

**Trekkrunner®**

**Konsumentkontakt  
Arc E-commerce AB  
Box 3124  
13603 Haninge  
Sverige**

**Trekkrunner®**

**INSTRUKTIONSANVISNING  
TRÄNINGSDATOR**

★★★★★ TREADMILL  
★★★★★ TR-2600



# Innehåll

Säkerhetsåtgärder & varningar	02
Sprängskiss	06
Maskinens delar	07
Produktpresentation	08
Montering	10
Hur du byter säkring	11
Justering av hopfällningsspakens motstånd	11
Träningstips och riktlinjer	12
Användarinstruktioner	14
Vanliga fel och hur du åtgärdar dem	16
Underhåll	17
Service och garanti	18

## 1. Säkerhetsåtgärder & varningar

OBS! Läs igenom instruktionsanvisningen noggrant före användning och var uppmärksam på nedanstående säkerhetsåtgärder.

- ★ Löpbandet ska användas inomhus och får inte utsättas för fukt, stänkvatten eller placeras på något olämpligt underlag.
- ★ Använd lämpliga träningskläder och träningskor vid träningen. Var inte barfota på löpbandet och se till att hålla kroppen upprätt.
- ★ Nätkontakten ska anslutas till ett jordat vägguttag som inte delas med annan elutrustning.
- ★ Barn ska inte vistas i närheten av maskinen p.g.a. skaderisken.
- ★ Överbelasta inte maskinen. Det kan leda till att motorn eller styrsystemet skadas. Lagret, löpbandet och löpplattan utsätts för slitage och åldras. Följ de underhållsintervall som anges.
- ★ Försök minska risken för ansamling av damm och försök bevara en normal luftfuktighet inomhus för att undvika störningar i den elektroniska mätaren. Undvik också kraftig statisk elektricitet av samma anledning. Kontrollera att fjärrkontrollen fungerar normalt.
- ★ Stäng av löpbandet när du tränat färdigt.
- ★ Se till att du har ren och frisk luften i rummet där du tränar.
- ★ Fäst säkerhetsbandets clip i dina kläder under träningen som en säkerhetsåtgärd. Om du känner obehag eller något onormalt under träningen, avbryt och kontakta din läkare.
- ★ Förvara silikonolja oåtkomligt för barn, eftersom ett oavsiktligt intag av silikonolja kan få allvarliga följder.

**VARNING: Konsultera en läkare innan du börjar använda löpbandet om du behandlas för någon medicinsk åkomma eller följande åkommor.**

- ★ Se till att dina kläder är knäppta och att dragkedjor uppdragna, innan du börjar använda löpbandet. Bär inga kläder som kan riskera fastna i motionsbandet.
- ★ Nätsladden får inte placeras nära något varmt föremål. Håll barn borta från löpbandet.
- ★ Använd inte löpbandet utomhus.
- ★ Du måste bryta strömmen (dra ut nätkontakten) innan du flyttar på löpbandet.
- ★ Du som lekman får inte öppna den övre skyddskåpan eller ändskydden på vänster eller höger sida utan tillåtelse från tillverkaren.
- ★ Löpbandet får bara användas tillsammans med 20 A säkring.
- ★ Endast en person får använda löpbandet åt gången.
- ★ Avbryt genast träningen om du känner av yrsel, bröstsmärtor, illamående eller svårigheter att andas under träningen och kontakta en träningsinstruktör.

## VARNING!

**Konsultera en läkare innan du börjar använda löpbandet om du behandlas för någon medicinsk åkomma eller följande åkommor.**

