



TFK | 155 SLIM

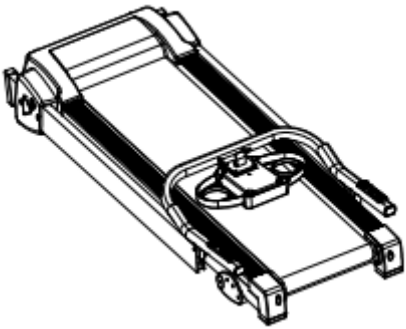





Nederlandstalige handleiding

Inhoud

Onderdelen	3
Montage	4
Stap 1:	4
Stap 2:	4
Stap 3:	5
Stap 4:	5
Vouw- en ontvouwingsinstructie	6
Stap 1:	6
Stap 2:	6
Stap 3:	7
Stap 4:	7
Incline Instructie (helling)	8
Gebruiksgids	9
Geëxplodeerde tekening	13
Onderdelenlijst	14

Onderdelen

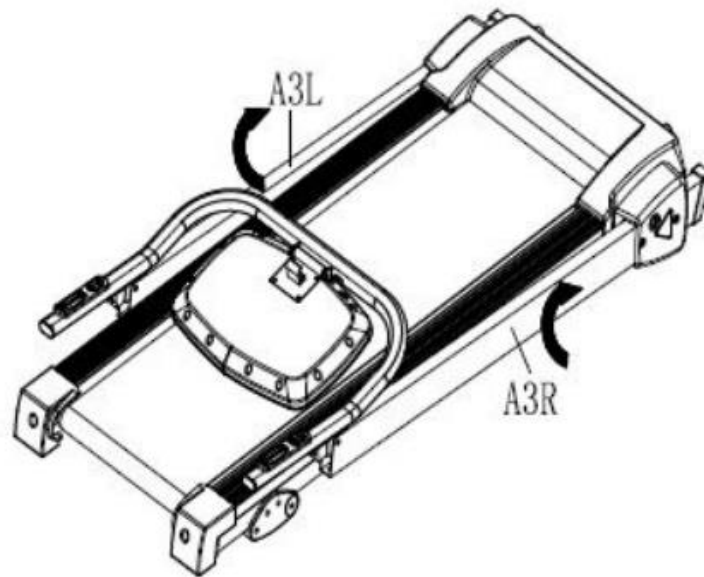
ALS U DE DOOS OPENT, VINDT U DE ONDERSTAANDE ONDERDELEN:

	
Loopband 1 SET	D77 Draaiknop M12 2-stuks
	
D78 Draaiknop M8 2-stuks	C3 Veiligheidsleutels 1-stuk
	
D3 Inbussleutel 5MM 1-stuk	B18 Siliciumolie 1-stuk

Montage

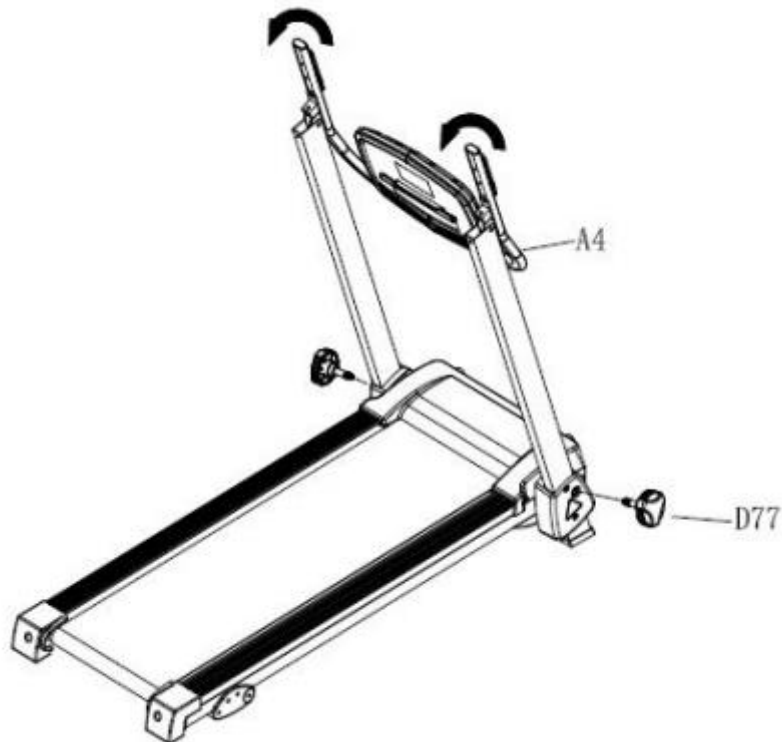
Stap 1:

Til de L/R rechtopstaande buis (A3L/A3R) op.



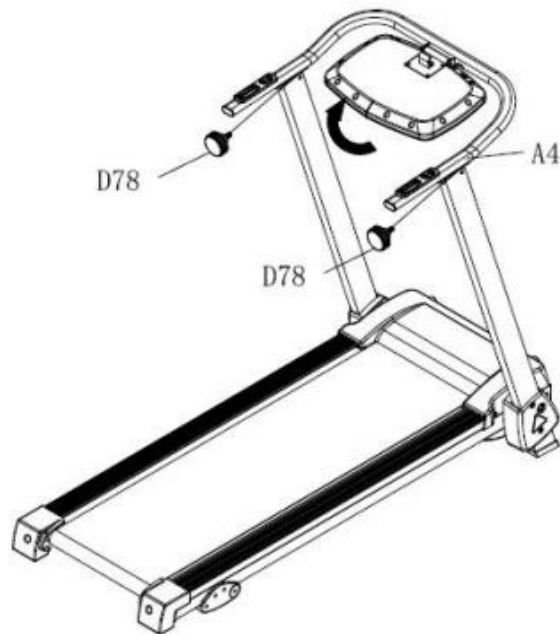
Stap 2:

Vergrendel het onderste deel van de loopband met Draaiknop M12 (D77), en vouw dan de leuningbeugel (A4) zoals op de foto te zien is.



Stap 3:

Vergrendel de bovenzijde van de loopband met Draaiknop M8 (D78) en leuningbuis (A4), draai de computer dan om en zet deze vast op de leuningbuis.



Stap 4:

Zet de veiligheidssleutel (C13) erop.



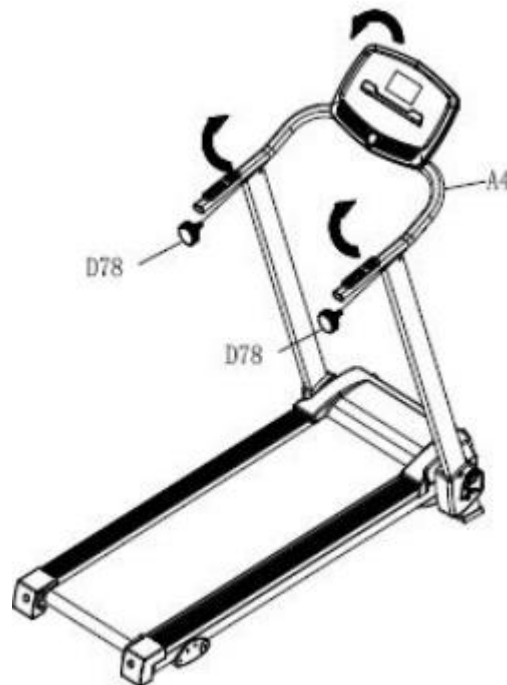
ATTENTIE: U moet de volledige montage volbrengen zoals hierboven beschreven wordt én alle bouten vergrendelen. Volg de volgende handelingen op na controle van alle bevestigingen.

Voordat u de loopband gebruikt, lees de instructies aandachtig door.

