTIG: Falls sich auf der Konsole Plastikfolien befinden, entfernen Sie diese. Um Schäden an der Laufplattform zu vermeiden, tragen Sie bitte auf dem Lauftrainer immer saubere Turnschuhe. Bei der ersten Benutzung des Lauftrainers, beachten Sie die Einstellung des Laufbandes und richten Sie dieses, falls notwendig, auf den Mittelpunkt aus (siehe Seite 30).

DEN MANUELLEN MODUS BENUTZEN

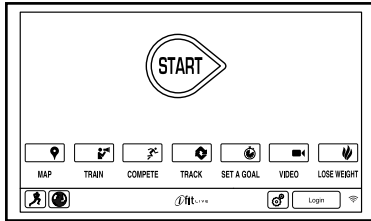
1. Stecken Sie den Schlüssel in die Konsole ein.

Siehe EINSCHALTEN DES GERÄTS auf Seite 14.

Anmerkung: Es kann eine Minute dauern, bis die Konsole für den Gebrauch bereit ist.

2. Wählen Sie das Hauptmenü.

Wenn man das Gerät einschaltet, erscheint nach dem Hochfahren der Konsole das Hauptmenü. Berühren Sie die



Ausgangstaste in der linken, unteren Ecke des Bildschirms (hier nicht abgebildet), um jederzeit zum Hauptmenü zurückzukehren.

3. Starten Sie das Laufband und stellen Sie die Geschwindigkeit ein.

Berühren Sie die Starttaste am Bildschirm oder drücken Sie die Starttaste an der Konsole, um das Laufband in Bewegung zu setzen. Das Laufband beginnt dann, sich mit einer Geschwindigkeit von 2 km/h zu bewegen.

Ändern Sie während Ihres Trainings auf Wunsch die Geschwindigkeit des Laufbandes, indem Sie die Beschleunigungs- oder Verminderungstaste drücken. Jedesmal, wenn man eine der Tasten drückt, wird sich die Geschwindigkeitseinstellung um 0,1 km/h ändern. Wenn man die Taste länger niedergedrückt hält, wird sich die Geschwindigkeitseinstellung schneller ändern.

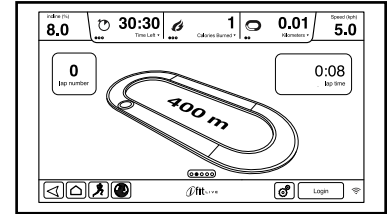
Falls Sie eine der nummerierten Geschwindigkeitstasten drücken, wird das Laufband allmählich die Geschwindigkeit ändern, bis es die ausgewählte Geschwindigkeitseinstellung erreicht hat.

Um das Laufband anzuhalten, drückt man auf die Stopp-Taste. Um das Laufband wieder zu starten, drückt man die Starttaste.

4. Verändern Sie auf Wunsch die Neigung des Lauftrainers.

Um die Neigung des Lauftrainers zu verändern, drücken Sie die Neigungs-Auf oder -Ab-Taste oder eine der nummerierten

Neigungstasten. Jedesmal, wenn Sie eine der Tasten drücken, ändert sich die Neigung stufenweise bis sie die gewünschte Neigungsstufe erreicht hat.



Anmerkung: Bevor man die Neigungsfunktion zum ersten Mal benutzt, muss man das Neigungssystem kalibrieren (siehe Schritt 4 auf Seite 25).

Anmerkung: Wenn man die Neigung auf negative Werte einstellt, vermindert sich die maximale Geschwindigkeit des Lauftrainers.

5. Verfolgen Sie Ihren Fortschritt.

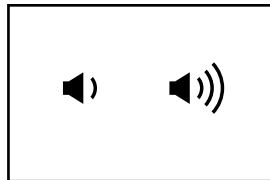
Die Konsole bietet mehrere Displayverfahren an. Abhängig vom gewählten Displaymodus werden verschiedene Workout-Informationen am Display angezeigt. Um den gewünschten Displaymodus einzustellen, schnippen Sie die Finger am Bildschirm oder fahren Sie mit dem Finger über den Bildschirm. Man kann auch weitere Information abrufen, indem man die roten Kästen am Bildschirm berührt.

Während Sie auf dem Lauftrainer gehen oder laufen, kann das Display folgende Workout-Informationen anzeigen:

- den Neigungsgrad des Lauftrainers
- die vergangene Zeit
- die verbleibende Zeit (**Anmerkung:** Im manuellen Modus kann man die verbleibende Zeit nicht herunter zählen.)
- die ungefähre Anzahl an Kalorien, die Sie verbraucht haben
- die ungefähre Anzahl an Kalorien, die Sie pro Stunde verbrauchen

- die Distanz, die man hinter sich gelegt hat
- die Höhe, die man angestiegen ist
- die Geschwindigkeit des Laufbandes
- eine 400 m (1/4 Meile) Laufbahn
- Ihr Tempo in Minuten pro Meile
- die Zahl der Runde, auf der Sie sich gerade befinden
- Ihre Herzfrequenz (siehe Schritt 6)

Man kann die Lautstärke mithilfe der Lautsprecher-Tasten an der Konsole nach Belieben verstellen.

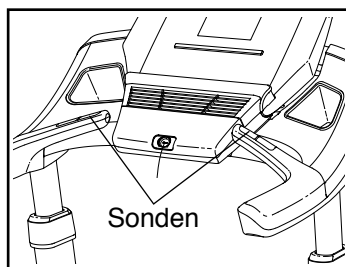


Um das Workout zu pausieren, berühren Sie eine der Menüasten am Bildschirm oder drücken Sie die Stopp-Taste an der Konsole. Um das Workout dann wieder aufzunehmen, berühren Sie die Wiederaufnahmetaste (Resume) oder die Starttaste. Um dieses Workout zu beenden, berühren Sie die End Workout- Taste.

6. Messen Sie nach Wunsch Ihre Herzfrequenz.

Anmerkung: Verwendet man den Handgriff-Pulsmesser und den Brustgurt-Pulsmesser gleichzeitig, dann kann die Konsole die Herzfrequenz

nicht richtig angeben. Information über den Brustgurt-Pulsmesser finden Sie auf Seite 11.



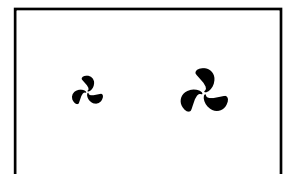
Entfernen Sie die Plastikfolien von den Metallsonden vor Gebrauch des Handgriff-Pulsmessers. Benutzen Sie den Pulsmesser nur mit sauberen Händen.

Um Ihre Herzfrequenz zu messen, **steigen Sie auf die Fussleisten** und umfassen Sie ungefähr zehn Sekunden lang die Sonden mit Ihren Handflächen. **Vermeiden Sie es, Ihre Hände zu bewegen.** Wenn Ihr Puls entdeckt wird, erscheint Ihre Herzfrequenz am Display. **Die Herzfrequenz-Messung wird am genauesten, wenn Sie die Sonden noch ungefähr weitere 15 Sekunden lang berühren.**

7. Schalten Sie auf Wunsch den Ventilator ein.

Der Ventilator bietet verschiedene Geschwindigkeitseinstellungen und einen automatischen Modus. Im automatischen Modus verändert sich die Geschwindigkeit des Ventilators automatisch je nach der Geschwindigkeit des Laufbandes.

Drücken Sie die Ventilator-Beschleunigungstaste (grosser Ventilator), um die Geschwindigkeit des Ventilators zu erhöhen. Drückt man die Ventilator-Beschleunigungstaste einmal während der Ventilator auf die maximale Geschwindigkeit eingestellt ist, dann wird der automatische Ventilatormodus eingestellt. Zum Verlangsamen oder Abstellen des Ventilators drücken Sie die Ventilator-Verlangsamungstaste (kleiner Ventilator) mehrmals.



8. Wenn Sie mit dem Training fertig sind, ziehen Sie den Schlüssel aus der Konsole heraus.

Steigen Sie auf die Laufplattform und berühren Sie die Ausgangstaste oder die Rücktaste am Bildschirm, oder drücken Sie die Stopp-Taste an der Konsole. Eine Workout-Zusammenfassung wird dann auf dem Bildschirm erscheinen. Nachdem Sie die Workout-Zusammenfassung gesehen haben, berühren Sie die Fertig-Taste, um zum Hauptmenü zurückzukehren. Sie können Ihre Resultate auch speichern oder publik machen, indem Sie eine der Optionen am Bildschirm wählen. **Stellen Sie dann die Neigung des Lauftrainers auf Null. Die Neigung muss auf Null eingestellt sein, sonst könnte es sein, dass Sie den Lauftrainer beim Zusammenklappen in die Lagerungsposition beschädigen.** Entfernen Sie dann den Schlüssel von der Konsole und verwahren Sie ihn an einem sicheren Ort.

Drücken Sie als erstes den Netzschalter auf Aus und ziehen Sie das Netzkabel heraus. **WICHTIG: Andernfalls können die elektronischen Teile des Lauftrainers vorzeitig abgenutzt werden.**

BENUTZEN EINES INTEGRIERTEN WORKOUTS

1. Stecken Sie den Schlüssel in die Konsole hinein.

Siehe EINSCHALTEN DES GERÄTS auf Seite 14.

2. Wählen Sie ein integriertes Workout.

Um ein integriertes Workout auszuwählen, drücken Sie die Intensitätstaste, die Geschwindigkeitstaste, die Neigungstaste oder die Kalorientaste auf der Konsole. Anmerkung: Sie können auch die Läuferstaste am Bildschirm berühren, um das Workout-Menü zu wählen.

Dann wählen Sie das gewünschte Workout. Der Bildschirm wird den Namen und die Dauer des Workouts sowie die zurückzulegende Distanz angeben. Der Bildschirm wird auch die ungefähre Anzahl an Kalorien, die man während des Workouts verbraucht, und einen Querschnitt der Neigungseinstellungen des Workouts angeben.

3. Fangen Sie mit dem Workout an.

Drücken Sie die Start-Workout-Taste um das Workout zu starten. Einen Moment nachdem man die Taste gedrückt hat, beginnt das Laufband sich zu bewegen. Halten Sie sich an den Haltestangen fest und fangen Sie an zu gehen.

Jedes Workout ist in mehrere Einheiten unterteilt. Je eine Geschwindigkeits- und eine Neigungseinstellung sind für jede Einheit vorprogrammiert. Anmerkung: Es kann vorkommen, dass dieselbe Geschwindigkeits- und/oder Neigungseinstellung für aufeinander folgende Einheiten einprogrammiert ist.

Während des Workouts wird das Profil Ihren Fortschritt anzeigen. Um das Profil zu sehen, schnippen Sie mit den Fingern am Bildschirm oder fahren Sie mit dem Finger über den Bildschirm. Die farbige, senkrechte Linie wird die laufende Einheit des Workouts angeben. Das untere Profil stellt die Neigungseinstellung der laufenden Einheit dar. Das obere Profil stellt die Geschwindigkeitseinstellung der laufenden Einheit dar.

Am Ende der ersten Einheit des Workouts wird sich der Lauftrainer automatisch auf die Geschwindigkeit und/oder die Neigung der nächsten Einheit einstellen.

Das Programm läuft auf diese Weise weiter, bis die letzte Einheit beendet ist. Das Laufband wird dann langsam anhalten und eine Workout-Zusammenfassung wird auf dem Bildschirm

erscheinen. Nachdem Sie die Workout-Zusammenfassung gesehen haben, berühren Sie die Fertig-Taste, um zum Hauptmenü zurückzukehren. Sie können Ihre Resultate auch speichern oder publik machen, indem Sie eine der Optionen am Bildschirm wählen.

