TAURUS®

MONTAGE- UND BEDIENUNGSANLEITUNG

max. 180 kg

~ 30 Min.

193 kg

L 216 | B 85 | H 161

FSTFETM.01.05

Art.-Nr. TF-ETM

ELITE TREADMILL

Inhaltsverzeichnis

1	ALLGEMEINE INFORMATIONEN	8
1.1	Technische Daten	8
1.2	Persönliche Sicherheit	10
1.3	Elektrische Sicherheit	11
1.4	Aufstellort	12
2	MONTAGEANLEITUNG	13
2.1	Allgemeine Hinweise	13
2.2	Lieferumfang	14
2.3	Aufbau	16
3	BEDIENUNGSANLEITUNG	24
3.1	Konsolenübersicht	25
3.2	Displayanzeige	26
3.3	Schnellwahltasten	27
3.4	Programme	28
3.5	Schnellstart	28
3.6	Manuelles Programm	29
3.7	Programm-Modus	30
3.7.1	Programmübersicht	32
3.8	Benutzerdefiniertes Programm	33
3.9	Zielherzfrequenzprogramm	34
4	TRAININGSHINWEISE	36
4.1	Allgemeine Informationen	36
4.1.1	Trainingskleidung	36
4.1.2	Aufwärmen und Dehnen	36
4.1.3	Medikamentation	37
4.1.4	Beanspruchte Muskelgruppen	37
4.1.5	Häufigkeit	37
4.2	Trainingstagebuch	39
4.3	Drahtlosverbindung und Fitness-Apps	40
5	LAGERUNG UND TRANSPORT	41
5.1	Allgemeine Hinweise	41
5.2	Transportrollen	41
6	FEHLERBEHEBUNG, PFLEGE UND WARTUNG	42
6.1	Allgemeine Hinweise	42

6.2 Störungen und Fehlerdiagnose 42
6.3 Fehlercodes und Fehlersuche 43
6.4 Pflege und Wartung 44
6.4.1 Justierung der Laufmatte 44
6.4.2 Nachspannen der Laufmatte 45
6.4.3 Schmierung der Laufmatte 45
6.5 Wartungs- und Inspektionskalender 46

7 ENTSORGUNG 46

8 ZUBEHÖR-EMPFEHLUNG 47

9 ERSATZTEILBESTELLUNG 48

9.1 Seriennummer und Modellbezeichnung 48
9.2 Teileliste 49
9.3 Explosionszeichnung 53

10 GARANTIE 55

11 KONTAKT 57

Sehr geehrte Kundin, sehr geehrter Kunde,
vielen Dank, dass Sie sich für ein Qualitäts-Trainingsgerät der Marke TAURUS® entschieden haben. Taurus bietet Sport- und Fitnessgeräte für den gehobenen Heimsport und die Ausstattung von Fitness-Studios und Geschäftskunden. Der Fokus liegt bei Taurus Fitnessgeräten auf dem, worauf es beim Sport ankommt: maximale Performance! Daher werden die Geräte in enger Absprache mit Sportlern und Sportwissenschaftlern entwickelt. Denn Sportler wissen am besten, was perfekte Fitnessgeräte ausmacht.

Weitere Informationen finden Sie unter www.fitshop.com/taurus.

Bestimmungsgemäßer Gebrauch

Das Gerät darf nur für seinen bestimmungsgemäßen Zweck verwendet werden.

Dieses Fitnessgerät ist für den Heimgebrauch, den semiprofessionellen und den professionellen Einsatz geeignet. Der semiprofessionelle Bereich umschließt z.B. institutionelle Einrichtungen wie Krankenhäuser, Schulen, Hotels und Vereine. Der professionelle Einsatz bezieht sich auf eine gewerbliche Nutzung, z. B. im Fitness-Studio.

IMPRESSUM

Fitshop GmbH
Europas Nr. 1 für Heimfitness

International Headquarters
Flensburger Straße 55
24837 Schleswig
Deutschland

Geschäftsführer:
Christian Grau
Sebastian Campmann
Dr. Bernhard Schenkel

Handelsregister HRB 1000 SL
Amtsgericht Flensburg
Umsatzsteuer-IdNr.: DE813211547

HAFTUNGSAUSSCHLUSS

© TAURUS ist eine eingetragene Marke der Firma Fitshop GmbH. Alle Rechte vorbehalten. Jegliche Verwendung dieser Marke ohne die ausdrückliche schriftliche Genehmigung von Fitshop ist untersagt.

Produkt und Handbuch können geändert werden. Die technischen Daten können ohne Vorankündigung geändert werden.

FITSHOP

Europas Nr.1 für Heimfitness

ZU DIESER ANLEITUNG

Bitte lesen Sie die gesamte Anleitung vor der Montage und der ersten Benutzung aufmerksam durch. Die Anleitung hilft Ihnen beim schnellen Aufbau und erläutert die sichere Handhabung. Tragen Sie dafür Sorge, dass alle mit dem Gerät trainierenden Personen (besonders Kinder und Personen mit körperlicher, sensorischer, geistiger oder motorischer Behinderung) unbedingt vorab über diese Anleitung und ihren Inhalt informiert werden. Im Zweifelsfall müssen verantwortliche Personen die Nutzung des Gerätes beaufsichtigen.

Durch laufende Änderungen und Softwareoptimierungen kann es vorkommen, dass die Anleitung angepasst werden muss. Sollten Sie während des Aufbaus oder der Nutzung eventuelle Abweichungen feststellen, dann rufen Sie im Zweifel die im Webshop hinterlegte Anleitung auf. Dort ist immer die aktuellste Anleitung hinterlegt.

Das Gerät wurde sicherheitstechnisch nach neuesten Erkenntnissen konstruiert. Mögliche Gefahrenquellen, die Verletzungen verursachen könnten, wurden bestmöglich ausgeschlossen. Stellen Sie sicher, dass die Aufbauanweisung korrekt befolgt wurde und dass alle Teile des Gerätes festsitzen. Im Bedarfsfall muss die Anleitung erneut durchgegangen werden, um eventuelle Fehler zu beheben.

Trainingsgeräte müssen nach Genauigkeit und Verwendung klassifiziert werden. Genauigkeitsklassen sind nur bei Geräten anwendbar, die Trainingsdaten anzeigen.

Genauigkeitsklassen

Klasse A: hohe Genauigkeit.
Klasse B: mittlere Genauigkeit.
Klasse C: geringe Genauigkeit.

Die Verwendungsklassen erläutern die vorgesehene Nutzung des Gerätes.

Verwendungsklassen

Klasse S (Studio): berufliche und/oder gewerbliche Verwendung.
Diese Trainingsgeräte sind für die Verwendung in Trainingsräumen von Einrichtungen wie Sportvereinen, Schuleinrichtungen, Hotels, Clubs und Studios, deren Zugang und Aufsicht vom Eigentümer (Person, die die gesetzliche Verantwortung trägt) speziell geregelt ist, vorgesehen.

Klasse H (Heimbereich): Verwendung im Heimbereich.
Diese stationären Trainingsgeräte sind für die Verwendung in privaten Heimstätten vorgesehen, in denen der Zugang zum Trainingsgerät durch den Eigentümer geregelt ist (Person, die die gesetzliche Verantwortung trägt).

Bitte halten Sie sich exakt an die angegebenen Sicherheits- und Wartungsanweisungen. Jegliche davon abweichende Nutzung kann Gesundheitsschäden, Unfälle oder Beschädigungen des Gerätes zur Folge haben, für die seitens des Herstellers und Vertreibers keine Haftung übernommen werden kann.

Die folgenden Sicherheitshinweise können in dieser Bedienungsanleitung vorkommen:

► **ACHTUNG**
Dieser Hinweis steht für mögliche schädliche Situationen, die bei Zuwiderhandlung zu Sachschäden führen können.

⚠ **VORSICHT**
Dieser Hinweis steht für mögliche schädliche Situationen, die bei Zuwiderhandlung zu leichten bzw. geringfügigen Verletzungen führen können!

⚠ **WARNUNG**
Dieser Hinweis steht für mögliche schädliche Situationen, die bei Zuwiderhandlung zu schwersten Verletzungen oder zum Tode führen können!

⚠ **GEFAHR**
Dieser Hinweis steht für mögliche schädliche Situationen, die bei Zuwiderhandlung zu schwersten Verletzungen oder zum Tode führen!

ⓘ **HINWEIS**
Dieser Hinweis steht für weitere nützliche Informationen.

Bewahren Sie diese Anleitung zur Information, für Wartungsarbeiten oder Ersatzteilbestellungen sorgfältig auf!

1.1 Technische Daten

Gewicht und Maße	
Artikelgewicht (brutto, inkl. Verpackung)	212,5 kg
Artikelgewicht (netto, ohne Verpackung)	193 kg
Verpackungsmaße Kartons (L x B x H)	230,5 cm × 98,5 cm × 57 cm
Aufstellmaße (L x B x H)	216 cm × 85 cm × 161 cm
Laufmatte	
Dicke der Laufmatte	2,5 mm
Laufmattengröße in cm (L x B)	155 cm × 58 cm
Maximale Last	
Maximales Benutzergewicht	180 kg
Technische Spezifikationen	
Motortyp	AC Motor
Stromversorgung	Netzanschluss
Leistung	4 HP
Konsolendaten	
Displayanzeige	Zeit (Time)
	Geschwindigkeit (Speed)
	Strecke (Distance/Track)
	Kalorien (Calories)
	Steigung (Incline)
	Herzfrequenz (Heart rate)
	Schritt
Display-Art	LED
Motordaten	
Mindestgeschwindigkeit	0,5 km/h
Höchstgeschwindigkeit	25 km/h
Steigung	0 - 15 %
Steigungsinterval	1 %

Programmübersicht	
Schnellstart	1
Manuelle Programme	3
Benutzerdefinierte Programme	1
Voreingestellte Programme	20
Herzfrequenzprogramme	4
Sonstige Daten	
Verwendungsklasse	S

1.2 Persönliche Sicherheit

⚠ **GEFAHR**

+ Bevor Sie mit der Nutzung des Gerätes beginnen, sollten Sie durch Ihren Hausarzt klären, ob das Training für Sie aus gesundheitlicher Sicht geeignet ist. Betroffen hiervon sind vor allem Personen, die eine vererbungsbedingte Anlage 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. Wenn Sie unter medikamentöser Behandlung stehen, die Ihre Herzfrequenz beeinträchtigt, so ist ärztlicher Rat absolut unabdinglich.
+ Beachten Sie, dass exzessives Training Ihre Gesundheit ernsthaft gefährden kann. Bitte nehmen Sie gleichermaßen zur Kenntnis, dass Systeme der Herzfrequenzüberwachung ungenau sein können. Sobald Sie Anzeichen von Schwäche, Übelkeit, Schwindelgefühlen, Schmerzen, Atemnot oder andere abnormale Symptome erkennen, brechen Sie Ihr Training sofort ab und konsultieren Sie im Notfall Ihren Hausarzt.
+ Der Besitzer muss allen Nutzern sämtliche Warnhinweise und Anweisungen übermitteln.

⚠ **WARNUNG**

+ Die Benutzung dieses Gerätes ist für Kinder unter 14 Jahren nicht zulässig.
+ Kinder sollten nicht unbeaufsichtigt in die Nähe des Gerätes gelangen.
+ Personen mit Behinderungen müssen eine medizinische Genehmigung vorweisen und unter strenger Beobachtung stehen, wenn Sie jegliche Trainingsgeräte benutzen.
+ Das Gerät darf grundsätzlich nicht gleichzeitig von mehreren Personen genutzt werden.
+ Wenn Ihr Gerät über einen Safety Key verfügt, ist der Clip des Safety Keys vor Trainingsbeginn an Ihrer Kleidung anzubringen. Im Falle eines Sturzes kann somit der NOT-STOPP des Gerätes ausgelöst werden.
+ Sollte ein Notfall auftreten und das Training muss dadurch abrupt beendet werden, betätigen Sie den Safety Key, halten Sie sich mit beiden Händen an den Handläufen fest, springen Sie mit beiden Beinen auf die seitlichen Trittflächen und warten Sie bis das Laufband zum Stillstand gekommen ist.
+ Halten Sie Hände, Füße und andere Körperteile, Haar, Kleidung, Schmuck und andere Gegenstände von den beweglichen Teilen fern, da sich diese in dem Gerät verfangen können.
+ Tragen Sie bei der Benutzung keine lose bzw. weite Kleidung, sondern geeignete Sportbekleidung. Achten Sie bei den Sportschuhen auf geeignete Sohlen, vorzugsweise sollten diese aus Gummi oder anderen rutschfesten Materialien sein. Ungeeignet sind Schuhe mit Absätzen, Ledersohlen, Stollen oder Spikes. Trainieren Sie niemals barfuß.

⚠ **VORSICHT**

+ Muss Ihr Gerät mit einem Netzkabel ans Stromnetz angeschlossen werden, stellen Sie sicher, dass das Kabel keine potentielle Stolpergefahr darstellt.
+ Achten Sie darauf, dass sich niemand während des Trainings im Bewegungsbereich des Gerätes befindet, um Sie und andere Personen nicht zu gefährden.
+ Achten Sie darauf, dass falls Verstellvorrichtungen vorstehen gelassen werden, diese die Bewegung des Benutzers behindern können.
+ Das Sicherheitsniveau des Gerätes kann nur gehalten werden, wenn es regelmäßig auf Schäden und Verschleiß geprüft wird.

▶ **ACHTUNG**

+ Es dürfen keine Gegenstände jedweder Art in die Öffnungen des Gerätes gesteckt werden.
+ Um das Gerät vor der Benutzung durch unbefugte Dritte zu schützen, entfernen Sie bei Nichtgebrauch immer das Netzkabel (falls vorhanden) und verstauen Sie dieses an einem sicheren und für Unbefugte (z. B. Kinder) unzugänglichen Ort.

1.3 Elektrische Sicherheit

⚠ **GEFAHR**

+ Um die Gefahr eines Stromschlags zu verringern, ziehen Sie nach Beendigung des Trainings, vor Aufbau oder Abbau des Gerätes sowie vor der Wartung bzw. Reinigung den Stecker des Gerätes aus der Steckdose. Ziehen Sie dabei nicht am Kabel.

⚠ **WARNUNG**

+ Lassen Sie das Gerät nicht unbeaufsichtigt, solange der Netzstecker in der Wandsteckdose eingesteckt ist. Während Ihrer Abwesenheit ist der Netzstecker aus der Steckdose zu entfernen, damit ein unsachgemäßer Gebrauch durch Dritte oder Kinder ausgeschlossen werden kann.
+ Falls das Netzkabel oder der Netzstecker beschädigt oder defekt ist, wenden Sie sich an Ihren Vertragspartner. Bis zur Instandsetzung darf das Gerät nicht genutzt werden.

▶ **ACHTUNG**

+ Das Gerät benötigt einen Netzanschluss von 220-230 V mit 50 Hz Netzspannung.
+ Das Gerät darf nur mittels des mitgelieferten Netzkabels direkt an eine geerdete Steckdose angeschlossen werden. Verlängerungskabel müssen den VDE-Richtlinien entsprechen. Wickeln Sie das Netzkabel immer vollständig ab.
+ Die Steckdose muss mit einer Sicherung mit einem Mindestsicherungswert „16 A, träge“ gesichert sein.
+ Verändern Sie weder etwas am Netzkabel noch am Netzstecker.
+ Das Netzkabel ist von Wasser, Hitze, Öl und scharfen Kanten fernzuhalten. Lassen Sie das Netzkabel nicht unter dem Gerät oder unter einem Teppich entlanglaufen und stellen Sie keine Gegenstände darauf.
+ Falls Ihr erworbenes Gerät über eine TFT Konsole verfügt, müssen regelmäßig Softwareupdates durchgeführt werden. Folgen Sie den Anweisungen auf dem Bildschirm, um das Update durchzuführen.
+ Die Systeme und Software von Geräten mit TFT Konsolen sind auf die vorinstallierten Apps abgestimmt. Installieren Sie keine weiteren Apps auf der Konsole.

ⓘ **HINWEIS**

+ Bei den vorinstallierten Apps der TFT Konsolen handelt es sich um Apps externer Hersteller. Fitshop übernimmt keinerlei Verantwortung für die Verfügbarkeit, Funktionalität oder Inhalte dieser Apps.
+ Hiermit erklärt die Fitshop GmbH, dass der Funkanlagentyp Drahtlosverbindung (2.402 – 2.480 GHz) der Richtlinie 2014/53/EU entspricht. Der vollständige Text der EU-Konformitätserklärung ist unter der folgenden Internetadresse verfügbar: www.fitshop.com.

1.4 Aufstellort

⚠ **WARNUNG**

+ Stellen Sie das Gerät nicht in Hauptdurchgängen oder Fluchtwegen auf.