- (1) Ryggont just nu eller skador i benen, midjan eller nacken sedan tidigare. Detta gäller även om du har problem med benen.
- (2) Kroniska sjukdomar, som t.ex. diskbråck, kotförskjutning eller rygg- och nackbesvär
- (3) Abnormal people with osteoporosis.
- (4) Osteoporos
- (5) Cirkulationsrubbingar (hjärtsjukdom, kärlkramp, högt blodtryck).
- (6) Andningssvårigheter.
- (7) Maligna tumörer.
- (8) Medicineras för blodpropp, eller har en tumörsjukdom eller annan blodcirkulationsrubbing, hudinfektioner eller liknande symtom.
- (9) Perceptuella funktionshinder orsakade av diabetes eller kraftiga perifera cirkulationstörningar.
- (10) Hudskador.
- (11) Hög feber (38 °C eller mer) på grund av sjukdom och liknande.
- (12) Onormala eller deformerade handryggsben.
- (13) Är gravid alt. misstänker graviditet eller menstruerar.
- (14) Känner dig onormal och måste vila.
- (15) Är i tydligt dålig fysisk kondition.
- (16) Användning i rehabiliteringssyfte.
- (17) Om du känner obehag i vissa delar av kroppen som inte ingår i ovanstående.  
— Stor risk för att en olycka sker eller dålig hälsa som resultat.

◆ Avbryt genast träningen och kontakta din läkare om du känner av smärta i ryggen, domnande ben eller yrsel, om du upplever onormala hjärtslag eller annan kroppssmärta som skiljer sig från den normala, alternativt dålig koordinationsförmåga eller andra onormala känslor under träningen.

- ◆ Låt inte barn använda produkten eller leka intill den.  
— Risk för att de skadar sig.
- ◆ Låt inte barn leka med produkten.  
— Risk för att de skadar sig.
- ◆ Kontrollera att varken människor eller husdjur finns i närheten av maskinen när den används.

## Förbjudet

- ◆ Använd inte produkten om höljet spruckit, delat på sig (så den inre konstruktionen syns) eller om svetsningarna släppts.  
— Olycksrisk och risk för kroppsskador.

- ◆ Hoppa inte på löpbandet under träningen.  
— Risk för att fallskador.
- ◆ Använd inte maskinen i fuktiga utrymmen, som t.ex. utomhus, nära badrummet eller på andra platser där fukt förekommer.
- ◆ Använd inte maskinen på platser där direkt solljus eller hög värme förekommer, som t.ex. i närheten av spisen, värmeaggregat eller värmefiltar.  
— Risk för strömläckage och brand.
- ◆ Använd inte maskinen om nätsladden eller nätkontakten har skador eller om vägguttaget är löst.  
— Risk för elstöt, kortslutning och brand.
- ◆ Nätsladden får inte utsättas för skador eller böjas med våld. Inga tunga föremål får placeras på den och kläm den inte heller.  
— Brandrisk och risk för elstöt
- ◆ Endast en person får använda maskinen åt gången. Låt inte andra personer vistas i närheten när du använder maskinen.  
— Olycksrisk och risk för kroppsskador och fallskador.
- ◆ Använd inte maskinen om du inte har kroppskontroll och kontroll över användningen av maskinen.  
— Stor risk för att en olycka eller kroppsskador uppstår.

## Plocka inte isär löpbandet.

- ◆ Det är strängt förbjudet att plocka isär, självant reparera eller programmera om löpbandet.  
— Risk för kroppsskador orsakade av mekaniska fel.

## Undvik kontakt med vatten

- ◆ Spruta inte vatten eller någon annan elektriskt ledande vätska på maskinens grundram eller på dess drivande delar.  
— Risk för elektriska stöt och brand.

## Förbjudet

- ◆ Personer som inte är vana vid att träna, ska inte plötsligt börja utföra ansträngande träning direkt.
- ◆ Använd inte maskinen direkt efter en måltid eller om du är trött. Särskilt inte när du nyss tränat eller om ditt fysiska tillstånd är onormalt.  
— Risk för hälsoskador.
- ◆ Produkten är avsedd för hemmabruk. Använd den inte i skolan, på ett gym eller liknande där vem som helst kan komma åt den.  
— Risk för kroppsskador.
- ◆ Använd inte maskinen medan du äter, dricker eller utför andra aktiviteter än träningen.
- ◆ Använd inte maskinen om du druckit alkohol.  
— Stor olycksrisk och risk för kroppsskador.
- ◆ Ha inga hårda föremål i fickorna under träningen.  
— Stor olycksrisk och risk för kroppsskador.