Vouw- en ontvouwingsinstructie

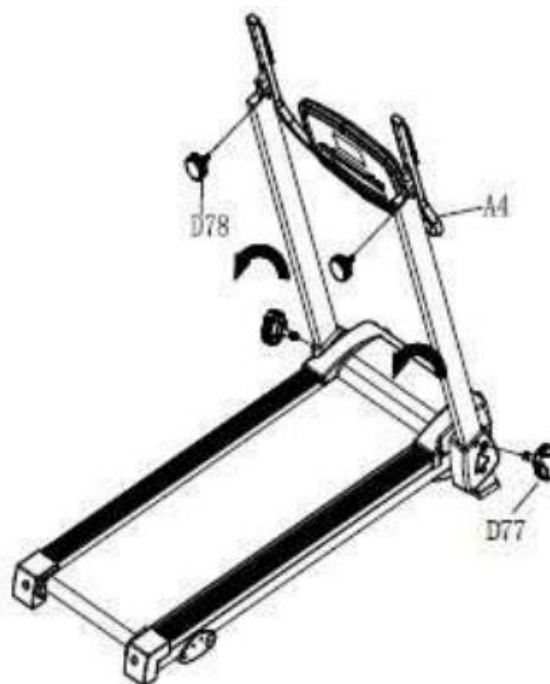
Stap 1:

Draai eerst de console naar beneden en schroef de draaiknop M8(D78) uit en draai dan de leuningsteun (A4) naar beneden.



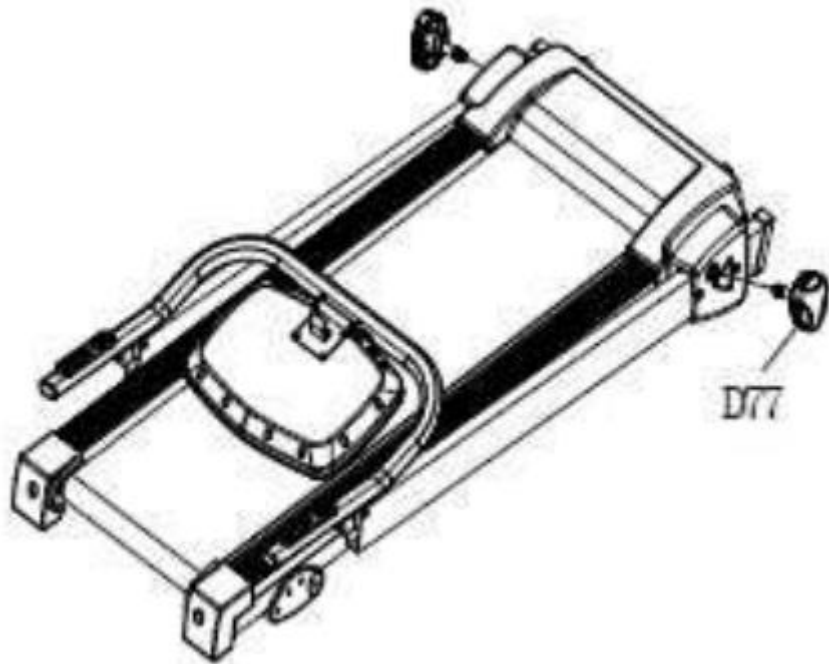
Stap 2:

Vergrendel de Draaiknop M8 (D78) op de opgaande buis en schroef vervolgens Draaiknop M12 (D77) uit en vouw de L/R rechtopstaande buis (A3L/A3R) .



Stap 3:

Vergrendel de draaiknop M12 (D77) aan de zijkant van het deksel, zoals op de foto te zien is.