Falls die Geschwindigkeit- und/oder Neigungseinstellungen während des Workouts zu hoch oder zu niedrig sind, können Sie diese Einstellungen durch Drücken der Geschwindigkeits- oder Neigungstasten verändern. **Wenn Sie eine Geschwindigkeitstaste drücken**, können Sie die Geschwindigkeit manuell steuern (siehe Schritt 3 auf Seite 16). **Wenn Sie eine Neigungstaste drücken**, können Sie die Neigung manuell steuern (siehe Schritt 4 auf Seite 16). **Um zur programmierten Geschwindigkeits- und/oder Neigungseinstellung des Workouts zurückzukehren**, sehen Sie sich zuerst das Profil an. Berühren Sie dann die Programmfolge-Taste.

Um das Workout vorübergehend anzuhalten, berühren Sie entweder die Rücktaste oder die Ausgangstaste in der unteren, linken Ecke des Bildschirms oder drücken Sie die Stopp-Taste an der Konsole. Berühren Sie die Fortsetzungstaste am Bildschirm oder die Starttaste an der Konsole, um mit dem Workout fortzufahren. Drücken Sie die End Workout-Taste, um das Workout zu beenden.

Anmerkung: Das Kalorienziel ist die ungefähre Anzahl an Kalorien, die man während des Workouts verbrauchen wird. Die tatsächliche Anzahl an verbrauchten Kalorien hängt von mehreren Faktoren ab, wie zum Beispiel von Ihrem Gewicht. Falls Sie die Geschwindigkeit oder Neigung des Laufbandes während des Workouts manuell ändern, dann wirkt sich dies ebenfalls auf die Anzahl der verbrannten Kalorien aus.

4. Verfolgen Sie Ihren Fortschritt.

Siehe Schritt 5 auf Seite 16. Der Bildschirm kann auch ein Profil der Geschwindigkeits- und Neigungseinstellungen des Workouts anzeigen.

5. Messen Sie nach Wunsch Ihre Herzfrequenz.

Siehe Schritt 6 auf Seite 17.

6. Schalten Sie auf Wunsch den Ventilator ein.

Siehe Schritt 7 auf Seite 17.

7. Wenn Sie mit dem Training fertig sind, ziehen Sie den Schlüssel aus der Konsole heraus.

Siehe Schritt 8 auf Seite 17.

BENUTZEN EINES ZIELSETZUNGSWORKOUTS

1. Stecken Sie den Schlüssel in die Konsole hinein.

Siehe EINSCHALTEN DES GERÄTS auf Seite 14.

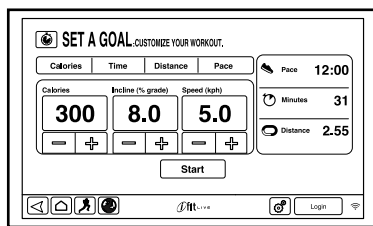
2. Wählen Sie das Hauptmenü.

Siehe Schritt 2 auf Seite 16.

3. Wählen Sie ein Zielsetzungsworkout.

Um ein Zielsetzungsworkout auszuwählen, berühren Sie die Set A Goal-Taste (Ziel-Setzen-Taste) am Bildschirm, oder drücken Sie die Set A Goal-Taste an der Konsole.

Um ein Kalorien-, Zeit-, Distanz- oder Tempoziel zu setzen, berühren Sie die Calories- (Kalorien), Time- (Zeit), Distance- (Distanz) oder Pace- (Tempo) Taste. Berühren Sie dann die Auf- und Ab-Taste auf dem Bildschirm, um ein Zeit-, Distanz-, Kalorien, Tempoziel und die Geschwindigkeit und Neigung des Workouts auszuwählen. Der Bildschirm wird die Dauer, Distanz und ungefähre Anzahl an Kalorien anzeigen, die Sie während des Workouts verbrauchen werden.



4. Fangen Sie mit dem Workout an.

Berühren Sie die Starttaste, um das Workout zu starten. Einen Moment nachdem man die Taste gedrückt hat, beginnt das Laufband sich zu bewegen. Halten Sie sich an den Haltegriffen fest und fangen Sie an zu gehen.

Das Workout funktioniert auf dieselbe Weise wie der manuelle Modus (siehe die Seiten 16 und 17).

Das Workout wird fortgesetzt, bis Sie das gesetzte Ziel erreicht haben. Das Laufband wird dann langsam anhalten und eine Workout-Zusammenfassung wird auf dem Bildschirm erscheinen. Nachdem Sie die Workout-Zusammenfassung gesehen haben, berühren Sie die Finish (Fertig) Taste, um zum Hauptmenü zurückzukehren. Sie können Ihre Resultate auch speichern oder publik machen, indem Sie eine der Optionen am Bildschirm wählen.

Anmerkung: Das Kalorienziel ist die ungefähre Anzahl an Kalorien, die man während des Workouts verbrauchen wird. Die tatsächliche Anzahl an verbrauchten Kalorien hängt von mehreren Faktoren ab, wie zum Beispiel von Ihrem Gewicht.

5. Verfolgen Sie Ihren Fortschritt.

Siehe Schritt 5 auf Seite 16.

6. Messen Sie nach Wunsch Ihre Herzfrequenz.

Siehe Schritt 6 auf Seite 17.

7. Schalten Sie auf Wunsch den Ventilator ein.

Siehe Schritt 7 auf Seite 17.

8. Wenn Sie mit dem Training fertig sind, ziehen Sie den Schlüssel aus der Konsole heraus.

Siehe Schritt 8 auf Seite 17.

EIN PROGRAMM INDIVIDUELL GESTALTEN

1. Stecken Sie den Schlüssel in die Konsole hinein.

Siehe EINSCHALTEN DES GERÄTS auf Seite 14.

2. Wählen Sie ein individuell gestaltetes Workout.

Um ein individuell gestaltetes Workout zu benutzen, drücken Sie die Custom (Individualisierungs) Taste an der Konsole.

Wählen Sie das gewünschte Workout vom individuell gestalteten Workout-Menü. Berühren Sie dann die Taste Record New (neu aufnehmen).

3. Starten Sie das Workout.

Jedes Workout ist in Einheiten eingeteilt. Sie können jede Einheit auf eine beliebige Geschwindigkeit oder einen Neigungsgrad Ihres Wunsches einstellen.

Um eine Geschwindigkeit für die erste Einheit einzugeben, stellen Sie einfach die Geschwindigkeit des Laufbandes ein, indem Sie eine der nummerierten Speed (geschwindigkeits) Tasten drücken.

Um eine Neigung für die erste Einheit einzugeben, stellen Sie einfach die Neigung des Lauftrainers ein, indem Sie eine der nummerierten Neigungstasten drücken.

Am Ende der ersten Einheit wird das Workout dann die laufende Geschwindigkeit und den Neigungsgrad speichern.

Programmieren Sie eine Geschwindigkeit und eine Neigungseinstellung für die zweite Einheit wie oben beschrieben.

Trainieren Sie so lange Sie wollen. Dann drücken Sie die Stop (Stopp)-Taste, um das Workout zu beenden. Das Workout, das Sie auf diese Weise erstellt haben, wird dann gespeichert.

Auf dem Bildschirm erscheint eine Workout-Zusammenfassung. Nachdem Sie die Workout-Zusammenfassung gesehen haben, berühren Sie die Finish (fertig)-Taste, um zum Hauptmenü zurückzukehren. Sie können Ihre Resultate auch speichern oder publik machen, indem Sie eine der Optionen am Bildschirm wählen.

4. Wenn Sie mit dem Training fertig sind, ziehen Sie den Schlüssel aus der Konsole heraus.

Siehe Schritt 8 auf Seite 17.

BENUTZEN EINES INDIVIDUELL GESTALTETEN WORKOUTS

1. Stecken Sie den Schlüssel in die Konsole hinein.

Siehe EINSCHALTEN DES GERÄTS auf Seite 14.

2. Wählen Sie ein individuell gestaltetes Workout.

Um ein individuell gestaltetes Workout zu benutzen, drücken Sie die Individualisierungstaste an der Konsole.

Wählen Sie das gewünschte Workout vom individuell gestalteten Workout-Menü. Dann berühren Sie die Repeat (wiederholungs) Taste.

Anmerkung: Um ein individuell gestaltetes Workout zu erstellen, berühren Sie die Record new (neuaufnahme) Taste. Siehe EIN PROGRAMM INDIVIDUELL GESTALTEN auf Seite 20.

Der Bildschirm wird den Namen und die Dauer des Workouts sowie die zurückzulegende Distanz angeben. Der Bildschirm wird auch die ungefähre Anzahl an Kalorien anzeigen, die Sie während des Workouts verbrauchen werden.

3. Starten Sie das Workout.

Drücken Sie die Start Workout-Taste um das Workout zu starten.

Jedes Workout ist in Einheiten eingeteilt. Je eine Geschwindigkeits- und eine Neigungseinstellung sind für jede Einheit vorprogrammiert.

Anmerkung: Es kann vorkommen, dass dieselbe Geschwindigkeits- und/oder Neigungseinstellung für aufeinander folgende Einheiten einprogrammiert ist.

Während des Workouts werden die Profile Ihren Fortschritt anzeigen. Um die Profile zu sehen, schnippen Sie mit den Fingern am Bildschirm oder fahren Sie mit dem Finger über den Bildschirm. Die farbige, senkrechte Linie wird die laufende Einheit des Workouts angeben. Das untere Profil stellt die Neigungseinstellung der laufenden Einheit dar. Das obere Profil stellt die Geschwindigkeitseinstellung der laufenden Einheit dar.

Falls die Geschwindigkeits- und/oder Neigungseinstellungen während des Workouts zu hoch oder zu niedrig sind, können Sie diese Einstellungen durch Drücken der Speed (Geschwindigkeits)- oder Incline (Neigungs) Tasten verändern. **Wenn Sie eine Geschwindigkeitstaste drücken**, können Sie die Geschwindigkeit manuell

steuern (siehe Schritt 3 auf Seite 16). **Wenn Sie eine Neigungstaste drücken**, können Sie die Neigung manuell steuern (siehe Schritt 4 auf Seite 16). **Um zur programmierten Geschwindigkeits- und/oder Neigungseinstellung des Workouts zurückzukehren**, sehen Sie sich zuerst das Profil an. Berühren Sie dann die Follow-Workout (Programmfolge)-Taste.

Anmerkung: Das Kalorienziel ist die ungefähre Anzahl an Kalorien, die man während des Workouts verbrauchen wird. Die tatsächliche Anzahl an verbrauchten Kalorien hängt von mehreren Faktoren ab, wie zum Beispiel von Ihrem Gewicht. Falls Sie die Geschwindigkeit oder Neigung des Lauftrainers während des Workouts manuell ändern, dann wirkt sich dies ebenfalls auf die Anzahl der verbrannten Kalorien aus.

Um das Workout zu pausieren, berühren Sie die Rücktaste oder die Ausgangstaste unten am Bildschirm. Um das Workout fortzusetzen, berühren Sie die Wiederaufnahme-Taste (Resume). Drücken Sie die End-Workout-Taste (Workout-Beenden-Taste), um das Workout zu beenden.

Das Programm läuft auf diese Weise weiter, bis die letzte Einheit zu Ende kommt. Eine Workout-Zusammenfassung wird dann auf dem Bildschirm erscheinen. Nachdem Sie die Workout-Zusammenfassung gesehen haben, berühren Sie die Fertig-Taste, um zum Hauptmenü zurückzukehren. Sie können Ihre Resultate auch speichern oder publik machen, indem Sie eine der Optionen am Bildschirm wählen.

4. Wechseln Sie auf Wunsch auf ein anderes Workout über.

Wenn Sie möchten, können Sie auf ein anderes Workout umsteigen. Siehe EIN PROGRAMM INDIVIDUELL GESTALTEN auf Seite 20.

5. Verfolgen Sie Ihren Fortschritt.

Siehe Schritt 5 auf Seite 16.

6. Messen Sie nach Wunsch Ihre Herzfrequenz.

Siehe Schritt 6 auf Seite 17.

7. Schalten Sie auf Wunsch den Ventilator ein.

Siehe Schritt 7 auf Seite 17.

8. Wenn Sie mit dem Training fertig sind, ziehen Sie den Schlüssel aus der Konsole heraus.

Siehe Schritt 8 auf Seite 17.