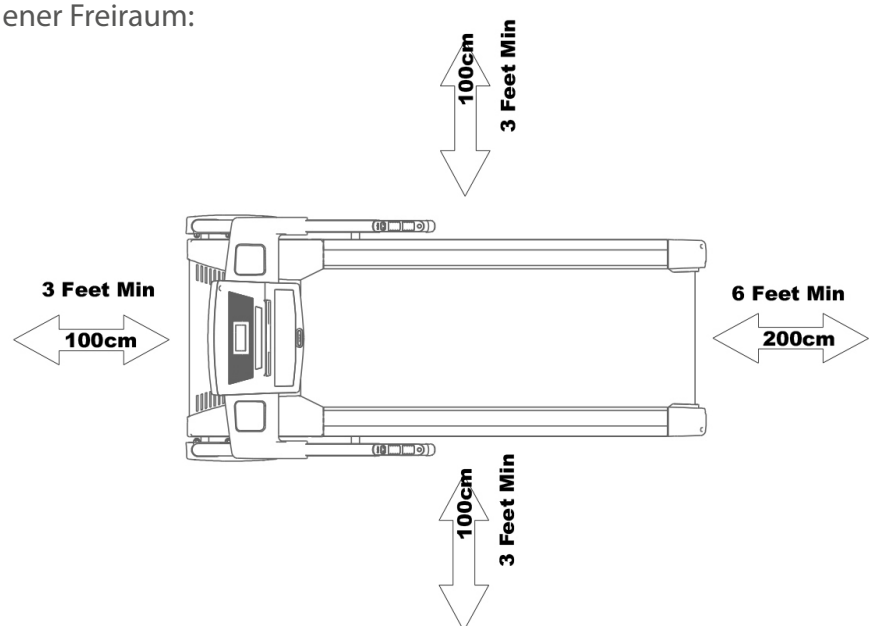
⚠ **VORSICHT**

+ Stellen Sie sicher, dass sich hinter dem Laufband ein Sicherheitsbereich, mit einer Länge von mindestens 2 m und einer Breite mindestens der Breite des Laufbandes entsprechend, befindet.
+ Stellen Sie sicher, dass der Trainingsraum während des Trainings gut durchlüftet und keiner Zugluft ausgesetzt ist.
+ Wählen Sie den Aufstellort so, dass sowohl vor als auch neben dem Gerät ausreichend Freiraum/Sicherheitszone bestehen bleibt.
+ Der Freibereich in der Richtung, aus der der Zugang zum Trainingsgerät erfolgt, muss mindestens 0,6 m größer als der Übungsbereich sein.
+ Die Aufstell- und Anbaufläche des Gerätes sollten eben, belastbar und fest sein.

► **ACHTUNG**

+ Das Gerät darf nur in einem Gebäude, in ausreichend temperierten und trockenen Räumen (Umgebungstemperaturen zwischen 10°C und 35°C), genutzt werden. Die Nutzung im Freien oder Räumen mit hoher Luftfeuchtigkeit (über 70%) wie Schwimmbädern ist nicht zulässig.
+ Um hochwertige Bodenbeläge (Parkett, Laminat, Kork, Teppiche) vor Druckstellen und Schweiß zu schützen und leichte Unebenheiten auszugleichen, benutzen Sie eine Bodenschutzmatte.
+ Für die Verwendungsklasse S darf das Gerät nur in Bereichen benutzt werden, in denen Zugang, Beaufsichtigung und Kontrolle speziell vom Besitzer geregelt ist.

Empfohlener Freiraum:



2.1 Allgemeine Hinweise

⚠ **GEFAHR**

+ Lassen Sie kein Werkzeug und/oder Verpackungsmaterial, wie Folien oder Kleinteile, herumliegen, da ansonsten für Kinder Erstickungsgefahr besteht. Halten Sie Kinder während der Montage vom Gerät fern.

⚠ **WARNUNG**

+ Beachten Sie die am Gerät angebrachten Hinweise, um Verletzungsgefahren zu reduzieren.

⚠ **VORSICHT**

+ Achten Sie darauf, dass Sie während des Aufbaus in jede Richtung genügend Bewegungsfreiraum haben.
+ Der Aufbau des Gerätes muss von min. zwei Erwachsenen durchgeführt werden. Nehmen Sie im Zweifelsfall die Hilfe einer dritten, technisch begabten Person in Anspruch.

► **ACHTUNG**

+ Um Beschädigungen am Gerät und dem Boden zu vermeiden, nehmen Sie den Aufbau auf einer Unterlegmatte oder dem Verpackungskarton vor.

ⓘ **HINWEIS**

+ Um den Aufbau so einfach wie möglich zu gestalten, können bereits einige zu verwendende Schrauben und Muttern vormontiert sein.
+ Führen Sie die Montage des Gerätes idealerweise an dem späteren Aufstellort durch.

2.2 Lieferumfang

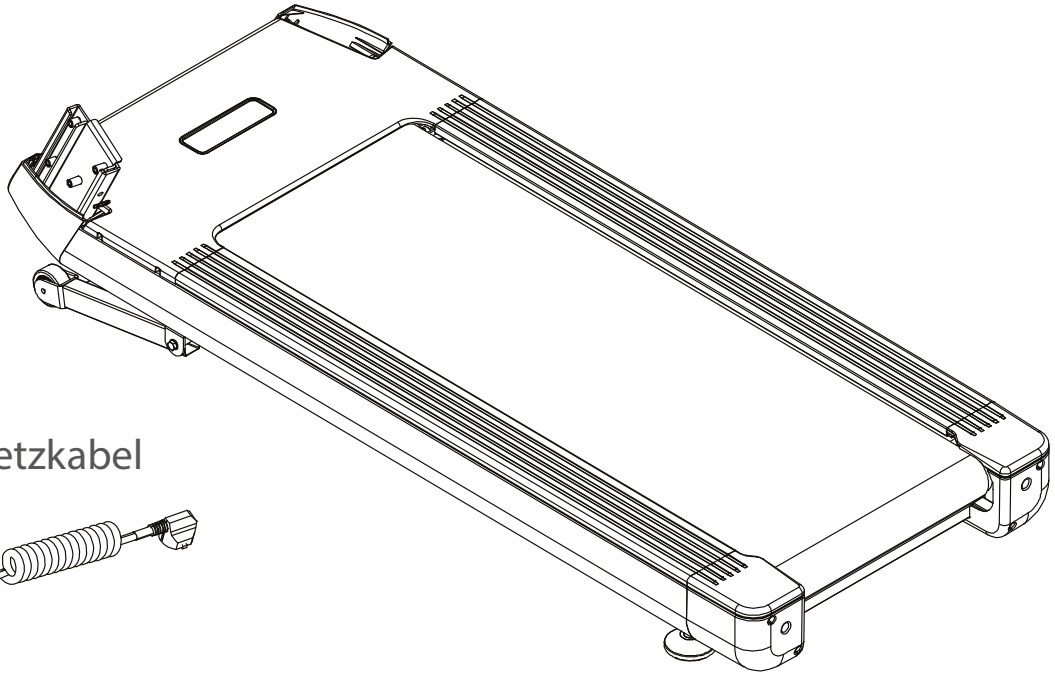
⚠ **WARNUNG**
Beim Laufband ist eine Transportsicherung angebracht, die verhindert, dass das Laufband während des Transports aufklappt. Die Transportsicherung muss vor der Montage entfernt werden.

Der Lieferumfang besteht aus den nachfolgend dargestellten Teilen. Prüfen Sie zu Beginn, ob alle zum Gerät gehörenden Teile und Werkzeuge im Lieferumfang enthalten sind und ob Schäden vorliegen. Bei Beanstandungen ist unmittelbar der Vertragspartner zu kontaktieren.

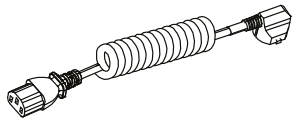
⚠ **VORSICHT**
Sollten Teile des Lieferumfangs fehlen oder beschädigt sein, darf der Aufbau nicht vorgenommen werden.

ⓘ **HINWEIS**
Benötigtes Werkzeug (Im Lieferumfang enthalten): Inbusschlüssel (6 mm)

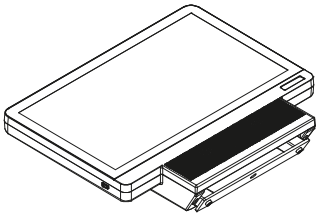
1: Grundrahmen



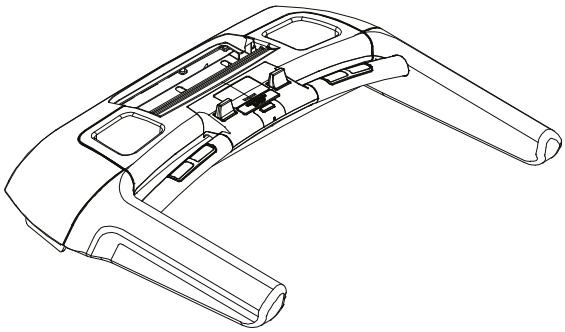
129: Netzkabel



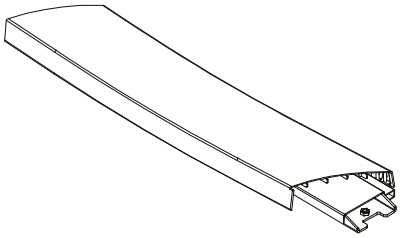
100-1: Konsole



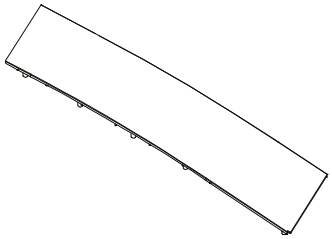
80: Konsolenhalterung



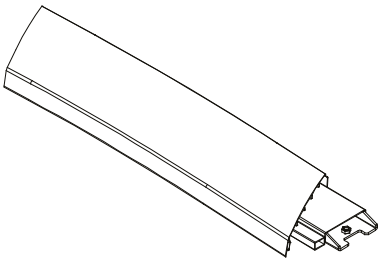
66: Rechter Konsolenarm



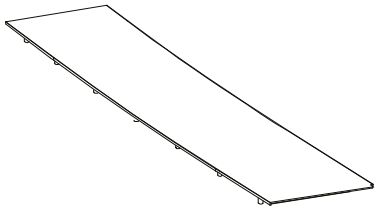
68: Rechte Konsolenarm-Abdeckung



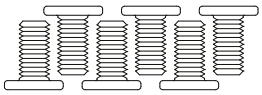
61: Linker Konsolenarm

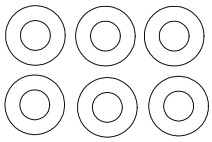


63: Linke Konsolenarm-Abdeckung



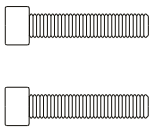
A

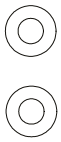




16: Schraube (6 stk.) **22:** Unterlegscheibe (6 stk.)

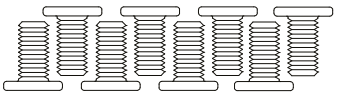
B



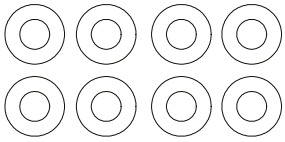


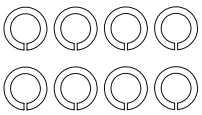
11: Bolzen (2 stk.) **21:** Unterlegscheibe (2 stk.)

C



16: Schraube (8 stk.)





22: Unterlegscheibe (8 stk.) **20:** Federscheibe (8 stk.)

Inbusschlüssel 6mm

2.3 Aufbau

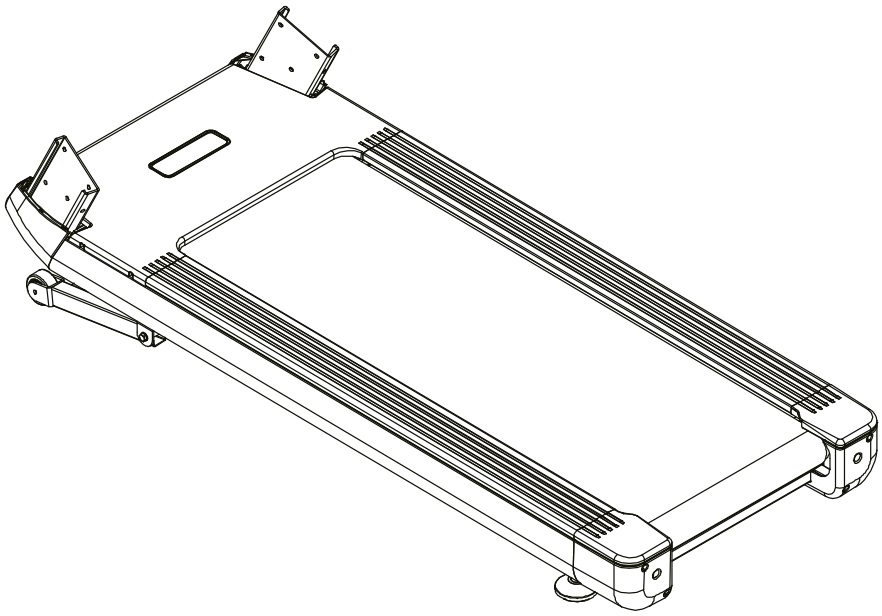
Sehen Sie sich vor dem Aufbau die Montageschritte genau an und führen Sie die Montage gemäß der angegebenen Reihenfolge durch.

ⓘ **HINWEIS**

+ Verschrauben Sie zunächst alle Teile lose und kontrollieren Sie deren richtige Passform. Ziehen Sie die Schrauben mit Hilfe des Werkzeuges erst fest, wenn Sie dazu aufgefordert werden.
+ Ziehen Sie die Schrauben und Bolzen nicht mit Gewalt an, da diese sonst beschädigt werden könnten.
+ Falls Sie Schwierigkeiten haben, die Grafiken zu erkennen, empfehlen wir Ihnen, die im Webshop hinterlegte PDF-Anleitung auf Ihrem Endgerät (z.B. Smartphone, Tablet oder PC) zu öffnen. Dort haben Sie die Möglichkeit, näher heranzuzoomen. Bitte beachten Sie dabei, dass // auf Ihrem Endgerät installiert sein muss, um die Datei öffnen zu können.

Schritt 1: Laufband entnehmen

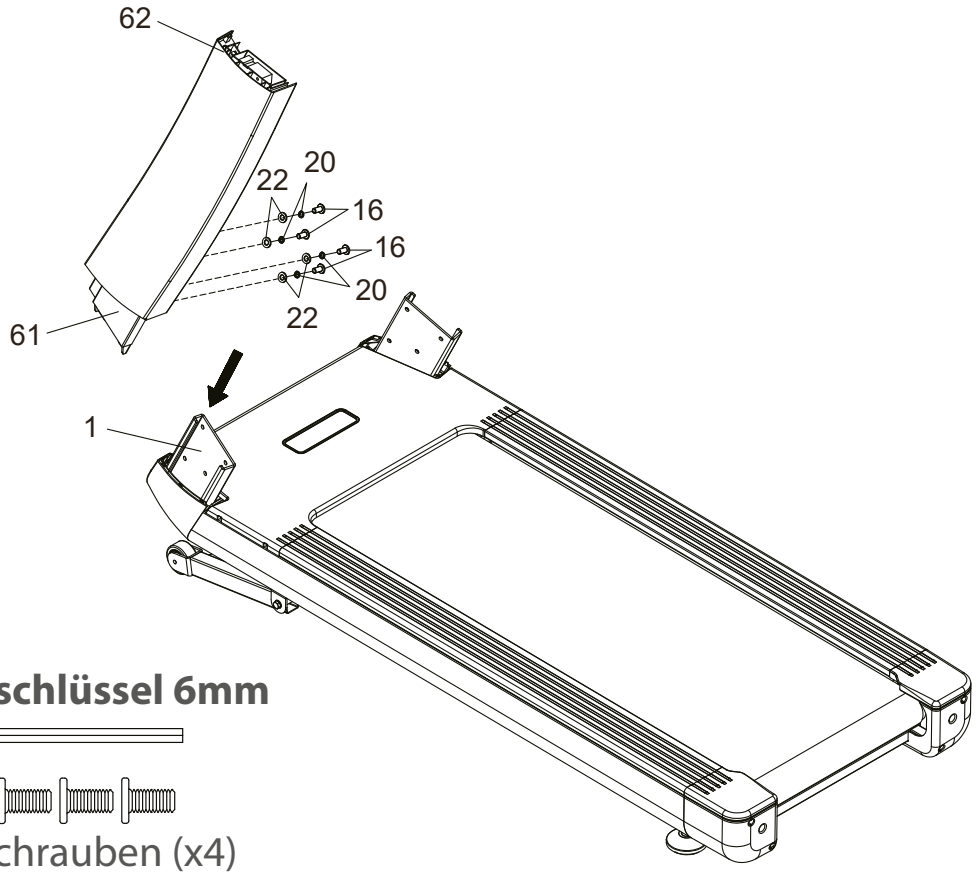
1. Nehmen Sie das Laufband aus der Verpackung.