- ◆ Använd inte nätkontakten om nålar eller skräp fastnat på den, eller om det finns vatten på den.  
—Risk för elektriska stötar. Kortslutning och brand.
- ◆ Dra inte ut nätkontakten eller slå av strömbrytaren under användning av maskinen.  
—Risk för kroppsskador.

## Använd aldrig maskinen med våta händer

- ◆ Dra aldrig ut nätkontakten med våta händer.  
—Stor risk för elstötar eller kroppsskador.

## Dra ut nätkontakten

- ◆ Dra ut nätkontakten ur vägguttaget när maskinen inte används.  
—Damm och fukt kan göra att isoleringen inte fungerar fullt ut och leda till strömläckage och brand.
- ◆ Dra alltid ut nätkontakten ur vägguttaget före underhåll av maskinen.  
—Risk för elstötar och kroppsskador.
- ◆ Avbryt användningen om maskinen inte startar eller fungerar som den ska. Dra genast ut nätkontakten och lämna den för undersökning och reparation.  
—Risk för elstötar och kroppsskador.
- ◆ Dra genast ur nätkontakten vid elavbrott.  
—Stor risk för att olyckor eller kroppsskador uppstår när strömmen kommer tillbaka.
- ◆ Dra inte i nätsladden. Håll i nätkontakten när du drar ut nätsladden ur vägguttaget.  
—Risk för kortslutning. Elstötar och brand.

