

# F3 LAUFBAND

## Bedienungsanleitung

8994301 REV A-1



*LifeFitness*  
WHAT WE LIVE FOR

## FIRMENHAUPTSITZ

5100 River Road  
Schiller Park, Illinois 60176 • U.S.A.  
+1 847.288.3300 • FAX: +1 847.288.3703  
Service-Telefonnummer: +1 800.351.3737 (gebührenfrei in den USA und Kanada)  
Globale Website: [www.lifefitness.com](http://www.lifefitness.com)

## INTERNATIONALE NIEDERLASSUNGEN

### NORD-, MITTEL- UND SÜDAMERIKA

#### Nordamerika Life Fitness Inc.

5100 N River Road  
Schiller Park, IL 60176 USA  
Telefon: (847) 288 3300  
Fax: (847) 288 3703  
Service-Telefon: (800) 351 3737  
Service E-Mail: [customersupport@lifefitness.com](mailto:customersupport@lifefitness.com)  
Vertrieb/Marketing E-Mail:  
[consumerproducts@lifefitness.com](mailto:consumerproducts@lifefitness.com)  
Geschäftszeiten: 7:00 - 18:00 Uhr (CST)

#### Brasilien Life Fitness Brasil

Av. Cidade Jardim, 900  
Jd. Paulistano  
São Paulo, SP 01454-000  
BRASILIEN  
SAC: 0800 773 8282  
Telefon: +55 (11) 3095 5200  
Fax: +55 (11) 3095 5201  
Service E-Mail: [suporte@lifefitness.com.br](mailto:suporte@lifefitness.com.br)  
Vertrieb/Marketing E-Mail: [lifefitness@lifefitness.com.br](mailto:lifefitness@lifefitness.com.br)  
Service-Geschäftszeiten:  
9:00 - 17:00 Uhr (BRT) (Montag-Freitag)  
Geschäftszeiten:  
9:00 - 20:00 Uhr (BRT) (Montag-Freitag)  
10:00 - 16:00 Uhr (BRT) (Samstag)

#### Lateinamerika und Karibik\* Life Fitness Inc.

5100 N River Road  
Schiller Park, IL 60176 USA  
Telefon: (847) 288 3300  
Fax: (847) 288 3703  
Service E-Mail: [customersupport@lifefitness.com](mailto:customersupport@lifefitness.com)  
Vertrieb/Marketing E-Mail:  
[commercialsales@lifefitness.com](mailto:commercialsales@lifefitness.com)  
Geschäftszeiten: 7:00 - 18:00 Uhr (CST)

### EUROPA, MITTLERER OSTEN UND AFRIKA (EMEA)

#### Niederlande und Luxemburg Life Fitness Atlantic BV

Bijdorplein 25-31  
2992 LB Barendrecht  
NIEDERLANDE  
Telefon: (+31) 180 646 666  
Fax: (+31) 180 646 699  
Service E-Mail: [service.benelux@lifefitness.com](mailto:service.benelux@lifefitness.com)  
Vertrieb/Marketing E-Mail:  
[marketing.benelux@lifefitness.com](mailto:marketing.benelux@lifefitness.com)  
Geschäftszeiten: 9:00 - 17:00 Uhr (MEZ)

#### Großbritannien und Irland Life Fitness UK LTD

Queen Adelaide  
Ely, Cambs, CB7 4UB  
Telefon: Büro (+44) 1353.666017  
Kundendienst (+44) 1353.665507  
Fax: (+44) 1353.666018  
Service E-Mail: [uk.support@lifefitness.com](mailto:uk.support@lifefitness.com)  
Vertrieb/Marketing E-Mail: [life@lifefitness.com](mailto:life@lifefitness.com)  
Geschäftszeiten:  
Büro: 9:00 - 17:00 Uhr (WEZ)  
Kundendienst: 8:30 - 17:00 Uhr (WEZ)

#### Deutschland und Schweiz Life Fitness Europe GmbH

Siemensstraße 3  
85716 Unterschleißheim  
DEUTSCHLAND  
Telefon: (+49) 89.31 77 51.0 (Deutschland)  
(+41) 0848 000 901 (Schweiz)  
Fax: (+49) 89.31 77 51.99 (Deutschland)  
(+41) 043 818 07 20 (Schweiz)  
Service E-Mail: [kundendienst@lifefitness.com](mailto:kundendienst@lifefitness.com)  
Vertrieb/Marketing E-Mail:  
[kundenberatung@lifefitness.com](mailto:kundenberatung@lifefitness.com)  
Geschäftszeiten: 8:30 - 16:30 Uhr (MEZ)

#### Österreich Life Fitness Austria

Vertriebs G.m.b.H.  
Dückerstraße 7-9/3/36  
1220 Wien  
ÖSTERREICH  
Telefon: (+43) 1.61.57.198  
Fax: (+43) 1.61.57.198.20  
Service E-Mail: [kundendienst@lifefitness.com](mailto:kundendienst@lifefitness.com)  
Vertrieb/Marketing E-Mail:  
[kundenberatung@lifefitness.com](mailto:kundenberatung@lifefitness.com)  
Geschäftszeiten: 8:30 - 16:30 Uhr (MEZ)

#### Spanien Life Fitness IBERIA

C/Frederic Mompou 5,1ª<sup>a</sup>  
08960 Sant Just Desvern Barcelona  
SPANIEN  
Telefon: (+34) 93.672.4660  
Fax: (+34) 93.672.4670  
Service E-Mail: [servicio.tecnico@lifefitness.com](mailto:servicio.tecnico@lifefitness.com)  
Vertrieb/Marketing E-Mail: [info.iberia@lifefitness.com](mailto:info.iberia@lifefitness.com)  
Geschäftszeiten:  
9:00 - 18:00 Uhr (Montag bis Donnerstag)  
8:30 - 15:00 Uhr (Freitag)

#### Belgien Life Fitness Benelux NV

Parc Industriel de Petit-Rechain  
B-4800 Verviers  
BELGIEN  
Telefon: (+32) 87 300 942  
Fax: (+32) 87 300 943  
Service E-Mail: [service.benelux@lifefitness.com](mailto:service.benelux@lifefitness.com)  
Vertrieb/Marketing E-Mail:  
[marketing.benelux@lifefitness.com](mailto:marketing.benelux@lifefitness.com)  
Geschäftszeiten: 9:00 - 17:00 Uhr (MEZ)

#### Italien Life Fitness Europe GmbH

Siemensstraße 3  
85716 Unterschleißheim  
DEUTSCHLAND  
Telefon: (+39) 02-55378611  
Service: 800438836 (in Italien)  
Fax: (+39) 02-55378699  
Service E-Mail: [assistenza@lifefitness.com](mailto:assistenza@lifefitness.com)  
Vertrieb/Marketing E-Mail: [info@lifefitnessitalia.com](mailto:info@lifefitnessitalia.com)  
Geschäftszeiten: 8:30 - 16:30 Uhr (CST)

#### Alle anderen EMEA-Länder und Vertriebsgeschäfte C-EMEA\*

Bijdorplein 25-31  
2992 LB Barendrecht  
NIEDERLANDE  
Telefon: (+31) 180 646 644  
Fax: (+31) 180 646 699  
Service E-Mail: [service.db.cemea@lifefitness.com](mailto:service.db.cemea@lifefitness.com)  
Vertrieb/Marketing E-Mail:  
[marketing.db.cemea@lifefitness.com](mailto:marketing.db.cemea@lifefitness.com)  
Geschäftszeiten: 9:00 - 17:00 Uhr (MEZ)

### ASIEN-PAZIFIK (AP)

#### Japan Life Fitness Japan

Nippon Brunswick Bldg., #8F  
5-27-7 Sendagaya  
Shibuya-Ku, Tokyo  
Japan 151-0051  
Telefon: (+81) 3.3359.4309  
Fax: (+81) 3.3359.4307  
Service E-Mail: [service@lifefitnessjapan.com](mailto:service@lifefitnessjapan.com)  
Vertrieb/Marketing E-Mail: [sales@lifefitnessjapan.com](mailto:sales@lifefitnessjapan.com)  
Geschäftszeiten: 9:00 - 17:00 Uhr (JAPAN)

#### China und Hongkong Life Fitness Asia Pacific LTD

Room 2610, Miramar Tower  
132 Nathan Road  
Tsimshatsui, Kowloon  
HONGKONG  
Telefon: (+852) 2891.6677  
Fax: (+852) 2575.6001  
Service E-Mail: [HongKongEnquiry@lifefitness.com](mailto:HongKongEnquiry@lifefitness.com)  
Vertrieb/Marketing E-Mail: [ChinaEnquiry@lifefitness.com](mailto:ChinaEnquiry@lifefitness.com)  
Geschäftszeiten: 9:00 - 18:00 Uhr

#### Alle anderen Länder im Raum Asien-Pazifik und Vertriebsgeschäfte Asien-Pazifik\*

Room 2610, Miramar Tower  
132 Nathan Road  
Tsimshatsui, Kowloon  
HONGKONG  
Telefon: (+852) 2891.6677  
Fax: (+852) 2575.6001  
Service E-Mail: [HongKongEnquiry@lifefitness.com](mailto:HongKongEnquiry@lifefitness.com)  
Vertrieb/Marketing E-Mail: [ChinaEnquiry@lifefitness.com](mailto:ChinaEnquiry@lifefitness.com)  
Geschäftszeiten: 9:00 - 18:00 Uhr

Vor Inbetriebnahme dieses Geräts das GESAMTE Benutzerhandbuch sowie ALLE Montageanweisungen sorgfältig lesen.

Diese Unterlagen helfen beim schnellen Aufbau des Gerätes und erläutern die richtige und sichere Verwendung.

**Hinweis:** Dieses Gerät erzeugt und verwendet Radiowellen und kann diese auch ausstrahlen. Bei unsachgemäßer Installation kann es zu Interferenzen mit Radiowellenkommunikation kommen. Es gibt jedoch keine Garantie dafür, dass bei bestimmten Installationen keine Störungen auftreten. Wenn dieses Gerät Störungen des Radio- oder Fernsehempfangs verursacht, was durch Ein- und Ausschalten der Geräte geprüft werden kann, sollte der Benutzer versuchen, die Störung durch eine oder mehrere der folgenden Maßnahmen zu beheben:

- Neuausrichtung oder -aufstellung der Empfangsantenne.
- Vergrößerung des Abstands zwischen Trainingsgerät und Fernseher/Radio.
- Anschluss des Trainingsgeräts an eine Steckdose eines anderen Stromkreises als den des Radios/Fernsehers.
- Konsultation des Vertragshändlers oder eines erfahrenen Rundfunk-/Fernsehtechnikers.

Klasse HB: Privatgebrauch.



**VORSICHT: Am Gerät vorgenommene Änderungen oder Manipulationen können die Produktgarantie ungültig machen.**

Sämtliche Service- und Reparaturleistungen – Wartung und Pflege ausgenommen – dürfen nur von autorisierten Servicetechnikern durchgeführt werden. Das Gerät enthält keine vom Benutzer zu wartenden Teile.