BENUTZEN EINES iFIT-WORKOUTS

Anmerkung: Um ein iFit-Workout zu benutzen, benötigt man ein drahtloses Netzwerk (siehe BENUTZEN DES DRAHTLOSEN NETZWERKMODUS auf Seite 26). Ein iFit-Konto ist ebenfalls notwendig.

1. Stecken Sie den Schlüssel in die Konsole hinein.

Siehe EINSCHALTEN DES GERÄTS auf Seite 14.

2. Wählen Sie das Hauptmenü.

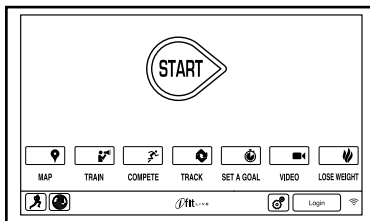
Siehe Schritt 2 auf Seite 16.

3. Loggen Sie sich in Ihr iFit-Konto ein.

Falls Sie dies noch nicht getan haben, berühren Sie die Login-Taste, um sich in Ihr iFit-Konto einzuloggen. Der Bildschirm wird nach Ihrem iFit.com-Benutzername und Passwort fragen. Geben Sie diese ein und berühren Sie die Login-Taste. Um aus dem Login-Bildschirm auszusteigen, berühren Sie die Cancel (abbruch) Taste.

4. Wählen Sie ein iFit-Workout.

Um ein iFit-Workout auf Ihr Verzeichnis herunterzuladen, berühren Sie die Map- (Karten), Train- (Trainieren), Video- oder Lose Weight- (Gewichtsverlust) Taste, um das nächste Workout dieser Art auf Ihr Verzeichnis herunterzuladen. Anmerkung: Durch diese Optionen kann man Demo-Workouts benutzen, auch wenn man nicht in seinem iFit-Konto angemeldet ist.



Um an einem Wettkampf teilzunehmen, den man schon vorher eingeplant hat, berührt man die Wettbewerbstaste (Compete). Um den Verlauf vergangener Workouts abzurufen, berühren Sie die Verfolgungstaste (Track). Um ein Zielsetzungsworkout zu benutzen, berühren Sie die Zielsetzungstaste (Set A Goal) (siehe Seite 19). Anmerkung: Sie können auch eine der iFit-Tasten an der Konsole drücken.

Um innerhalb eines Kontos Benutzer zu wechseln, berühren Sie die Benutzer-Taste an der rechten, unteren Ecke des Bildschirms.

Manche Programme kann man erst dann herunterladen, nachdem man sie auf seinem Verzeichnis auf iFit.com aufgelistet hat.

Nähere Informationen über iFit-Workouts finden Sie unter www.iFit.com.

Wenn Sie ein iFit-Workout auswählen, zeigt der Bildschirm den Namen, die Dauer und die Distanz des Workouts an. Der Bildschirm wird auch die ungefähre Anzahl an Kalorien anzeigen, die Sie während des Workouts verbrauchen werden. Falls Sie ein Wettbewerbsworkout wählen, wird das Display bis zum Start des Wettrennens herunterzählen.

5. Fangen Sie mit dem Workout an.

Siehe Schritt 3 auf Seite 18.

Während einiger Workouts wird Sie ein Audio-Trainer durch Ihr Workout führen.

6. Verfolgen Sie Ihren Fortschritt.

Siehe Schritt 5 auf Seite 16. Der Bildschirm könnte auch eine Karte des Pfads, auf dem Sie sich befinden, anzeigen.

Während eines Wettbewerbsworkouts gibt der Bildschirm die Geschwindigkeiten der iFit-Benutzer und die zurückgelegte Distanz an. Der Bildschirm wird auch angeben, wie viele Sekunden die anderen iFit-Benutzer vor oder hinter Ihnen liegen.

7. Messen Sie nach Wunsch Ihre Herzfrequenz.

Siehe Schritt 6 auf Seite 17.

8. Schalten Sie auf Wunsch den Ventilator ein.

Siehe Schritt 7 auf Seite 17.

9. Wenn Sie mit dem Training fertig sind, ziehen Sie den Schlüssel aus der Konsole heraus.

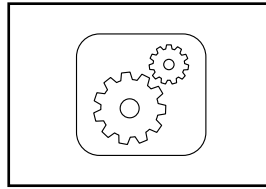
Siehe Schritt 8 auf Seite 17.

Weitere Informationen über den iFit-Modus finden Sie auf www.iFit.com.

BENUTZEN DES GERÄTE-EINSTELLMODUS

1. Wählen Sie das Einstellungshauptmenü.

Stecken Sie den Schlüssel in die Konsole (siehe EINSCHALTEN DES GERÄTS auf Seite 14). Wählen Sie als nächstes das Hauptmenü (siehe Schritt 2 auf Seite 16). Dann berühren Sie die Taste mit den Zahnrädern nahe der rechten, unteren Ecke des Bildschirms, um das Einstellungshauptmenü zu wählen. Sie können auch die Einstellungstasten drücken.



2. Wählen Sie den Geräte-Einstellmodus.

Im Einstellungshauptmenü berühren Sie die Geräte-Einstellungstaste. Anmerkung: Schnippen Sie mit den Fingern am Bildschirm oder fahren Sie mit dem Finger am Bildschirm entlang, um durch ein Verschieben des Bildschirms alle Optionen zu sehen.

3. Wählen Sie eine Sprache.

Um eine Sprache auszuwählen, berühren Sie die Sprachentaste und wählen Sie die gewünschte Sprache. Berühren Sie dann die Rücktaste am Bildschirm, um zum Geräte-Einstellmodus zurückzukehren. Anmerkung: Diese Funktion ist möglicherweise deaktiviert.

4. Wählen Sie die Masseinheit.

Berühren Sie die US/Metric-Taste (US/Metrisch), um die ausgewählte Masseinheit zu sehen. Verändern Sie die Masseinheit auf Wunsch. Berühren Sie dann die Rücktaste am Bildschirm.

5. Wählen Sie eine Zeitzone.

Berühren Sie die Timezone (Zeitzone) Taste. Wählen Sie die lokale Zeitzone, um die Konsole mit Ihrer lokalen Zeit zu synchronisieren. Berühren Sie dann die Rücktaste am Bildschirm.

6. Wählen Sie eine Aktualisierungszeit.

Um eine Zeit für automatische Aktualisierungen zu wählen, berühren Sie die Update Time (Zeitaktualisierungs) Taste und wählen Sie die gewünschte Zeit. Berühren Sie dann die Rücktaste am Bildschirm.

WICHTIG: Sie müssen trotzdem noch das Netzkabel herausziehen, nachdem Sie den Lauftrainer benutzt haben. Stellen Sie die Aktualisierungszeit auf eine Zeit ein, in der Sie den Lauftrainer normalerweise benutzen, um dann das Netzkabel nach einer Aktualisierung herausziehen zu können.

7. Schalten Sie den Display-Demo-Modus ein oder aus.

Der Konsole bietet einen Display-Demo-Modus an, der verwendet werden kann, wenn der Lauftrainer in einem Geschäft ausgestellt wird. Die Konsole läuft im Demo-Modus normal, wenn Sie das Netzkabel einstecken, den Netzschalter auf die Entstörsposition stellen und den Schlüssel in die Konsole hineinstecken. Wenn Sie jedoch den Schlüssel entfernen, läuft am Bildschirm eine Demonstrationspräsentation ab.

Um den Display-Demo-Modus ein- oder auszuschalten, drücken Sie erst die Demo-Modus-Taste. Als nächstes berühren Sie das Markierungsfeld On (Ein) oder Off (Aus). Berühren Sie dann die Rücktaste am Bildschirm.

8. Aktivieren oder deaktivieren Sie den Internet-Browser.

Um den Internet-Browser zu aktivieren oder deaktivieren, berühren Sie zuerst die Browser-Taste. Als nächstes berühren Sie das Enable- (Aktivieren) oder Disable- (Deaktivieren) Kontrollkästchen. Berühren Sie dann die Rücktaste am Bildschirm.

9. Aktivieren oder deaktivieren Sie die Strassenansicht.

Während einiger Workouts könnte der Bildschirm eine Karte anzeigen. Um die Strassenansichtsfunktion der Karten zu aktivieren oder deaktivieren, berühren Sie zuerst die Street View (Strassenansicht) Taste. Als nächstes berühren Sie das Enable (Aktivieren) oder Disable (Deaktivieren) Kontrollkästchen. Berühren Sie dann die Rücktaste am Bildschirm.

10. Aktivieren oder deaktivieren Sie den Schlüssel.

Hinweis: Diese Funktion ist möglicherweise auf Ihrem Lauftrainer deaktiviert.

Man kann den Schlüssel deaktivieren, sodass man zum Einschalten des Lauftrainers keinen Schlüssel braucht. Berühren Sie die Safety Key (Sicherheitsschlüssel) Taste. Um den Schlüssel zu deaktivieren, berühren Sie das Markierungsfeld Disable (Deaktivieren). **VORSICHT: Lesen Sie die Sicherheitswarnungen am Bildschirm bevor Sie den Schlüssel deaktivieren.** Um den Schlüssel wieder zu aktivieren, berühren Sie das Markierungsfeld Enable (Aktivieren).

11. Ein Passwort aktivieren oder deaktivieren.

Die Konsole bietet ein kindersicheres Passwort, um nicht-berechtigte Benutzer vom Gebrauch des Lauftrainers abzuhalten.

Berühren Sie die Passcode (Passwort) Taste. Um das Passwort zu aktivieren, berühren Sie das Markierungsfeld Enable. Dann geben Sie ein 4-stelliges Passwort Ihrer Wahl ein. Berühren Sie das Wort Save (Speichern), um dieses Passwort zu speichern. Berühren Sie das Wort Cancel (Abbrechen), um zum Geräte-Einstellmodus zurückzukehren und um kein Passwort zu verwenden. Um das Passwort zu deaktivieren, berühren Sie das Markierungsfeld Disable (Deaktivieren).

Anmerkung: Wenn ein Passwort aktiviert ist, wird die Konsole regelmässig nach dem Passwort verlangen. Die Konsole wird gesperrt bleiben bis das korrekte Passwort eingegeben wird. **WICHTIG: Falls Sie Ihr Passwort vergessen haben, geben Sie das folgende Hauptpasswort ein, um die Konsole zu entsperren: 1985.**

12. Steigen Sie aus dem Geräte-Einstellmodus aus.

Um aus dem Geräte-Einstellmodus auszusteigen, berühren Sie die Rücktaste am Bildschirm.

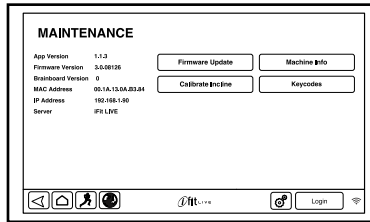
BENUTZEN DES WARTUNGSMODUS

1. Wählen Sie das Einstellungshauptmenü.

Siehe Schritt 1 auf Seite 23.

2. Wählen Sie den Wartungsmodus.

Im Einstellungshauptmenü berühren Sie die Wartungstaste, um in den Wartungsmodus einzusteigen zu können.



Der Hauptbildschirm des Wartungsmodus wird Informationen über das Modell und die Version des Lauftrainers anzeigen.

3. Aktualisieren Sie die Firmware der Konsole.

Prüfen Sie regelmässig, ob es Firmware-Aktualisierungen gibt, damit Sie die besten Ergebnisse erhalten.

Berühren Sie die Firmware Update (Firmware-Aktualisierungs) Taste, um mithilfe Ihres drahtlosen Netzwerks mögliche Firmware-Aktualisierungen durchführen zu lassen. Die Aktualisierung beginnt dann automatisch.

Um ein Beschädigen des Lauftrainers zu vermeiden, schalten Sie das Gerät nicht aus und entfernen Sie den Schlüssel nicht während einer Firmware-Aktualisierung.