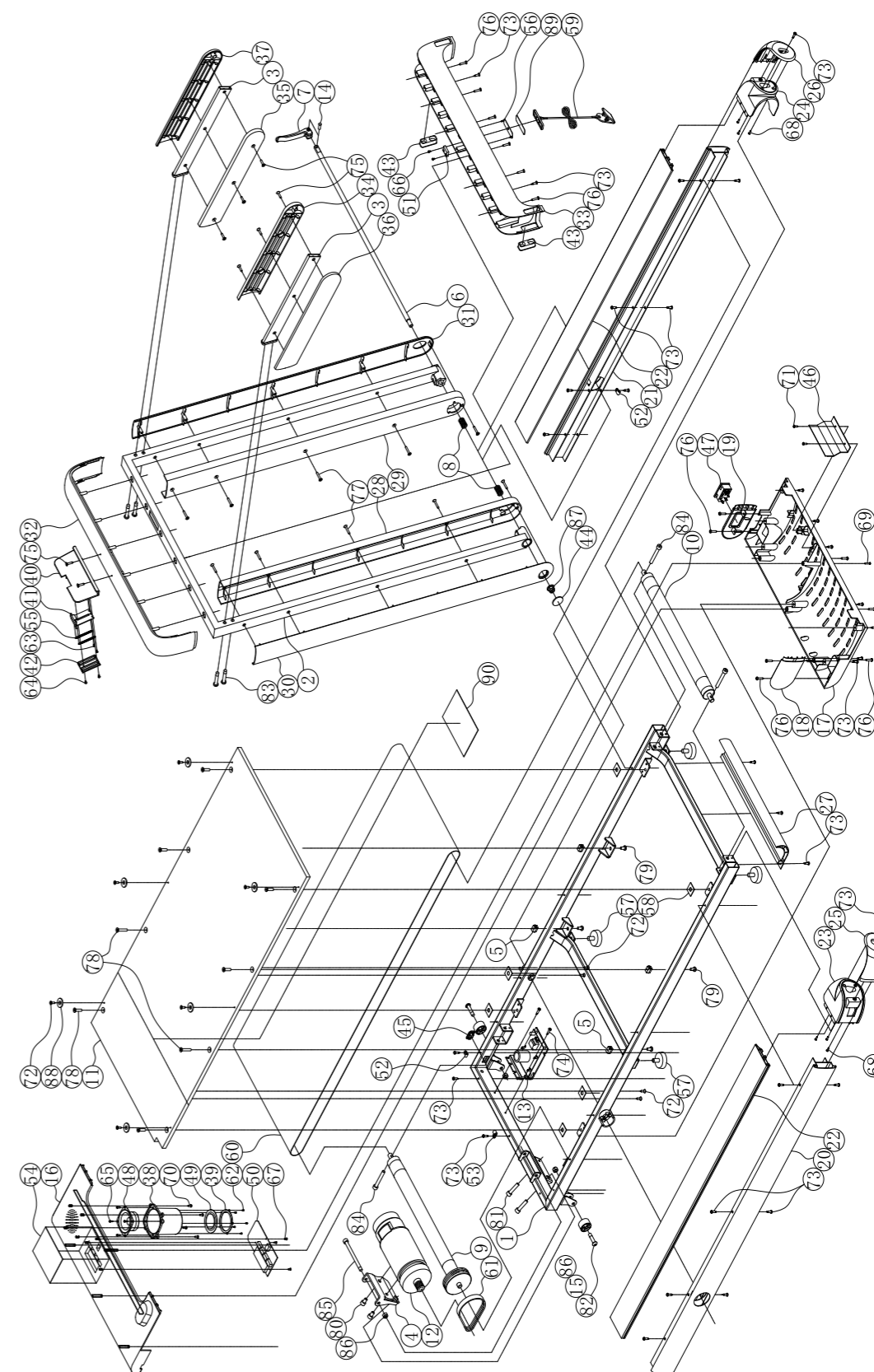
## Instruktioner om jordning

- ◆ Produkten måste vara jordad. En jordad produkt minskar risken för elstötar om maskinen skulle råka fungera onormalt.
- ◆ Produkten är utrustad med jordad ledare och nätkontakt. Nätkontakten måste sitta i ordentligt i ett jordat vägguttag som installerats helt efter lokala föreskrifter och förordningar.

## Farligt

- ◆ Det finns risk för elstötar om maskinen inte är ordentligt jordad. Kontakta en behörig elektriker för att kontrollera att jordningen av produkten är korrekt. Om nätkontakten inte passar i vägguttaget får den inte bytas ut. Be istället en behörig elektriker installera ett lämpligt uttag.
- ◆ Produkten har en jordad nätkontakt. Se till att produkten ansluts till ett vägguttag avsett för en jordad nätkontakt. Produkten får inte användas med en förlängningsladd.