# INHALTSVERZEICHNIS

1.	Wichtige Sicherheitshinweise .....	5
2.	Abbildung zum Aufbau des Life Fitness F3 Laufbands .....	7
3.	Montage .....	8
3.1	Auspacken .....	8
3.2	Liste der Komponenten und Befestigungsteile .....	8
3.3	Installation der Trägerstangen .....	9
3.4	Installation der Konsole .....	11
3.5	Anschluss des Netzkabels .....	12
3.6	Kalibrierung .....	12
4.	Aufbau .....	13
5.	Activity Zone und Herzfrequenz-Sensor im Überblick .....	15
6.	Reparatur und technische Daten .....	17
6.1	Fehlersuche .....	17
6.2	Tipps zur Wartung und Pflege .....	19
6.3	Justieren und Spannen der Lauffläche .....	20
6.4	Verwendung und Testen der Notstopp-Reißleine .....	21
6.5	Service und Reparatur .....	21
7.	Technische Daten .....	22
8.	Garantieinformationen .....	23

Dieses Benutzerhandbuch beschreibt die Funktionen des folgenden Geräts:

Life Fitness Laufband, Modell:

**F3**

Wir danken Ihnen für den Kauf eines Life Fitness Laufbands. Bevor Sie dieses Produkt benutzen, lesen Sie bitte das Benutzerhandbuch gut durch, um sicherzustellen, dass Sie alle Funktionen des Laufbands sicher und ordnungsgemäß bedienen können. Wir hoffen, dass dieses Produkt Ihren Erwartungen entspricht. Falls Sie dennoch Probleme mit dem Gerät haben sollten, schlagen Sie bitte unter *Service und Reparatur* nach. Dort finden Sie Informationen darüber, wie Sie Produktservice in Ihrem Land und auf internationaler Ebene erhalten. Produktspezifische Merkmale sind im Abschnitt *Technische Daten* dieses Handbuchs beschrieben.

Zweckbestimmung: Das Laufband ist ein Trainingsgerät, das dem Benutzer das stationäre Gehen oder Laufen auf einer sich bewegenden Oberfläche ermöglicht.



**VORSICHT:**

Falsches oder übermäßiges Training auf dem Fitnessgerät kann zu Verletzungen führen. Sofern Risikofaktoren vorliegen, empfiehlt der Hersteller **NACHDRÜCKLICH**, sich vor erstmaliger Trainingsaufnahme ärztlich untersuchen zu lassen. Dies gilt für Personen, die eine vererbungsbedingte Veranlagung zu Bluthochdruck oder Herzleiden haben, über 45 Jahre alt sind, rauchen, überhöhte Cholesterinwerte aufweisen, übergewichtig sind und/oder im letzten Jahr nicht regelmäßig Sport getrieben haben. Der Hersteller empfiehlt außerdem, sich die ordnungsgemäße Verwendung dieses Produkts von einem Fitnessspezialisten erläutern zu lassen.

Wenn beim Training Schwäche, Schwindelgefühl, Schmerzen oder Atemnot auftreten, muss das Training sofort abgebrochen werden.



# 1 WICHTIGE SICHERHEITSVORKEHRUNGEN

**ACHTUNG: LESEN SIE VOR DER VERWENDUNG DES LAUFBANDS ALLE ANWEISUNGEN SORGFÄLTIG DURCH. BEWAHREN SIE DIESE ANWEISUNGEN AUF.**

**GEFAHR:** Vor Reinigungs- bzw. Wartungsarbeiten stets den Netzstecker des Life Fitness Geräts aus der Steckdose ziehen, um Stromschläge zu vermeiden.

**ACHTUNG:** Alle Produkte nur an eine ordnungsgemäß geerdete Steckdose anschließen, um Verbrennungen, Feuer, Stromschläge oder Verletzungen zu verhindern.

**ACHTUNG:** Das Laufband darf nicht verwendet werden, wenn es hochgeklappt ist.

**ACHTUNG:** Dieses Laufband ist mit einer Immobilisierungssoftware ausgestattet. Aktivieren Sie die Softwareimmobilisierung nur, wenn das Laufband nicht verwendet wird. Anweisungen zur Immobilisierung des Laufbands finden Sie in der Bedienungsanleitung. Halten Sie diese Anweisungen von Kindern fern.

**ACHTUNG:** Das Laufband in die aufrechte und verriegelte Stellung klappen, BEVOR Sie es auf die Seite legen oder aufheben. Die Basis bzw. der klappbare Rahmen können unerwartet herumschwenken, wenn dieses Verfahren nicht befolgt wird.

**ACHTUNG:** Das Laufband nicht an der Konsole anheben. Die Konsole beim Training nicht als Handlauf verwenden.

**ACHTUNG:** Die Herzfrequenz-Überwachungssysteme sind evtl. ungenau. Übermäßige Anstrengungen können zu schweren oder tödlichen Verletzungen führen. Wenn es Ihnen schwindelig wird, müssen Sie Ihr Training sofort abbrechen.

**ACHTUNG:** Vor dem Hochklappen muss die Lauffläche komplett zum Stillstand gekommen sein.

**ACHTUNG:** Das Gerät muss standsicher installiert und waagrecht ausgerichtet werden.

**ACHTUNG:** Justiervorrichtungen, die die Bewegung des Benutzers behindern könnten, dürfen nirgendwo hervorstehen.

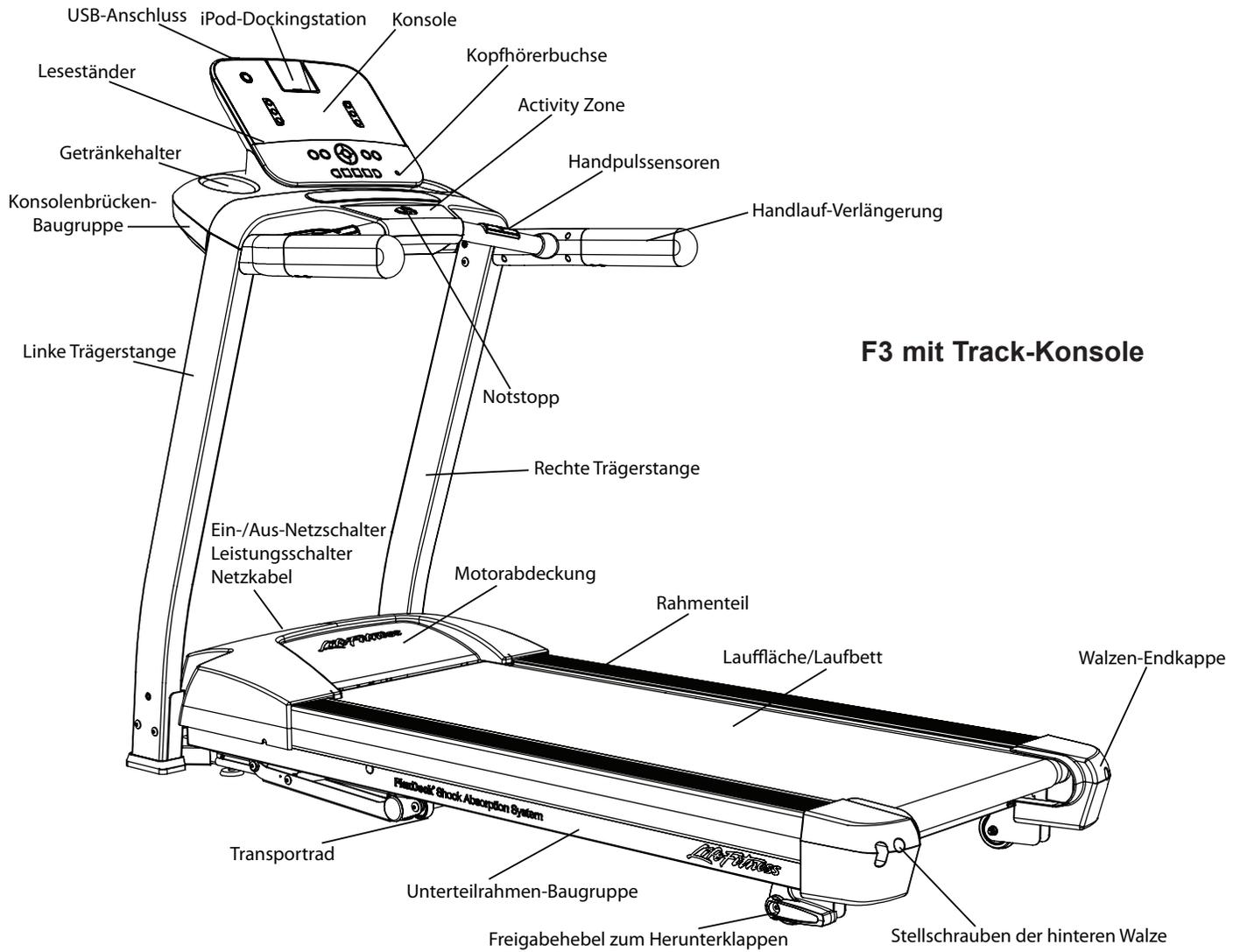
Verletzungsgefahr – Äußerst vorsichtig vorgehen, wenn Sie auf das angetriebene Laufband treten oder von dort heruntersteigen.

- Zum Ausschalten des Geräts den Netzschalter auf „AUS“ stellen und den Stecker aus der Steckdose ziehen.
- Life Fitness Produkte nicht benutzen, wenn sie fallen gelassen bzw. anderweitig beschädigt wurden oder wenn das Netzkabel bzw. der Netzstecker beschädigt ist oder wenn das Produkt ganz oder teilweise in Wasser getaucht wurde. Wenden Sie sich in diesen Fällen an Ihren Life Fitness Kundendienst.
- Das Laufband so aufstellen, dass der Netzanschluss dem Benutzer zugänglich ist.
- Das Netzkabel von Wärme fernhalten. Das Kabel nicht als Griff oder zum Ziehen des Geräts verwenden. Das Netzkabel darf nicht auf dem Boden unter oder neben dem Gerät verlaufen.
- Sollte das Netzkabel beschädigt sein, darf es aus Sicherheitsgründen nur vom Hersteller, einem autorisierten Life Fitness Servicetechniker oder einem qualifizierten Elektriker ersetzt werden, um Gefahren zu vermeiden.
- Das Produkt darf nicht in Räumen benutzt werden, in denen Sprühmittel (Aerosol) verwendet werden oder Sauerstoff verabreicht wird. Es besteht Brand- bzw. Explosionsgefahr!
- Die Anweisungen auf der Konsole müssen stets beachtet werden, um einen ordnungsgemäßen Betrieb des Geräts zu gewährleisten.
- Dieses Gerät darf nicht von Erwachsenen oder Kindern mit eingeschränkten körperlichen, sensorischen oder geistigen Fähigkeiten oder mangelnder Erfahrung und Kenntnis verwendet werden, es sei denn, die Verwendung des Geräts erfolgt unter Aufsicht oder mit entsprechenden Anweisungen von einer für ihre Sicherheit verantwortlichen Person.
- Kinder müssen beaufsichtigt werden, um sicherzustellen, dass sie nicht mit dem Gerät spielen.
- Das Gerät nicht im Freien, in Schwimmbeckennähe oder in Räumen mit hoher Luftfeuchtigkeit benutzen.
- Life Fitness Produkte nicht benutzen, wenn die Lüftungsöffnungen blockiert sind. Dafür sorgen, dass die Lüftungsöffnungen nicht durch Flusen, Haare o. ä. blockiert werden.
- Es dürfen keine Gegenstände in Geräteöffnungen gesteckt werden. Sollte versehentlich ein Fremdkörper in eine Öffnung gelangen, das Gerät ausschalten, das Netzkabel aus der Steckdose ziehen und vorsichtig versuchen, den Gegenstand zu entfernen. Falls das nicht gelingt, den Life Fitness Kundendienst benachrichtigen.
- Flüssigkeiten dürfen ausschließlich auf der dafür vorgesehenen Ablageschale oder im Getränkehalter platziert werden. Empfehlenswert sind Behälter mit Deckel.

