

HANDLEIDING EVERFIT TFK 100 MAG



Bedankt voor uw aankoop van de Everfit BFK-300 Hometrainer. Voor vragen over het gebruik van het toestel mag u ons altijd bellen via 0165512603 of mailen naar info@nrgfitness.nl,

Veel trainingsplezier!

MONTAGE INSTRUCTIES

STAP 1:

- 1). Haal het product uit de doos als afbeelding A en draai het product rond als afbeelding B.
- 2). Snijd de verpakingsriem los en haal de rechtopstaande buis (3) en de computerkast er uit en draai hem dan om de rechter staande buis (4) en afbeelding B met 180 graden als de mate van afbeelding A, zet de rechter rechtopstaande buis (4) samen met het hoofdframe als afbeelding C.
- 3) Houd de linker rechtop (3) en rechtopstaande stijl (4) op één lijn met het hoofdframe (1) en vergrendel ze met de bout (43) en sluitring (34). Vergrendel de bout (43) alstublieft niet helemaal.
- 4 Draai de linker / rechter rechtopstaande buis (3,4) rond 70 graden als afbeelding D.
- 5) Plaats de SPANNINGSKNOP (45) in de opening van RECHTS RECHTS (4) en zet vast met RONDE KOP SCHROEF (M5x25mm) (45A) en ring (45B)
- 6) Plaats de pen (21) in het gat van het afstelvel (23).

STAP 2

Monteer het basisframe (2) en de linker / rechter stijl (3, 4) met bout (42), ring (46) en moer (61)

STAP 3

1. Sluit de SENSORDRAAD (35) aan op de SENSORVERBINDINGSDRAAD (53)
2. Sluit de SENSORVERBINDINGSDRAAD (54) aan op de METER AANSLUITKABEL (60), sluit de HANDGREEP PULS (55) in de PULSDRAAD HANDGREEP (56).
3. Plaats de LINKERKLEUR (5L) en de RECHTERRIEGEL (5R) in de MIDDELSTE HANDRAIL (6) en zet vast met de BOUT M6 * 15mm (49).
4. Bevestig de HANDGREEP MONTAGE (5L, 5R) aan LINKS en RECHTS RECHTS (3,4) met BOUTEN (M8 * 40) (47) en ARC WASHERS (∅ 8,2) (59);
5. Steek de SENSORVERBINDINGSDRAAD (53) in de SENSORVERBINDINGSDRAAD (54). Duw de draden terug binnenkant van RECHTS RECHTS (4). Druk op de HANDRAIL CAPS (48) op LINKS en RECHTS HANDGREPEN (5L, 5R) om de bovenste uiteinden van LINKS en RECHTS RECHTS te bedekken (3,4)

STAP 4

1. Zie afbeelding C. Bevestig de meter CLIPS (51) aan de achterkant van de METER (52) met BOUT (M5 * 10 mm, 50).

2. Plaats twee AA-batterijen in de METER (52), de batterijen zijn niet inbegrepen. Zie pagina 14 voor meer informatie

batterij installatie-instructies.

3. Raadpleeg de illustratie hieronder en het zijaanzicht. Druk op de meter (52) en klem deze op de MIDDELSTE HANDGANGEN (6).

Steek de METER AANSLUITKABEL (60) in de METER (52). Pas de METER (52) aan om de beste hoek te vinden

passend bij je training.

4. Steek de hendelpuls (55) in de meter (52).

STAP 5

1. Voor voldoende weerstand, hoeft u alleen maar de spanknop te verstellen.

STAP 6

Steek de SLUITINGKNOP (44) door het gat in LINKER RECHTS (3) en schroef het in de MAIN

FRAME (1). Raadpleeg detailweergave A.

OPSLAG

1. Bewaar de magnetische loopband eenvoudig op een schone, droge plaats.

2. Verwijder de batterijen voordat u de magnetische loopband voor één opslaat om schade door de elektronica te voorkomen

Jaar of meer.

3. Volg deze procedure om de magnetische loopband te vouwen voor eenvoudige opslag. Raadpleeg de onderstaande afbeeldingen.

een. Verwijder de BLOKKERENDE KNOP (44) om het HOOFDFRAME te ontgrendelen (1)

b. Vouw het HOOFDFRAME op (1). Om het HOOFDFRAME (1) in de gevouwen positie te vergrendelen, plaatst u de

VERGRENDELKNOP (44) door het gat in LEFT UNRIGHT (3) en schroef het in de

HOOFDFRAME (1). raadpleeg detailoverzicht B.

C. Verplaats de magnetische loopband met de wielen (40) op het BASISFRAME (2). Ga achter de magneet staan

Loopband, pak de HANDGREPEN (6) en kantel deze naar u toe om de Magnetische loopband gemakkelijk te rollen.

HELLINGSHOEK INSTRUCTIES

Als linker tekening, kunt u het tillen aanpassen hoek door middel van veranderende kogelpen positie van de grendel. Hier zijn 4 secties handmatige aanpassing om te gebruiken.

AFSTELLEN VAN DE MAT

Als de volgende situatie zich voordoet op de loopvlakriem, maakt het geluid op de machine. Dus als het loopvlak

riem zit niet in het midden, te strak of te los, gebruik het gereedschap om het af te stellen.

1. Als de loopvlakband naar de rechterkant beweegt, draait u de rechter binnenzeskantschroef met de klok mee 1

of 2 cirkels, draai een beetje terug.

2. Draai de linker binnenzeskantschroef met de klok mee 1 of als de loopvlakband naar de linkerkant beweegt

2 cirkels, draaien een beetje terug.

3. Draai de linker en rechter binnenzeskantbout tegen de wijzers van de klok in als de loopband te strak is.

draai dan een beetje terug.

4. Als de loopvlakriem te los is, draait u de linker en rechter inbusschroef met de klok mee, draai dan een beetje terug.

INSTELLEN VAN DE COMPUTER

START:

Begin met wandelen of druk op een willekeurige knop op het display

STOP:

De loopband stopt automatisch na 4 minuten geen activiteit

Betekenis knoppen op het scherm:

MODE: Selecteer hier mee elke functie op het display of kies de weergegeven waardes. Houd deze 3 seconden ingedrukt om alles te resetten.

SET: Stel hier de doelwaarden in voor TIJD (TIME), AFSTAND (DISTANCE) en CALORIEËN (CALORIES)

RESET: Herstel een waarde tot nul. Om alles op nul te zetten kun je deze 4 seconden ingedrukt houden

Stel doelwaarden in

Stop met lopen voor ongeveer 4 secondes. Druk vervolgens op de MODE knop om een functie te selecteren waar je een doelwaarde voor in wilt stellen. Dit kan als volgt worden ingesteld:

TIJD (0:00 – 99:00) → AFSTAND (0.0 – 99.99 KM) → CALORIEËN (0 – 999.9 KCAL)

Gebruik SET & RESET om de gewenste waarden in te geven en druk op de MODE knop om te bevestigen en door te gaan naar de volgende waarde. Als je niets wilt invullen kun je gewoon op MODE drukken. Zodra je begint met wandelen begint de computer de waardes bij te houden.

Functies:

SCAN: scan automatisch de waarden SNELHEID (SPEED), TIJD (TIME), AFSTAND (DISTANCE), TOTALE AFSTAND (TOTAL DIST) en calorieën (CALORIES)