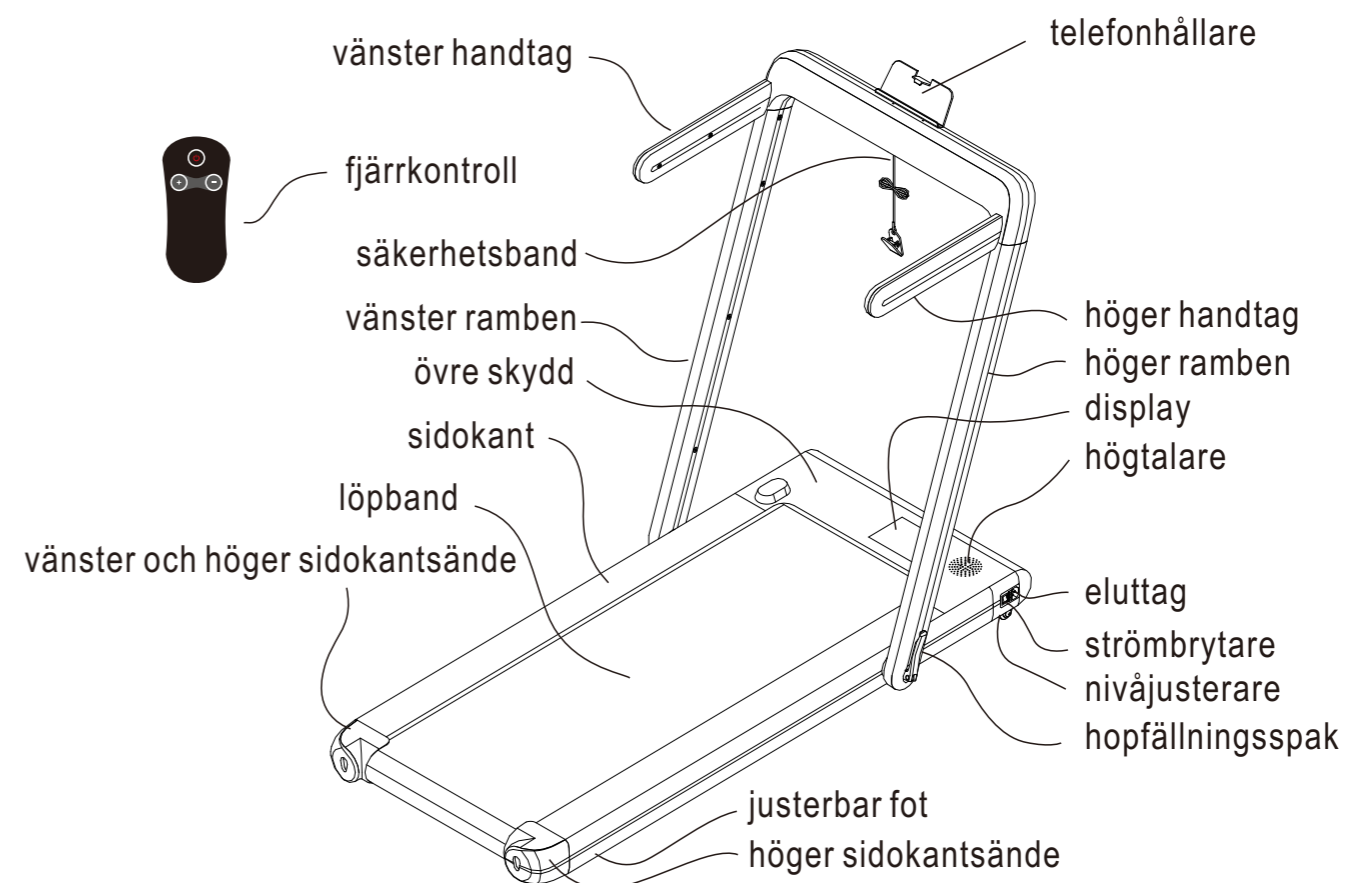
## 2. Sprängskiss



## 3. Maskinens delar

NR.	Del	St.	NR.	Del	St.
1	Huvudramens svetsade delar	1	47	Strömknapp	1
2	Rambenens svetsade delar	1	48	Högtalare	1
3	Handtagets svetsade delar	2	49	Ramens membran	1
4	Motorlåpa	1	50	PCB-panel	1
5	Diamant formad kudde	4	51	Block	1
6	Stång	1	52	3.2 kabelclips	2
7	Hopfällningsspak	1	53	6.4 kabelclips	1
8	Fjäder	2	54	Klistermärke till mätaren	1
9	Rulle fram	1	55	Fjäder till telefonhållaren	2
10	Rulle bak	1	56	Säkerhetsbandets lucka	1
11	Löpbräda	1	57	Justerbar fot	4
12	Motor	1	58	Löpbrädans EVA-dyna	4
13	Fjärrkontroll	1	59	Säkerhetsbandets monteringsdelar	1
14	Nit	1	60	Löpband	1
15	Hjul	2	61	Kilrem	1
16	Övre skydd	1	62	STF 2.2x4.5 skruvar	5
17	Nedre skydd	1	63	STF 2.2x8 skruvar	2
18	Vänster ändskydd	1	64	STF2 .6x8 skruvar	2
19	Höger ändskydd	1	65	STF2.6x9.5 skruvar	4
20	Vänster sidokant	1	66	STF2.9x4.5 skruvar	2
21	Höger sidokant	1	67	STF2.9x6.5 skruvar	3
22	Övre sidokant	2	68	STF2 .9x9,5 skruvar	6
23	Vänster sidokantsände	1	69	ST2.9x19 skruvar	1
24	Höger sidokantsände	1	70	STF3.3x9.5 skruvar	4
25	Vänster sidokantsändskydd	1	71	ST3.5x13 skruvar	2