- Bei Benutzung des Laufbands sind Schuhe mit Gummi- oder Profilsohle zu tragen. Keine Schuhe mit Absätzen, Ledersohlen, Stollen oder Spikes tragen. Darauf achten, dass sich keine Steine in den Schuhsohlen befinden. Auf keinen Fall barfuß trainieren. Kleidungsstücke, Schnürsenkel, Handtücher usw. von beweglichen Teilen fernhalten.
- Niemals während des Betriebs in oder unter das Gerät fassen oder es auf die Seite kippen.
- Um das Laufband herum mindestens 2 x 1 Meter (6,5 x 3 Fuß) Freiraum lassen (Abstand zu Wand, Möbeln und anderen Gegenständen).
- Die LCD-Konsolen zuerst für eine Stunde „abkühlen“ lassen, bevor das Gerät an die Stromversorgung angeschlossen und/oder benutzt wird.
- Zur Stabilisierung an den Handläufen festhalten. Im Notfall, z. B. wenn Sie stolpern, an den Handläufen festhalten und die Füße auf die Rahmenseiten stellen. Die Handläufe dienen nur zur Stabilisierung und sind nicht als dauerhafte Stütze geeignet.
- Auf dem Laufband nicht rückwärts gehen oder laufen.
- Das Laufband immobilisieren, damit die Motoren nicht laufen, wenn das Gerät nicht verwendet wird. Zu diesem Zweck die SPEED-ABWÄRTS-PFEILTASTE (GESCHWINDIGKEIT SENKEN) und die Taste STOP (STOPP) auf der Activity Zone gleichzeitig drücken und gedrückt halten.
- Beim Aus- und Zusammenklappen des Laufbands vorsichtig vorgehen. Das Laufband darf nicht ohne Unterstützung auf den Boden herabgelassen werden. Das Laufbett mit der Hand zum Boden führen.
- Dieses Gerät nur gemäß der Zweckbestimmung und der Beschreibung in diesem Handbuch benutzen. Verwenden Sie nur vom Hersteller empfohlenes Zubehör.
- In Übereinstimmung mit der Maschinenrichtlinie der Europäischen Kommission (European Union Machinery Directive) 2006/42/EC wird dieses Gerät bei einer durchschnittlichen Betriebsgeschwindigkeit von 8 km/h mit einem Schalldruckpegel unter 70 dB(A) betrieben.
- Das universelle Massesymbol ist wie folgt:



# 2 ABBILDUNG ZUM AUFBAU DES LIFE FITNESS F3 LAUFBANDS



# 3 MONTAGE

Aus Sicherheitsgründen – und um Zeit und Mühe zu sparen – sollten Sie diese Bedienungsanleitung vor der Installation des Life Fitness Laufbands vollständig lesen. Das Laufband vor dem Auspacken zum Aufstellungsort bringen.

## 3.1 AUSPACKEN

Bei den vorliegenden Auspackanweisungen wird davon ausgegangen, dass folgende Schritte schon erfolgt sind:

- Der Versandkarton wurde an der Oberseite geöffnet.
- Diese Bedienungsanleitung wurde der Verpackung entnommen.

Die beste Methode zum Auspacken der übrigen Laufbandkomponenten ist wie folgt:

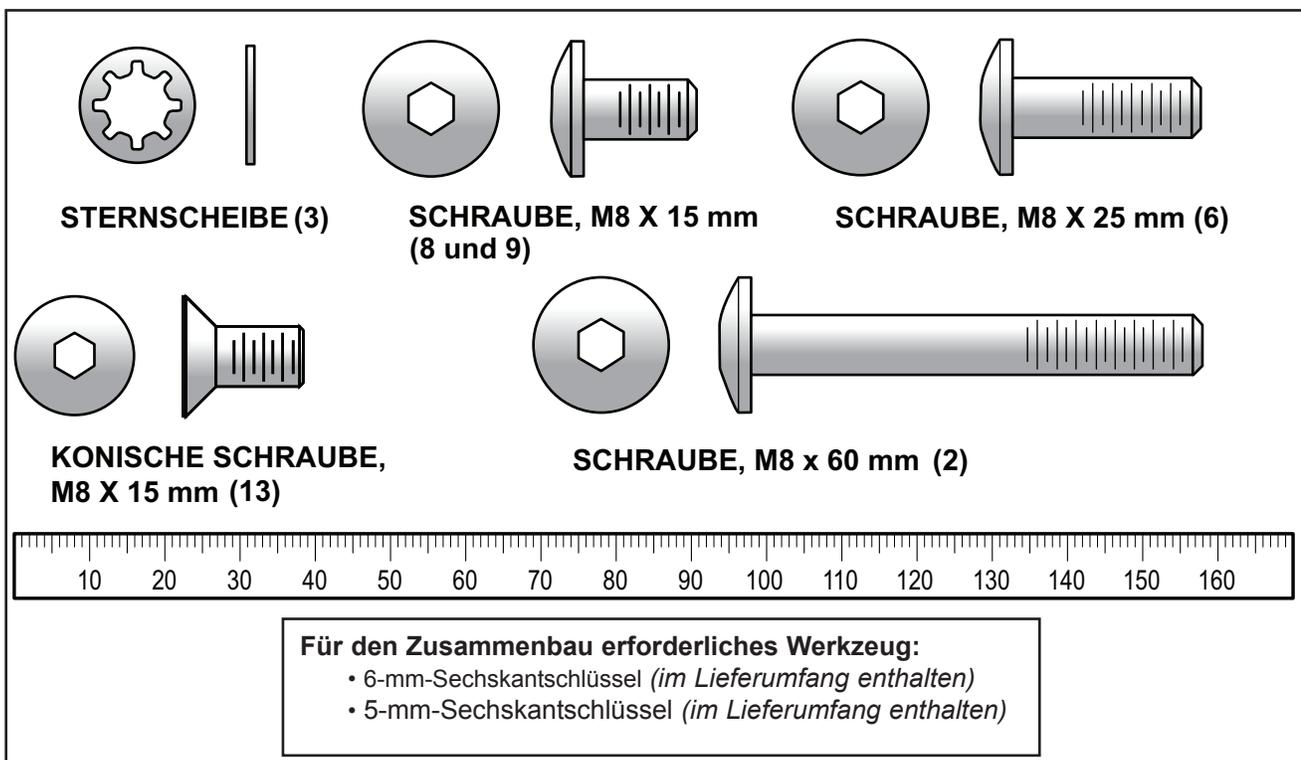
- Alle Teile, die sich auf der Lauffläche befinden, entnehmen.
- Seiten des inneren Versandkartons herunterklappen.
- Den Gurt, der sich über der Lauffläche befindet, NICHT entfernen oder lösen.
- Die Anweisungen zur Montage ab Seite 9 befolgen.

**ACHTUNG:** Das Laufband in die aufrechte und verriegelte Stellung klappen, bevor Sie es auf die Seite legen oder aufheben. Die Basis bzw. der klappbare Rahmen können unerwartet herumschwenken, wenn dieses Verfahren nicht befolgt wird.

## 3.2 LISTE DER KOMPONENTEN UND BEFESTIGUNGSTEILE

Nach dem Auspacken sicherstellen, dass die folgenden Komponenten vorhanden sind:

1. Linke Trägerstange . . . . . Anz.: 1	8. Schraube (M8 x 15 mm), schwarz . . . . Anz.: 4
2. Schraube (M8 x 60 mm) . . . . . Anz.: 6	9. Schraube (M8 x 15 mm), silberfarben . Anz.: 2
3. Sternscheiben . . . . . Anz.: 15	10. 6-mm-Sechskantschlüssel . . . . . Anz.: 1
4. Rechte Trägerstange . . . . . Anz.: 1	5-mm-Sechskantschlüssel . . . . . Anz.: 1
5. Konsolenbrücke . . . . . Anz.: 1	11. Netzkabel (120 V) . . . . . Anz.: 1
6. Schraube (M8 x 25 mm) . . . . . Anz.: 3	12. Notstopp-Reißleine . . . . . Anz.: 1
7. Handlauf-Verlängerungen . . . . . Anz.: 2	13. Konische Schraube (M8 x 15 mm), silberfarben . . . . . Anz.: 6

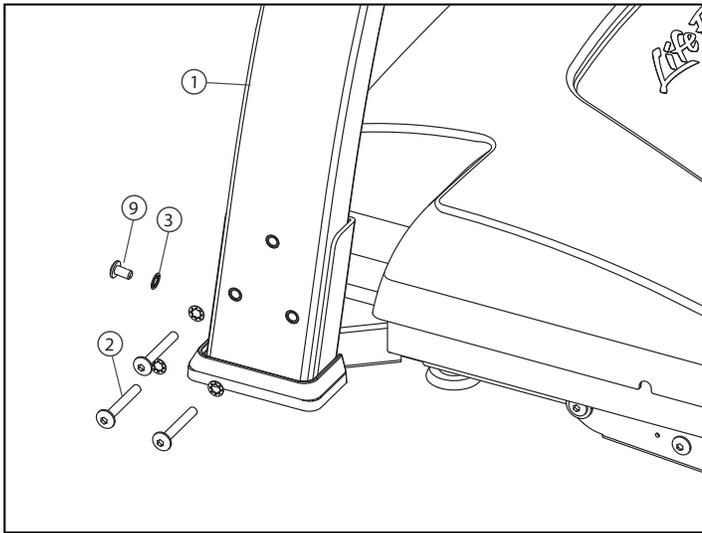


### 3.3 INSTALLATION DER TRÄGERSTANGEN

Die LINKE TRÄGERSTANGE (1) nehmen. Die Trägerstange ist mit einem „L“ gekennzeichnet. Die LINKE TRÄGERSTANGE nahe der Innenseite der linken Halterung befestigen.

- a) Die beiden elektrischen Anschlüsse unten an der Trägerstange verbinden.
- b) Die Trägerstange in die richtige Position bringen, während das Kabel in die Trägerstange geschoben wird.
- c) Alle Befestigungsteile anbringen und zu diesem Zeitpunkt nur handfest anziehen. Die LINKE TRÄGERSTANGE mit drei SILBERFARBENEN SCHRAUBEN (M8 X 60 mm) (2) und drei STERNSCHEIBEN (3) an der linken Halterung befestigen. Die Vorderseite der Trägerstange mit einer SILBERFARBENEN SCHRAUBE (M8 X 15 mm) (9) und einer STERNSCHEIBE (3) befestigen.

**VORSICHT:** Bei Befestigung der linken Trägerstange an der linken Stangenhalterung darauf achten, dass das Kabel nicht eingeklemmt wird. Überschüssiges Kabel vorsichtig in das Rohr der Trägerstange schieben. Die Steckverbinder müssen sich nach der Installation im Rohr der Trägerstange befinden.