Der Bildschirm zeigt den Fortschritt der Aktualisierung an. Wenn die Aktualisierung vervollständigt ist, wird sich der Lauftrainer ausschalten und sich dann wieder einschalten. Sollte das nicht der Fall sein, drücken Sie den Schalter auf Aus (Off). Warten Sie einige Sekunden und drücken Sie den Netzschalter dann in die Entstörsposition. Anmerkung: Es kann einige Minuten dauern, bis die Konsole für den Gebrauch bereit ist.

Anmerkung: Manchmal wirkt sich eine Firmware-Aktualisierung so aus, dass die Konsole etwas anders funktioniert. Das Ziel solcher Aktualisierungen ist es immer, Ihr Trainingserlebnis zu verbessern.

4. Kalibrieren Sie das Neigungssystem des Lauftrainers.

Berühren Sie die Calibrate Incline (Neigungskalibrations) Taste. Berühren Sie dann die Begin-Taste, um mit dem Kalibrieren des Neigungssystems zu beginnen. Der Lauftrainer wird automatisch auf den maximalen Neigungsgrad ansteigen, sich dann auf den minimalsten Neigungsgrad senken und schliesslich auf die Anfangsposition zurückkehren. Dadurch wird die Neigung kalibriert. Drücken Sie die Cancel (Abbruch) Taste, um zum Wartungsmodus zurückzukehren. Wenn das Neigungssystem kalibriert ist, berühren Sie die Fertig-Taste.

WICHTIG: Halten Sie Haustiere, Füsse und andere Objekte vom Lauftrainer entfernt, während das Neigungssystem kalibriert wird. Im Notfall ziehen Sie den Schlüssel aus der Konsole heraus, um die Neigungskalibrierung zu stoppen.

5. Rufen Sie die Geräteinformation ab.

Berühren Sie die Machine Info (Geräteinformations) Taste, um Informationen über Ihren Lauftrainer anzusehen. Nachdem Sie die Information gesehen haben, berühren Sie die Rücktaste am Bildschirm.

6. Finden Sie die Schlüsselcodes.

Die Keycodes (Schlüsselcode)-Taste hilft einem Kundendienstmitarbeiter herauszufinden, ob eine bestimmte Taste richtig funktioniert.

7. Verlassen Sie den Wartungsmodus.

Um aus dem Wartungsmodus auszusteigen, berühren Sie die Rücktaste am Bildschirm.

BENUTZEN DES DRAHTLOSEN NETZWERKMODUS

Die Konsole besitzt einen drahtlosen Netzwerkmodus, der es einem erlaubt, eine Verbindung mit einem drahtlosen Netzwerk herzustellen.

1. Wählen Sie das Einstellungshauptmenü.

Siehe Schritt 1 auf Seite 23.

2. Wählen Sie den drahtlosen Netzwerkmodus.

Im Einstellungshauptmenü berühren Sie die Wireless Network (Drahtloses-Netzwerk) Taste, um in den drahtlosen Netzwerkmodus zu gelangen.

3. Aktivieren Sie Ihr WLAN.

Achten Sie darauf, dass das WLAN-Markierungsfeld (WiFi) mit einem grünen Haken markiert ist. Wenn nicht, berühren Sie diese WLAN-Menüoption einmal und warten Sie ein paar Sekunden lang. Die Konsole wird nach verfügbaren drahtlosen Netzwerken suchen.

4. Richten Sie die drahtlose Netzwerkverbindung ein, und verwalten Sie diese.

Wenn WLAN aktiviert ist, zeigt der Bildschirm eine Liste verfügbarer Netzwerke an. Anmerkung: Dies kann einige Sekunden dauern.

Achten Sie darauf, dass das Markierungsfeld in der Netzwerkhinweis-Menüoption mit einem grünen Haken markiert ist, sodass die Konsole Sie auf verfügbare Netzwerke aufmerksam machen kann.

Anmerkung: Sie müssen Ihr eigenes drahtloses Netzwerk und einen 802.11b/g/n Router mit fähiger SSID Ausstrahlung besitzen (versteckte Netzwerke werden nicht unterstützt).

Wenn eine Liste von Netzwerken erscheint, berühren Sie das gewünschte Netzwerk. Anmerkung: Sie müssen dazu Ihren Netzwerknamen (SSID) kennen. Ist Ihr Netzwerk durch ein Passwort gesperrt, dann müssen Sie auch das Passwort dazu kennen.

Ein Informationskästchen wird Sie fragen, ob Sie mit dem drahtlosen Netzwerk verbunden werden

möchten. Berühren Sie die Connect (Verbindungs) Taste, um mit dem Netzwerk eine Verbindung herzustellen. Berühren Sie die Cancel (Abbruchs) Taste, um zur Liste von Netzwerken zurückzukehren. Ist das Netzwerk durch ein Passwort gesperrt, berühren Sie das Passworteingabefeld. Dadurch wird am Bildschirm eine Tastatur erscheinen. Um das Kennwort beim Eintippen zu sehen, berühren Sie das Show Password (Markierungsfeld Passwort) anzeigen.

Um die Tastatur zu benutzen, siehe BENUTZEN DES TOUCHSCREENS auf Seite 14.

Wenn die Konsole mit Ihrem drahtlosen Netzwerk verbunden ist, wird die WLAN-Menü-Option oben am Bildschirm das Wort CONNECTED (verbunden) anzeigen. Dann drücken Sie die Rücktaste an der Konsole, um zum drahtlosen Netzwerkmodus zurückzukehren.

Um die Verbindung zu dem drahtlosen Netzwerk abubrechen, wählen Sie das drahtlose Netzwerk und berühren Sie dann die Taste Forget (vergessen).

Falls Sie Probleme haben, an ein verschlüsseltes Netzwerk Anschluss zu finden, vergewissern Sie sich, dass Sie das richtige Passwort eingeben. Hinweis: Bei Passwörtern muss man die Gross- und Kleinschreibung beachten.

Anmerkung: Der iFit-Modus unterstützt ungesicherte und gesicherte (WEP, WPA und WPA2) Verschlüsselungen. Ein Breitbandanschluss wird empfohlen. Die Leistung hängt von der Verbindungsgeschwindigkeit ab.

Anmerkung: Falls Sie Fragen haben nachdem Sie diesen Anweisungen gefolgt sind, sehen Sie unter iFit.com nach.

5. Steigen Sie aus dem drahtlosen Netzwerkmodus aus.

Um aus dem drahtlosen Netzwerkmodus auszusteigen, drücken Sie die Rücktaste an der Konsole.

BENUTZEN DER LAUTSPRECHERANLAGE

Um Musik oder Audiobücher mithilfe der Lautsprecher an der Konsole zu hören während Sie trainieren, stecken Sie ein 3,5 mm Audiokabel (nicht mitgeliefert) in die Buchse an der Konsole und in die Buchse Ihres MP3-Players, CD-Players oder anderen Audio-Players ein. Achten Sie darauf, dass das Audiokabel vollständig eingesteckt ist. Anmerkung: Audiokabel sind in Elektrofachgeschäften erhältlich.

Als nächstes drücken Sie die Play-Taste auf Ihrem persönlichen Audio-Player. Stellen Sie die Lautstärke mithilfe der Lautstärkeregler an der Konsole oder der Lautstärkeregler auf Ihrem Audio-Player ein.



Falls Sie einen CD-Spieler benutzen und die CD springt, legen Sie den CD-Spieler auf den Boden oder eine andere ebene Fläche anstatt auf die Konsole.

BENUTZEN DES INTERNET-BROWSERS

Anmerkung: Um den Browser zu verwenden, muss man einen Anschluss zu einem drahtlosen Netzwerk haben, inklusive eines 802.11b/g/n Routers mit aktiviertem SSID-Broadcast (versteckte Netzwerke werden nicht unterstützt).

Um den Browser zu öffnen, berühren Sie die Taste mit dem Globus in der linken, unteren Ecke des Bildschirms. Wählen Sie dann eine Website.

Um zu der vorhergehenden Webseite zurück zu gelangen, drücken Sie die Rücktaste an der Konsole oder berühren Sie die Browser-Rücktaste auf dem Bildschirm. Um aus dem Browser auszusteigen, drücken Sie die Ausgangstaste auf der Konsole oder berühren Sie die Rücktaste auf dem Bildschirm.

Um eine andere Internetadresse in die URL-Leiste einzugeben, fahren Sie zuerst mit dem Finger am Bildschirm entlang nach unten, um die URL-Leiste, falls notwendig, sichtbar zu machen. Berühren Sie dann die URL-Leiste, benutzen Sie die Tastatur, um die Adresse einzutippen, und berühren Sie dann die Go (Los) Taste. Um die Tastatur zu benutzen, siehe BENUTZEN DES TOUCHSCREENS auf Seite 14.

Anmerkung: Während man den Browser benutzt, werden die Geschwindigkeits-, Neigungs-, Ventilator- und Lautstärketasten funktionieren, die Workouttasten jedoch nicht.

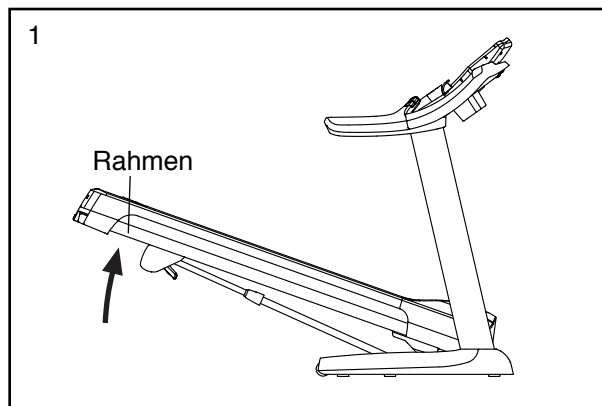
Anmerkung: Falls Sie Fragen haben nachdem Sie diesen Anweisungen gefolgt sind, sehen Sie unter iFit.com nach.

ZUSAMMENKLAPPEN UND TRANSPORTIEREN DES LAUFTRAINERS

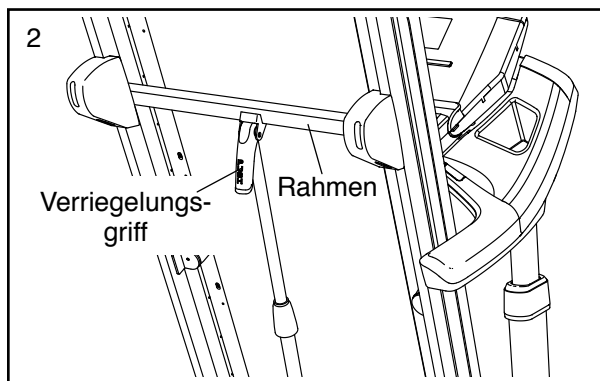
ZUSAMMENKLAPPEN DES LAUFTRAINERS

Um ein Beschädigen des Lauftrainers zu vermeiden, stellen Sie die Neigung auf Null bevor Sie den Lauftrainer zusammenklappen. Entfernen Sie dann den Schlüssel und ziehen Sie das Netzkabel heraus. **VORSICHT:** Sie müssen in der Lage sein, ohne Schwierigkeiten 20 kg (40 dt. Pfund) heben zu können, um den Lauftrainer anzuheben, niederzulassen oder zu bewegen.

1. Halten Sie den Metallrahmen an der Stelle fest, die vom Pfeil markiert wird. **VORSICHT:** Halten Sie den Rahmen nicht an den Plastikfussleisten. Beugen Sie Ihre Beine und halten Sie den Rücken gerade.



2. Heben Sie den Rahmen hoch, bis die Lagerungssperre in der Lagerungsposition einrastet. **VORSICHT:** Vergewissern Sie sich, dass der Verriegelungsgriff einrastet.