26	Höger sidokantsändskydd	1	72	ST4.2x16 skruvar	6
27	Bakre ändskydd	1	73	ST4 .2x16 skruvar	31
28	Vänster inre rambensskydd	1	74	ST4.2x19 skruvar	2
29	Höger inre rambensskydd	1	75	ST4.2x22 skruvar	8
30	Vänster yttre rambensskydd	1	76	ST4 .2x22 skruvar	13
31	Höger yttre rambensskydd	1	77	ST4.2x30 skruvar	10
32	Övre skydd elektronisk mätare	1	78	M8x25 skruvar	8
33	Nedre skydd elektronisk mätare	1	79	M8x10 skruvar	4
34	Vänster inre handtagsskydd	1	80	M8x12 skruvar	2
35	Höger inre handtagsskydd	1	81	M8x35 skruvar	2
36	Vänster yttre handtagsskydd	1	82	M8x35-10 skruvar	2
37	Höger yttre handtagsskydd	1	83	M8x45-10 skruvar	4
38	Högtalarskydd	1	84	M8x55 skruvar	3
39	Tätning	1	85	M8x105-10 skruvar	1
40	Telefonhållare	1	86	M8 skruvar	3
41	Telefonhållarens skena	1	87	M10 skruvar	1
42	Telefonhållarens bakpanel	1	88	Sidostödsblock	6
43	Fyrkantig ramben	4	89	Klistermärke säkerhetsband	1
44	Rundplugg ramben	1	90	Självhäftande EVA-tejp	1
45	Fyrkantig distans	1			
46	Dammskydd	1			

## 4. Produktpresentation



## Innehåll:

Nr.	Del	St.	Not.
1	Basdel	1	
2	Vänster handtag	1	
3	Höger handtag	1	
4	Reservdelsför.	1	se tabell