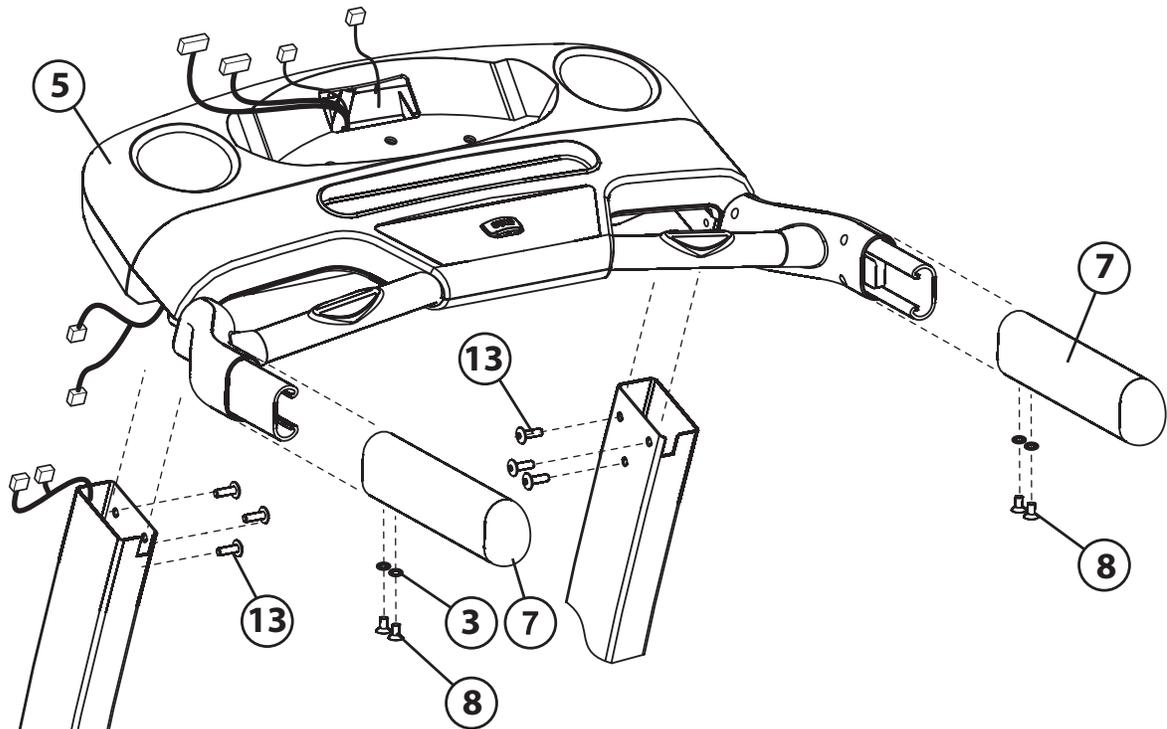
Die RECHTE TRÄGERSTANGE (4) nehmen. Die Trägerstange ist mit einem „R“ gekennzeichnet. Die RECHTE TRÄGERSTANGE nahe der Innenseite der rechten Halterung befestigen. Alle Befestigungsteile anbringen und zu diesem Zeitpunkt nur handfest anziehen. Die RECHTE TRÄGERSTANGE mit drei SILBERFARBENEN SCHRAUBEN (M8 X 60 mm) (2) und drei STERNSCHEIBEN (3) an der rechten Halterung befestigen. Die Vorderseite der Trägerstange mit einer SILBERFARBENEN SCHRAUBE (M8 X 15 mm) (9) und einer STERNSCHEIBE (3) befestigen.

Die Konsolenbrücke (5) nahe der Oberseite der Trägerstangen in Position bringen. Die Kabel-Steckverbinder von der linken Trägerstange und der Konsolenbrücke anschließen. Die Steckverbinder müssen vollständig einrasten. Überschüssiges Kabel in die Aushöhlung in der linken Trägerstange schieben.

Die Konsolenbrücke mit sechs konischen Schrauben (M8 x 15 mm) (13) an den Trägerstangen befestigen, jeweils drei Schrauben pro Trägerstange. Die Schrauben zunächst nur fingerfest anziehen.

**VORSICHT:** Bei Befestigung der linken Trägerstange an der Konsolenbrücke darauf achten, dass das Kabel nicht eingeklemmt wird.

Die beiden Handlauf-Verlängerungen (7) mit jeweils zwei schwarzen Schrauben (M8 x 15 mm) (8) und zwei Sternscheiben (3) an den beiden Seiten der Konsolenbrücke montieren.



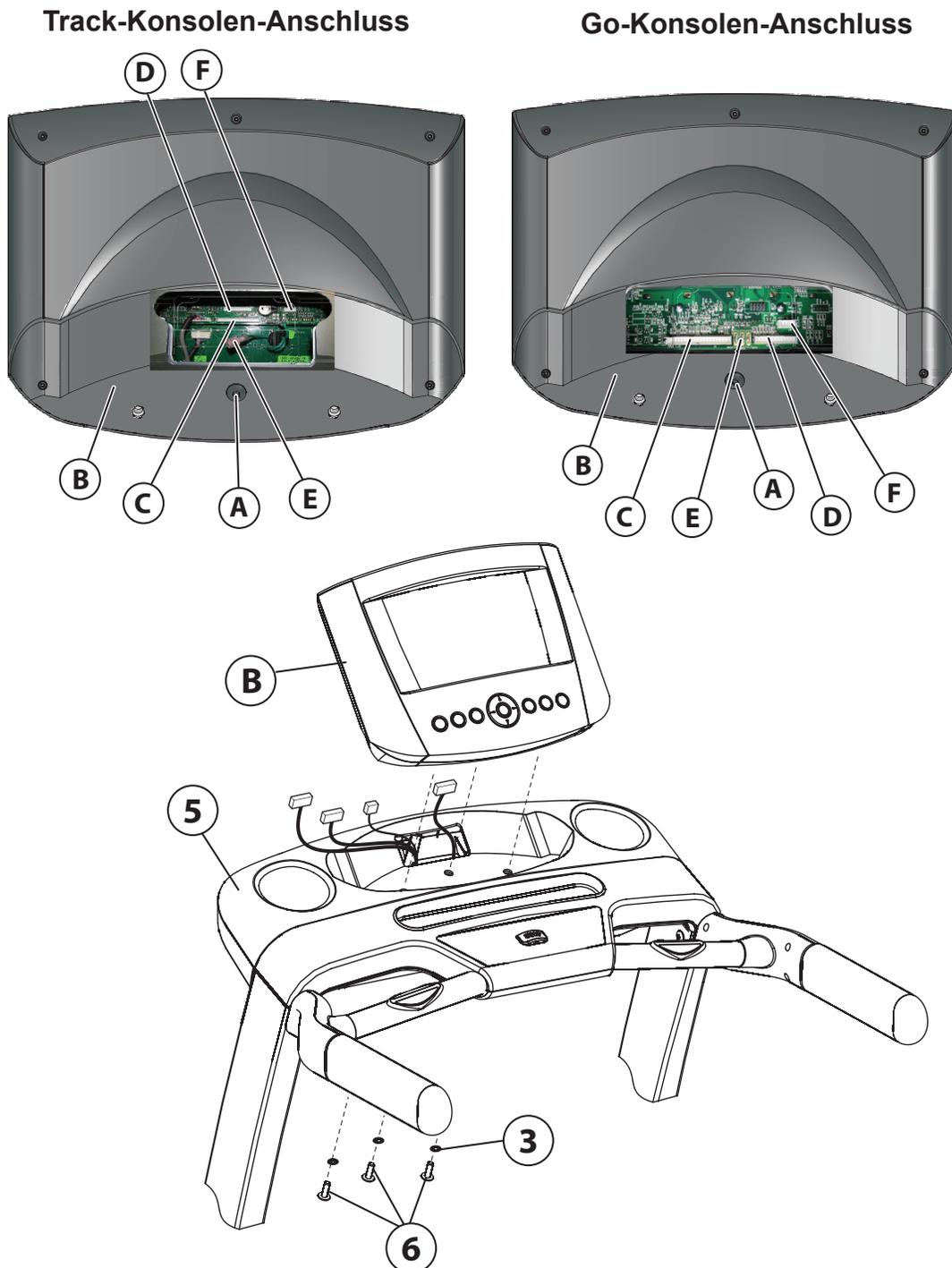
### 3.4 INSTALLATION DER KONSOLE

Die vorinstallierte Schraube (A) aus der Rückseite der Hauptkonsole (B) drehen. Die Hauptkonsole nahe der Oberseite der Konsolenbrücke in Position bringen und die Steckverbinder von der Konsolenbrücke mit den entsprechenden Anschlüssen auf der Rückseite der Hauptkonsole verbinden. Der Kabelbaum der Hauptkonsole (C) ist der größte Stecker. Der Activity Zone-Kabelbaum (D) ist der mittelgroße Stecker. Bei dem dünnen gelb-grünen Kabel handelt es sich um das Erdungskabel (E), das an eine der drei Metallbuchsen in der Leiterplatte an der Go-Konsole oder an die Buchse an der Rückseite der Track-Konsole angeschlossen wird. Der Sicherheitsschalteranschluss (F) ist die 5-polige Buchse. Die Steckverbinder müssen vollständig einrasten. Überschüssiges Kabel in die Konsolenbrücke schieben.

Die Hauptkonsole mit drei SCHRAUBEN (M8 x 25 mm) (6) und drei STERNSCHEIBEN an der Konsolenbrücke anbringen (3). Die Schrauben fest anziehen.

**VORSICHT:** Bei Befestigung der Hauptkonsole an der Konsolenbrücke darauf achten, dass die Kabel nicht abgeklammt werden.

Alle fingerfest angezogenen Schrauben jetzt fest anziehen.



## 3.5 ANSCHLUSS DES NETZKABELS

Die Steckbuchse des Laufband-Netzkabels am Stecker neben dem Netzschalter des Laufbands anschließen.

**Hinweis:** F3-Laufbänder werden in den USA und Kanada mit einem Netzkabel gemäß nordamerikanischen Bestimmungen geliefert. Die Verwendung des Netzkabels richtet sich nach dem jeweiligen Aufstellungsland. Das entsprechende Netzkabel anschließen.

## 3.6 KALIBRIERUNG

Vor Verwendung des Laufbands die folgenden Kalibrierungsanweisungen durchlesen. Bei der Kalibrierung neben das Laufband stellen.

1. Das Laufband einschalten oder – wenn bereits eingeschaltet – die Taste „RESET“ (ZURÜCKSETZEN) drücken.
2. Auf der Konsole wird die Meldung „PLEASE WAIT“ (BITTE WARTEN) oder „WAIT“ (WARTEN) angezeigt.
3. Wenn diese Meldung ausgeblendet wird und das Display leer ist, die Taste „PAUSE“ drücken und gedrückt halten, bis die Meldung „DIAGNOSTICS“ (DIAGNOSE) eingeblendet wird.
4. Mit den Pfeiltasten durch das Diagnosemenü zu „CALIBRATION“ bzw. „CALIB“ (KALIBRIERUNG) navigieren.
5. Die Taste „Enter“ (Eingabe) drücken, um die Option „CALIBRATION“ oder „CALIB“ (KALIBRIERUNG) zu wählen.
6. Auf der Activity Zone die Taste „START“ drücken, um die Kalibrierung zu beginnen.
7. Das Laufband durchläuft nun automatisch verschiedene Tests, einschließlich Geschwindigkeits- und Steigungsanpassungen, um die Kalibrierung durchzuführen.
8. Nach erfolgreicher Kalibrierung zeigt die Konsole die Meldung „PASS“ (BESTANDEN) an.
  - \*\*\* Bei einem Fehler während der Kalibrierung zeigt die Konsole „FAIL“ (FEHLER) an.
  - \*\*\* Bei einem Fehler zweimal die Taste „STOP“ (STOPP) drücken und das Verfahren ab Schritt 1 wiederholen.
  - \*\*\* Wenn die Kalibrierung erneut fehlschlägt, Fehlernummer notieren und den Life Fitness Kundendienst unter der im Abschnitt „Service und Reparatur“ angegebenen Telefonnummer benachrichtigen.
9. Nach erfolgreicher Kalibrierung dreimal die Taste „RESET“ (ZURÜCKSETZEN) drücken, um den Kalibrierungsmodus zu verlassen.

# 4 AUFBAU

## ELEKTRIKANFORDERUNGEN

Die meisten Life Fitness Laufbänder sind in den USA und Kanada für den Anschluss an einen Stromkreis mit 120 V vorgesehen. Die folgende Tabelle enthält die Nennstromstärke für dieses Produkt für die jeweilige Netzspannung. Stellen Sie sicher, dass dieses Laufband die entsprechende Netzspannung am Aufstellungsort unterstützt, bevor es an die Steckdose angeschlossen wird. Die Netzspannung ist auf dem Produktetikett mit der Seriennummer angegeben.