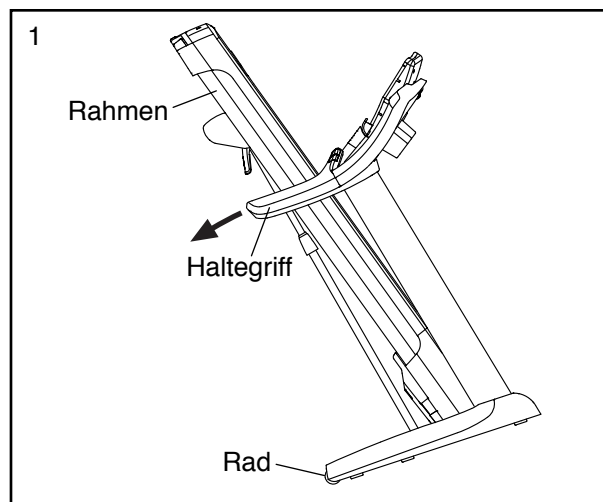


Legen Sie zum Schutz Ihres Bodens oder Teppichs eine Unterlage unter das Gerät. Setzen Sie den Lauftrainer keinem direkten Sonnenlicht aus. Verwahren Sie den Lauftrainer in der Lagerungsposition nicht in Temperaturen über 30° C.

DEN LAUFTRAINER TRANSPORTIEREN

Bevor Sie den Lauftrainer transportieren, klappen Sie ihn zusammen, wie links beschrieben. **VORSICHT:** Sorgen Sie dafür, dass der Verriegelungsgriff in der Lagerungsposition eingerastet ist. Das Transportieren des Lauftrainers kann zwei Personen in Anspruch nehmen.

1. Halten Sie den Rahmen und eine der Haltestangen fest und stützen Sie einen Fuss gegen ein Rad ab.



2. Ziehen Sie am Haltegriff bis der Lauftrainer auf den Rädern rollt. Transportieren Sie ihn vorsichtig zum gewünschten Ort. **VORSICHT:** Verschieben Sie den Lauftrainer nicht, ohne ihn nach hinten zu kippen. Ziehen Sie nicht am Rahmen. Transportieren Sie ihn nicht über eine unebene Fläche.

3. Setzen Sie einen Fuss gegen ein Rad und lassen Sie den Lauftrainer langsam herunter.

DEN LAUFTRAINER ZUR BENUTZUNG HERUNTERLASSEN

1. **Siehe Abbildung 2.** Halten Sie das obere Ende des Rahmens des Lauftrainers mit einer Hand. Drücken Sie den Verriegelungsgriff mit der anderen Hand hinein. Wenn notwendig, drücken Sie den Rahmen ein wenig nach vorn. Drehen Sie den Rahmen ein paar Zentimeter nach unten und klinken Sie den Verriegelungsgriff aus.

2. **Siehe Abbildung 1 links.** Halten Sie den Metallrahmen mit beiden Händen fest und lassen Sie ihn auf den Boden herunter. **VORSICHT:** Halten Sie den Rahmen nicht an den Plastikfussleisten fest. Lassen Sie den Rahmen nicht fallen. Beugen Sie Ihre Beine und halten Sie den Rücken gerade.

WARTUNG UND FEHLERSUCHE

WARTUNG

Reinigen Sie den Lauftrainer regelmässig und halten Sie das Laufband sauber und trocken. **Drücken Sie als erstes den Netzschalter auf Aus und ziehen Sie das Netzkabel heraus.** Benutzen Sie ein feuchtes Tuch und ein wenig von einem milden Reinigungsmittel, um die äusseren Teile des Lauftrainers zu reinigen.

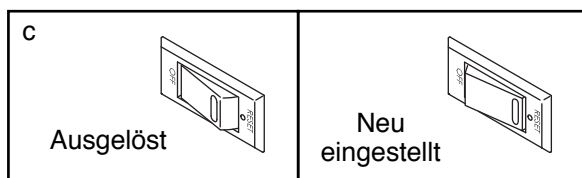
WICHTIG: Sprühen Sie keine Flüssigkeiten auf den Lauftrainer. Halten Sie Flüssigkeiten von der Konsole fern, um ein Beschädigen derselben zu vermeiden. Trocknen Sie den Lauftrainer dann gründlich mit einem weichen Tuch ab.

FEHLERBEHEBUNG

Die meisten Probleme lassen sich mithilfe der nachstehenden einfachen Tipps beheben. Finden Sie das Symptom, das für Sie zutrifft und folgen Sie den Anleitungen zur Behebung des Problems. Wenn Sie weitere Hilfe benötigen, wählen Sie bitte die Service-Telefonnummer auf der Rückseite dieser Anleitung an.

SYMPTOM: Das Gerät lässt sich nicht einschalten

- Achten Sie darauf, dass das Netzkabel an einer vorschriftsmässig geerdeten Steckdose angeschlossen ist (siehe Seite 12). Wenn man ein Verlängerungskabel braucht, sollte man nur ein dreiadriges Kabel von 1 mm² Durchmesser verwenden, das nicht länger als 1,5 m ist.
- Nachdem das Netzkabel angeschlossen wurde, vergewissern Sie sich, dass der Schlüssel in der Konsole steckt.
- Überprüfen Sie den Netzschalter, der am Rahmen des Lauftrainers in der Nähe des Netzkabels zu finden ist. Steht der Schalter heraus, wie hier in der Abbildung, dann ist der Schalter ausgelöst worden. Um den Netzschalter wieder neu einzustellen, warten Sie fünf Minuten bevor Sie den Schalter wieder hineindrücken.



SYMPTOM: Das Gerät schaltet sich während des Betriebs ab

- Überprüfen Sie den Netzschalter (siehe Abbildung c links). Wurde der Schalter ausgelöst, warten Sie fünf Minuten bevor Sie den Schalter wieder hineindrücken.
- Achten Sie darauf, dass das Netzkabel eingesteckt ist. Wenn das Netzkabel eingesteckt ist, ziehen Sie es kurz heraus, warten fünf Minuten und stecken es wieder ein.
- Ziehen Sie den Schlüssel aus der Konsole heraus und stecken Sie ihn dann wieder ein.
- Wenn der Lauftrainer noch immer nicht läuft, siehe die Vorderseite dieser Bedienungsanleitung.

SYMPTOM: Der Bildschirm der Konsole bleibt beleuchtet, nachdem man den Schlüssel von der Konsole abgezogen hat

- Die Konsole bietet einen Display-Demo-Modus an, der verwendet werden kann, wenn der Lauftrainer in einem Geschäft ausgestellt wird. Falls der Bildschirm eine Demopräsentation anzeigt, nachdem man den Schlüssel abgezogen hat, dann ist der Demo-Modus eingeschaltet. Um den Demo-Modus auszuschalten, halten Sie die Stopp-Taste mehrere Sekunden lang niedergedrückt. Falls der Bildschirm noch immer erleuchtet ist, siehe Schritt 7 auf Seite 23, um den Demo-Modus auszuschalten.

SYMPTOM: Die Neigung des Lauftrainers ändert sich nicht richtig

- Kalibrieren Sie das Neigungssystem (siehe Schritt 4 auf Seite 25).

SYMPTOM: Der iFit-Modus funktioniert nicht richtig

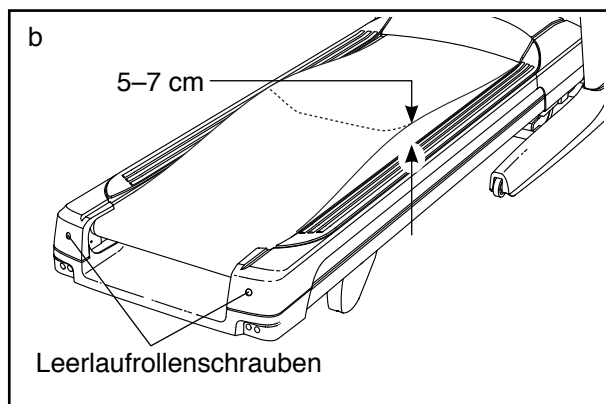
- Falls der iFit-Modus nicht richtig funktioniert, überprüfen Sie, ob die Konsole die aktuellste Firmware heruntergeladen hat (siehe Schritt 3 auf Seite 25).

SYMPTOM: Der Lauftrainer stellt keine Verbindung mit dem drahtlosen Netzwerk her

- Achten Sie darauf, dass die Einstellungen für die drahtlose Verbindung auf Ihrer Konsole richtig sind (siehe Schritt 4 auf Seite 26).
- Achten Sie darauf, dass die Einstellungen für Ihr drahtloses Netzwerk richtig sind.
- Falls Sie weitere Fragen haben, siehe die Rückseite dieser Bedienungsanleitung.

SYMPTOM: Das Laufband wird beim Laufen langsamer

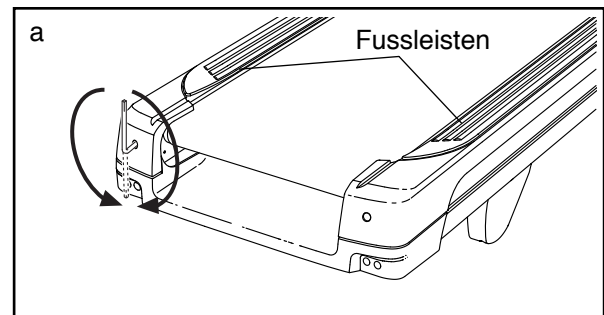
- Falls ein Verlängerungskabel benötigt wird, soll man nur ein dreiadriges Kabel von 1 mm² Durchmesser und von weniger als 1,5 m Länge verwenden.
- Sollte das Laufband zu straff angezogen sein, wird die Leistung des Lauftrainers verringert und das Laufband kann beschädigt werden. Ziehen Sie den Schlüssel ab und **ZIEHEN SIE DAS NETZKABEL HERAUS**. Mithilfe des Innensechskantschlüssels drehen Sie jetzt beide Leerlaufrollenschrauben 1/4 Umdrehung gegen den Uhrzeigersinn. Das Laufband ist dann richtig eingestellt, wenn man es links und rechts ca. 5–7 cm von der Laufplattform hochheben kann. Achten Sie darauf, dass das Laufband in der Mitte verläuft. Stecken Sie sowohl das Netzkabel als auch den Schlüssel wieder ein und lassen Sie den Lauftrainer ein paar Minuten laufen. Wiederholen Sie diesen Vorgang, bis das Laufband richtig straff gezogen ist.



- Ihr Lauftrainer ist mit einem Laufband ausgestattet, das mit einem Hochleistungsschmiermittel versehen ist. **WICHTIG: Sprühen Sie das Laufband oder die Laufplattform niemals mit Silikon oder anderen Substanzen ein, es sei denn ein bevollmächtigter Kundendienstmitarbeiter weist Sie dazu an. Solche Mittel können am Laufband Schäden verursachen.** Wenn Sie meinen, dass das Laufband besser geschmiert werden sollte, dann lesen Sie die Information auf der Rückseite der Bedienungsanleitung.
- Wenn das Laufband immer noch langsamer wird, während man darauf geht, beziehen Sie sich auf die Rückseite dieser Bedienungsanleitung.

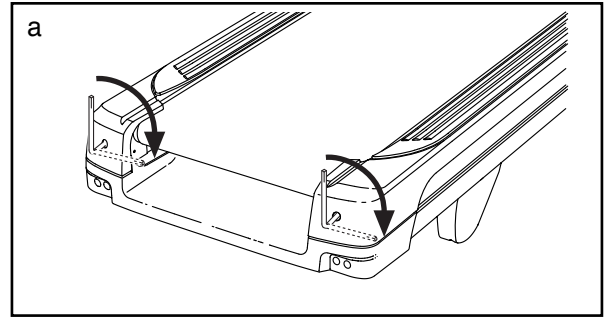
SYMPTOM: Das Laufband liegt nicht zentriert zwischen den Fussleisten auf. WICHTIG: Falls das Laufband gegen die Fussleisten reibt, könnte das Laufband beschädigt werden

- Ziehen Sie zuerst den Schlüssel ab und **ZIEHEN SIE DAS NETZKABEL HERAUS**. Hat sich das Laufband nach links verschoben, drehen Sie die linke Leerlaufrollenschraube um eine 1/2 Drehung im Uhrzeigersinn mithilfe des Innensechskantschlüssels. Hat sich das Laufband nach rechts verschoben, drehen Sie die linke Leerlaufrollenschraube um eine 1/2 Umdrehung gegen den Uhrzeigersinn. Achten Sie darauf, dass Sie das Laufband nicht zu straff anziehen. Stecken Sie sowohl das Netzkabel als auch den Schlüssel wieder ein und lassen Sie den Lauftrainer ein paar Minuten laufen. Wiederholen Sie diesen Vorgang bis das Laufband zentriert aufliegt.