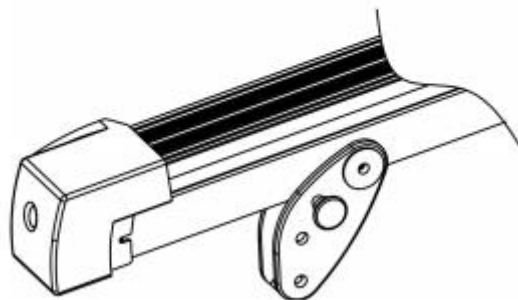
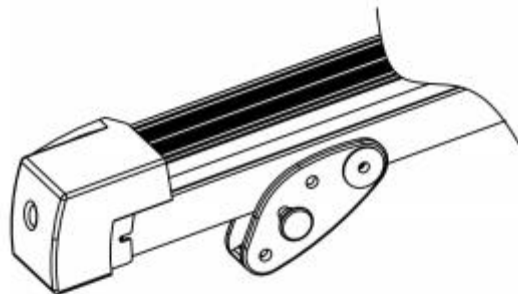
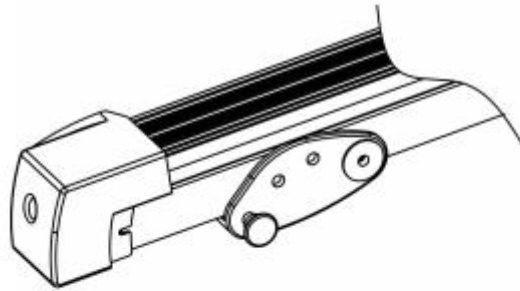


Stap 4:

Til de opgevouwen loopband op en berg deze op in het platte vlak.



Incline Instructie (helling)



Zoals op bovenstaande tekening, kunt u de inclinehoek aanpassen door de positie van de pin te veranderen.

Er zijn 3 secties om aan te passen met gebruik van de sleutel.

Gebruiksgids



1.2. START

Normale start na 5 seconden aftellen

1.3 PROGRAMMA

1 handmatige modus, 12 vooraf ingestelde programma's, 1 lichaamsvet programma, 3 aftelfunctie

1.4. VEILIGHEIDSVERGRENDELINGSFUNCTIE

Het venster toont "---" wanneer u het veiligheidsslot wegneemt en de loopband zal snel stoppen met een alarmgeluid. Zet het veiligheidsslot op, de computer zal gedurende 2 seconden weergeven en de datumtelling gaat terug naar "0"

1.5.KNOP FUNCTIE

1.5.1. START/STOP

"START" - Als de loopband niet loopt, druk dan op deze knop om te starten, de snelheid is "0.8".

"STOP" - Wanneer de loopband loopt, druk dan op deze knop om te stoppen, stel dan het programma standaard in om terug te keren naar de handmatige modus na het stoppen.

1.5.2 "PROGRAMMA" KNOP

Als de loopband niet loopt, kunt u met deze knop kiezen tussen de handmatige modus en de vooraf ingestelde modus P1-P12 en lichaamsvet.

1.5.3 "MODE" KNOP

Als de loopband niet loopt, druk dan op deze knop om het aftellen te kiezen. modi: "H-1", "H-2", "H-3".

"H-1" is de aftelmodus voor de tijd

"H-2" is de aftelmodus voor de afstandmodus.

"H-3" is de modus voor het aftellen van calorieën; druk op de "**SPEED**+/-" knop om de gegevens aan te passen.

Druk daarna op de "**START**"-knop om deze loopband te starten.

1.5.4 "SNELHEID +/-"-KNOP

SNELHEID +/- - Snelheid aanpassen bij het starten van de loopband, de toename is 0,1 km/tijd in kilometer. Druk meer dan 2 seconden op de knop, en hij zal automatisch omhoog of omlaag gaan.

1.6. WEERGAVEFUNCTIE

1.6.1 SNELHEID

Weergave loopsnelheid

1.6.2 TIJD

Weergave van de looptijd of afteltijd

1.6.3 AFSTAND

Geef de lopende totale afstand of het aftellen van de afstand weer.