Schritt 2: Linken Konsolenarm montieren

1. Montieren Sie den linken Konsolenarm (61) am Grundrahmen (1) mit vier Schrauben (16), vier Federscheiben (20) und vier Unterlegscheiben (22).

Verwenden Sie dazu den Inbusschlüssel (6 mm).



Inbusschlüssel 6mm

16:Schrauben (x4)

20:Federscheiben (x4)

22: Unterlegscheiben (x4)

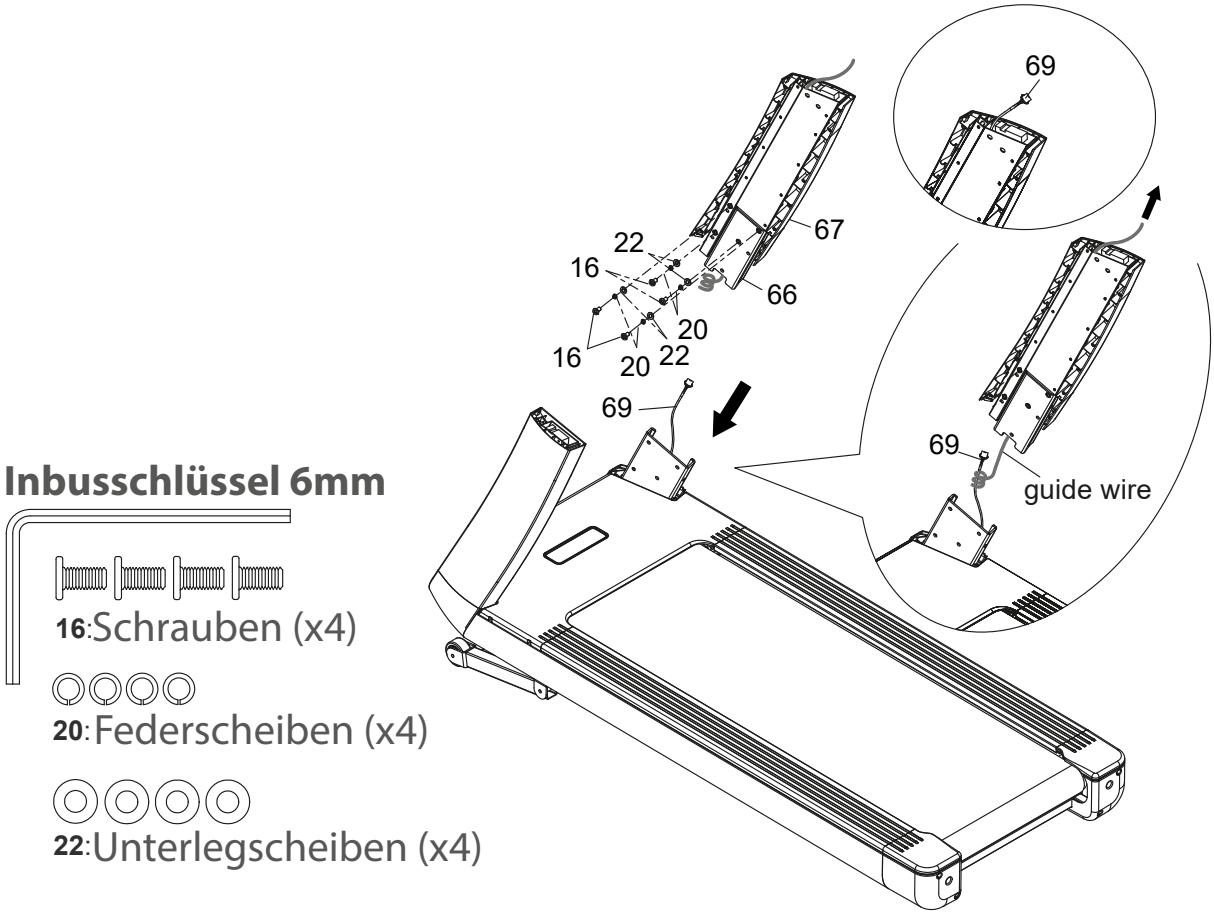
Schritt 3: Rechten Konsolenarm montieren

► **ACHTUNG**

+ Achten Sie darauf, die Kabel nicht einzuklemmen.
+ Achten Sie darauf, dass die Steckverbindungen fest sitzen.

1. Verbinden Sie das Kabel (69) mit dem Kabel des Grundrahmens (69)
2. Montieren Sie den rechten Konsolenarm (66) am Grundrahmen (1) mit vier Schrauben (16), vier Federscheiben (20) und vier Unterlegscheiben (22).

Verwenden Sie dazu den Inbusschlüssel (6 mm).



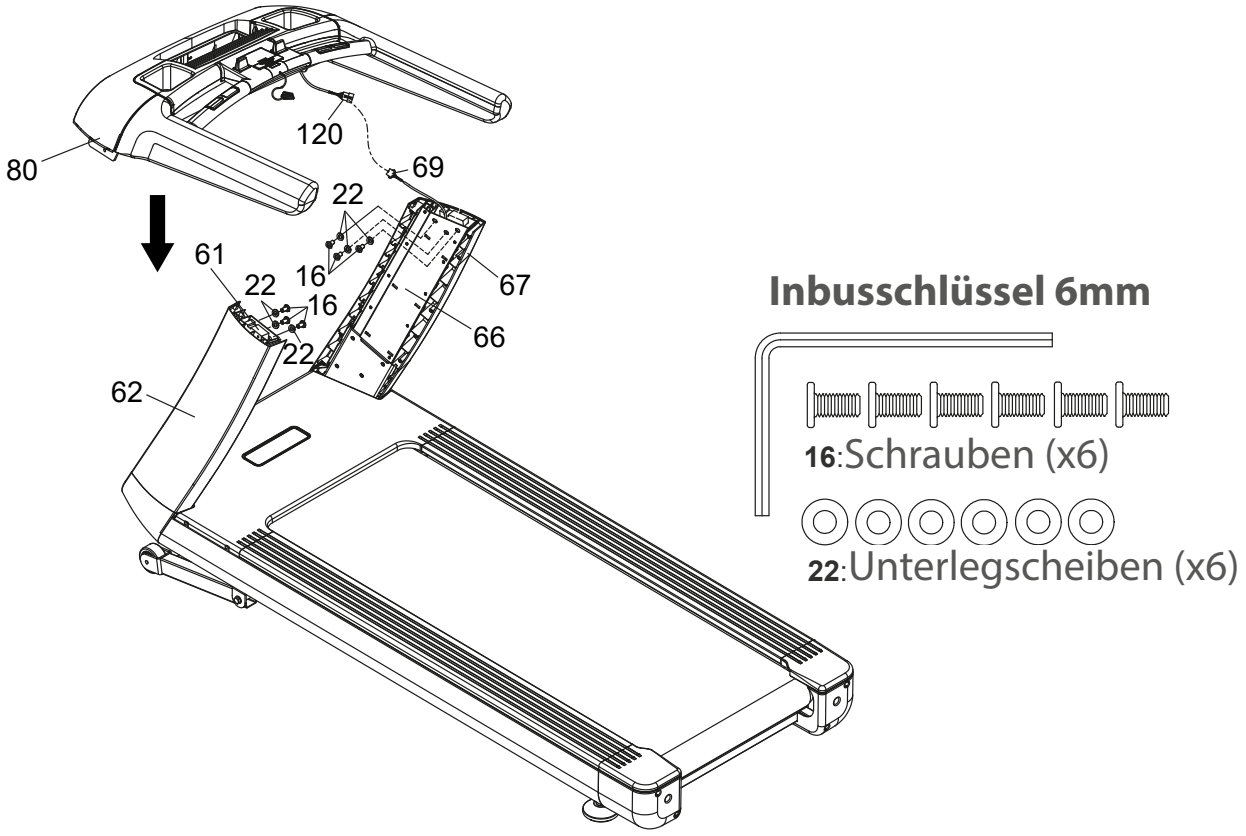
Schritt 4: Konsolenhalterung montieren

► **ACHTUNG**

+ Achten Sie darauf, die Kabel nicht einzuklemmen.
+ Achten Sie darauf, dass die Steckverbindungen fest sitzen.

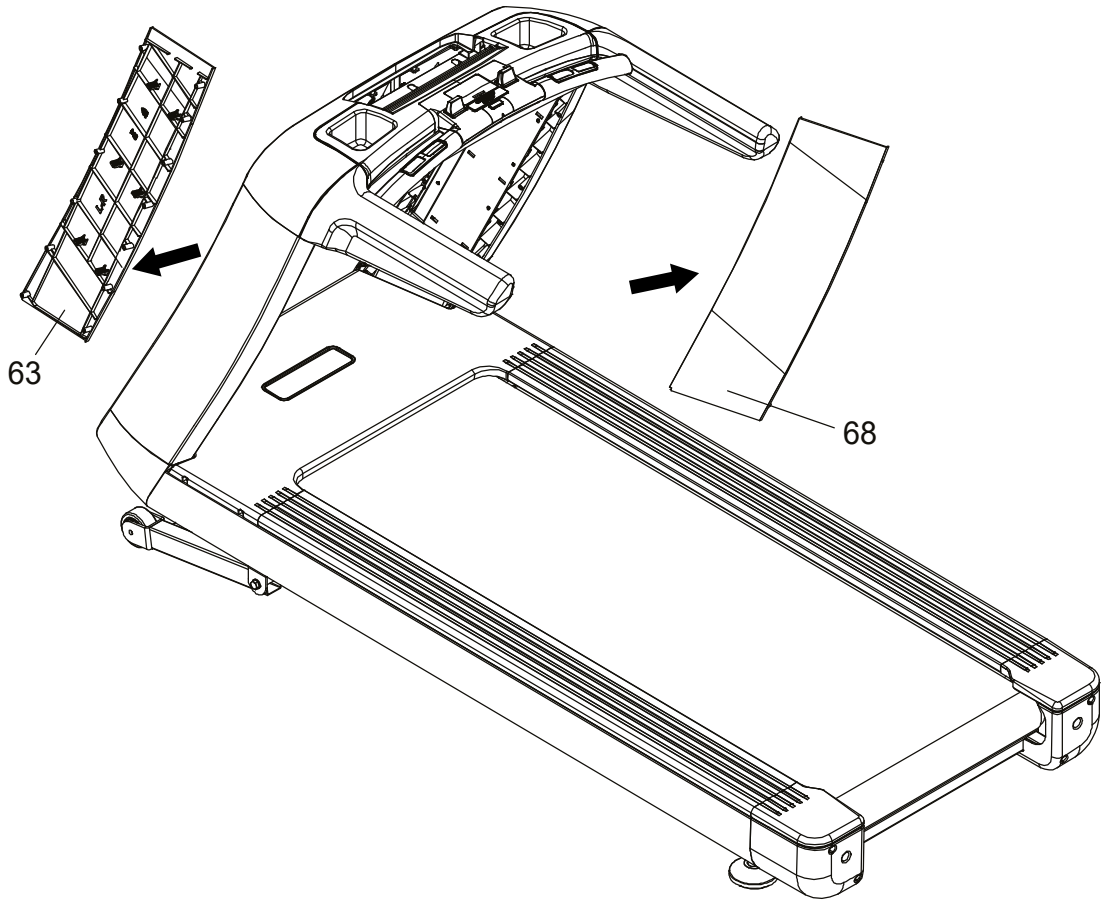
1. Verbinden Sie das Konsolenkabel (120) mit dem Konsolenarm-Kabel (69).
2. Befestigen Sie die Konsolenhalterung (80) an dem linken und rechten Konsolenarm (61, 66) mit jeweils drei Schrauben (16) und drei Unterlegscheiben (22).

Verwenden Sie dazu den Inbusschlüssel (6 mm).



Schritt 5: Abdeckungen montieren

1. Befestigen Sie die linke und rechte Konsolenarm-Abdeckung (63, 68) am linken und rechten Konsolenarm (61, 66).



Schritt 6: Konsole montieren

► **ACHTUNG**

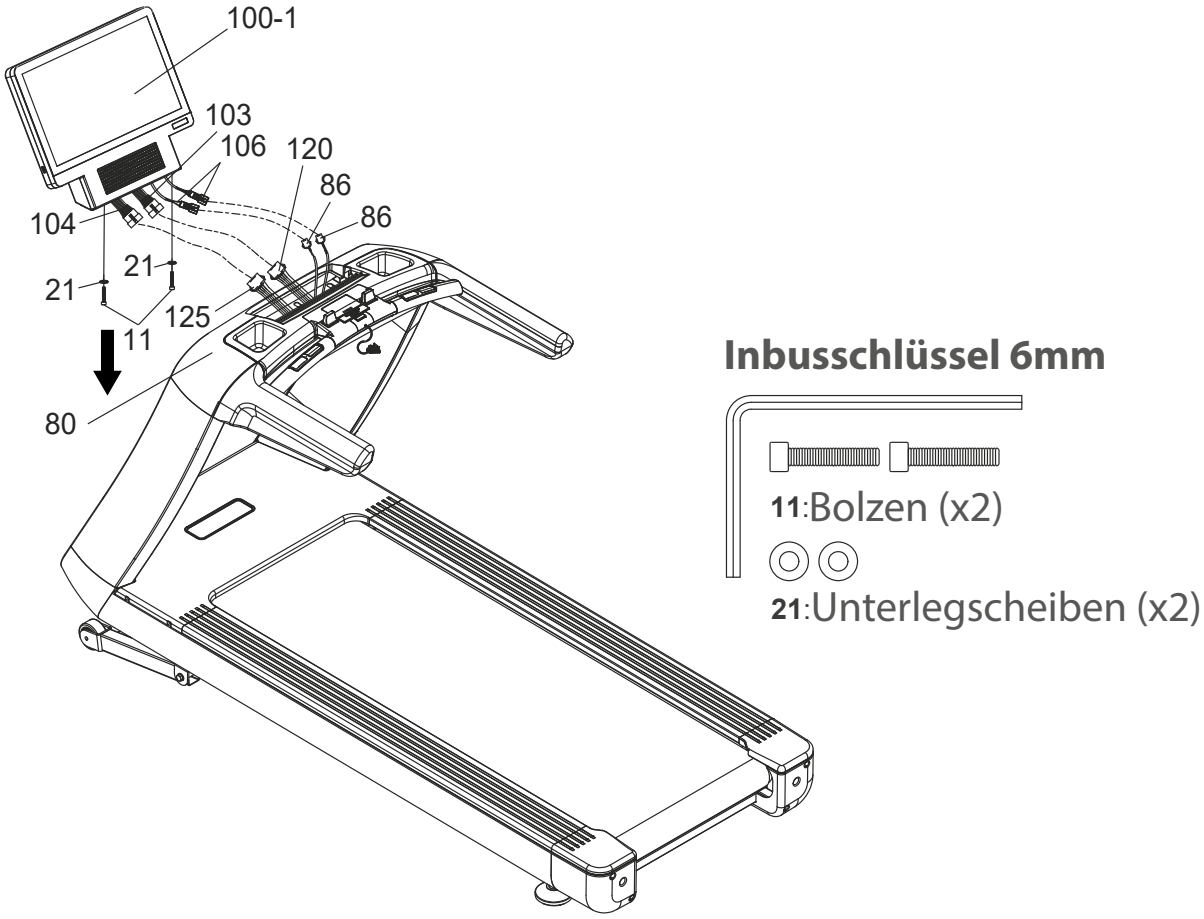
+ Achten Sie darauf, die Kabel nicht einzuklemmen.
+ Achten Sie darauf, dass die Steckverbindungen fest sitzen.

1. Verbinden Sie die Konsolenkabel mit den Kabeln der Konsolenhalterung nach folgendem Schema:

+ 106 - 86
+ 104 - 125
+ 103 - 120
+ 106 - 86

2. Befestigen Sie die Konsole (100-1) an der Konsolenhalterung (80) mit zwei Bolzen (11) und zwei Unterlegscheiben (21).

Verwenden Sie dazu den Inbusschlüssel (6 mm).