SYMPTOM: Das Laufband rutscht, wenn man darauf geht

- a. Ziehen Sie zuerst den Schlüssel ab und **ZIEHEN SIE DAS NETZKABEL HERAUS**. Mithilfe des Innensechskantschlüssels drehen Sie jetzt beide Leerlaufrollenschrauben 1/4 Drehung im Uhrzeigersinn. Das Laufband ist dann richtig straffgezogen, wenn man es noch auf beiden Seiten um ca. 5–7 cm von der Laufplattform hochheben kann. Achten Sie darauf, dass das Laufband immer in der Mitte verläuft. Stecken Sie sowohl das Netzkabel als auch den Schlüssel wieder ein und gehen Sie einige Minuten vorsichtig auf dem Lauftrainer. Wiederholen Sie diesen Vorgang, bis das Laufband richtig straff gezogen ist.



TRAININGSRICHTLINIEN

⚠️ WARNUNG: Bevor man mit einem Trainingsprogramm beginnt, soll man seinen Arzt konsultieren. Das ist besonders für Personen über 35 Jahre oder für Personen mit Gesundheitsproblemen wichtig.

Der Pulsmesser ist kein medizinisches Gerät. Verschiedene Faktoren können die Genauigkeit von Herzfrequenzablesungen beeinträchtigen. Der Pulsmesser ist nur als Trainingshilfe gedacht, indem er allgemeine Trends bei der Pulsmessung feststellt.

Diese Richtlinien werden Ihnen dabei helfen, Ihr Trainingsprogramm zu erstellen. Jedoch für detailliertere Trainingsinformationen sollten Sie sich ein angesehenes Buch kaufen oder einen Arzt konsultieren. Vergessen Sie nicht, dass auch eine ausgewogene Nahrung und genügend Schlaf für erfolgreiche Resultate wichtig sind.

TRAININGSINTENSITÄT

Ob es Ihr Ziel ist, Fett zu verbrennen oder Ihr Herz-Kreislaufsystem zu stärken, das Trainieren mit der passenden Intensität ist der Schlüssel zum Erfolg. Der Pulsschlag kann einem dabei helfen, die passende Intensität zu bestimmen. Die Tabelle unten gibt empfohlene Herzfrequenzwerte zur Fettverbrennung und zum Aerobictraining an.

165	155	145	140	130	125	115	❤️
145	138	130	125	118	110	103	❤️
125	120	115	110	105	95	90	❤️
20	30	40	50	60	70	80	

Um den richtigen Intensitätsgrad zu finden, suchen Sie Ihr Alter unten auf der Tabelle (runden Sie Ihr Alter auf die nächste Dekade auf oder ab). Die drei Zahlen, die dann über Ihrem Alter liegen, geben Ihre „Trainingszone“ an. Die niedrigste Zahl gibt an, wie hoch Ihr Puls sein muss, um Fett zu verbrennen. Die mittlere Zahl gibt Ihren Puls bei maximaler Fettverbrennung an. Und die höchste Zahl gibt Ihren Puls bei aerobem Training an.

Fettverbrennung—Um Fett wirksam zu verbrennen, muss man bei niedriger Intensität über einen längeren Zeitraum trainieren. Während der ersten paar Minuten eines Trainings verbrennt der Körper *Kohlehydrate*. Erst danach beginnt der Körper, gelagertes Fett zur Energiegewinnung freizumachen. Wenn Sie also *Fett* verbrennen wollen, müssen Sie mit einer Intensität trainieren, die Ihre Herzfrequenz nahe der niedrigsten Zahl Ihrer Trainingszone hält. Zur optimalen Fettverbrennung soll Ihre Herzfrequenz bei der mittleren Zahl Ihrer Trainingszone liegen.

Aerobes Training—Um das Herz-Kreislaufsystem zu stärken, muss man aerobes Training ausführen. Dieses fordert grosse Mengen von Sauerstoff über längere Zeiträume hinweg an. Um also aerobes Training durchzuführen, müssen Sie mit einer Intensität trainieren, die Ihre Herzfrequenz nahe der höchsten Zahl Ihrer Trainingszone hält.

TRAININGSRICHTLINIEN

Aufwärmen—Beginnen Sie mit 5 bis 10 Minuten Dehnen und leichten Übungen. Das Aufwärmen erhöht die Körpertemperatur, die Herzfrequenz und die Zirkulation zur Vorbereitung auf das Training.

Übungen innerhalb der Trainingszone—Trainieren Sie 20 bis 30 Minuten lang innerhalb Ihrer Trainingszone. (Während der ersten paar Wochen eines neuen Trainingsprogramms soll man die Herzfrequenz nur etwa 20 Minuten lang in der Trainingszone halten.) Atmen Sie regelmässig und tief. Halten Sie den Atem niemals an.

Abkühlen—Beenden Sie Ihr Training mit 5 bis 10 Minuten Dehnen. Dehnen erhöht die Flexibilität der Muskeln und vermeidet Probleme, die nach einem Training auftreten können.

TRAININGSHÄUFIGKEIT

Um Ihre Kondition zu erhalten oder zu verbessern, sollten Sie dreimal pro Woche trainieren, wobei mindestens ein Tag zwischen den Workouts liegen soll. Nach ein paar Monaten regelmässigen Trainings kann man bis zu fünf Workouts pro Woche durchführen. Vergessen Sie nicht, dass der Schlüssel zum Erfolg darin liegt, Sport zum regelmässigen und angenehmen Teil Ihres täglichen Lebens zu machen.