1.6.4 CALORIE

De calorieën of het aantal calorieën weergeven

1.6.5 PULSE

Pulsgegevens weergeven

1.6.6 ALLE DISPLAY GEGEVENS - BEREIK

TIJD: 0:00 - 99,59(MIN)

AFSTAND: 0,00 - 99,9(KM)

CALORIES: 0.0 – 999 (C)

SNELHEID: 0,8 - 14 (km/h)

POLS: 50 - 200 (BPM)

1.7 PULSFUNCTIE

Als de loopband loopt, houdt u de handpolsmeter ongeveer 5 seconden vast, dan worden de polsgegevens weergegeven. Het bereik van de pulsggegevens is 50-200 keer per minuut. Het heeft een hartvormige afbeeldingen bij het testen van de puls. Deze gegevens zijn alleen ter referentie, kunnen niet als medische gegevens gebruikt worden.

1.8 PROGRAMMA OEFENSHEMA

TIME INTERVAL PROG		SET TIME/10=EVERY GRADE TIME									
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
P1	SPEED	3	3	6	5	5	4	4	4	4	3
P2	SPEED	3	3	4	4	5	5	5	6	6	4
P3	SPEED	2	4	6	8	7	8	6	2	3	2
P4	SPEED	3	3	5	6	7	6	5	4	3	3
P5	SPEED	3	6	6	6	8	7	7	5	5	4
P6	SPEED	2	6	5	4	8	7	5	3	3	2
P7	SPEED	2	9	9	7	7	6	5	3	2	2
P8	SPEED	2	4	4	4	5	6	8	8	6	2
P9	SPEED	2	4	5	5	6	5	6	3	3	2
P10	SPEED	2	5	7	5	8	6	5	2	4	3
P11	SPEED	2	5	6	7	8	9	10	5	3	2
P12	SPEED	2	3	5	6	8	6	9	6	5	3

1.9 Handmatige modelbediening

1.9.1 Druk op de starttoets, de tijd telt 5 seconden af, dan begint de loopband te werken met een initiële snelheid van 0,8 km/u.

1.9.2 Druk op snelheid +/-, u kunt de snelheid aanpassen

1.9.3 Druk op stop, u kunt de loopband in werkende toestand stoppen.

1.9.4 Druk op de sneltoets, u kunt de gewenste snelheid snel aanpassen.

1.10 3 AFTELFUNCTIE PARAMETERGEGEVENS

Afteltijd eerste instelling 10 : 00 minuten, instelbereik 5 : 00---99 : 00 minuten , elke stap 1 : 00.

Aftellen van calorieën eerste instelling 50 therm, instelbereik 20---990 termijn, elke stap 10.

Aftelafstand eerste instelling 1,0 km, instelbereik 1,0---99,9 km, elke stap 0,1

De volgorde van de cyclusschakelaars is: handmatig, tijd, afstand, calorieën.

1.11 BODY TESTER (VET)

In de begintoestand, druk op " PROGRAMMA" voortdurend om "FAT" lichaamsvet test, venster weergave in te voeren "FAT". Druk op "MODE" om in te voeren (F1 SEX, F2 AGE, F3 HEIGHT, F4 WEIGHT). Druk op "SPEED+",

"SPEED-" in te stellen. Na het instellen zal de computer F5 weergeven en de handpuls vastpakken, het venster zal je lichaamsindex laten zien.

De body quality index is om de relatie tussen lengte en gewicht te testen en niet de weegschaal.