Netzspannung (V AC)	Frequenz (Hz)	Max. Stromstärke (A)
120	50 / 60	12
230	50 / 60	10

## ELEKTRISCHE ERDUNGSANFORDERUNGEN

Das Life Fitness Laufband muss ordnungsgemäß geerdet sein. Bei einer Störung oder dem Ausfall des Geräts gewährleistet die richtige Erdung einen Stromableitungspfad mit dem geringsten Widerstand, wodurch das Risiko eines Stromschlags bei Berührung oder Verwendung des Geräts reduziert wird. Jedes Laufband ist mit einem Netzkabel mit Schutzleiter und einem Schukostecker ausgestattet. Der Stecker muss in eine Schukosteckdose eingesteckt werden, die in Übereinstimmung mit geltenden Richtlinien installiert und geerdet wurde. Es darf kein temporärer Adapter verwendet werden, um den Stecker in einer in Nordamerika üblichen zweipoligen Steckdose zu verwenden. Wenn keine ordnungsgemäß geerdete Steckdose mit der richtigen Stromstärke vorhanden ist, muss sie durch einen Elektriker installiert werden.

**GEFAHR:** Der falsche Anschluss des Schutzleiters kann zu einem Stromschlag führen. Bei Fragen zum ordnungsgemäßen Erdungsanschluss ziehen Sie einen Elektriker zu Rate. Den im Lieferumfang des Gerätes enthaltenen Stecker nicht modifizieren. Wenn der Stecker nicht passt, muss eine geeignete Steckdose von einem Elektriker installiert werden.

## EINSCHALTEN DES GERÄTS

Das Laufband am Netzschalter (EIN/AUS) vorne am Laufband in der Nähe des Netzkabels einschalten.

## STABILISIERUNG DES LIFE FITNESS LAUFBANDS

Das Laufband nach dem Aufstellen am gewählten Standort auf Stabilität überprüfen. Wenn das Gerät nicht stabil steht, sondern hin- und herbewegt werden kann, feststellen, welcher Justierfuß nicht auf dem Boden aufliegt. Zur Stabilisierung den JUSTIERFUSS (A) oder (B) drehen, bis das Laufband nicht mehr wackelt und beide Justierfüße fest auf dem Boden aufliegen.

**Hinweis:** Bei übermäßigen Schwingungen während des Gebrauchs müssen die Justierfüße (A) näher an die Trägerstangen geschraubt werden. Die Justierfüße (B) dürfen nicht weiter von den Trägerstangen weggedreht werden.

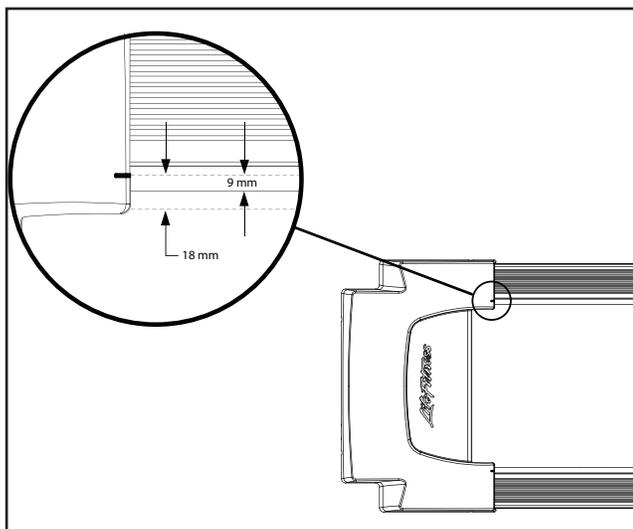
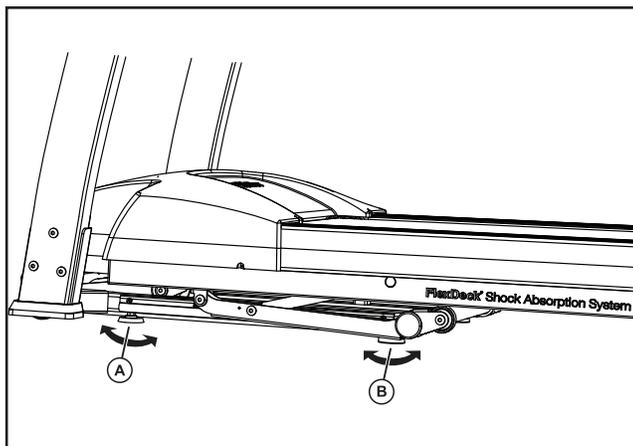
**Hinweis:** Das korrekte Justieren der Einstellfüße ist für den ordnungsgemäßen Betrieb des Geräts äußerst wichtig.

## ÜBERPRÜFEN DER LAUFLÄCHE

Nach dem Aufstellen und Stabilisieren des Laufbands muss die Zentrierung der Lauflfläche überprüft werden. Zunächst sicherstellen, dass das Netzkabel an eine geeignete Steckdose angeschlossen ist (siehe *Elektrikanforderungen* oben).

Anschließend das Laufband einschalten. Die Füße auf das rechte und linke Rahmenteil des Laufbands stellen – nicht auf der Lauflfläche stehen. Zum Starten der Lauflfläche die Taste WALK (GEHEN) und anschließend die SPEED-AUFWÄRTS-PFEILTASTE (GESCHWINDIGKEIT ERHÖHEN) drücken, bis das Laufband 6,4 km/h (4,0 mph) erreicht hat. Falls die Lauflfläche nach rechts oder links zieht, siehe die Anweisungen unter *Justieren (Zentrierung) einer neuen oder gebrauchten Lauflfläche* (Abschnitt 6.3).

**Hinweis:** Die normale Betriebsposition der Lauflfläche sollte sich innerhalb der Markierungen für den zulässigen Stellbereich auf der Motorabdeckung befinden (siehe Abbildung rechts). Falls die Lauflfläche sich nicht in dieser Position befindet, siehe Abschnitt 6.3.



## **HOCH- UND HERUNTERKLAPPEN DES LAUFBANDS**

Das Laufbett kann hochgeklappt werden, wenn es nicht gebraucht wird. Hierzu zunächst sicherstellen, dass die Steigung auf 0 % eingestellt ist. Dann das Laufbett hochklappen und einrasten lassen. Um das Laufband wieder abzusenken, mit einer Hand gegen die Lauffläche drücken, am Freigabehebel ziehen und das Laufbett langsam absenken. Vor Benutzen des Laufbands sicherstellen, dass das Laufbett vollständig abgesenkt wurde.

## **NETZSCHALTER**

Der Netzschalter befindet sich an der Vorderseite des Basisgeräts und hat zwei Positionen: (I) für „EIN“ und (0) für „AUS“.

## **VERSCHIEBEN DES LAUFBANDS**

Das Laufband ausschalten, den Netzstecker ziehen und dann das Laufbett anheben.

***Hinweis:** Wenn beim Aufbau die vorderen Justierfüße ausgefahren wurden, muss jetzt sichergestellt sein, dass sie vor einem Verschieben des Laufbands wieder eng am Sockelrahmen anliegen.*

Das Laufband kann nun auf den vorderen Rollen an den Handläufen an seinen neuen Aufstellungsort geschoben oder gezogen werden. Das Laufband darf nicht durch Schieben oder Ziehen am Laufbett oder an den Stützrohren verschoben werden.

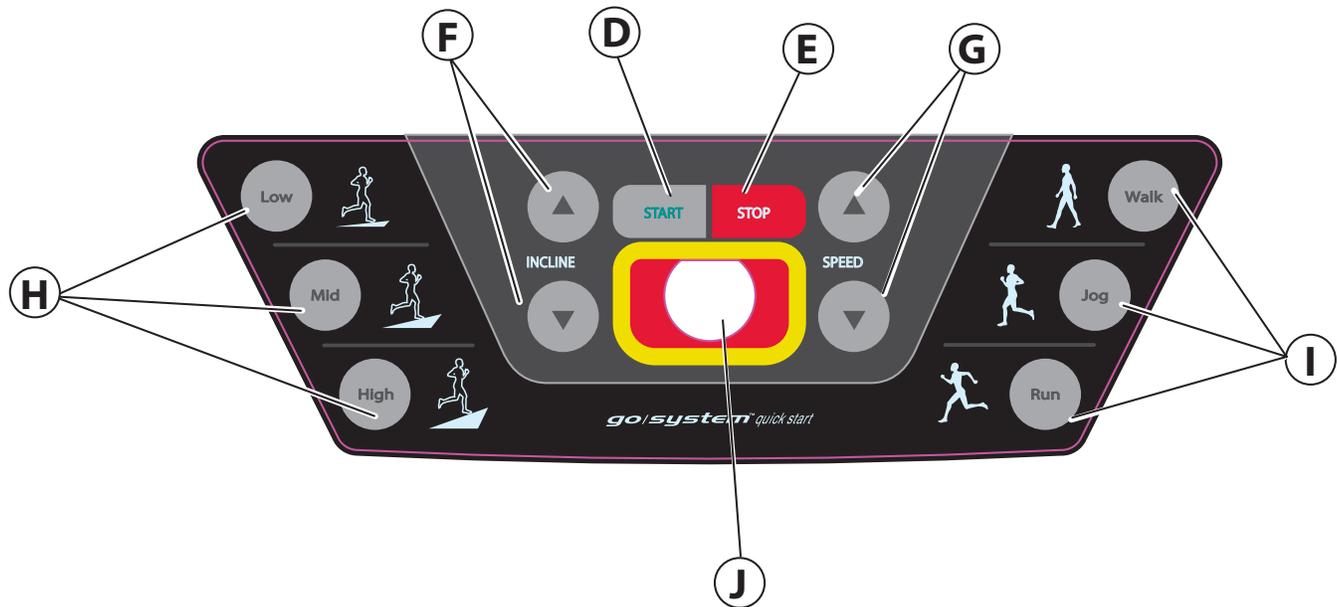
## **SPERREN DES LAUFBANDS**

Wenn das Laufband immobilisiert werden soll, die SPEED-ABWÄRTS-PFEILTASTE (Geschwindigkeit senken) und die Taste STOP (Stopp) auf der Activity Zone gleichzeitig drücken und gedrückt halten. Mit derselben Tastenkombination kann die Sperrung des Laufbands wieder aufgehoben werden.

# 5 ACTIVITY ZONE UND HERZFREQUENZ-SENSOR IM ÜBERBLICK

## ACTIVITY ZONE

Über die Activity Zone (C) des Go-Systems können die Grundfunktionen des Laufbands mit den folgenden Tasten gesteuert werden.