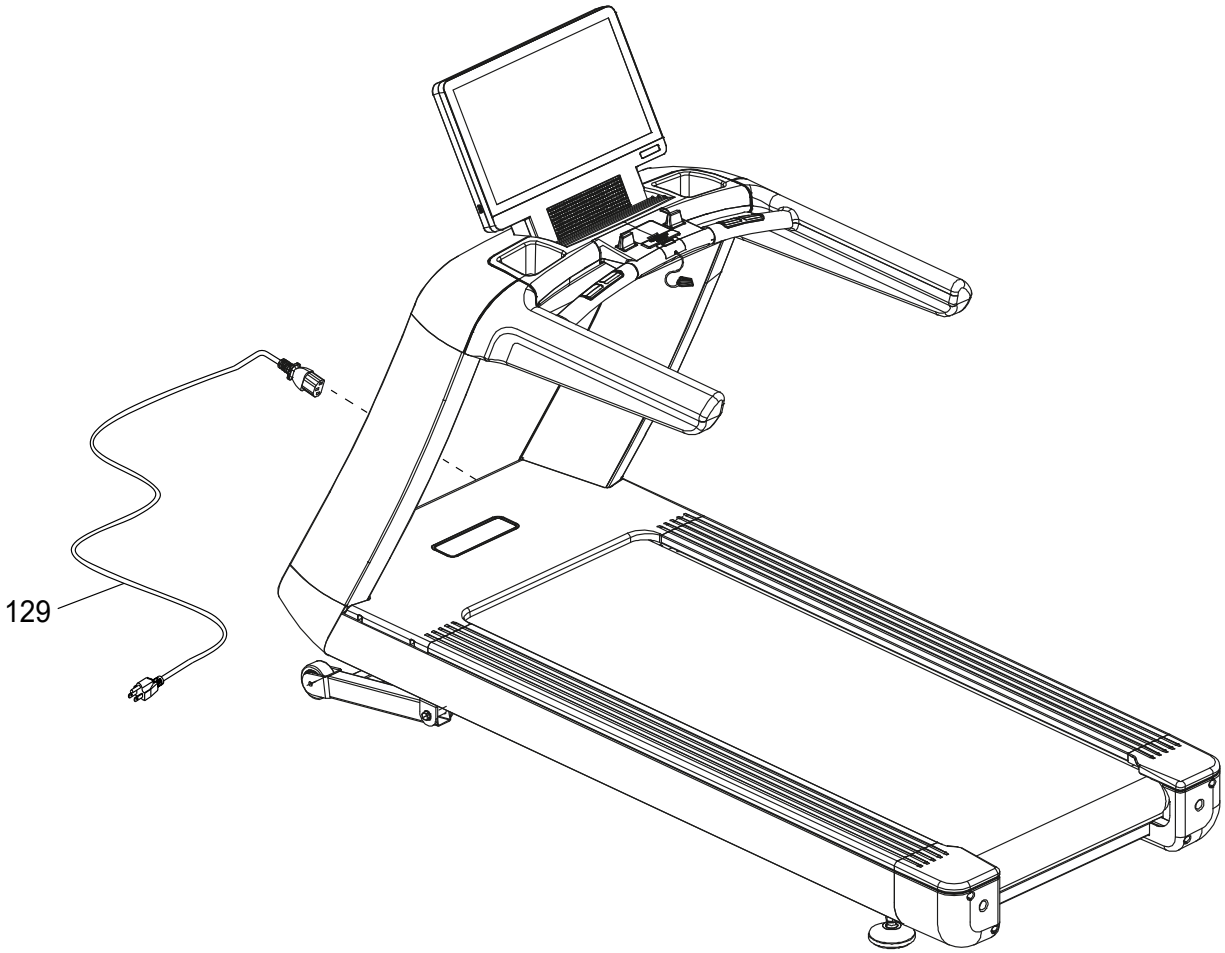


Schritt 7: **Netzkabel anschließen**

► **ACHTUNG**
Das Gerät darf nicht an eine Mehrfachsteckdose angeschlossen werden, da ansonsten nicht gewährleistet werden kann, dass das Gerät mit ausreichend Strom versorgt wird. Technische Fehler können die Folge sein.

1. Schließen Sie das Netzkabel (129) am Laufband an.

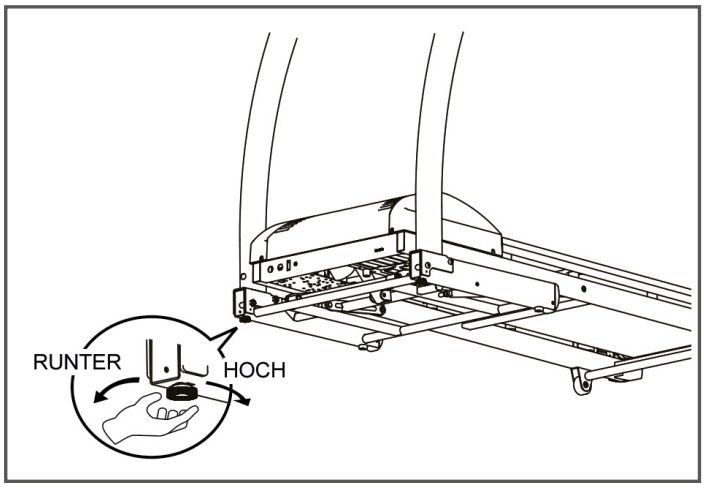
Stecken Sie das Netzkabel in eine Steckdose, die den Vorgaben in dem Kapitel zur elektrischen Sicherheit entsprechen.



Schritt 8: **Ausrichtung der Standfüße**

Bei Unebenheiten des Bodens können Sie das Laufband durch Drehen der beiden Stellschrauben unter dem Hauptrahmen stabilisieren.

1. Heben Sie das Laufband an der gewünschten Seite an und drehen Sie an der Stellschraube unter dem Hauptrahmen.
2. Drehen Sie die Schraube im Uhrzeigersinn, um sie herauszudrehen und die Lauffläche anzuheben.
3. Drehen Sie gegen den Uhrzeigersinn, um die Lauffläche abzusenken.



Korrektes Auf- und Absteigen

1. Zum Aufsteigen umgreifen Sie mit beiden Händen die Handläufe und steigen Sie mit einem Fuß nach dem anderen auf das Laufband.
2. Zum Absteigen umgreifen Sie mit beiden Händen die Handläufe und steigen Sie mit einem Fuß nach dem anderen vom Laufband.

HINWEIS

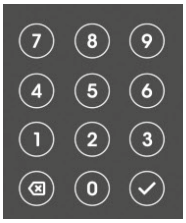
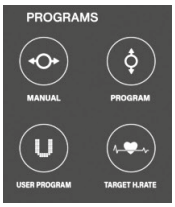
+ Machen Sie sich vor Trainingsbeginn mit allen Funktionen und Einstellmöglichkeiten des Gerätes vertraut. Lassen Sie sich die ordnungsgemäße Verwendung dieses Produktes von einem Fachmann erläutern.
+ Beginnen Sie Ihr Training stets mit einer niedrigen Belastung und steigern Sie diese gleichmäßig und schonend. Beenden Sie Ihr Training mit einer Cool-Down-Phase. Bei Fragen oder Unklarheiten kontaktieren Sie Ihren Hausarzt.
+ Die meisten neuen Laufbänder machen ein klopfendes Geräusch, das von der Laufmatte verursacht wird, die über die Rollen läuft. Die Zeit bis zum Abklingen des Geräuschs hängt von der Nutzungsintensität, der Temperatur und der Luftfeuchtigkeit in der Umgebung des Laufbands ab.
+ Bitte bedenken Sie, dass die Geräuschemission unter Belastung höher ist als ohne Last.

SAFETY KEY

WARNUNG

+ Das Gerät verfügt zu Ihrer Sicherheit über eine NOT-STOPP-Vorrichtung. Der Betrieb des Gerätes ist nur dann möglich, wenn am Kontaktpunkt des Cockpits der Sicherheitsschlüssel ordnungsgemäß angebracht ist. Wenn sich der Sicherheitsschlüssel nicht mehr auf dem Kontaktpunkt befindet, stoppt das Gerät unverzüglich automatisch. Daher ist die Schnur des Safety Keys mit dem Clip vor jedem Trainingsbeginn an Ihre Kleidung anzubringen. Wenn Sie das Laufband schnell zum Stillstand bringen möchten, Sie die Geschwindigkeit nicht mehr beherrschen oder ein anderer Notfall eintritt, ziehen Sie den Sicherheitsschlüssel mit Hilfe der Schnur vom Cockpit ab.
+ Damit sich der Sicherheitsschlüssel im Falle eines Sturzes vom Kontaktpunkt des Cockpits lösen kann, ist der Clip des Sicherheitsschlüssels fest an Ihre Kleidung anzubringen!
+ Stellen Sie sicher, dass der Sicherheitsschlüssel für Kinder nicht zugänglich ist.

3.1 Konsolenübersicht

Knopf/Taste	Name	Funktion
	Tastenfeld	Stellen Sie Werte für das Training ein. + Bestätigen Sie die Einstellungen durch Drücken des Häkchens. + Löschen Sie die Einstellungen durch Drücken der Rücktaste.
	Programm-Tasten + Manuelle Programme + Voreingestellte Programme + Benutzerdefinierte Programme + Herzfrequenzgesteuerte Programme	Um zwischen den Programmen zu wählen, drücke Sie eine der Tasten.
	Eingabe	Um Daten und Programme zu bestätigen, drücken Sie diese Taste.
	Pfeiltasten	Um Werte zu erhöhen oder zu verringern, drücke Sie diese Taste.

▶ START II PAUSE	Start	+ Um im Standby das Gerät zu starten, drücken Sie diese Taste. + Um Trainingsprorgramme zu starten, drücken Sie diese Taste.
	Pause	+ Pausieren Sie das Training. + Um das Training fortzusetzen, drücken Sie die Taste erneut. + Die Geschwindigkeit beginnt mit 0,5 km/h.
■ STOP	Stop	+ Um das Training zu beenden, drücken Sie diese Taste.
R	Geschwindigkeitstaste	Um die Geschwindigkeit zu erhöhen oder zu verringern, drücken Sie diese Taste. (0,5-24 km/h)
L	Steigungstaste	Um die Steigung zu erhöhen oder zu verringern, drücken Sie diese Taste. (0%-15%)

3.2 Displayanzeige

ⓘ **HINWEIS**

+ Wenn in der Spalte "Anzeige" zwei Werte angezeigt werden, wechselt sich die Darstellung für diesen Bereich ab.
+ Die Herzfrequenz wird nur angezeigt, wenn die Handpulssensoren berührt werden oder bei Verwendung eines Brustgurtes (nicht im Lieferumfang enthalten).

Anzeige	Funktion
+ INCLINE + CALORIES	+ Zeigt das Steigungslevel an. (Anzeigebereich 0 - 15) + Zeigt die Kalorien an (0 - 999)
+ TIME + PACE	+ Zeigt die Trainingszeit an (0:00 - 99:59) + Zeigt die benötigte Zeit pro Kilometer an. (0:00 - 99:59)
SPEED	Zeigt die Geschwindigkeit an (0,5 - 25 km/h)
+ DISTANCE + HEARTRATE	+ Zeigt die Trainingsdistanz an (0,0 - 99 km) + Zeigt die Herzfrequenz an (30-230)

LED MATRIX	+ Zeigt die Trainingsdaten an. + Laufrunde wird grafisch dargestellt.

3.3 Schnellwahltasten

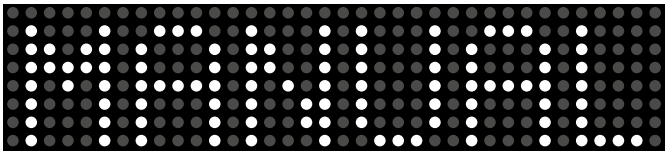
Knopf/Taste	Name	Funktion
EMERGENCY STOP	NOT-STOPP-TASTE	Um das Laufband schnell zum stoppen zu bringen, drücken Sie diesen Knopf.
16 12 10 8 6 4	Geschwindigkeit (Schnellwahltasten)	+ Um die Geschwindigkeit schnell anzupassen, drücken Sie eine der Tasten. + Die angezeigte Nummer entspricht der Geschwindigkeit in km/h.
+ − SPEED km/h	Geschwindigkeit: +/-	+ Um während des Trainings die Geschwindigkeit anzupassen, drücken Sie die Tasten. + Anpassungsintervall: 0,1 km/h
15 12 9 6 3 0	Steigung (Schnellwahltasten)	Um die Steigung schnell anzupassen, drücken Sie eine der Tasten.
^ v INCLINE %	Steigung: ^/v	+ Um während des Trainings die Steigung anzupassen, drücken Sie die Tasten. + Anpassungsintervall: 1%

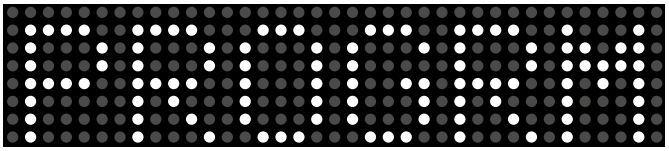
3.4 Programme

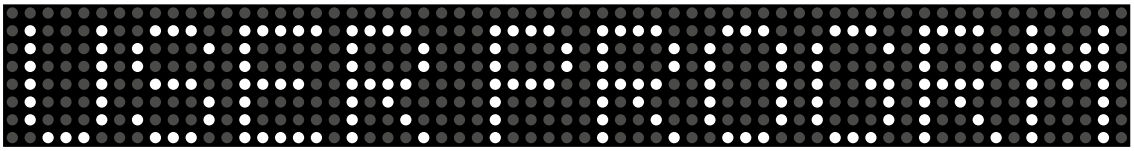
Um Ihr Training noch effizienter zu gestalten, können Sie aus mehreren Trainingsprogrammen wählen.

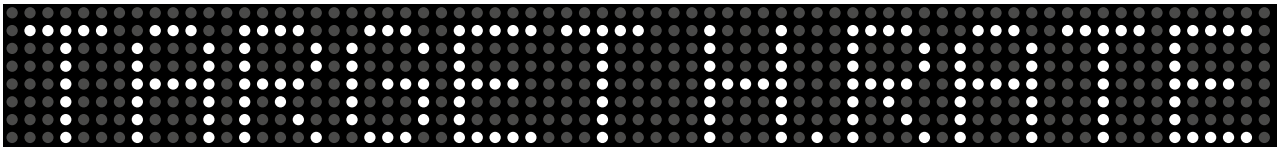
Aus folgenden Programmen können sie wählen:

+ Schnellstartprogramm: 1
+ Manuelles Programm: 3
+ Nutzerprogramm: 1
+ Herzfrequenzprorgramme: 4
+ Voreingestellte Programme: 20









3.5 Schnellstart

Sie können ein Training ohne weitere Voreinstellungen starten.

ⓘ **HINWEIS**
Sie können während des Trainings die Steigung und Geschwindigkeit über die Schnellwahltasten anpassen.

So starten Sie das Schnellstart-Programm:

1. Drücken Sie START/PAUSE.

Das Laufband beginnt mit einer Geschwindigkeit von 0,5 km/h.

2. Um das Training zu pausieren, drücken Sie START/PAUSE.
3. Um das Training fortzusetzen, drücken Sie START/PAUSE.
4. Um das Training zu beenden, drücken Sie STOP.

3.6 Manuelles Programm

Sie können ein Training mit eigenen Voreinstellungen starten.

ⓘ **HINWEIS**

+ Wenn Sie ein Ziel für Zeit, Distanz oder Kalorien festlegen, endet das Training automatisch, sobald eines der Ziele erreicht ist.
+ Möchten Sie nur ein Ziel trainieren, geben Sie ausschließlich den entsprechenden Wert ein.
+ Während des Trainings können Sie die Geschwindigkeit und die Steigung jederzeit anpassen.

So starten Sie das manuelle Programm:

1. Wählen Sie den MANUAL-Modus (Abbildung 1).
2. Bestätigen Sie mit ENTER.
3. **Optional**: Stellen Sie Zeit, Distanz und Kalorien über die Pfeiltasten oder das Tastenfeld ein.

3.1. Bestätigen Sie jeden Wert mit ENTER (Abbildungen 2–4).

4. Wenn Sie keine Zielwerte festlegen, drücken Sie START/STOP, um das Training zu beginnen.

Die Werte werden hochgezählt.

5. Um das Training zu pausieren, drücken Sie START/PAUSE.

Sie kehren zu den Programmvoreinstellungen zurück.

6. Drücken Sie START/PAUSE, um das Training mit den geänderten Voreinstellungen zu starten.
7. Um das Training zu pausieren, drücken Sie START/PAUSE.
8. Um das Training fortzusetzen, drücken Sie START/PAUSE.
9. Um das Training zu beenden, drücken Sie STOP.

Abbildung 1

Abbildung 2

Abbildung 3

Abbildung 4

3.7 Programm-Modus

Sie können ein Training mit einem voreingestellten Programm starten.

ⓘ **HINWEIS**

+ Wenn Sie ein Ziel für Zeit, Distanz oder Kalorien festlegen, endet das Training automatisch, sobald eines der Ziele erreicht ist.
+ Möchten Sie nur ein Ziel trainieren, geben Sie ausschließlich den entsprechenden Wert ein.
+ Während des Programm-Modus wechseln sich die Anzeigen für Geschwindigkeit und Steigung ab, um die aktuellen Werte anzuzeigen (Abbildungen 10–12).

So starten Sie den Programm-Modus:

1. Wählen Sie den PROGRAM-Modus (Abbildung 5).
2. Bestätigen Sie mit ENTER.
3. Wählen Sie eines der Programme P01–P20 mit den Pfeiltasten (^/v) (Abbildung 6).
4. Bestätigen Sie mit ENTER.
5. **Optional**: Stellen Sie Zeit, Distanz und Kalorien über die Pfeiltasten oder das Tastenfeld ein (Abbildungen 7–9).

5.1. Bestätigen Sie jeden Wert mit ENTER.

6. Wenn Sie keine Zielwerte festlegen, drücken Sie START/PAUSE, um das Training zu beginnen.

Die Werte werden hochgezählt.