Het lichaamsvet past voor elke man en vrouw om het gewicht aan te passen

volgens andere lichaamskwaliteitsindex. Het ideale vetpercentage zou tussen 20-25 moeten liggen, als het onder 19 jaar is, betekent dit te dun. Als tussen 25 en 29, betekent het overgewicht, als men ouder is dan 30 jaar, betekent het zwaarlijvigheid. (De gegevens zijn alleen ter referentie en kunnen niet als medicinale gegevens worden gebruikt)

01 Geslacht 01 Mannelijk 02 Vrouwelijk

02 Leeftijd 10----- 99

03 Hoogte 100---- 220

04 Gewicht 20----- 150

05 Vet ≤ 19 Ondergewicht

FAT = (20---25) Normaal gewicht

FAT = (25---29) Overgewicht

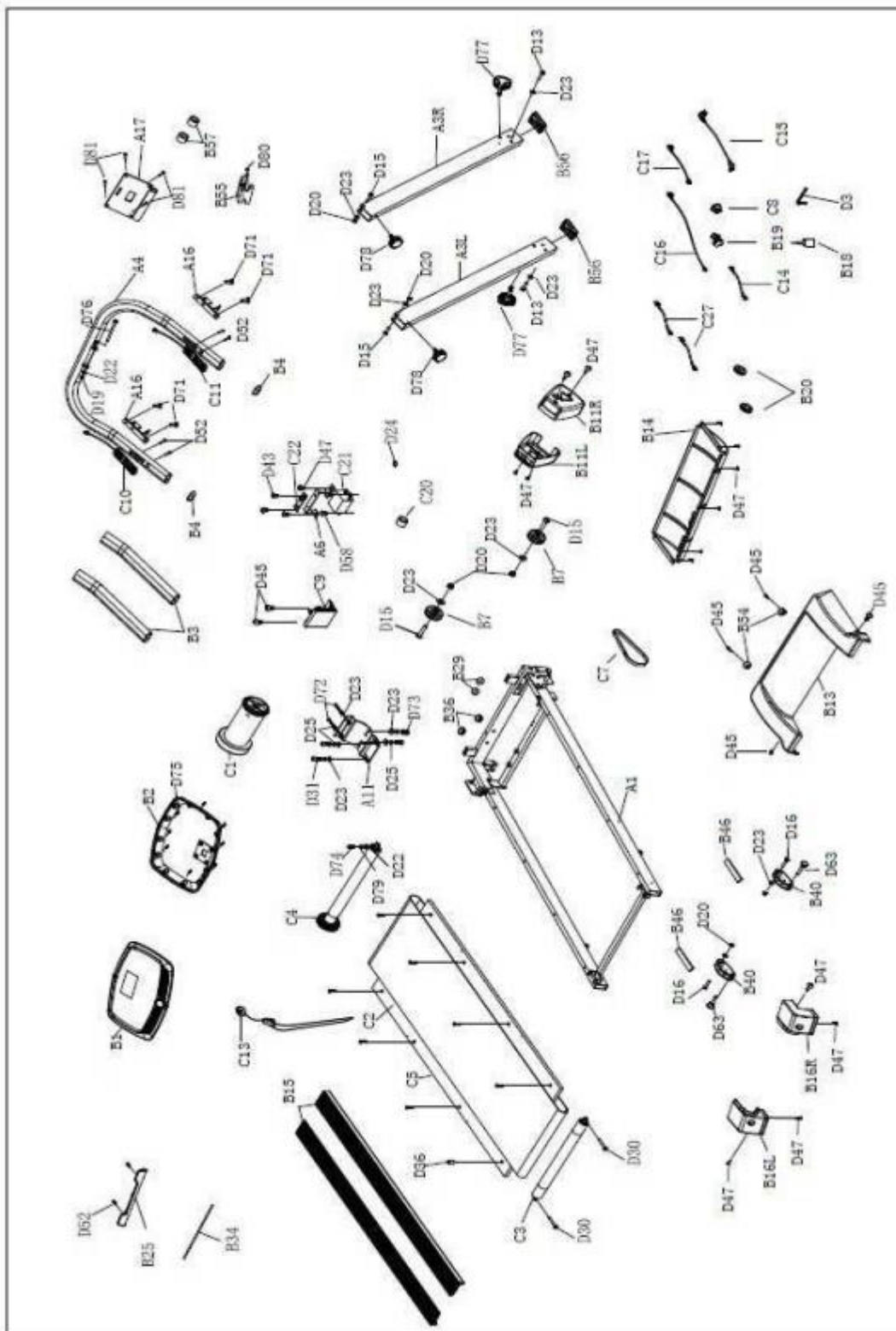
FAT ≥ 30 Zwaarlijvigheid

1.13 OVERIGEN

1.13.1 Het systeem gaat automatisch over op de energiebesparingsmodus als er binnen 10 minuten geen actie wordt ondernomen onder IDLE MODE, er is dan geen display en achtergrondverlichting op de computer te zien. Druk op een willekeurige toets om het systeem te hervatten.