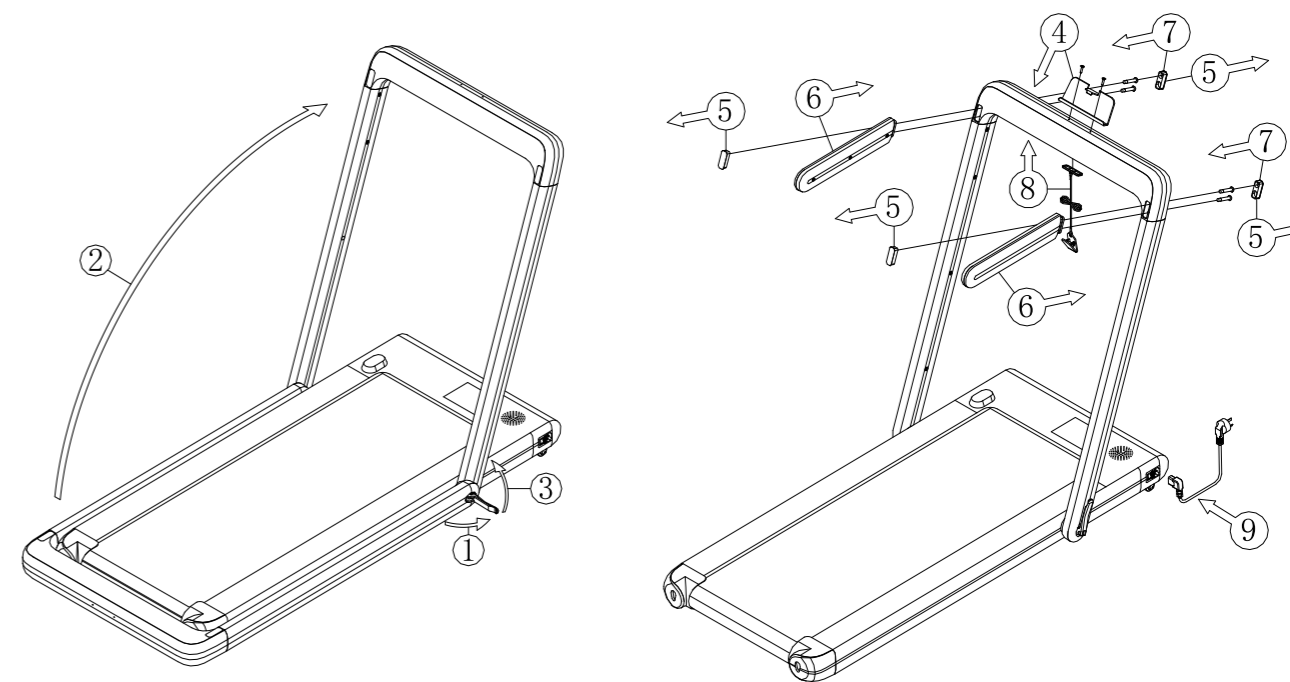
## Tekniska detaljer

Arbetsspänning	DC 230 V 50 Hz
Användarens maxvikt	100 kg
Ytermått	hopfälld: 1425 x 685 x 112 mm
	uppfälld: 1335 x 685 x 1065 mm
Löpyta	1 100 x 400 mm
Max. motoreffekt	1.5 hk
Hastighetsområde	1. 0–12.0 km/h
Styrningsmetod	fjärrkontroll
Nettovikt	34 kg
Funktion	gång/löpning

## Reservdelslista

NR.	Del	St.	Notering
1	ST4.2x22 skruvar	2	montering telefonhållare
2	M8x45 skruvar	4	montering vänster och höger
3	5 mm sexkantsnyckel	1	övrigt
4	6 mm sexkantsnyckel	1	justering av löpbandet
5	13–16 skiftnyckel	1	övrigt
6	15 mm hylsnyckel	1	justering av hopfällningsspaken
7	Strömkabel	1	
8	Säkerhetslås	1	
9	Silikonolja	1	
10	Telefonhållare	1	
11	Fjärrkontroll	1	
12	Manual, garantisedel, kvalifikationscertifikat	1	

## 5. Monteringsanvisningar



Placera basdelen på en matta eller filt så som bilden när du tagit den ur kartongen.

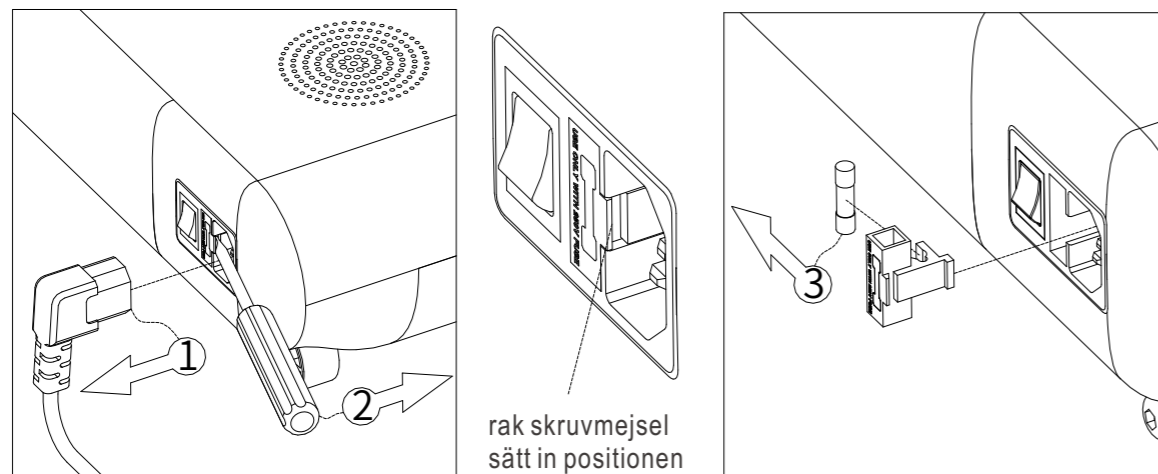
Fäll upp den (steg 1, vänster bild). Öppna hopfällningsspaken så som bilden visar så att den nedre änden av rambenen flyttas utåt åt sidorna. Fäll upp rambenet till dess övre position, se steg 2, vänster bild. Tryck på hopfällningsspaken för att låsa fast rambenen, se steg 3, vänster bild.