- D. **„Start“**: Das Laufband beginnt mit einer Geschwindigkeit von 0,8 km/h (0,5 mph) und einer Steigung von 0 %.
- E. **„Stop“ (Stopp)**: Das Laufband verlangsamt sich und kommt allmählich zum Halt. Bei einmaliger Betätigung wird das Training unterbrochen. Bei zweimaliger Betätigung werden Trainingsinformationen angezeigt. Bei dreimaliger Betätigung werden die Trainingsinformationen zurückgesetzt.
- F. **Pfeile „Incline“ (Steigung)**: Graduelle Änderung der Steigung des Laufbands, mit jeder Tastenbetätigung wird die Steigung um 0,5 % erhöht (mit dem AUFWÄRTSPFEIL) bzw. gesenkt (mit dem ABWÄRTSPFEIL).
- G. **Pfeile „Speed“ (Geschwindigkeit)**: Graduelle Änderung der Geschwindigkeit des Laufbands, mit jeder Tastenbetätigung wird die Geschwindigkeit um 0,16 km/h (0,1 mph) erhöht (mit dem AUFWÄRTSPFEIL) bzw. gesenkt (mit dem ABWÄRTSPFEIL).
- H. **„Low“ (Niedrig) „Mid“ (Mittel) „High“ (Hoch)**: Ändert die Steigung des Laufbands sofort auf einen voreingestellten Wert. Zunächst sind diese Tasten so eingestellt, dass die Steigung auf 1,5 % („Low“ (Niedrig)), 3 % („Mid“ (Mittel)) und 5 % („High“ (Hoch)) geändert werden kann. Der Benutzer kann diesen Tasten jedoch neue Werte zuweisen, indem er die Steigung zunächst auf den gewünschten neuen Wert einstellt und dann die Taste, der der neue Wert zugewiesen werden soll, gedrückt hält, bis ein Signalton zu hören ist.
- I. **„Walk“ (Gehen) „Jog“ (Laufen) „Run“ (Sprinten)**: Ändert die Geschwindigkeit des Laufbands sofort auf einen voreingestellten Wert. Zunächst sind diese Tasten so eingestellt, dass die Geschwindigkeit auf 3,2 km/h (2 mph) (Gehen), 6,4 km/h (4 mph) (Laufen) und 9,6 km/h (6 mph) (Sprinten) geändert wird. Der Benutzer kann diesen Tasten jedoch neue Werte zuweisen, indem er die Geschwindigkeit zunächst auf den gewünschten neuen Wert einstellt und dann die Taste gedrückt hält, der der neue Wert zugewiesen werden soll, bis ein Signalton zu hören ist.
- J. **Notstopp-Magnet**: Dieser runde Magnet ist mit der Notstopp-Reißleine verbunden, die bei Verwendung des Laufbands an der Kleidung des Benutzers angebracht werden muss. Die Bewegung des Laufbands wird gestoppt, sobald durch Ziehen der Reißleine die Verbindung zum Laufband unterbrochen wird. Es handelt sich hierbei um eine Sicherheitsvorkehrung, die das Laufband stoppt, wenn der Benutzer stolpert oder fällt. Beim Austauschen des Magneten wird die Trainingsbilanz angezeigt.

**Hinweis:** Das Entfernen des Notstopp-Magneten stoppt zwar das Laufband und den Steigungsmotor, jedoch stehen alle Teile noch immer unter Strom. Bei elektrisch bedingten Fehlern das Stromkabel aus der Steckdose ziehen.

## HANDPULSSENSORSYSTEM

Die Handpulssensoren (K) gehören zum integrierten Herzfrequenz-Überwachungssystem des Laufbands. Der Benutzer kann die Sensoren, die in den Handlauf integriert sind, während des Trainings umfassen. Die Griffe fest umfassen, um genaue Werte zu erhalten. Die Konsole zeigt dann nach 15 bis 20 Sekunden die Herzfrequenz an.



# 6 REPARATUR UND TECHNISCHE DATEN

## 6.1 FEHLERSUCHE

Problem	Ursache/Abhilfe
Die Laufbandkonsole schaltet sich nicht ein, wenn der Ein-/Aus-Schalter eingeschaltet wird.	Das Laufband befindet sich möglicherweise im „Energiesparmodus“. Die Taste „Energy Saver“ (Energiesparmodus) drücken und überprüfen, ob sich die Konsole einschaltet.
	Überprüfen, ob das Laufband angeschlossen ist und ob der EIN-/AUS-Schalter eingeschaltet ist. Wenn der EIN-/AUS-Schalter eingeschaltet ist, überprüfen, ob das Netzkabel des Laufbands unbeschädigt ist und die Wandsteckdose funktioniert (Schutzschalter im Haus ausgelöst).
	Wenn der EIN-/AUS-Schalter eingeschaltet ist, überprüfen, ob alle vom Benutzer hergestellten Anschlüsse ordnungsgemäß funktionieren. Alle Anschlüsse zur Überprüfung trennen und wieder verbinden. Überprüfen, ob während der Montage Kabel abgeklemmt wurden.
Bei der Montage des Geräts treten Probleme beim Zusammenschrauben der Teile auf.	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Die Schrauben erst dann festziehen, wenn die Trägerstangen, die Konsole und die Handläufe installiert sind.</li> <li>2. Die Schraubengewinde auf Schäden überprüfen.</li> <li>3. Die Befestigungsteile nach der Installation aller Komponenten festziehen.</li> </ol>
Das Laufband wackelt stark, wenn ich darauf laufe.	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Schalten Sie das Laufband AUS. Sicherstellen, dass alle Befestigungsteile beim Zusammenbau fest angezogen wurden.</li> <li>2. Wenn das Laufband weiterhin wackelt, die Justierfüße unter dem feststehenden Rahmen einstellen, bis das Laufband stabilisiert ist. Siehe <i>Stabilisierung des Life Fitness Laufbands</i>.</li> </ol>
Die Handpulssensoren ermitteln die Herzfrequenz nicht richtig.	Sicherstellen, dass die Sensoren fest umfasst und die Hände ruhig gehalten werden. Wenn die Herzfrequenz wesentlich höher oder niedriger als erwartet ausfällt, die Hände von den Sensoren nehmen, bis die Herzfrequenz nicht mehr angezeigt wird. Life Fitness empfiehlt, dass der Benutzer auf den seitlichen Rahmenteilen steht, wenn versucht wird, die Herzfrequenz mit den Handsensoren zu überwachen.
	Tipps für die Herzfrequenzanzeige: <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Hände abtrocknen, um ein Abrutschen von den Sensoren zu verhindern.</li> <li>2. Alle vier Sensoren mit den Händen umfassen (zwei Sensoren pro Hand).</li> <li>3. Die Sensoren fest umfassen.</li> <li>4. Konstanten Druck auf die Sensoren ausüben.</li> </ol>
Die Lauffläche zieht nach links oder rechts.	Siehe <i>Justieren und Spannen der Lauffläche</i> .
Die Lauffläche rutscht beim Training.	Die Lauffläche muss möglicherweise gespannt werden. Siehe <i>Justieren und Spannen der Lauffläche</i> .
Das Laufband rastet nicht ein, wenn es hochgeklappt wird.	Die Steigung muss auf 0 % eingestellt sein, bevor das Laufband hochgeklappt wird. Wenn die Steigung nicht auf 0 % eingestellt ist, rastet das Laufband nicht ein.
Das Laufband lässt sich nicht herunterklappen.	Sicherstellen, dass der Freigabehebel links oben am Laufbett gezogen wurde. Sie müssen eventuell gegen den hochgeklappten Teil des Laufbands drücken, während am Hebel gezogen wird, damit der Verriegelungsstift gelöst wird.
Auf der Konsole wird die Meldung REPLACE SWITCH (SCHALTER ZURÜCKSTELLEN) oder EMERGENCY STOP REPLACE KEY (NOTSTOPP-SCHLÜSSEL ZURÜCKSTELLEN) angezeigt.	Diese Meldungen werden angezeigt, wenn der Notstopp-Schlüssel nicht auf der Activity Zone platziert ist. <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Den Schlüssel wieder in Position bringen.</li> <li>2. Wenn der Schlüssel wieder in Position ist, sicherstellen, dass der Sicherheitsschalteranschluss ordnungsgemäß an der Konsole angebracht wurde. Siehe Abschnitt 3.4 <i>Installation der Konsole</i>.</li> </ol>

Problem	Ursache/Abhilfe
<p>Wenn ich versuche, ein Trainingsprogramm auf dem USB-Stick zu speichern, wird folgende Meldung angezeigt: „UNABLE TO SAVE SEE MANUAL“ (NICHT GESPEICHT. SIEHE HANDBUCH).</p> <p><b>Hinweis:</b> Nur bei Track-Konsole.</p>	<p>Die Konsole hat den USB-Stick möglicherweise nicht erkannt. Versuchen, den USB-Stick herauszuziehen und wieder anzuschließen.</p> <p>Der USB-Stick ist möglicherweise voll.</p> <p>Der USB-Stick ist möglicherweise nicht kompatibel mit dem Gerät.</p> <p>Versuchen, einen anderen USB-Stick zu verwenden.</p>
<p>Die drahtlose Herzfrequenzmessung funktioniert nicht.</p>	<p>Mögliche Ursachen, warum die drahtlose Herzfrequenzmessung nicht richtig funktioniert, sind u. a.:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Die drahtlose Herzfrequenzmessung ist im Einrichtungsmenü auf „OFF“ (AUSGESCHALTET) gesetzt. Das Einrichtungsmenü aufrufen und sicherstellen, dass WIRELESS HR (DRAHTLOSE HF) EINGESCHALTET ist.</li> <li>2. Der Kontakt zwischen dem telemetrischen Brustgurt und der Haut ist unzureichend. Siehe „<i>Telemetrisches Brustgurtsystem</i>“ für Einzelheiten.</li> <li>3. Es liegt eine elektrische Störung des telemetrischen Brustgurtsystems durch elektrische Geräte wie z. B. Leuchtstoffröhren, Küchengeräte usw. vor. Das Laufband an einem anderen Standort aufstellen oder die elektrischen Geräte in ausreichender Entfernung vom Laufband betreiben.</li> <li>4. Die Batterie im telemetrischen Brustgurtsystem muss ausgetauscht werden. Es ist eine 3-V-Batterie (CR2032) erforderlich.</li> </ol>
<p>Die Herzfrequenzanzeige wird zunächst erkannt und funktioniert normal, wird dann jedoch ausgeblendet.</p>	<p>Private elektronische Geräte wie z. B. Handys und MP3-Player verursachen Störungen durch Rauschen.</p> <p>Das Trainingsgerät befindet sich in der Nähe anderer Geräuschquellen wie z. B. Audio-/Videogeräten, Ventilatoren, Funksprechgeräten und Hochspannungs- bzw. Starkstromleitungen.</p> <p>Die Störungsquelle entfernen oder das Trainingsgerät an einem anderen Standort aufstellen.</p>
<p>Im Steigungsfenster wird OFF (Aus) angezeigt.</p>	<p>Diese Meldung weist auf ein Problem mit dem Steigungssystem hin.</p> <p>Falls die Steigung in einem manuellen Programm mehrfach erhöht und gesenkt wurde, wurde im Hubmotor möglicherweise eine Wärmeschutzvorrichtung ausgelöst.</p> <p>Das Laufband einfach 30 Minuten lang ruhen lassen und dann aus- und wieder einschalten.</p> <p>Das Laufband nach den Anweisungen im Abschnitt 3.6 „<i>Kalibrierung</i>“ erneut einstellen.</p>
<p>Im Fenster wird „Immobilized“ (Immobilisiert) angezeigt.</p>	<p>Das Laufband wurde durch die Software immobilisiert. Die SPEED-ABWÄRTS-PFEILTASTE (GESCHWINDIGKEIT SENKEN) und die Taste STOP (STOPP) drücken, um diesen Status aufzuheben.</p>
<p>Der iPod wird nicht erkannt.</p> <p><b>Hinweis:</b> Nur bei Track-Konsole.</p>	<p>Diese Meldung wird angezeigt, wenn die Version des iPod Players nicht vom Laufband unterstützt wird.</p> <p>Sie wird ggf. auch angezeigt, wenn der Anschluss am Laufband oder iPod beschädigt ist.</p>
<p>Der iPod wird im Energiesparmodus nicht aufgeladen.</p> <p><b>Hinweis:</b> Nur bei Track-Konsole.</p>	<p>Der iPod wird nicht aufgeladen, wenn das Laufband in den Energiesparmodus schaltet. Das ist normal.</p>
<p>Die Meldung „Low Battery“ (Batterie schwach) wird auf der Konsole angezeigt.</p> <p><b>Hinweis:</b> Nur bei Track-Konsole.</p>	<p>Die Konsole verfügt über eine interne Batterie, mit der die Echtzeituhr betrieben wird, wenn das Laufband nicht angeschlossen ist. Diese Echtzeituhr ist nur dann erforderlich, wenn die Life Fitness „Virtual Trainer“-Website verwendet wird. Wenn die Website nicht verwendet wird, muss die Batterie nicht ausgetauscht werden. Anweisungen für den Batteriewechsel erhalten Sie vom Kundendienst. Es ist eine 3-V-Batterie (CR1632) erforderlich.</p>

## 6.2 TIPPS ZUR WARTUNG UND PFLEGE

Technologie, Elektronik und Mechanik des Life Fitness Laufbands basieren auf dem großen fachlichen Know-how der Ingenieure von Life Fitness und zeichnen sich durch besondere Beständigkeit und Zuverlässigkeit aus.