1.13.2 Afteltijd, aftelcalorie en aftelafstand, u kunt gewoon een van deze instellen op de ene keer drukt u op het laatste item om lopend in te stellen, de instelparameter is aftellen, anderen geven normale gegevens weer.

Geëxplodeerde tekening



Onderdelenlijst

A-Welding parts						
No.	Description	Qty		No.	Description	Qty
A1	Main frame	1		A6	Filter supporter	1
A3L	Left upright tube	1		A11	Motor bracket	1
A3R	Right upright tube	1		A16	Handrail connecting tube	2
A4	Handrail bracket	1		A17	Computer supporter	1
B-Plastic parts						
No.	Description	Qty		No.	Description	Qty
B1	Computer chip	1		B16R	Right rear cover	1
B1-1	Overlay	1		B18	Silicon oil	1
B1-2	Membrane key	1		B19	Power buckle	1
B1-3	Computer panel	1		B20	Lin protect plug	2
B2	Computer lower cover	1		B25	Bookshelf	1
B3	Foam	2		B29	Cushion	2
B4	Inner plug	2		B34	Rubber pad	1
B7	Transport wheel	2		B36	Inner plug	2
B11L	Left side cover	1		B40	3 section adjust sheet	2
B11R	Right side cover	1		B46	Rubber pad	2
B13	Motor upper cover	1		B54	Cushion	2
B14	Motor lower cover	1		B55	Computer limitation pivot	1
B15	Side rails	2		B56	Inner plug	2
B16L	Left rear cover	1		B57	Plastic bushing	2
C-Drive parts						
No.	Description	Qty		No.	Description	Qty
C1	DC motor	1		C13	Safety key	1
C2	Running belt	1		C14	Single line (Red) 300	1
C3	Rear roller	1		C15	Power line	1
C4	Front roller	1		C16	Upper line	1
C5	Running board	1		C17	Lower line	1
C7	Motor belt	1		C20	Magnetic ring	1
C8	Power switch	1		C21	Choke	1
C9	Controller	1		C22	filter	1
C10	Left handrail button	1		C27	Single line (black) 300	2

C11	Right handrail button	1				
D-Hardware parts						
No.	Description	Qty		No.	Description	Qty
D3	Allen wrench T5	1		D52	Screw ST4.2X16	6
D13	Bolt M8X15	2		D58	Screw ST3.5X16	2
D15	Bolt M8X40	4		D63	Pin□9.8X45	2
D16	Bolt M8X45	2		D71	Bolt M8X15	4
D19	Nylon nut M6	1		D72	Bolt M8X25	2
D20	Nylon nut M8	6		D73	Bolt M8X12	2
D22	Washer M6	2		D74	Bolt M6X25	1
D23	Washer M8	14		D75	Screw ST4.2X8	8
D24	Spring washer M5	1		D76	Bolt M6X110	1
D25	Spring washer M8	6		D77	Knob M12	2
D30	Bolt M6X60	2		D78	Knob M8	2
D31	Bolt M8X20	2		D79	Spring washer M6	1
D36	Bolt M6X25	8		D80	Bolt M5X8	2
D43	Bolt M4X20	2		D81	Bolt M6X16	4
D44	Bolt M5X12	1				
D45	Bolt M5X15	6				
D47	Screw ST4.2X16	19				
Remark: if the customer need the PCB board, they should buy it separately.						