7. Um das Training zu pausieren, drücken Sie START/PAUSE.

Sie kehren zu den Programmeinstellungen zurück.

8. Drücken Sie START/STOP, um das Training mit den geänderten Voreinstellungen zu starten.
9. Um das Training zu pausieren, drücken Sie START/PAUSE.
10. Um das Training fortzusetzen, drücken Sie START/PAUSE.
11. Um das Training zu beenden, drücken Sie STOP.

Abbildung 5

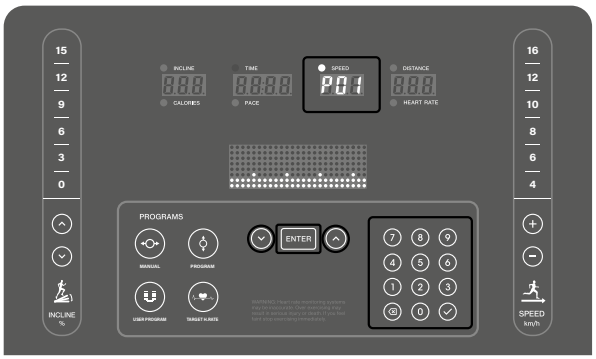


Abbildung 6

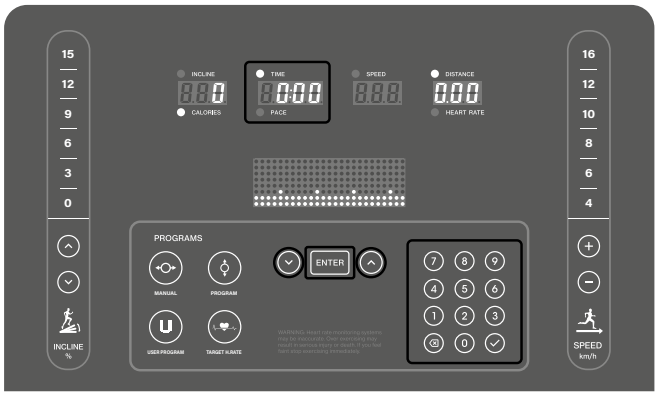


Abbildung 7

Abbildung 8

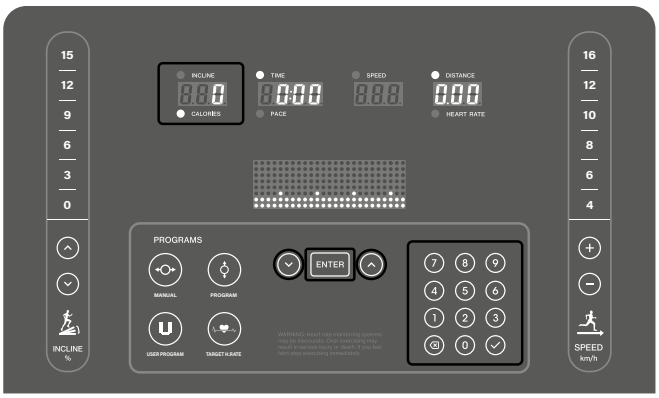


Abbildung 9

Abbildung 10

Abbildung 11

3.7.1 Programmübersicht

Time Zone / Options		Set time /25 = Each segment of the running time																								
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25
P01	SPEED	3	4	5	5	6	5	5	4	5	5	6	5	5	4	5	5	6	5	5	4	5	5	6	5	5
	INCLINE	2	2	3	2	3	2	3	2	3	3	2	2	3	3	2	2	3	3	2	2	3	2	3	2	2
P02	SPEED	3	5	6	7	7	6	6	7	7	6	6	7	7	6	6	7	7	6	6	7	7	6	6	5	3
	INCLINE	3	4	5	5	4	4	3	3	4	4	5	5	4	4	3	3	4	4	5	5	4	4	3	3	3
P03	SPEED	5	10	6	11	7	12	8	12	9	6	10	7	11	8	12	7	12	9	6	10	7	11	9	6	3
	INCLINE	3	4	5	6	5	4	5	6	5	4	5	6	5	4	5	6	5	4	5	6	5	4	5	4	3
P04	SPEED	5	7	8	9	9	9	8	8	9	9	9	8	8	9	9	9	8	8	9	9	9	8	8	7	5
	INCLINE	2	2	3	3	4	4	3	3	4	4	3	3	4	4	3	3	4	4	3	3	4	4	3	2	2
P05	SPEED	5	8	10	11	11	10	10	9	9	10	10	11	11	10	10	9	9	10	10	11	11	10	10	8	5
	INCLINE	3	3	4	4	5	5	4	4	5	5	4	4	5	5	4	4	5	5	4	4	5	5	4	3	3
P06	SPEED	4	6	7	8	9	10	10	9	9	10	10	10	9	9	10	10	10	9	9	10	10	9	8	7	6
	INCLINE	0	0	1	1	1	2	2	2	1	1	1	0	0	1	1	2	2	2	1	1	2	2	1	1	1
P07	SPEED	4	7	8	8	9	9	10	8	8	9	9	10	9	8	9	9	8	8	10	9	9	8	8	5	3
	INCLINE	2	5	1	4	2	6	4	6	3	0	1	5	2	6	3	0	2	6	4	6	3	0	1	5	2
P08	SPEED	4	6	8	9	9	8	8	9	9	9	8	8	8	9	9	9	8	8	8	9	9	8	8	9	9
	INCLINE	6	8	12	6	11	8	10	6	8	10	12	10	8	12	7	10	10	8	6	12	10	8	10	8	6
P09	SPEED	5	7	10	11	12	11	11	10	9	10	11	11	12	11	11	10	10	9	8	8	12	11	11	7	4
	INCLINE	2	3	4	5	6	6	5	5	4	4	5	5	6	6	5	5	4	4	6	6	5	5	4	4	3
P10	SPEED	6	8	10	11	12	12	11	9	10	11	12	11	10	11	12	10	12	12	11	10	11	12	8	8	4
	INCLINE	4	5	6	7	6	5	6	7	6	5	6	7	6	5	6	7	6	7	5	5	6	7	6	5	4
P11	SPEED	6	9	11	12	12	12	11	11	10	11	12	12	11	12	12	11	11	12	12	11	11	12	12	9	6
	INCLINE	2	4	6	8	7	6	7	8	7	6	7	8	7	6	7	8	7	8	6	7	8	7	6	3	2
P12	SPEED	3	6	8	8	8	9	9	8	8	8	9	9	8	8	8	9	9	8	8	8	9	9	7	5	3
	INCLINE	2	2	3	3	3	2	2	3	3	3	2	2	3	3	3	2	2	3	3	3	2	2	3	3	2
P13	SPEED	5	7	9	10	10	11	11	12	11	11	10	10	11	11	12	11	11	10	10	11	11	10	9	7	3
	INCLINE	3	3	4	4	5	4	4	3	4	4	5	5	4	4	4	5	5	4	4	3	4	4	5	4	3
P14	SPEED	5	8	9	9	9	10	10	9	9	9	10	10	9	9	9	10	10	9	9	9	10	10	8	5	3
	INCLINE	2	3	4	4	4	3	3	4	4	4	3	3	4	4	4	3	3	4	4	4	3	3	4	2	2
P15	SPEED	5	6	7	8	8	8	9	9	9	8	8	8	9	9	9	8	8	8	9	9	8	8	8	5	3
	INCLINE	1	1	2	3	3	3	2	2	2	3	3	3	2	2	2	3	3	3	2	2	3	3	3	2	1
P16	SPEED	4	5	6	6	7	7	7	8	7	7	6	6	7	7	7	8	7	7	6	6	8	7	7	6	3
	INCLINE	0	0	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	0	1	1	1	1	0	0
P17	SPEED	5	8	9	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	8	9	5
	INCLINE	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
P18	SPEED	5	9	11	11	12	12	13	13	12	12	13	13	12	12	13	13	12	12	13	13	12	12	10	7	5
	INCLINE	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
P19	SPEED	5	10	12	12	13	13	14	14	13	13	14	14	13	13	14	14	13	13	12	12	11	11	10	8	5
	INCLINE	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
P20	SPEED	5	10	12	12	14	14	15	15	14	14	15	15	14	14	15	15	14	14	15	15	12	12	10	8	5
	INCLINE	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0

Abbildung 12

3.8 Benutzerdefiniertes Programm

Sie können ein eigenes Profilprogramm erstellen, indem Sie für bis zu 25 Segmente individuell die Geschwindigkeit und die Steigung einstellen.

ⓘ **HINWEIS**

+ Wenn Sie ein Ziel für Zeit, Distanz oder Kalorien festlegen, endet das Training automatisch, sobald eines der Ziele erreicht ist.
+ Möchten Sie nur ein Ziel trainieren, geben Sie ausschließlich den entsprechenden Wert ein.

So erstellen Sie ein Benutzerprogramm:

1. Wählen Sie USER PROGRAM (Abbildung 13).
2. Bestätigen Sie mit ENTER.
3. Stellen Sie für jedes Segment die Geschwindigkeit mit den Pfeiltasten (^/v) ein (Abbildung 14).

Das aktuell bearbeitete Segment blinkt.

4. Bestätigen Sie mit ENTER.
5. **Optional**: Halten Sie ENTER zwei Sekunden lang gedrückt, um direkt zur Steigung zu wechseln.

5.1. Stellen Sie die Steigung für jedes Segment mit den Pfeiltasten ein (Abbildung 15).

6. Bestätigen Sie mit ENTER.
7. **Optional**: Halten Sie ENTER zwei Sekunden lang gedrückt, um direkt zu Zeit, Distanz und Kalorien zu wechseln.

7.1. Wiederholen Sie diesen Vorgang, bis alle gewünschten Segmente eingestellt sind.

8. Haben Sie alle Segmente (max. 25) eingestellt, halten Sie ENTER zwei Sekunden lang gedrückt, um zu den Einstellungen für Zeit, Distanz und Kalorien zu wechseln.
9. Stellen Sie Zeit, Distanz und Kalorien ein (Abbildung 16).
10. Bestätigen Sie jeden Wert mit ENTER.
11. Wenn Sie keine Zielwerte festlegen, drücken Sie START/STOP, um das Training zu beginnen.

Die Werte werden hochgezählt.

12. Drücken Sie START/PAUSE, um das Training mit dem erstellten Benutzerprogramm zu starten.
13. Um das Training zu pausieren, drücken Sie START/PAUSE.
14. Um das Training fortzusetzen, drücken Sie START/PAUSE.
15. Um das Training zu beenden, drücken Sie STOP.

Abbildung 13

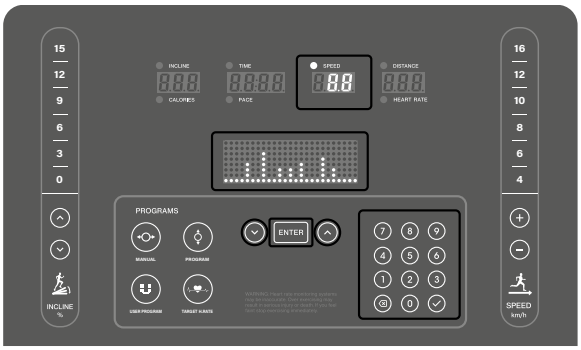


Abbildung 14

3.9 Zielherzfrequenzprogramm

⚠ **WARNUNG**
Ihr Trainingsgerät ist kein medizinisches Gerät. Die Herzfrequenzmessung dieses Geräts kann ungenau sein. Verschiedene Faktoren können die Genauigkeit der Herzfrequenzanzeige beeinflussen. Die Herzfrequenzanzeige dient lediglich als Trainingshilfe.

Sie können zwischen vier Programmen wählen: 55 %, 75 % oder 90 % Ihrer maximalen Herzfrequenz, sowie das Programm TAG, bei dem Sie einen Zielwert für die Herzfrequenz manuell einstellen.

ⓘ **HINWEIS**

+ Die maximale Herzfrequenz wird auf Grundlage Ihres Alters berechnet (Formel: 220 – Alter).
+ Wenn Sie keinen Brustgurt nutzen, müssen Ihre Hände während des Trainings konstant auf den Handpulssensoren aufliegen.
+ Wenn Sie ein Ziel für Zeit, Distanz oder Kalorien festlegen, endet das Training automatisch, sobald eines der Ziele erreicht ist.
+ Möchten Sie nur ein Ziel trainieren, geben Sie ausschließlich den entsprechenden Wert ein.

So starten Sie das herzfrequenzgesteuerte Programm:

1. **Optional**: Wenn Sie keine Zielwerte festlegen, drücken Sie START/STOP, um das Training zu beginnen.
2. Wählen Sie TARGET H. RATE (Abbildung 17).
3. Bestätigen Sie mit ENTER.
4. Stellen Sie Ihr Alter mit den Pfeiltasten (^/v) ein (Abbildung 18).
5. Bestätigen Sie mit ENTER.
6. Wählen Sie eines der vier Programme (55 %, 75 %, 90 % oder TAG) mit den Pfeiltasten (Abbildungen 19–20).
7. Bestätigen Sie mit ENTER.
8. Stellen Sie Zeit, Distanz und Kalorien ein.
9. Bestätigen Sie jeden Wert mit ENTER.

Die Werte werden hochgezählt.

10. Drücken Sie START/PAUSE, um das Training zu starten.
11. Um das Training zu pausieren, drücken Sie START/PAUSE.
12. Um das Training fortzusetzen, drücken Sie START/PAUSE.
13. Um das Training zu beenden, drücken Sie STOP.

Abbildung 17

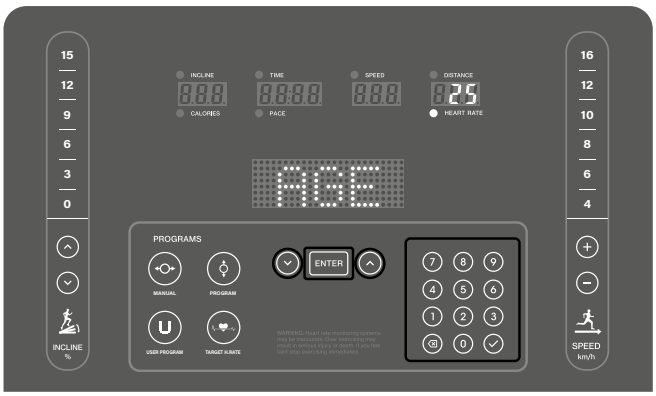


Abbildung 18

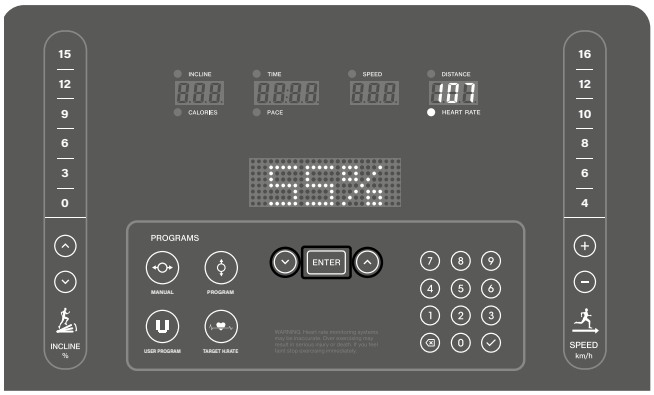


Abbildung 19

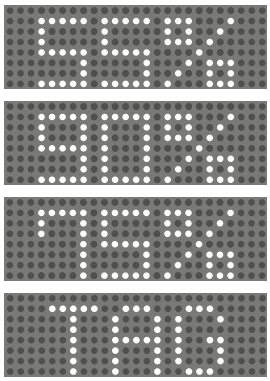


Abbildung 20

4.1 Allgemeine Informationen

Beim Training ist es wichtig, auf eine korrekte Ausführung der Übungen zu achten, um Verletzungen zu vermeiden und den gewünschten Trainingseffekt zu erzielen. Achten Sie darauf, die richtige Technik zu verwenden, und trainieren Sie in einem angemessenen Intensitätsbereich. Konsultieren Sie bei Unsicherheiten oder gesundheitlichen Problemen immer einen Experten wie einen Trainer oder Arzt.

Beginnen Sie Ihr Training stets mit einer niedrigen Belastung und steigern Sie diese gleichmäßig und schonend. Beenden Sie Ihr Training mit einer Cool-Down-Phase. Bei Fragen oder Unklarheiten kontaktieren Sie Ihren Hausarzt.

4.1.1 Trainingskleidung

Tragen Sie während des Trainings angemessene Sportkleidung, die bequem und atmungsaktiv ist. Vermeiden Sie Kleidungsstücke, die Sie einschränken oder unangenehm sind. Achten Sie darauf, dass Ihre Schuhe geeignet sind und Ihnen ausreichend Halt bieten. Tragen Sie außerdem immer ein Handtuch mit, um Schweiß abzuwischen und das Gerät sauber zu halten.