**Hinweis:** Die Sicherheit des Geräts ist nur garantiert, wenn es regelmäßig auf Schäden und Verschleiß untersucht wird. Bei defekten Teilen darf das Gerät erst wieder nach deren Reparatur bzw. Austausch benutzt werden. Achten Sie besonders auf den Zustand von Verschleißteilen (siehe unten).

Folgende Tipps zur Wartung und Pflege gewährleisten die Funktionstüchtigkeit Ihres Life Fitness Laufbands:

<b>WICHTIG:</b> Vor Wartungs- und Einstellarbeiten muss das Laufband immer ausgeschaltet und das Netzkabel aus der Steckdose gezogen werden.	
<b>Wöchentlich</b>	Das Netzkabel überprüfen. Bei beschädigtem Netzkabel an den technischen Kundendienst wenden. Sicherstellen, dass das Netzkabel so platziert wird, dass es nicht beschädigt werden kann.
	Die Funktionsfähigkeit des Notstoppsystems überprüfen.
	Die Funktionsfähigkeit der Taste STOP (STOPP) überprüfen.
	Die korrekte Position (Zentrierung) der Lauffläche überprüfen.
<b>Monatlich</b>	Im Bereich der Lauffläche und unter der Lauffläche staubsaugen. Es ist normal, dass sich hinter dem Gerät schwarzer Staub von der Lauffläche befindet.
	Die Display-Konsole und alle Oberflächen mit einem weichen Baumwolltuch und milder Seife und Wasser reinigen bzw. ein von Life Fitness zugelassenes Reinigungsmittel verwenden. <b>Hinweis:</b> Keine Papierhandtücher, Ammoniaklösungen oder säurehaltigen Reinigungsmittel am Gerät verwenden. Das Reinigungsmittel darf niemals direkt auf das Gerät aufgetragen werden. Das Mittel auf ein weiches Tuch auftragen und das Gerät abwischen.
	Die äußeren Teile auf Verschleiß überprüfen und sicherstellen, dass die vom Benutzer angebrachten Schrauben immer noch fest sitzen.
<b>Jährlich</b>	Die Erinnerungsmeldung LUBRICATE WALKING BELT (LAUF BAND SCHMIEREN) wird auf der Konsole angezeigt, damit die Lauffläche in einer festgelegten Anzahl von Stunden geschmiert wird. Der Vorgang zur Schmierung der Lauffläche ist unten beschrieben.

### Schmieren des Laufbands

1. Das Laufband mit dem EIN-/AUS-Schalter ausschalten und dann das Netzkabel aus der Steckdose ziehen.
2. Die Stellschrauben der hinteren Walze mit ca. 10 vollen Umdrehungen lösen. Unbedingt notieren, mit wie vielen Umdrehungen die Schrauben gelöst wurden, da sie nach Ende des Vorgangs mit derselben Anzahl Umdrehungen wieder festgezogen werden müssen.
3. Unter Verwendung des von Life Fitness zugelassenen Silicon-Schmiermittels die Hälfte der Flasche auf der Oberfläche des Laufbetts zwischen der Lauffläche und dem Laufbett verteilen. Dabei versuchen, das meiste Schmiermittel in der Mitte des Laufbetts aufzutragen.
4. Visuell überprüfen, ob die Lauffläche auf dem Laufbett zentriert ist, und dann die Stellschrauben der hinteren Walze mit derselben Anzahl Umdrehungen wie zu Beginn wieder festziehen.
5. Das Netzkabel des Laufbands anschließen und den EIN-/AUS-Schalter einschalten.
6. Das Laufband mit einer Geschwindigkeit von 5 km/h (3 mph) laufen lassen und überprüfen, ob die Lauffläche zentriert ist. Falls nicht, befolgen Sie die Anweisungen im Abschnitt *Justieren und Spannen der Lauffläche*.
7. Die Meldung LUBRICATE WALKING BELT (LAUF BAND SCHMIEREN) auf der Konsole zurücksetzen. Das Einrichtungs Menü aufrufen, um die Meldung zurückzusetzen. Zu der folgenden Meldung navigieren: HOURS SINCE BELT LUBRICATION = XXXX (STUNDEN SEIT BANDSCHMIERUNG = XXXX). Die ABWÄRTS-Pfeiltaste 10 Sekunden lang gedrückt halten, um den Zähler für die Schmierung zurückzusetzen.

## VON LIFE FITNESS ZUGELASSENE REINIGUNGSMITTEL

Es wurden zwei bevorzugte Reinigungsmittel von den Life Fitness Experten zugelassen: PureGreen 24 und Gym Wipes. Beide Reinigungsmittel entfernen Schmutz, Ablagerungen und Schweiß sicher und wirksam vom Gerät. PureGreen 24 und die Antibacterial Force-Formel der Gym Wipes sind wirksame Desinfektionsmittel gegen MRSA und H1N1.

PureGreen 24 ist als praktisches Spray erhältlich. Das Spray auf ein Mikrofasertuch geben und das Gerät abwischen. Das Gerät mit PureGreen 24 zur allgemeinen Desinfektionszwecken mindestens zwei Minuten lang und zur Eindämmung von Pilz- und Virenbefall mindestens zehn Minuten lang reinigen.

Gym Wipes sind große, reißfeste Feuchttücher, mit denen das Gerät vor und nach dem Training gereinigt werden kann. Zu allgemeinen Desinfektionszwecken das Gerät mindestens zwei Minuten lang mit den Gym Wipes reinigen.

Wenden Sie sich bzgl. einer Bestellung dieser Reinigungsmittel an Ihren Life Fitness Kundendienst unter der Telefonnummer +1-800-351-3737 ((+49) 89.31 77 51.0) oder per E-Mail an: customersupport@lifefitness.com (kundendienst@lifefitness.com).

## FÜR LIFE FITNESS GEEIGNETE REINIGUNGSMITTEL

Milde Seife und Wasser oder ein milder, nicht scheuernder Haushaltsreiniger können ebenfalls zur Reinigung von Display und Oberflächen verwendet werden. Ausschließlich ein weiches Baumwolltuch verwenden. Das Reinigungsmittel vor der Reinigung auf das Baumwolltuch auftragen. KEINE Reinigungsmittel auf Ammoniak- oder Säurebasis verwenden. KEINE Scheuermittel verwenden. KEINE Papierhandtücher verwenden. Die Reinigungsmittel NICHT direkt auf die Oberflächen des Geräts auftragen.

## 6.3 JUSTIEREN UND SPANNEN DER LAUFLÄCHE AUF DEM LIFE FITNESS LAUFBAND

Immer den Netzstecker des Laufbands aus der Steckdose ziehen, bevor das Laufband verschoben oder mit den Händen unter dem Laufband gearbeitet wird.

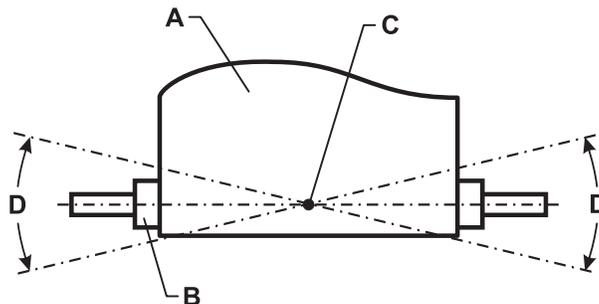
**Erforderliches Werkzeug:** 6-mm-Sechskantschlüssel

### LAUFLÄCHEN-SPANNSCHRAUBEN

Die Schutzkappen der hinteren Walze des Life Fitness Laufbands sind mit Bohrungen versehen, die den Zugang zu den Laufflächen-Spannschrauben ermöglichen. Diese Spannschrauben erlauben ein Justieren und Spannen der Lauffläche (A) ohne Entfernen der Schutzkappen.

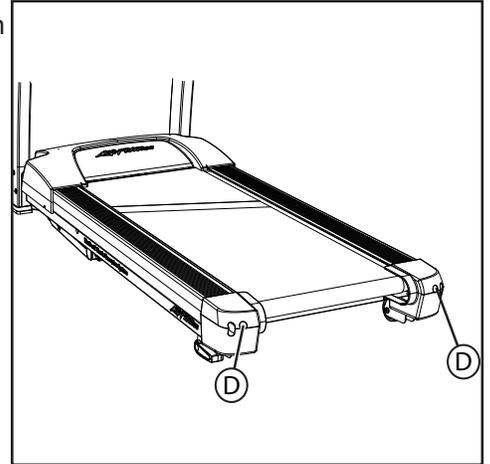
**Hinweis:** Es ist äußerst wichtig, dass das Laufband vor Durchführung der Zentrierungseinstellungen eben positioniert wird. Ein unebener Stand des Geräts kann zu Fehlausrichtungen der Lauffläche führen. Vor Einstellungen an der hinteren Walze in Abschnitt 4 „Stabilisierung des Life Fitness Laufbands“ beachten.

Vor allen Einstellungen den mittleren Achsenpunkt (C) der HINTEREN WALZE (B) vor Augen führen. Für eine optimale Laufflächenspannung am Achsenpunkt muss jede Einstellung auf einer Seite der WALZE von einer gleichwertigen und entgegengesetzten Einstellung (D) auf der anderen Seite der WALZE gefolgt werden.



## JUSTIEREN (ZENTRIERUNG) EINER NEUEN ODER GEBRAUCHTEN LAUFFLÄCHE

1. Die beiden Zugangslöcher zu den Laufflächen-Spannschrauben (D) an den hinteren Endkappen lokalisieren.
2. Die Füße auf das rechte und linke Rahmenteil des Laufbands stellen – nicht auf der Lauffläche stehen. Das Programm MANUAL (MANUELL) aufrufen und die Laufflächengeschwindigkeit auf 6,4 km/h (4,0 mph) einstellen.
3. Wenn die Lauffläche nach rechts zieht, die rechte Spannschraube mit dem 6-mm-Sechskantschlüssel (im Lieferumfang enthalten) um eine Viertelumdrehung im Uhrzeigersinn und dann die linke Spannschraube um eine Viertelumdrehung gegen den Uhrzeigersinn drehen, um den Zentriervorgang der Lauffläche einzuleiten.
4. Wenn die Lauffläche nach links zieht, die linke Spannschraube um eine Viertelumdrehung im Uhrzeigersinn und dann die rechte Spannschraube um eine Viertelumdrehung gegen den Uhrzeigersinn drehen, um den Zentriervorgang der Lauffläche einzuleiten. Die Einstellung wiederholen, bis die Lauffläche zentriert ist. Das Laufband einige Minuten lang weiterlaufen lassen, um die stabile Zentrierung sicherzustellen.



**Hinweis:** Die Laufflächen-Spannschrauben maximal um eine volle Umdrehung im oder gegen den Uhrzeigersinn drehen. Reicht dies zum Zentrieren der Lauffläche nicht aus, mit dem Life Fitness-Kundendienst in Verbindung setzen.