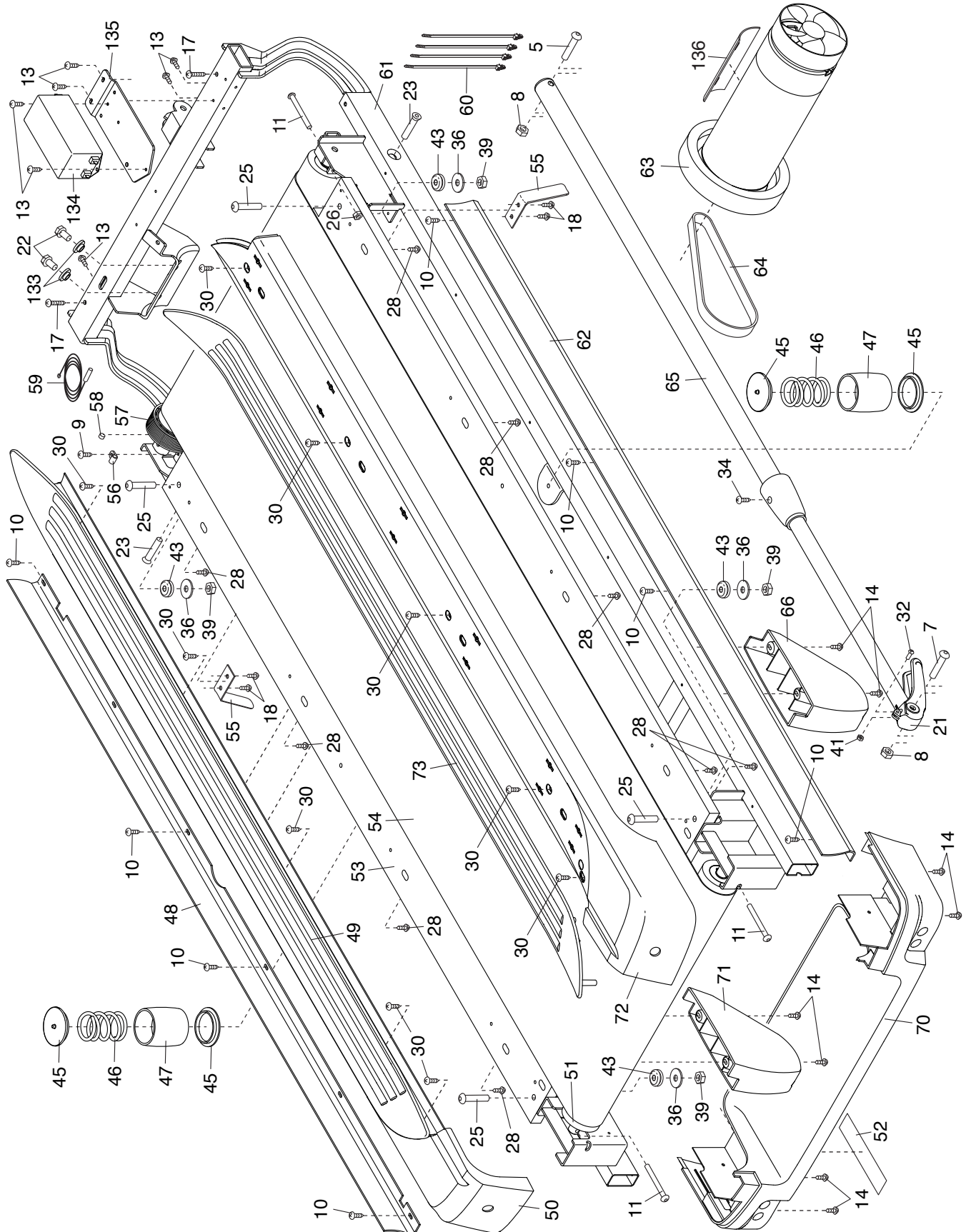
TEILELISTE

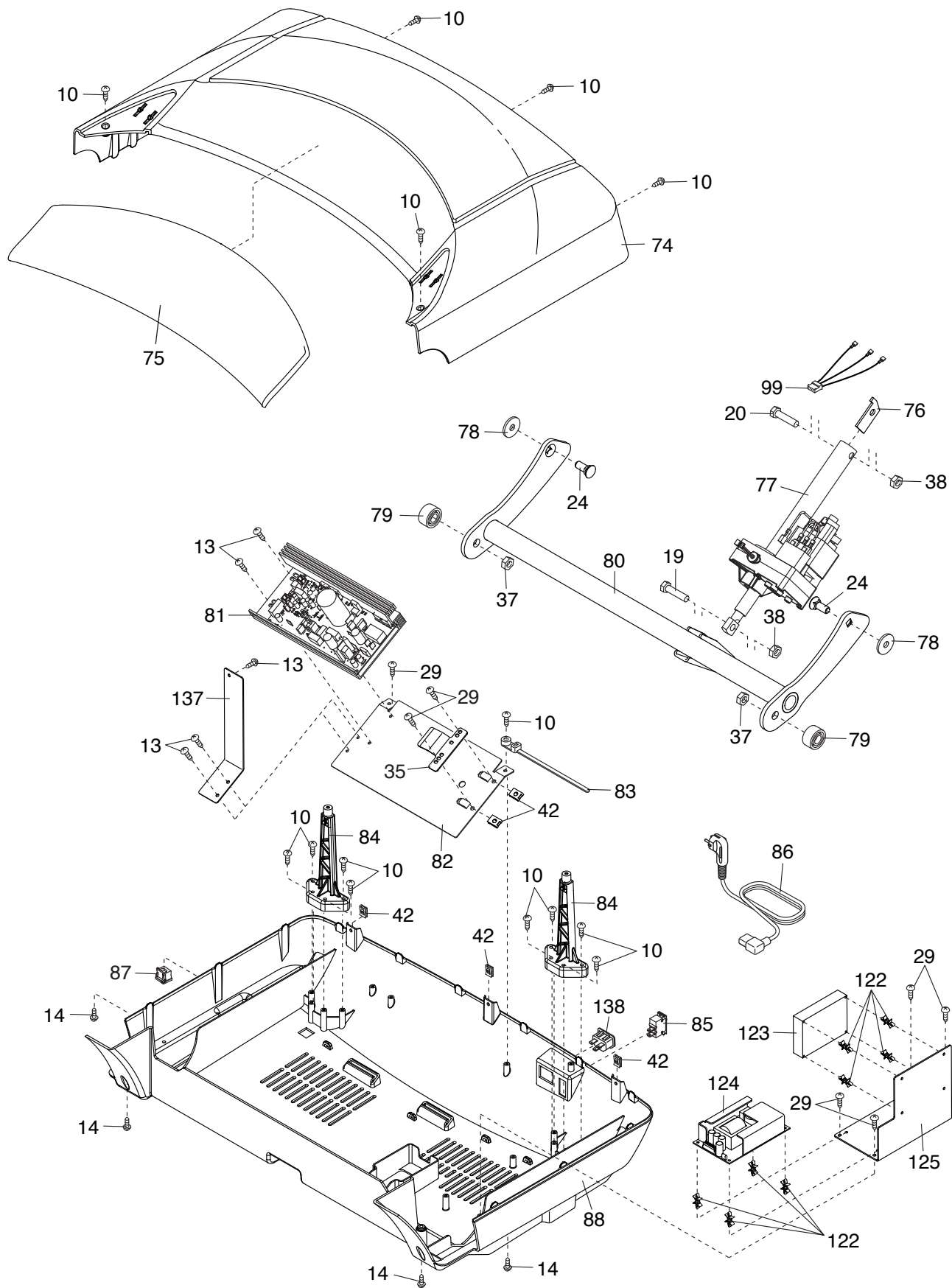
Modell-Nr. SFTL81913-INT.1 R0415AA

Nr.	Anzahl	Beschreibung	Nr.	Anzahl	Beschreibung
1	8	5/16" x 3/4" Schraube	51	1	Leerlaufrolle
2	4	3/8" x 3 1/4" Schraube	52	1	Warnungsaufkleber
3	4	3/8" Zahnscheibe	53	1	Laufplattform
4	4	Äussere 3/8" Zahnscheibe	54	1	Laufband
5	1	3/8" x 2" Bolzen	55	2	Bandführung
6	4	Flache 5/16" Scheibe	56	1	Membranenschalter-Klemme
7	1	3/8" x 2 3/8" Bolzen	57	1	Antriebsrolle/Rolle
8	2	3/8" Mutter	58	1	Magnet
9	13	#8 x 3/4" Bohrschraube	59	1	Membranenschalter
10	77	#8 x 3/4" Schraube	60	4	Kabelbefestigung
11	3	1/4" x 2 1/2" Schraube	61	1	Rahmen
12	2	3/8" x 1 3/4" Bolzen	62	1	Rechte Rahmenabdeckung
13	16	#8 x 1/2" Schraube	63	1	Antriebsmotor
14	12	#8 x 3/4" Flachkopfbohrschraube	64	1	Motorriemen
15	2	1/4" x 1 1/2" Bolzen	65	1	Lagerungssperre
16	1	Rückteil der Ventilatorbasis	66	1	Rechter, hinterer Fuss
17	2	#8 x 1 3/4" Schraube	67	2	Pfostenmotor
18	4	#8 Riemenführungsschraube	68	1	Ventilatorabdeckung
19	1	3/8" x 1 1/2" Bolzen	69	1	Schlüssel/Klipp
20	1	3/8" x 2" Bolzen	70	1	Hintere Kappe
21	1	Verriegelungsgriff	71	1	Linker, hinterer Fuss
22	2	5/16" Motorschraube	72	1	Rechte Fussleiste
23	2	1/2" x 2 1/4" Bolzen	73	1	Rechte Fussleistenabdeckung
24	2	3/8" x 1" Bolzen	74	1	Motorhaube
25	4	5/16" x 1 3/4" Bolzen	75	1	Haubenverzierung
26	1	Mutter 1/4"	76	1	Neigungs-Stopp-Klammer
27	4	#8 x 1" Schraube	77	1	Neigungsmotor
28	9	#8 x 5/8" Schraube	78	2	Neigungsrahmenscheibe
29	19	#8 x 1/2" Flachkopfschraube	79	2	Neigungsrahmeneinlage
30	10	#12 x 1" Schraube	80	1	Neigungsrahmen
31	2	1/4" x 3/4" Bolzen	81	1	Steuerung
32	1	#8 x 5/8" Bolzen	82	1	Elektronikplatte
33	8	1/2" x 1/2" Schraube	83	10	Kabelbefestigung
34	1	#8 x 1/4" Schraube	84	2	Haubenpfosten
35	1	Steuerungsklemme	85	1	Netzschalter
36	4	5/16" Unterlegscheibe	86	1	Netzkabel
37	2	1/2" Mutter	87	4	Dichtung
38	6	3/8" Kontermutter	88	1	Bodenschale
39	4	5/16" Mutter	89	1	Linke Haltegriffabdeckung
40	3	1/4" Mutter	90	1	Linker Haltegriff
41	1	#8 Mutter	91	1	Linker, unterer Griffteil
42	5	Haubenklipp	92	1	Pfostendraht
43	4	Gummidichtung	93	1	Rechte Haltegriffabdeckung
44	4	#3 x 5/16" Schraube	94	1	Rechter Haltegriff
45	4	Isolatorkappe	95	1	Rechter, unterer Griffteil
46	2	Isolatorfeder	96	1	Pfosten
47	2	Isolator	97	2	Vorsicht-Aufkleber
48	1	Linke Rahmenabdeckung	98	1	Rechte Basisabdeckung
49	1	Linke Fussleistenbasis	99	1	Neigungsmotorkabel
50	1	Linke Fussleiste	100	1	Linke Basisabdeckung

Nr.	Anzahl	Beschreibung	Nr.	Anzahl	Beschreibung
101	6	Basispolster	121	1	Ventilator
102	1	Rechter, verstellbarer Pfosten	122	8	Abstandhalter
103	2	Basisfuss	123	1	Pfostenmotorsteuerung
104	1	Linker Radschutz	124	1	Stromzufuhr
105	1	Rechter Radschutz	125	1	Elektronische Klammer
106	2	Rad	126	2	Obere Pfostenführung
107	1	Linke Ablage	127	2	Untere Pfostenführung
108	1	Konsolenbasis	128	1	Dichtungsklammer
109	1	Rechte Ablage	129	2	Pfostenabdeckung
110	1	Konsoleneinstellmotor	130	8	#8 x 3/8" Schraube
111	1	Konsoleneinstellmotorabdeckung	131	2	1/4" x 1 1/2" Schraube
112	1	Rahmen der Konsolenbasis	132	1	Linker, verstellbarer Pfosten
113	2	Konsolenklemme	133	2	Motorbuchse
114	8	Konsolenbuchse	134	1	Filter
115	2	Konsolen-Masseleiter	135	1	Filterklammer
116	1	Rückteil der Konsolenbasis	136	1	Motorenisolator
117	1	Konsole	137	1	Erdungsklammer
118	1	Rahmen der Konsole	138	1	Steckdose
119	1	Zugangstür	*	–	Bedienungsanleitung
120	1	Rückseite der Konsole			

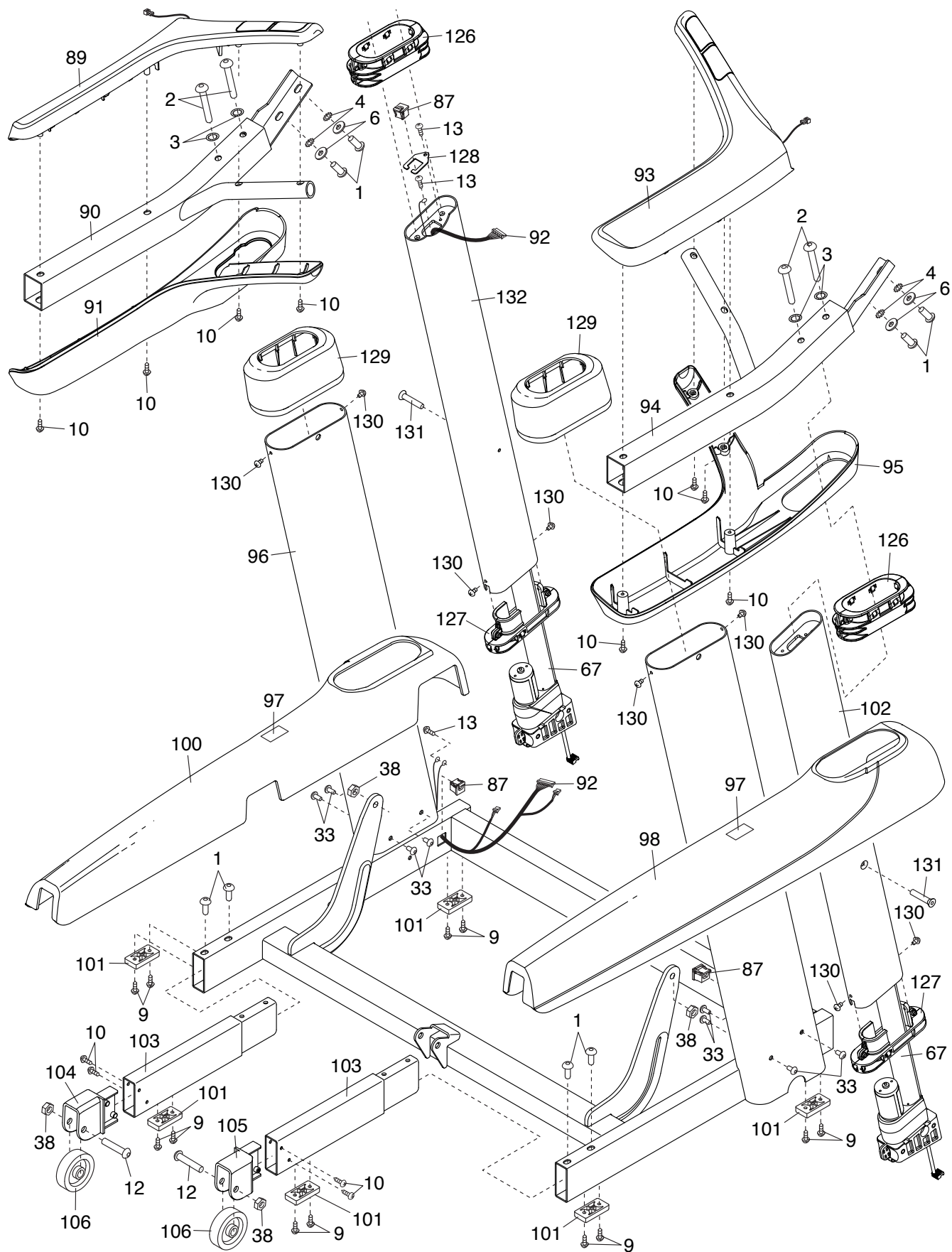
Anmerkung: Änderungen technischer Angaben vorbehalten. Auf der Rückseite dieser Bedienungsanleitung finden Sie Informationen zur Bestellung von Ersatzteilen. *Weist auf ein nicht abgebildetes Teil hin.