4.1.2 Aufwärmen und Dehnen

Es ist wichtig, sich vor dem Training richtig aufzuwärmen und zu dehnen, um Verletzungen zu vermeiden und die Leistung zu steigern. Dehnen hilft, die Muskeln zu lockern und die Beweglichkeit zu verbessern. Achten Sie darauf, vor jedem Training eine kurze Dehnungsroutine einzubauen.

Aufwärmübung:

1. Stehen Sie aufrecht mit den Füßen etwa schulterbreit auseinander.
2. Beginnen Sie mit sanften Armkreisen, indem Sie Ihre Arme langsam und kontrolliert in kleinen Kreisen nach vorne bewegen.
3. Führen Sie Armkreise nach hinten aus, um die Schultern und Arme zu lockern.
4. Machen Sie Kniebeugen, indem Sie langsam in die Hocke gehen und sich dann wieder aufrichten. Achten Sie darauf, dass Ihre Knie nicht über Ihre Zehen hinausragen.

⚠ **VORSICHT**
Trainieren Sie nicht mit Muskelkater bzw. schonen Sie die betroffenen Muskeln, da dies im schlimmsten Fall zu Verletzungen führen kann.

4.1.3 Medikamentation

Wenn Sie regelmäßig Medikamente einnehmen und Sport treiben möchten, ist es wichtig, auf mögliche Wechselwirkungen zu achten. Informieren Sie sich bei Ihrem Arzt oder Apotheker, ob Ihre Medikamente Ihre sportliche Leistungsfähigkeit beeinflussen könnten.

4.1.4 Beanspruchte Muskelgruppen

Beim Laufen werden folgende Muskelgruppen beansprucht:

+ Gesäßmuskulatur
+ Beinmuskulatur

Achten Sie darauf, während des Trainings einen geraden Rücken zu halten. Gehen Sie nicht ins Hohlkreuz und krümmen Sie nicht Ihren Rücken.

4.1.5 Häufigkeit

Regelmäßiges Training ist entscheidend, um Fortschritte zu erzielen und langfristig gesund zu bleiben. Durch kontinuierliches Üben können Muskeln gestärkt, Ausdauer verbessert und das allgemeine Wohlbefinden gesteigert werden. Denken Sie daran, dass auch kleine Trainingseinheiten regelmäßig durchgeführt werden können, um langfristige Ergebnisse zu erzielen. Bleiben Sie motiviert und halten Sie an Ihren Trainingszielen fest.

Training mit Herzfrequenzorientierung
Die Herzfrequenorientierung gewährleistet Ihnen ein äußerst effektives und gesundheitsverträgliches Training. Mittels Ihres Alters und nachfolgender Tabelle können Sie schnell und einfach Ihren für das Training optimalen Pulswert ablesen und bestimmen. Es ertönt ein Signal, wenn Ihre Herzfrequenz über den eingestellten Zielpulswert steigt. Welche Zielherzfrequenz für welches Trainingsziel bedeutsam ist, erfahren Sie nachfolgend.

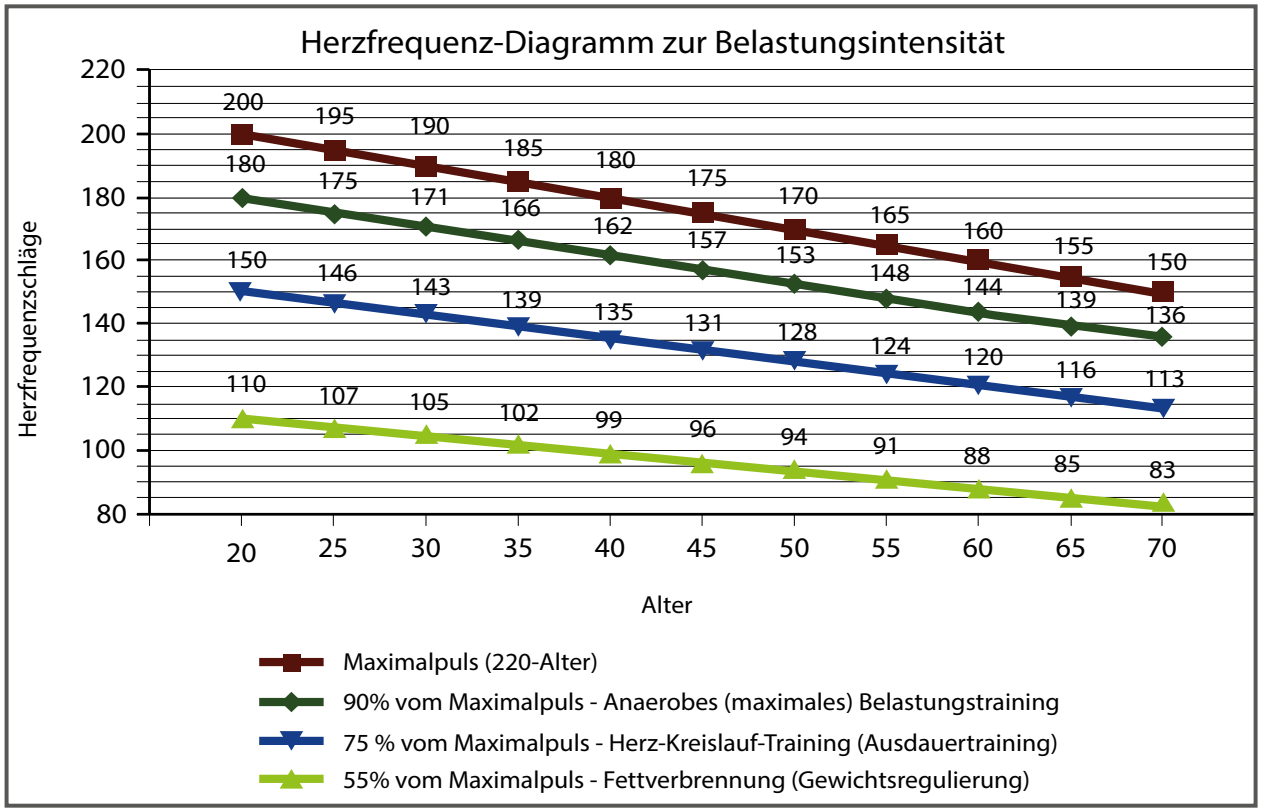
Fettverbrennung (Gewichtsregulierung): Das Hauptziel besteht darin, Fettdepots zu verbrennen. Um dieses Trainingsziel zu erreichen, ist eine *niedrige Trainingsintensität* (ca. 55% der max. Herzfrequenz) und eine *längere Trainingsdauer* angebracht.

Herz-Kreislauf-Training (Ausdauertraining): Das primäre Ziel besteht darin, die Ausdauer und Fitness mittels einer verbesserten Bereitstellung von Sauerstoff durch das Herz-Kreislauf-System zu steigern. Um dieses Trainingsziel zu erreichen, ist eine mittlere Intensität (ca. 75% der max. Herzfrequenz) bei *mittlerer Trainingsdauer* notwendig.

Anaerobes (maximales) Belastungstraining: Das Hauptziel des maximalen Belastungstrainings besteht darin, die Erholung nach kurzen, intensiven Belastungen zu verbessern, um möglichst schnell in den aeroben Bereich zurückzukehren. Um dieses Trainingsziel zu erreichen, ist eine *hohe Intensität* (ca. 90% der max. Herzfrequenz) bei *kurzer, intensiver Belastung* nötig, der eine Erholungsphase folgt, um eine Ermüdung der Muskulatur zu verhindern.

Beispiel:
Für einen 45-Jährigen beträgt die max. Herzfrequenz 175 (220 - 45 = 175).

+ Die Fettverbrennungs - Zielzone (55%) liegt bei ca. 96 Schläge/Min. = (220 - Alter) x 0,55.
+ Die Ausdauer - Zielzone (75%) liegt bei ca. 131 Schläge/Min. = (220 - Alter) x 0,75.
+ Der maximale Herzfrequenzwert für ein anaerobes Belastungstraining (90%) liegt bei ca. 157 Schläge/Min. = (220 - Alter) x 0,9.



4.2 Trainingstagebuch

(Kopiervorlage)

Datum | Strecke | Zeit (Min.) | Widerstandsstufe | Trainingsgewicht | Ø Herzfrequenz | Kalorienverbrauch | Ich fühle mich ... | Körpergewicht

4.3 Drahtlosverbindung und Fitness-Apps

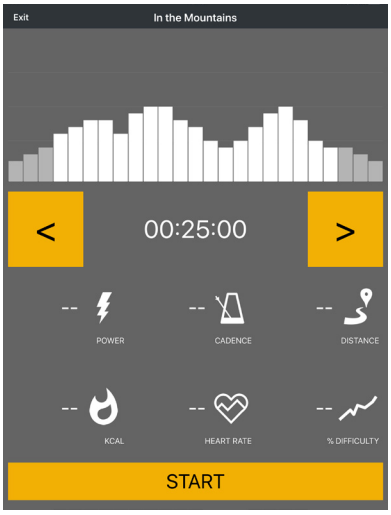
Die Konsole dieses Fitnessgeräts ist mit einer Drahtlos-Schnittstelle ausgestattet. Bitte beachten Sie, dass Ihr Mobilgerät mit der Drahtlos-Schnittstelle des Fitnessgeräts kompatibel sein muss.

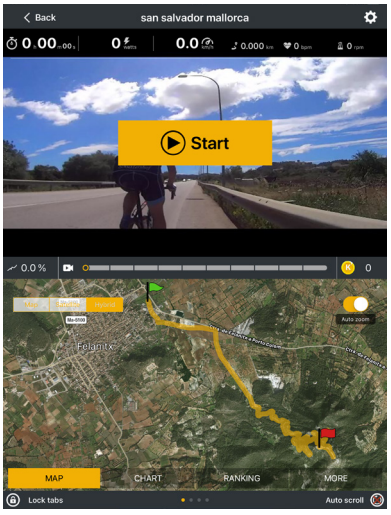
Um Trainingsapps zu nutzen, schalten Sie die Drahtlosverbindung an Ihrem Mobilgerät (Tablet oder Smartphone) ein und öffnen Sie die Fitness-App. Wählen Sie Ihr Fitnessgerät. Folgen Sie hierzu den Anweisungen in der App. Den Namen Ihres Gerätes finden Sie auf einem kleinen Aufkleber auf der Rückseite der Konsole.

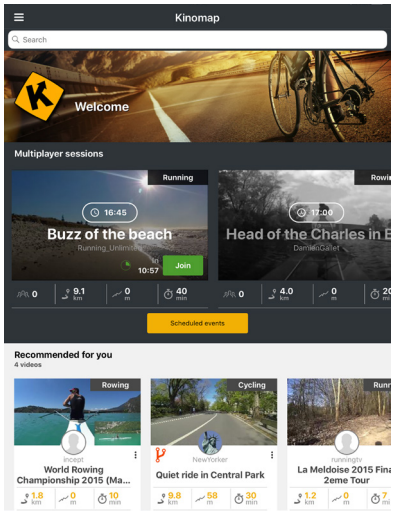
Trainingsapps finden Sie in den App Stores von google oder Apple. Dort finden Sie zum Beispiel die Apps „Kinomap“ oder „Zwift“. Bitte beachten Sie hierbei, dass es sich um Apps externer Hersteller handelt. Fitshop übernimmt keine Verantwortung für die Verfügbarkeit, Funktionalität oder die Inhalte dieser Programme.

ⓘ WICHTIGER HINWEIS

Entertainment-Apps unterliegen der Pflege durch Drittanbieter. Vorinstallierte Apps können durch Updates ersetzt, eingeschränkt oder entfernt werden. Änderungen daran begründen keinen Mangel im Sinne der gesetzlichen Gewährleistung. Um die Funktionalität der vorinstallierten Apps gewährleisten zu können, müssen diese regelmäßig aktualisiert werden. Die jeweilige App wird Ihnen dazu einen Hinweis geben. Um die Updates durchzuführen, brauchen Sie einen google-Account. Eine google E-Mail-Adresse reicht dafür. Um das jeweilige Update durchzuführen, folgen Sie dafür einfach den Anweisungen auf dem Display. Bitte beachten Sie, dass das System auf die vorinstallierten Apps abgestimmt ist. Installieren Sie keine weiteren Apps auf der Konsole. Bei diesen kann keine Funktionstüchtigkeit garantiert werden. Das Installieren weiterer Apps kann zu technischen Problemen führen.







Beispiel: Kinomap

5.1 Allgemeine Hinweise

⚠ **WARNUNG**

+ Der Lagerort sollte so gewählt werden, dass ein Missbrauch durch Dritte oder Kinder ausgeschlossen werden kann.
+ Sollte Ihr Gerät über keine Transportrollen verfügen, ist das Gerät vor dem Transport zu demontieren.

► **ACHTUNG**

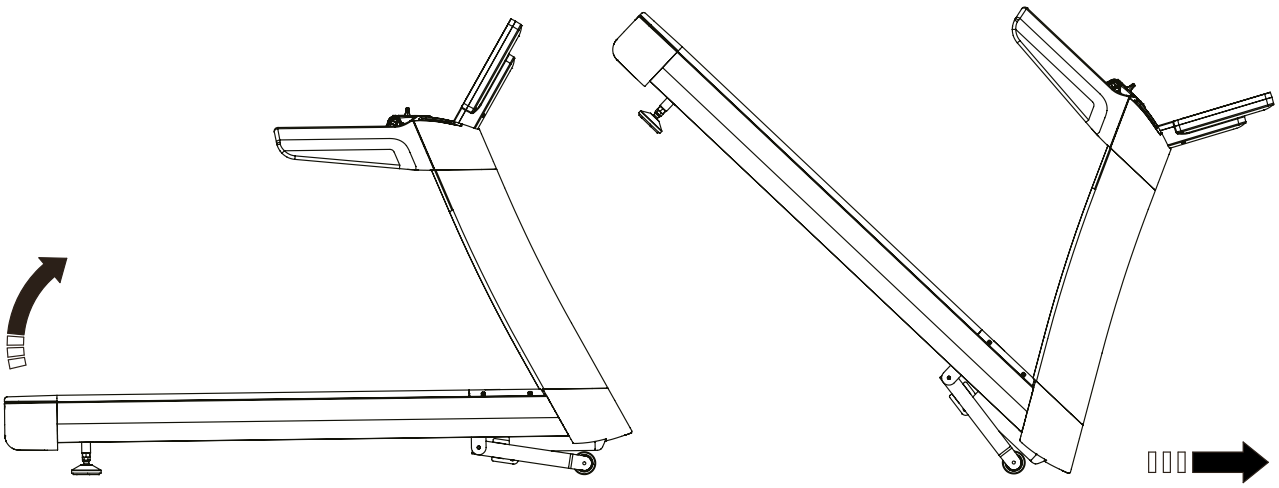
+ Stellen Sie sicher, dass das Gerät im ausgewählten Lagerort vor Nässe, Staub und Schmutz geschützt ist. Der Lagerort sollte trocken und gut belüftet sein und eine konstante Umgebungstemperatur zwischen 10°C und 35°C aufweisen.

5.2 Transportrollen

► **ACHTUNG**

Sollten Sie Ihr Gerät über besonders empfindlichen und weichen Bodenbelag, wie Parkett, Dielen oder Laminat transportieren wollen, legen Sie den Transportweg beispielsweise mit Karton oder Ähnlichem aus, um eventuelle Bodenschäden zu vermeiden.

1. Stellen Sie sich hinter das Gerät und heben Sie es an, bis das Gewicht auf die Transportrollen verlagert ist. Anschließend können Sie das Gerät leicht an eine neue Position schieben. Für weitere Transportstrecken sollte das Gerät abgebaut und sicher verpackt werden.
2. Wählen Sie den neuen Standort unter Beachtung der Anweisungen im Abschnitt 1.4 dieser Bedienungsanleitung.



6.1 Allgemeine Hinweise

⚠ **WARNUNG**

+ Nehmen Sie keine unsachgemäßen Veränderungen am Gerät vor.

⚠ **VORSICHT**

+ Beschädigte oder abgenutzte Bauteile können Ihre Sicherheit und die Lebensdauer des Geräts beeinträchtigen. Tauschen Sie deshalb beschädigte oder verschlissene Bauteile sofort aus. Wenden Sie sich in einem solchen Fall an den Vertragspartner. Bis zur Instandsetzung darf das Gerät nicht weiter benutzt werden. Verwenden Sie im Bedarfsfall nur originale Ersatzteile.

► **ACHTUNG**

+ Neben den hier aufgeführten Anweisungen und Empfehlungen zur Wartung und Pflege können zusätzliche Service- und/oder Reparaturleistungen nötig sein; diese sind nur von autorisierten Service-Technikern durchzuführen.

6.2 Störungen und Fehlerdiagnose

Das Gerät durchläuft in der Produktion regelmäßig Qualitätskontrollen. Dennoch können Störungen oder Fehlfunktionen am Gerät auftreten. Häufig sind Einzelteile für diese Störungen verantwortlich, ein Austausch ist meist ausreichend. Die häufigsten Fehler und deren Behebung entnehmen Sie bitte aus folgender Übersicht. Sollte das Gerät dennoch nicht ordnungsgemäß funktionieren, wenden Sie sich an Ihren Vertragspartner.