## SPANNEN EINER GEBRAUCHTEN LAUFFLÄCHE

Bei normaler Verwendung kann sich die Lauffläche leicht dehnen. Wenn die Lauffläche während des Betriebs rutscht, die Spannung mit den folgenden Schritten korrigieren.

1. Die Taste STOP (STOPP) drücken, um das Laufband anzuhalten.
2. Die Laufflächen-Spannschrauben auf jeder Seite um eine Viertelumdrehung im Uhrzeigersinn drehen, um die Lauffläche zu spannen. Eine volle Umdrehung (vier Viertelumdrehungen pro Seite) nicht überschreiten.
3. Das Laufband auf eine Geschwindigkeit von 3,2 km/h (2,0 mph) einstellen und ausprobieren, ob die Lauffläche im Betrieb nicht mehr rutscht. Die Zentrierung der Lauffläche muss ebenfalls überprüft werden. Falls die Lauffläche nach rechts oder links zieht, siehe *Justieren (Zentrierung) einer neuen oder gebrauchten Lauffläche*.

**Hinweis:** Die Spannschrauben beim Vornehmen der Laufflächeneinstellungen nicht zu fest anziehen. Dadurch können Lauffläche oder Rollenlager zu stark gespannt bzw. beschädigt werden. Spannschrauben nicht mehr als eine volle Umdrehung pro Seite drehen.

## 6.4 VERWENDUNG UND TESTEN DER NOTSTOPP-REIßLEINE

Beim Betrieb des Laufbands sollte die Notstopp-Reißleine an einem Kleidungsstück des Benutzers angebracht werden.

Die Notstopp-Reißleine bei eingeschaltetem Laufband und aktiver Konsolenanzeige vom Laufband entfernen. Auf der Konsole sollte folgende Meldung angezeigt werden: „EMERGENCY STOP - REPLACE KEY“ (NOTSTOPP-SCHLÜSSEL ZURÜCKSTELLEN). Solange die Notstopp-Reißleine nicht angebracht ist, sollten keine Tasten am Laufband funktionieren.

Die Notstopp-Reißleine wieder anbringen. Das Laufband wird zurückgesetzt und ist dann wieder betriebsbereit.

## 6.5 SERVICE UND REPARATUR

1. Den Fachhändler oder den Life Fitness Kundendienst unter +1-800-351-3737 ((+49) 89.31 77 51.0) kontaktieren.
2. Das Störungssymptom verifizieren und relevante Stellen im Benutzerhandbuch und im Abschnitt „Fehlersuche“ nachlesen.
3. Die Seriennummer des Laufbands suchen und notieren. Die Seriennummer des Laufbands befindet sich an der

# 7 TECHNISCHE DATEN

## TECHNISCHE DATEN DES LIFE FITNESS F3 LAUFBANDS

Zweckbestimmung:	Heim
Maximales Benutzergewicht:	159 kg/350 lbs
Geschwindigkeitsbereich:	0,8 km/h bis 16 km/h (0,5 bis 10,0 mph) in Schritten von jeweils 0,16 km/h (0,1 mph)
Steigungsbereich:	0 % - 12 % (in Schritten von 0,5 %)
Motor:	3-PS-Gleichstrommotor (Dauerbetrieb)
Walzen:	Vorne: 67 mm (2,6 Zoll), präzisionsballig gedreht Hinten: 50 mm (2,0 Zoll), präzisionsballig gedreht
Lauffläche:	147 cm lang x 50 cm breit (55 Zoll lang x 20 Zoll breit), mehrlagig
Laufbett:	FlexDeck-Auflage, nicht umkehrbar
Handläufe:	Ergo-Querstange mit seitlichen Handläufen
Ablageschale:	Standard, im System integriert
Gewährleistung:	10 Jahre auf Motor, 5 Jahre auf Teile, 3 Jahre auf Konsole, 1 Jahr auf Arbeitskosten, Lebenszeit auf Rahmen und Federn

<b>Geräteabmessungen:</b>	<b>Ausgeklapptes Gerät</b>	<b>Zusammengeklapptes Gerät</b>
Länge:	198 cm/78 Zoll	87,5 cm/34,5 Zoll
Breite:	87,5 cm/34,5 Zoll	87,5 cm/34,5 Zoll
Höhe:	148,5 cm/58,5 Zoll	190,5 cm/75 Zoll
Gewicht:	119,75 kg/264 lbs	

### **Versandabmessungen:**

Kartonlänge:	219 cm/86,25 Zoll
Kartonbreite:	84 cm/33 Zoll
Kartonhöhe:	35,5 cm/14 Zoll
Gesamtgewicht:	132 kg/291 lbs

# 8 GARANTIEINFORMATIONEN

Modell	Begrenzte Lebensdauer	10 Jahre	5 Jahre	1 Jahr
<b>F3 Laufband Basisgerät</b>	Rahmen und Federung	Antriebsmotor	Elektrische und mechanische Teile	Arbeitskosten

## DECKUNGSUMFANG:

Dieses Verbraucherprodukt von Life Fitness („Produkt“) ist durch eine Garantie gegen Material- und Verarbeitungsfehler geschützt.

## GARANTIEINHABER:

Der Erstkäufer oder die Person, die das neu gekaufte Produkt als Geschenk vom Erstkäufer erhält. Bei nachfolgenden Übertragungen erlischt die Garantie.

## GARANTIEDAUER:

Privatbenutzer: Nach dem Kaufdatum gilt die Garantie für alle elektrischen und mechanischen Teile und die Arbeitsleistung (siehe Tabelle oben auf der Seite).

Kommerzielle Verwendung: Die Garantie ist ungültig (dieses Produkt ist ausschließlich für die Verwendung im privaten Bereich vorgesehen).

## KOSTENÜBERNAHME FÜR TRANSPORT UND VERSICHERUNG IM REPARATURFALL:

Wenn das Produkt oder ein unter die Garantie fallendes Teil zwecks Reparatur zu einer Kundendienststelle gesandt werden muss, trägt Life Fitness während der Garantiedauer alle Kosten für Versand und Versicherung (nur innerhalb der USA gültig). Nach Ablauf der Garantie trägt der Käufer die Transport- und Versicherungskosten.

## MASSNAHMEN ZUR BEHEBUNG VON DEFEKTEN UNTER DER GARANTIE:

Sie erhalten von uns neue oder instand gesetzte Teile oder Komponenten, oder wir tauschen das Produkt nach unserem Ermessen aus. Die Garantiedauer für ausgetauschte Teile entspricht der verbleibenden Dauer bis zum Ablauf der ursprünglichen Garantie.

## DECKUNGS AUSSCHLUSS:

Nicht eingeschlossen sind Fehler oder Schäden durch unerlaubte Reparatur, Missbrauch, Unfall, Fahrlässigkeit, unsachgemäße Montage oder Installation, Verschmutzungen durch Baumaßnahmen im Umfeld des Produkts, Rost oder Korrosion bedingt durch den Produktstandort, Abweichungen oder Änderungen ohne unsere schriftliche Genehmigung und die benutzerseitige Nichtbeachtung des Benutzerhandbuchs („Handbuch“) bei der Verwendung, Inbetriebnahme und Wartung des Produkts. Diese Garantie wird ungültig, wenn dieses Produkt über die Landesgrenzen der USA hinaus (außer Alaska, Hawaii und Kanada) transportiert wird, und unterliegt dann den Garantiebestimmungen, die vom autorisierten Life Fitness Vertreter des jeweiligen Landes gewährt werden.

## IHR VERANTWORTUNGSBEREICH:

Aufbewahrung des Kaufbelegs (die Einsendung der beiliegenden Garantiekarte stellt die Registrierung der Kaufinformationen sicher, ist jedoch nicht unbedingt erforderlich); Verwendung, Bedienung und Wartung des Produkts gemäß den Anweisungen in der Bedienungsanleitung; Verständigung des Händlers, bei dem das Gerät gekauft wurde, hinsichtlich eines Fehlers innerhalb von 10 Tagen nach Bemerken des Fehlers; auf Anweisung die Einsendung der defekten Teile zwecks Austausch oder ggf. des gesamten Produkts zwecks Reparatur. Life Fitness behält sich das Recht vor, zu entscheiden, ob ein Produkt zur Reparatur einzusenden ist.

## BENUTZERHANDBUCH:

Vor Inbetriebnahme dieses Produktes IST UNBEDINGT DAS HANDBUCH ZU LESEN. Die im Handbuch angegebenen regelmäßigen Wartungsarbeiten müssen durchgeführt werden, um einen störungsfreien und zufriedenstellenden Betrieb zu gewährleisten.

## PRODUKTREGISTRIERUNG:

Sie können das Produkt im Internet unter [www.lifefitness.com/home/product-registration.html](http://www.lifefitness.com/home/product-registration.html) registrieren. Sobald wir die Registrierung erhalten, sind Sie als Besitzer des Produkts eingetragen und Ihr Name, Ihre Anschrift und das Kaufdatum sind bei uns erfasst. Wenn Sie als Käufer registriert sind, können Sie die Garantie auch dann in Anspruch nehmen, wenn Sie Ihren Kaufbeleg verloren haben. Bitte bewahren Sie Ihren Kaufbeleg, z. B. Rechnung oder Kassenbon, gut auf.

**ERSATZTEILE UND KUNDENDIENST:**

Die Kontaktinformationen Ihres Kundendienstes finden Sie am Anfang dieses Handbuchs. Geben Sie Ihren Namen und Ihre Adresse sowie die Seriennummer Ihres Produkts an (Konsole und Rahmen haben möglicherweise unterschiedliche Seriennummern). Der Mitarbeiter erklärt Ihnen, wie Sie ein Ersatzteil bestellen können, oder veranlasst den Kundendienst in Ihrer Nähe.

**EXKLUSIVE GARANTIE:**

DIESE GARANTIE ERSETZT ALLE ANDEREN AUSDRÜCKLICHEN ODER STILLSCHWEIGENDEN GARANTIEN, U. A. DIE STILLSCHWEIGENDEN GARANTIEN DER MARKTGÄNGIGKEIT UND EIGNUNG FÜR EINEN BESTIMMTEN ZWECK SOWIE ALLE ANDEREN VERPFLICHTUNGEN ODER HAFTUNGEN UNSERERSEITS. In Zusammenhang mit dem Verkauf dieses Produkts wird von uns die Zusicherung weiterer Auflagen oder Leistungspflichten durch Dritte weder unterstellt noch genehmigt. Keinesfalls sind wir, weder im Rahmen dieser Garantie noch anderweitig, haftbar für Schäden an Personen oder Eigentum, einschließlich entgangener Gewinne oder entgangener Einsparungen, für besondere, indirekte, sekundäre, zufällige Schäden oder Folgeschäden jeder Art, die aufgrund der Verwendung des Produkts oder aufgrund des Unvermögens, das Produkt zu verwenden, entstehen. In einigen Staaten ist der Ausschluss oder die Beschränkung von stillschweigenden Garantien oder der Haftung für zufällige oder Folgeschäden nicht zulässig. Die o. g. Beschränkungen oder Ausschlüsse gelten deshalb möglicherweise nicht in Ihrem Fall. Außerhalb der USA können die Garantiebedingungen abweichen. Bitte wenden Sie sich für weitere Informationen an Life Fitness.

**UNTERSAGTE GARANTIEÄNDERUNGEN:**

Es ist keine Person dazu befugt, die Bedingungen dieser Garantie zu ändern, zu modifizieren oder zu verlängern.

**AUSWIRKUNG DER STAATLICHEN GESETZGEBUNG DER USA:**

Diese Garantie räumt Ihnen bestimmte gesetzlich verankerte Rechte ein. Je nach Staat stehen Ihnen möglicherweise weitere Rechte zu.