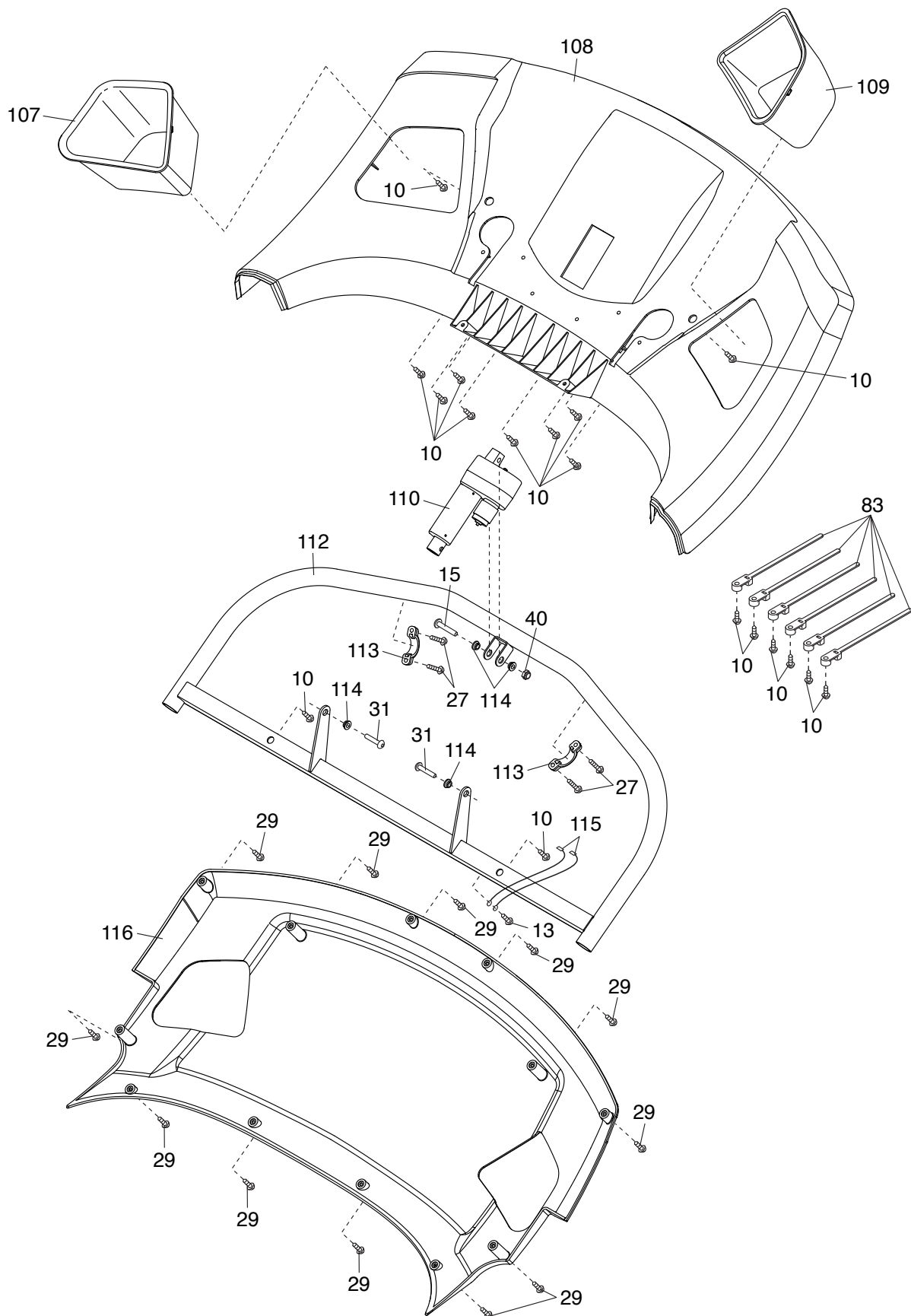


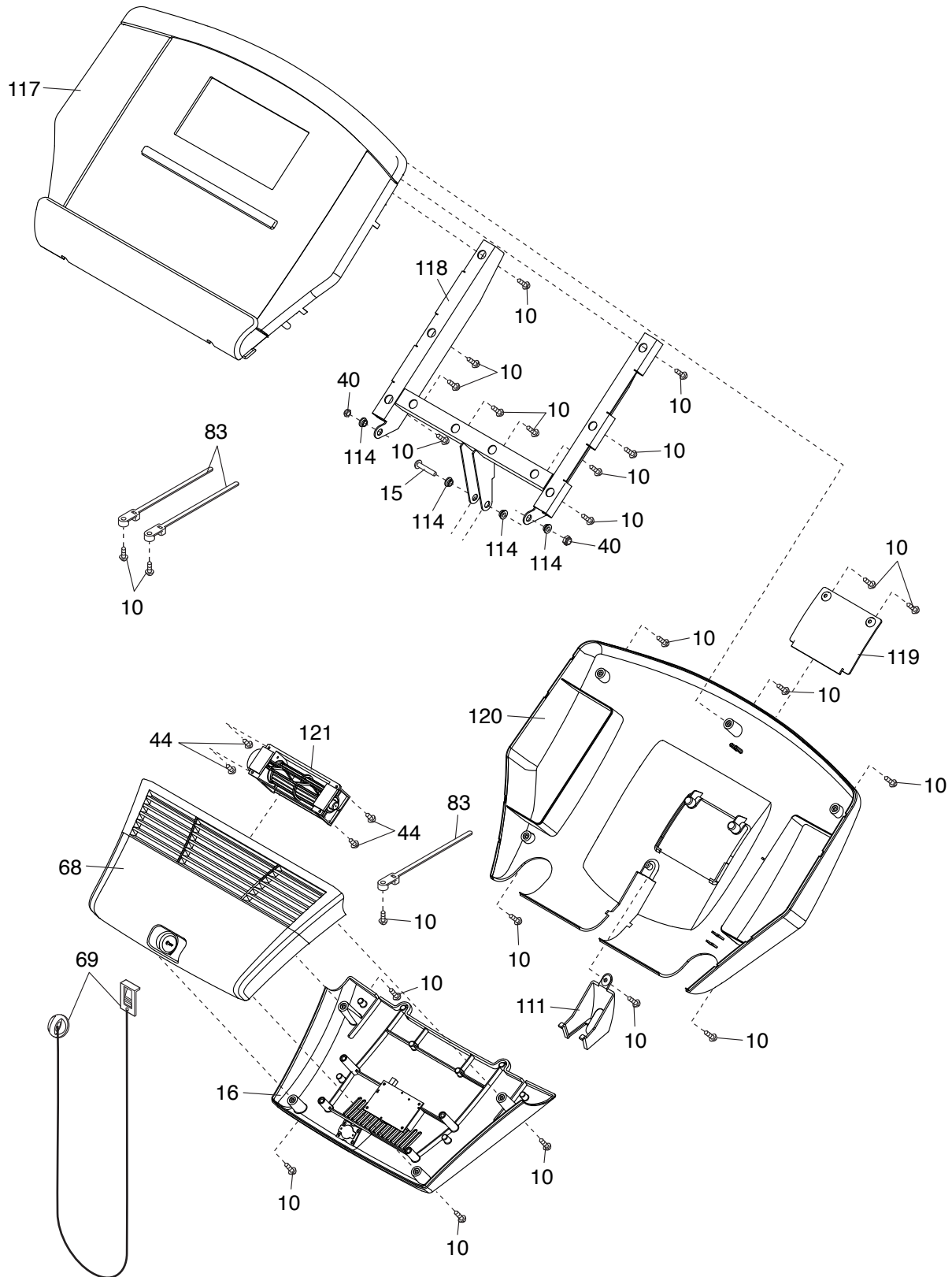


DETAILZEICHNUNG C

Modell-Nr. SFTL81913-INT.1 R0415A







SICH MIT DEM KUNDENDIENST IN VERBINDUNG SETZEN

Falls Sie Fragen haben nachdem Sie diese Bedienungsanleitung gelesen haben, oder falls Teile beschädigt sind oder fehlen, bitte kontaktieren Sie den Kundendienst unter einer der Telefonnummern oder Adressen die unten angeführt sind. **Bitte notieren Sie die Modellnummer, Seriennummer und den Namen des Produkts (siehe Vorderseite dieser Bedienungsanleitung) bevor Sie den Kundendienst kontaktieren. Falls Sie Ersatzteile bestellen, notieren Sie sich bitte auch die Kennziffer und die Beschreibung des Teils (siehe TEILELISTE und DETAILZEICHNUNG gegen Ende dieser Bedienungsanleitung).**

In den Vereinigten Staaten

Rufen Sie: 1-800-201-2109, Mo.–Fr. 6:00 - 18:00 Uhr MT

Email: customercare@freemotionfitness.com

Schreiben Sie:

FreeMotion Fitness

1500 South 1000 West

Logan, UT 84321-9813

Vereinigte Staaten

Ausserhalb der Vereinigten Staaten

Rufen Sie: 001-800-527-5417 oder 001-435-786-3521,

Mo.–Fr. 6:00 - 15:00 Uhr USA Mountain Time

Email: intlcustomercare@freemotionfitness.com

BESCHRÄNKTE GARANTIE

FreeMotion Fitness, Inc. garantiert, dass dieses Produkt bei normaler Benutzung und normalen Betriebsbedingungen frei von Herstellungs- und Materialfehlern ist. Der Rahmen, sowie der Antriebsmotor sind auf Lebenszeit garantiert. Teile sind auf fünf (5) Jahre garantiert, wobei der Garantiezeitraum mit dem Kaufsdatum beginnt. Arbeitskosten sind auf zwei (2) Jahre vom Kaufsdatum garantiert.

Ein FreeMotion Garantie-Service kann durch den autorisierten Verkäufer, von dem Sie dieses Produkt gekauft haben, erworben werden. Sorgen Sie dafür, dass Sie Ihre Originalrechnung und die Information über die Seriennummer gut verwahren. Falls dieses Produkt unter den angeführten Garantiebedingungen versagt, behält sich FreeMotion Fitness das Recht das Gerät entweder zu reparieren, zu ersetzen, oder den vollen Einkaufspreis rückzuerstatten. FreeMotion Fitness übernimmt die Kosten der Dienstleistenden für Garantie-Einsätze innerhalb Ihres Servicebereichs. Sie könnten jedoch zusätzliche Kosten für Service-Einsätze außerhalb dieses Servicebereichs tragen. Müssen während der Garantiezeit Ersatzteile gesandt werden, dann wird vom Kunden eine minimale Bearbeitungsgebühr erhoben. Für Serviceleistungen im Heim des Kunden wird dem Kunden eine minimale Reisekost verrechnet. Diese Garantieleistung bezieht sich nicht auf Schäden am Produkt, die während des Transports, durch Missbrauch, Misshandlung, inkorrekt oder abnormaler Gebrauch, oder durch Reparaturen welche nicht durch einen FreeMotion autorisierten Service Center durchgeführt wurden, entstanden sind. Diese Garantieleistung bezieht sich weiterhin nicht auf Produkte die in einem kommerziellen Rahmen benutzt oder vermietet werden, oder auf Produkte die als Ausstellungsstücke oder Vorführ-Modelle benutzt werden. Keine andere Garantie, außer der spezifisch oben angeführten Garantie, wird von FreeMotion Fitness gewährleistet.

FreeMotion Fitness übernimmt keine Verantwortung oder Haftung für indirekte oder spezielle Schäden oder Folgeschäden, welche durch die Benutzung oder die Leistung des Produktes entstanden sind, oder Schäden, die mit wirtschaftlichem Verlust, Verlust von Eigentum, Gewinnausfall, mit entgangener Freude am Produkt oder Nutzungsausfall, Kosten von Abtransport, Installation oder mit anderen Folgeschäden irgendwelcher Art zusammenhängen. In manchen Ländern ist ein Haftungsausschluss von Zufalls- und Folgeschäden nicht zugelassen. Deshalb treffen diese Haftungsausschlüsse auf den Konsumenten unter Umständen nicht zu.

Durch die hiermit festgelegte Garantievereinbarung werden alle anderen Garantien und impliziten Gewährleistungen der Gebrauchstauglichkeit oder der Eignung für einen bestimmten Zweck ausdrücklich ausgeschlossen. Manche Länder erlauben keine Beschränkungen auf die Gültigkeitsdauer einer impliziten Garantie. Deshalb treffen die oben beschriebenen Eingrenzungen für den Konsumenten unter Umständen nicht zu.

Diese Garantie verleiht dem Verbraucher besondere Rechte. In verschiedenen Ländern und Regionen stehen dem Konsumenten unter Umständen weitere Rechte zu.

FreeMotion Fitness, Inc., 1500 S. 1000 W., Logan, UT 84321-9813