Fehler	Ursache	Behebung
Konsole reagiert nicht	Safety Key fehlt oder steckt nicht richtig	Prüfen ob Safety Key steckt und ggf. einsetzen
Laufmatte schief Schleifgeräusche	Laufmatte nicht zentriert	Laufmatte gemäß der Anleitung zentrieren
Laufmatte rutscht durch/stoppt	Bandspannung/Schmierung nicht in Ordnung	Bandspannung/Schmierung gemäß der Anleitung prüfen
Display zeigt nichts an/funktioniert nicht	+ Unterbrochene Stromzufuhr + Kabelverbindung lose	+ Netzschalter auf ein/on + Prüfen ob Safety Key steckt + Kabelverbindungen überprüfen
Keine Pulsanzeige	+ Störquellen im Raum + ungeeigneter Brustgurt + Position des Brustgurtes falsch + Brustgurt defekt oder Batterie leer + Pulsanzeige defekt	+ Störquellen beseitigen (z.B. Handy, WLAN, Rasenmäher- und Staubsaugerroboter, etc. …) + Geeigneten Brustgurt verwenden (siehe ZUBEHÖR-EMPFEHLUNG) + Brustgurt neu positionieren und/ oder Elektroden befeuchten + Batterien wechseln + Prüfen ob Pulsanzeige per Handpuls möglich

6.3 Fehlercodes und Fehlersuche

Die Elektronik des Gerätes führt kontinuierlich Tests durch. Bei Abweichungen erscheint auf dem Display ein Fehlercode und der normale Betrieb wird zu Ihrer Sicherheit gestoppt.

Bitte kontaktieren Sie den Vertragspartner für den technischen Kundendienst.

6.4 Pflege und Wartung

Die wichtigste Wartungsmaßnahme ist die Pflege der Laufmatte. Hierzu gehört die Justierung, das Nachspannen sowie die Schmierung der Laufmatte. Schäden, die aufgrund mangelnder oder unterlassener Pflege entstehen, werden nicht durch die Garantie abgedeckt. Nehmen Sie daher in regelmäßigen Abständen Wartungskontrollen vor. Gehen Sie bei der Bandjustierung und -straffung sehr sorgfältig vor, da eine starke Über- oder Unterspannung zu Schäden am Gerät führen kann. Die Laufmatte wird im Werk vor der Auslieferung vorschriftsmäßig eingestellt. Es kann jedoch vorkommen, dass die Laufmatte beim Transport verrutscht.

Durch Einscannen des QR-Codes mit der Kamerafunktion oder QR-Code Scanner App Ihres Smartphones/Tablets öffnet sich ein Video zur allgemeinen Wartung eines Laufbands auf YouTube. Das Video dient zur Veranschaulichung der in dieser Anleitung beschriebenen Wartungspunkte.

Bitte beachten Sie, dass das Video womöglich nicht in Ihrer Sprache bzw. mit entsprechenden Untertiteln verfügbar ist.

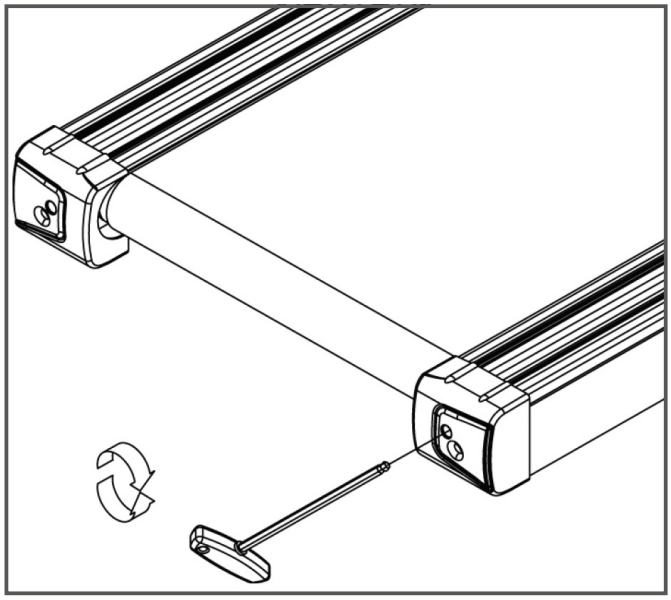
Falls Sie QR-Codes nicht scannen können, können Sie jegliche Videos von Fitshop auf YouTube aufrufen, indem Sie zuerst YouTube öffnen und dort im Suchfeld "Fitshop" eingeben.

6.4.1 Justierung der Laufmatte

Während des Trainings sollte die Laufmatte möglichst mittig und gerade laufen. Je nach Beanspruchung und Belastung kann sich die Ausrichtung der Laufmatte ändern. Ein weiterer Grund kann die Positionierung des Gerätes auf einer unebenen Fläche sein.

⚠ **VORSICHT**
Bei der folgenden Wartung darf sich niemand auf dem Laufband befinden!

1. Lassen Sie das Gerät mit einer Geschwindigkeit von ca. 5 km/h laufen.
2. Falls die Laufmatte nach links abweicht, drehen Sie die linke Einstellschraube am hinteren Ende des Gerätes max. eine ¼ Umdrehung im Uhrzeigersinn und die rechte Einstellschraube max. eine ¼ Umdrehung gegen den Uhrzeigersinn.
3. Falls die Laufmatte nach rechts abweicht, drehen Sie die rechte Einstellschraube am hinteren Ende des Gerätes max. eine ¼ Umdrehung im Uhrzeigersinn und die linke Einstellschraube max. eine ¼ Umdrehung gegen den Uhrzeigersinn.
4. Beobachten Sie anschließend den Lauf der Matte für ca. 30 Sekunden, da die Veränderung nicht sofort sichtbar wird.
5. Wiederholen Sie den Vorgang solange, bis die Laufmatte wieder gerade läuft. Sollte sich die Laufmatte nicht justieren lassen, kontaktieren Sie bitte Ihren Vertragspartner.



6.4.2 Nachspannen der Laufmatte

Sollte die Laufmatte während des Betriebes über die Laufrollen rutschen (wenn dies der Fall ist, entsteht ein spürbares Rucken während des Laufens), muss die Laufmatte nachgespannt werden.

In den meisten Fällen ist für die Ursache für das Wegrutschen eine Dehnung der Matte durch Benutzung. Dies ist völlig normal.

ⓘ **HINWEIS**
Das Nachspannen wird über dieselben Einstellschrauben, die auch bei der Justierung genutzt werden, ausgeführt.

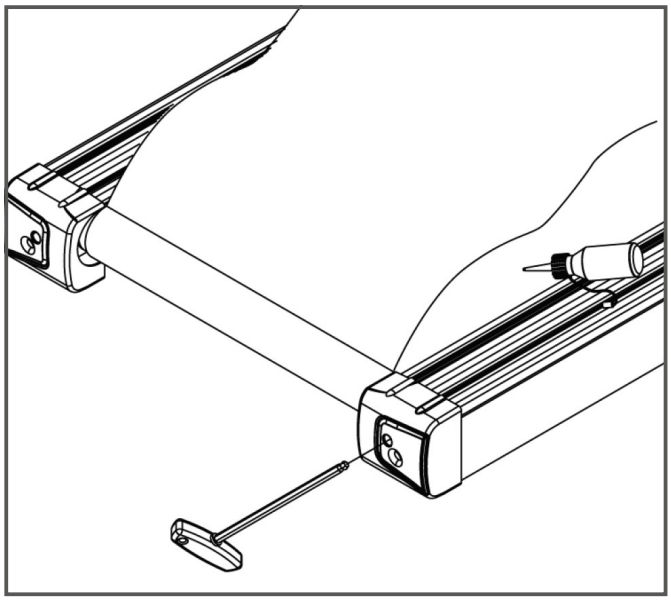
1. Lassen Sie das Gerät mit einer Geschwindigkeit von 5km/h laufen.
2. Drehen Sie die linke und rechte Einstellschraube direkt aufeinander folgend max. eine ¼ Umdrehung im Uhrzeigersinn.
3. Kontrollieren Sie anschließend, ob die Laufmatte weiterhin durchrutscht. Ist dies der Fall, müssen Sie den beschriebenen Vorgang erneut durchführen.

6.4.3 Schmierung der Laufmatte

Ist die Laufmatte nicht ausreichend geschmiert, nimmt die Reibung deutlich zu und dies führt zu einem starken Verschleiß von Endlosband, Laufplatte, Motor und Platine. Wenn Sie eine erhöhte Reibung der Laufmatte spüren, ist dies ein Indiz dafür, dass Sie eine Schmierung der Matte vornehmen sollten. Eine Schmierung sollte aber mindestens alle 3 Monate oder alle 50 Betriebsstunden erfolgen. Je nachdem, welcher Fall zuerst eintritt.

ⓘ **HINWEIS**
Sollte Ihr Laufband mit einem Klappmechanismus ausgestattet sein, können Sie die Schmierung auch im geklappten Zustand durchführen.

1. Heben Sie die Laufmatte leicht an.
2. Geben Sie etwas Silikonöl oder Silikonspray auf das gesamte Laufdeck und verteilen Sie es gleichmäßig.
3. Drehen Sie das Band per Hand weiter, so dass anschließend die gesamte Fläche zwischen Endlosband und Laufplatte geschmiert ist.
4. Wischen Sie das überschüssige Silikonöl bzw. Silikonspray ab.



ⓘ **HINWEIS**
Nach längerer Nichtbenutzung des Gerätes muss diese Wartung ebenfalls vorgenommen werden.

6.5 Wartungs- und Inspektionskalender

Um Beschädigungen durch Körperschweiß zu vermeiden, muss das Gerät nach jeder Trainingseinheit mit einem feuchten Handtuch (keine Lösungsmittel!) gereinigt werden.

Folgende Routinearbeiten sind in den angegebenen Zeitabständen durchzuführen:

Teil	Wöchentlich	Monatlich	Vierteljährlich
Display Konsole	R	I	
Bandspannung			I
Bandschmierung			I
Kunststoffabdeckungen	R	I	
Schrauben & Kabelverbindungen			I
Legende: R = Reinigen; I = Inspizieren			

7 ENTSORGUNG

Dieses Gerät darf am Ende seiner Lebensdauer nicht über den normalen Haushaltsmüll entsorgt werden, sondern muss an einem Sammelpunkt für das Recycling von elektrischen und elektronischen Geräten abgegeben werden. Nähere Informationen erhalten Sie bei der zuständigen Entsorgungsstelle Ihrer Gemeindeverwaltung.

Die Werkstoffe sind gemäß ihrer Kennzeichnung wiederverwertbar. Mit der Wiederverwendung, der stofflichen Verwertung oder anderen Formen der Verwertung von Altgeräten leisten Sie einen wichtigen Beitrag zum Schutze der Umwelt.

8 ZUBEHÖR-EMPFEHLUNG

Um Ihr Trainingserlebnis noch angenehmer, effektiver und schöner zu gestalten, empfehlen wir Ihnen, Ihr Fitnessgerät um passendes Zubehör zu ergänzen. Für Crosstrainer kann das zum Beispiel eine **Bodenmatte** sein, die Ihr Fitnessgerät sicherer stehen lässt und den Boden vor Schweiß schützt oder auch ein **Silikonspray**, um bewegliche Teile gut in Schuss zu halten.

Wenn Sie ein Fitnessgerät mit Pulstraining erworben haben und Sie herzfrequenzorientiert trainieren wollen, empfehlen wir Ihnen unbedingt die Nutzung eines kompatiblen **Brustgurtes**, da so eine optimale Übertragung der Herzfrequenz gegeben ist.

Unser Sortiment an Zubehör bietet höchste Qualität und macht das Training noch besser. Wenn Sie sich über kompatibles Zubehör informieren möchten, gehen Sie am besten in unserem Webshop auf die Detailseite des Produktes (am einfachsten geben Sie dafür die Artikelnummer im Suchfeld oben ein) und fahren auf dieser Seite dann zum empfohlenen Zubehör. Alternativ können Sie den zur Verfügung gestellten QR-Code nutzen. Sie können sich natürlich auch an unseren Kundenservice wenden: telefonisch, per E-Mail, in einer unserer Filialen oder über unsere Social-Media-Kanäle. Wir beraten Sie gerne!

Brustgurt

Bodenmatte

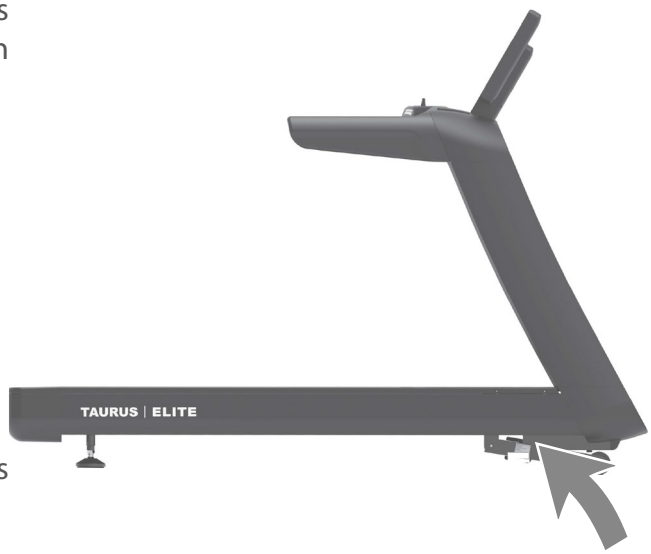
Silikonspray

Kontaktgel

9.1 Seriennummer und Modellbezeichnung

Um Ihnen den bestmöglichen Service bieten zu können, halten Sie bitte **Modellbezeichnung**, **Artikelnummer**, **Seriennummer**, **Explosionszeichnung** und **Teileliste** bereit. Die entsprechenden Kontaktmöglichkeiten finden Sie in Kapitel 11 dieser Bedienungsanleitung.

ⓘ **HINWEIS**
Die Seriennummer Ihres Geräts ist einmalig. Sie befindet sich auf einem weißen Aufkleber. Die genaue Position dieses Aufklebers entnehmen Sie bitte der folgenden Abbildung.



Tragen Sie die Seriennummer in das entsprechende Feld ein.

Seriennummer:

Marke / Kategorie:

Taurus / Laufband

Modellbezeichnung:

Taurus Elite Treadmill

Artikelnummer:

TF-ETM

9.2 Teileliste

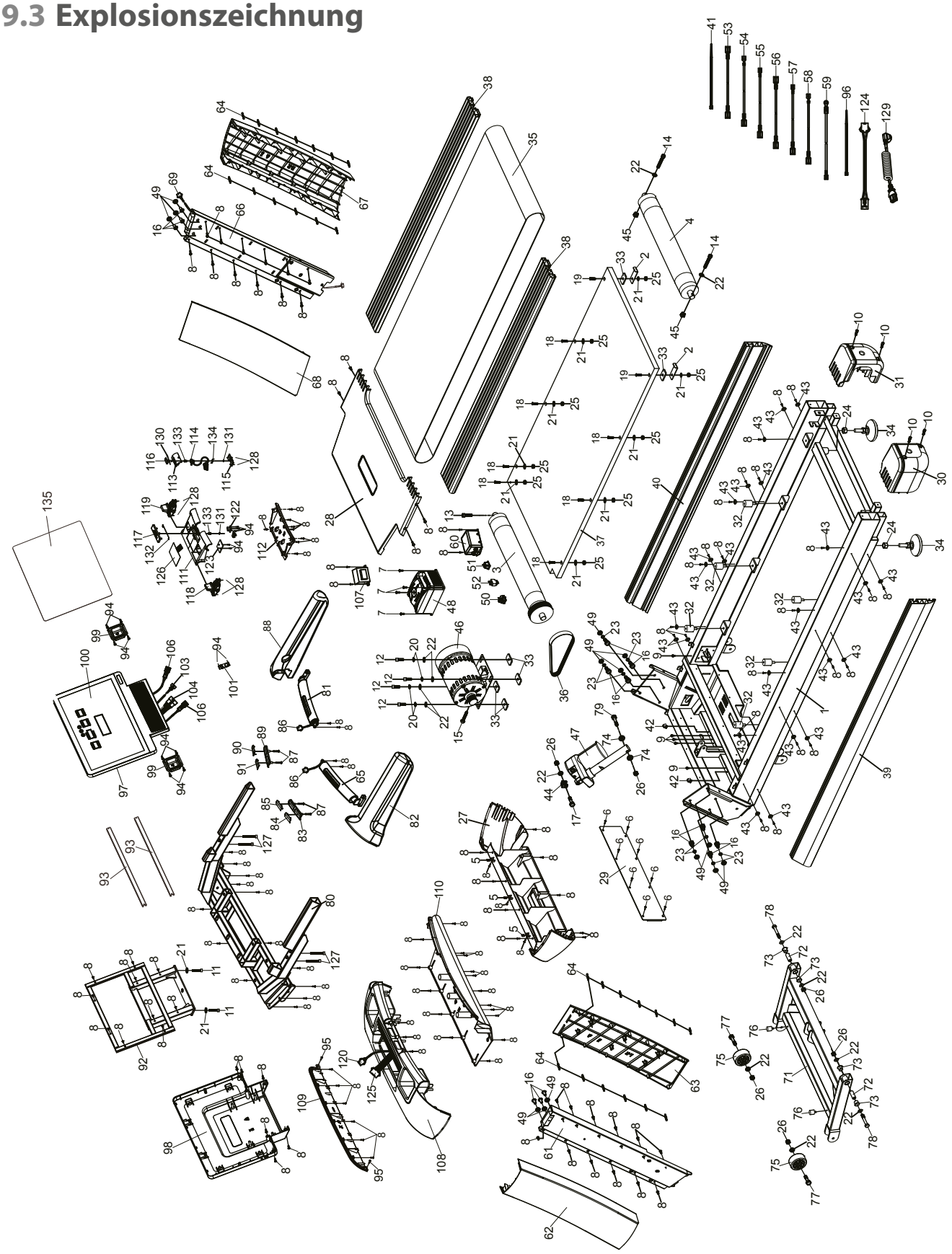
Nr.	Bezeichnung (ENG)	Anz.
1	MAIN FRAME	1
2	MOUNTING PLATE	2
3	FRONT ROLLER Φ115xΦ90x678mm	1
4	REAR ROLLER Φ90xΦ25x662mm	1
5	U SHAPE CAP	3
6	SCREW ST5x12mm	8
7	SCREW M5x10mm	7
8	SCREW ST3.9x14mm	130
9	SCREW M4x10mm	5
10	SCREW M6x16mm	4
11	SCREW M8x40mm	2
12	SCREW M10x25mm	4
13	SCREW M10x40mm	1
14	SCREW M10x90mm	2
15	SCREW M8x40mm	1
16	SCREW M10x25mm	14
17	SCREW M10x50mm	1
18	SCREW M8x40mm	6
19	SCREW M8x50mm	2
20	SPRING WASHER Φ10x2.5T	13
21	WASHER Φ8.5xΦ17x2T	10
22	WASHER Φ10xΦ20x2T	13
23	SPRING WASHER Φ10x2.5T,BLACK	8
24	NUT M6x12T	2
25	NUT M8x7T	8
26	NUT M10x10T	6
27	MOTOR FRONT COVER	1
28	MOTOR COVER	1
29	DUST PROOF COVER	1
30	REAR LEFT COVER	1
31	REAR RIGHT COVER	1
32	SHOCK ABSORBING PAD	6

33	CUSHION PAD	6
34	ADJUSTED PAD	2
35	RUNNING BELT	1
36	BELT	1
37	RUNNING BOARD	1
38	UP STRIP COVER	2
39	SIDE STRIP LEFT COVER	1
40	SIDE STRIP RIGHT COVER	1
41	STRAP	6
42	STRAP	2
43	FIXING CLIP	24
44	INCLINE FRAME PAD	1
45	ADJUSTING RING	2
46	MOTOR	1
47	INCLINE MOTOR	1
48	VARIABLE FREQUENCY DRIVE	1
49	WASHER Φ10xΦ20x2T,BLACK	18
50	BOAT-SHAPED POWER SWITCH	1
51	CONCAVE PLUG	1
52	OVERLOAD PROTECTOR	1
53	BLUE CONNECTING WIRE 500mm	1
54	BLUE CONNECTING WIRE 300mm	1
55	BLUE CONNECTING WIRE 100mm	1
56	BROWN CONNECTING WIRE 100mm	1
57	BROWN CONNECTING WIRE 400mm	1
58	POWER GROUNDING WIRE 150mm	1
59	POWER GROUNDING WIRE 100mm	1
60	FILTER	1
61	LEFT SUPPORTING TUBE	1
62	LEFT OUTER SIDE COVER	1
63	LEFT INNER SIDE COVER	1
64	CHAIN COVER STICK	26
65	FOAMED MIDDLE LEFT HANDLE	1
66	RIGHT SUPPORTING TUBE	1

67	RIGHT OUTER SIDE TUBE	1
68	RIGHT INNER SIDE TUBE	1
69	CONNECTING WIRE 1800mm	1
71	INCLINE FRAME	1
72	INCLINE FRAME TUBE	2
73	PLASTIC BEARING	4
74	PLASTIC WASHER COVER	2
75	INCLINE WHEEL	2
76	CUSHION PAD	2
77	SCREW M10x65mm	2
78	SCREW M10x70mm	2
79	SCREW M10x75mm	1
80	CONSOLE SUPPORTING FRAME	1
81	FOAMED MIDDLE RIGHT HANDLE	1
82	FOAMED LEFT HANDLE	1
83	LEFT HAND GRIP HEART RATE BASEMENT	1
84	LEFT HAND GRIP OUTER STEEL PLATE	1
85	LEFT HAND GRIP INNER STEEL PLATE	1
86	CONNECTING WIRE 1200mm	2
87	SCREW ST3.9x25mm	4
88	FOAMED RIGHT HANDLE	1
89	RIGHT HAND GRIP HEART RATE BASEMENT	1
90	RIGHT HAND GRIP OUTER STEEL PLATE	1
91	RIGHT HAND GRIP INNER STEEL PLATE	1
92	CONSOLE PANEL FIXING FRAME	1
93	CONSOLE FIXING TUBE	2
94	SCREW ST2.9x8mm	15
95	SCREW ST3.9x10mm	2
96	STRAP	2
97	CONSOLE UPPER COVER	1
98	CONSOLE BOTTON COVER	1
99	SPEAKER COVER	2
100	CONSOLE-LED	1
101	USB PANEL	1

103	CONNECTING WIRE 500mm	1
104	CONNECTING WIRE 600mm	1
106	CONNECTING WIRE 600mm	2
107	INDUCTOR	1
108	CONSOLE UPPER COVER	1
109	CONSOLE DECORATION COVER	1
110	CONSOLE BOTTOM COVER	1
111	SAFTY SWITCH BOX UPPER COVER	1
112	SAFTY SWITCH BOX BOTTOM COVER	1
113	RECOVERING SWITCH COVER	1
114	RECOVERING SWITCH BASEMENT	1
115	RECOVERING FIXING BASEMENT	1
116	RECOVERING SWITCH BUTTON	1
117	URGENT STOP BUTTOM	1
118	INCLINE SWITCH ASSEMBLY	1
119	SPEED SWITCH ASSEMBLY	1
120	CONNECTING WIRE 800mm	1
122	URGENT STOP BUTTOM ASSEMBLY	1
123	URGENT STOP PANEL	1
124	CONNECTING WIRE 500mm	1
125	CONNECTING WIRE 300mm	1
126	FILM BUTTOM STICKER	1
127	SCREW M6x20mm	4
128	SCREW ST2.9x12mm	6
129	CONNECTING WIRE 1800mm	1
130	POSITIONING PLUG	1
131	C CLIP Φ6	2
132	SPRING	1
133	SPRING	2
134	SPRING	1
135	OVERLAY	1

9.3 Explosionszeichnung



136	STICKER	1
137	STICKER	1
138	STICKER	1
139	STICKER	1
140	STICKER	2
141	STICKER	1
142	STICKER	1

10 GARANTIE

Produkte von TAURUS® unterliegen einer strengen Qualitätskontrolle. Sollte ein bei uns gekauftes Fitnessgerät dennoch nicht einwandfrei funktionieren, bedauern wir dies sehr und bitten Sie, sich an unseren aufgeführten Kundendienst zu wenden. Gerne stehen wir Ihnen telefonisch über die Technik-Hotline zur Verfügung.

Fehlerbeschreibungen
Ihr Trainingsgerät wurde so entwickelt, dass es dauerhaft ein hochwertiges Training ermöglicht. Sollte dennoch ein Problem auftreten, lesen Sie bitte zuerst die Bedienungsanleitung.

Zur weiteren Problemlösung, wenden Sie sich bitte an Ihren Vertragspartner oder rufen Sie unsere kostenlose Service-Hotline an. Zur schnellstmöglichen Problemlösung beschreiben Sie den Fehler bitte so genau wie möglich.

Zusätzlich zur gesetzlichen Gewährleistung gewähren wir Ihnen eine Garantie auf alle bei uns gekauften Fitnessgeräte nach Maßgabe der nachfolgenden Bestimmungen.

Ihre gesetzlichen Rechte werden hierdurch nicht eingeschränkt.

Garantieinhaber
Garantieinhaber ist der Erstkäufer bzw. jede Person, die ein neu gekauftes Produkt von einem Erstkäufer als Geschenk erhalten hat.

Garantiezeiten
Ab Übergabe des Trainingsgerätes übernehmen wir die in unserem Webshop hinterlegten Garantiezeiten. Die für Ihr Trainingsgerät entsprechenden Garantiezeiten finden Sie auf jeweiligen Produktseite.

Instandsetzungskosten
Nach unserer Wahl erfolgt entweder eine Reparatur, ein Austausch von beschädigten Einzelteilen oder ein Komplett-Austausch. Ersatzteile, welche beim Geräteaufbau selbst anzubringen sind, sind vom Garantienehmer selbst zu tauschen und sind nicht Bestandteil der Instandsetzung. Nach Ablauf der Garantiezeit liegt die Verantwortung für Teile-, Instandsetzungs-, Reparatur-, Einbau- und Versandkosten beim Garantienehmer.

Die Benutzungszeiten werden wie folgt deklariert:

+ Heimgebrauch: ausschließlich private Nutzung nur im Privathaushalt bis zu 3 Std. täglich
+ Semiprofessionelle Nutzung: bis zu 6 Std. täglich (z.B. Reha, Hotels, Vereine, Firmenfitness)
+ Professionelle Nutzung: mehr als 6 Std. täglich (z.B. Fitness-Studio)

Garantie-Service
Während der Garantiezeit werden Geräte, die aufgrund von Material- oder Fabrikationsfehlern Defekte aufweisen, nach unserer Wahl repariert oder ersetzt. Ausgetauschte Geräte oder Teile von Geräten gehen in unser Eigentum über. Die Garantieleistungen bewirken weder eine Verlängerung der Garantiezeit, noch setzen sie eine neue Garantie in Gang.

Garantiebedingungen
Zur Geltendmachung der Garantie sind folgende Schritte erforderlich:

Setzen Sie sich bitte per E-Mail oder Telefon mit dem Kundendienst in Verbindung. Falls das Produkt in der Garantie zwecks Reparatur eingeschickt werden muss, übernimmt der Verkäufer die Kosten. Nach Ablauf der Garantie trägt der Käufer die Transport- und Versicherungskosten. Wenn der Defekt im Rahmen unserer Garantieleistung liegt, erhalten Sie ein repariertes oder neues Gerät zurück.

Garantieansprüche sind ausgeschlossen bei Schäden durch:

+ missbräuchliche oder unsachgemäße Behandlung
+ Umwelteinflüsse (Feuchtigkeit, Hitze, Überspannung, Staub etc.)
+ Nichtbeachtung der für das Gerät geltenden Sicherheitsvorkehrungen
+ Nichtbeachtung der Bedienungsanleitung
+ Gewaltanwendung (z. B. Schlag, Stoß, Fall)
+ Eingriffe, die nicht von der von uns autorisierten Serviceadresse vorgenommen wurden
+ eigenmächtige Reparaturversuche

Kaufbeleg und Seriennummer
Bitte achten Sie darauf, die entsprechende Rechnung im Garantiefall vorlegen zu können. Damit wir Ihre Modellversion eindeutig identifizieren können sowie für unsere Qualitätskontrolle benötigen wir in jedem Service-Fall die Angabe der Geräte-Seriennummer. Bitte halten Sie die Seriennummer sowie Kundennummer möglichst schon bei Anruf unserer Service-Hotline bereit. Dies erleichtert eine zügige Bearbeitung.

Falls Sie Probleme haben, die Seriennummer an Ihrem Trainingsgerät zu finden, stehen Ihnen unsere Service-Mitarbeiter mit weiteren Auskünften bereit.

Service außerhalb der Garantie
Auch in Fällen eines Mangels an Ihrem Trainingsgerät nach Ablauf der Garantie oder in Fällen, welche nicht in der Gewährleistung eingeschlossen sind, wie z.B. normale Abnutzung stehen wir Ihnen gerne für ein individuelles Angebot zur Verfügung. Wenden Sie sich bitte an unseren Kundendienst, um eine schnelle und kostengünstige Problemlösung zu finden. In diesem Fall gehen die Versandkosten zu Ihren Lasten.

Kommunikation
Viele Probleme können bereits durch ein Gespräch mit uns als Ihrem Fachhändler gelöst werden. Wir wissen, wie wichtig Ihnen als Nutzer des Trainingsgerätes die schnelle und unkomplizierte Problembehebung ist, damit Sie ohne große Unterbrechungen mit Freude trainieren können. Darum sind auch wir an einer schnellen und unbürokratischen Lösung Ihrer Anfrage interessiert. Halten Sie daher bitte Ihre Kundennummer sowie die Seriennummer des defekten Gerätes bereit.

11 KONTAKT

DE

TECHNIK

+49 4621 4210-900
+49 4621 4210-698
technik@fitshop.de
Öffnungszeiten entnehmen Sie unserer Homepage.

SERVICE

0800 20 20277 (kostenlos)
04621 4210 - 0
info@fitshop.de
Öffnungszeiten entnehmen Sie unserer Homepage: https://stg.fit/statita

DK

TEKNIK OG SERVICE

80 90 16 50
+49 4621 4210-945
info@fitshop.dk
Åbningstider kan findes på hjemmesiden: https://stg.fit/statit7

EN

CUSTOMER SUPPORT

00800 2020 2772
+494621 4210 944
service@fitshop.com
You can find the opening hours on our homepage: https://fsg.fit/en

FR

TECHNIQUE & SERVICE

+33 (0) 189 530984
+49 4621 42 10 933
info@fitshop.fr
Vous trouverez les heures d'ouverture sur notre site Internet: https://stg.fit/statit4

BE

TECHNIQUE & SERVICE

02 732 46 77
+49 4621 4210 933
info@fitshop.be
Vous trouverez les heures d'ouverture sur notre site Internet: https://stg.fit/statit8

ES

TECNOLOGÍA Y SERVICIOS

38 805 790
info@fitshop.es
Consulta nuestro horario de apertura en la página web: https://stg.fit/statit5

NL

TECHNISCHE DIENST & SERVICE

+31 172 619961
service@fitshop.nl
De openingstijden vindt u op onze homepage: https://stg.fit/statit3

INT

TECHNICAL SUPPORT & SERVICE

+49 4621 4210-944
service-int@fitshop.de
You can find the opening hours on our homepage: https://stg.fit/statita

PL

DZIAŁ TECHNICZNY I SERWIS

22 307 43 21
+49 4621 42 10-948
info@fitshop.pl
Godziny otwarcia można znaleźć na stronie głównej: https://stg.fit/statit6

AT

TECHNIK & SERVICE

0800 20 20277 (Freecall)
+49 4621 42 10-0
info@fitshop.at
Öffnungszeiten entnehmen Sie unserer Homepage: https://stg.fit/statitb

CH

TECHNIK & SERVICE

0800 202 027
+49 4621 42 10-0
info@fitshop.ch
Öffnungszeiten entnehmen Sie unserer Homepage: https://stg.fit/statit9

Auf dieser Webseite finden Sie eine detaillierte Übersicht inkl. Anschrift und Öffnungszeiten für alle Filialen der Fitshop Group im In- sowie im Ausland:

https://www.fitshop.de/uebersicht-der-filialen

WIR LEBEN FITNESS

WEBSHOP UND SOCIAL MEDIA

Fitshop ist mit über 70 Filialen Europas größter Fachmarkt für Heimfitnessgeräte und weltweit einer der renommiertesten Online-Versandhändler für Fitness-Equipment. Privatkunden bestellen über die 25 Webshops der jeweiligen Landessprache oder lassen sich ihre Wunschgeräte vor Ort zusammenstellen. Darüber hinaus beliefert das Unternehmen Fitnessstudios, Hotels, Sportvereine, Firmen und Physio-Praxen mit professionellen Geräten für Ausdauer- und Krafttraining.

Fitshop bietet eine breite Palette an Fitnessgeräten namhafter Hersteller, hochwertige Eigenentwicklungen und umfangreiche Serviceleistungen, z. B. einen Aufbauservice und eine sportwissenschaftliche Beratung vor und nach dem Kauf. Dafür beschäftigt das Unternehmen zahlreiche Sportwissenschaftler, Fitnesstrainer und Leistungssportler.

Besuchen Sie uns doch auch auf unseren Social Media Kanälen oder unserem Blog!

FIT SHOP
www.fitshop.de
www.fitshop.de/blog

www.facebook.com/fitshopgroup

www.instagram.com/fitshopgroup/

https://stg.fit/YouTube_DE

TAURUS®

ELITE TREADMILL