Sätt fast telefonhållaren med 2 st. ST4.2x22 skruvar på rambenen, se steg 4, höger bild. Ta loss 4 st. fyrkantspluggar, se steg 5, höger bild. För in vänster och höger handtag på sina platser och lås dem på plats i handtagens skruvhål genom rambenen med 2 st. M8x45 skruvar. Sätt tillbaka 2 st. fyrkantspluggar i de tidigare fyrkantshålen. Spara de återstående 2 st. fyrkantspluggarna, se steg 7, höger bild.

Sätt fast säkerhetsbandet på sin plats under rambensöverliggaren, se steg 8, höger bild. Sätt i nätsladden i uttaget vid strömbrytaren och sätt i kontakten i vägguttaget.

Obs: Kontrollera en extra gång att alla skruvar är spända efter du monterat ihop maskinen.

## 6. Hur du byter säkring

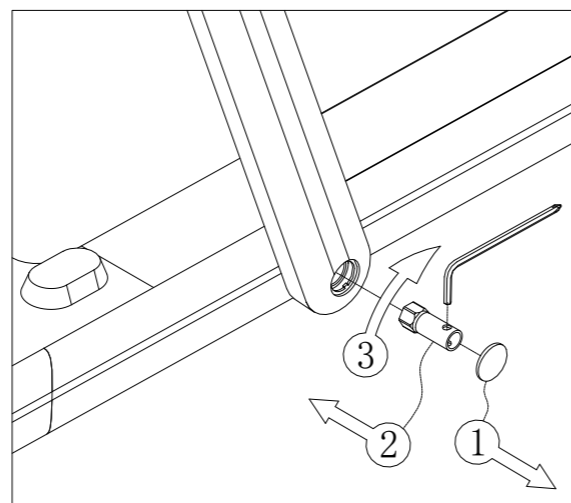


Dra ut kontakten ur uttaget, se steg 1, vänster bild. Lossa säkerhetsuttaget ur uttaget med hjälp av en vanlig skruvmejsel, se steg 2 på vänster bild. Ta ut säkringen i den riktning bilden visar, byt den och sätt i den nya säkringen.

Obs: Maskinens säkring är av typen 250 V/10 A,  $\Phi 5 \times 20$  mm.

## 7. Justering av hopfällningsspakens motstånd

Maskinens hopfällningsspak är från fabrik inställd på ett visst motstånd. Handstyrkan skiljer sig åt mellan olika personer, och därför kan motståndet justeras efter var och ens smak. Justera inte så att motståndet blir för svagt, eftersom avståndet mellan rambenen och platsen för dem när maskinen fälls ihop då blir för stort. Detta orsakar ett skärande fenomen som gör att rundpluggen längst ner på ramen lossnar, se rutan ovan. Använd insexnyckeln och hylsnyckeln för att skapa en lagom arbetsbesparande hävarm. För in insexnyckeln i det nedre hålet i vänster ramben och spänn åt sexkantsmuttern medurs.



## 8. Träningstips och riktlinjer

### Uppvärmning

Värm upp i 5–10 minuter innan du börjar träna.

### Andning

Håll inte andan under träningen. Andas in normalt genom näsan och ut genom munnen. Koordinera andningen med träningsrörelserna. Andas du för snabbt – avbryt rörelsen.

### Frekvens

Efter träning av samma muskelgrupp rekommenderas 48 timmars vila. Träna alltså samma muskelgrupp endast varannan dag.

### Belastning

Anpassa träningen och belastningen efter din individuella fysiska kondition. Det är normalt att känna träningsvärk när du börjat träna på löpbandet. Så länge du fortsätter träningen, kommer träningsvärken att minska.

### Avslappning

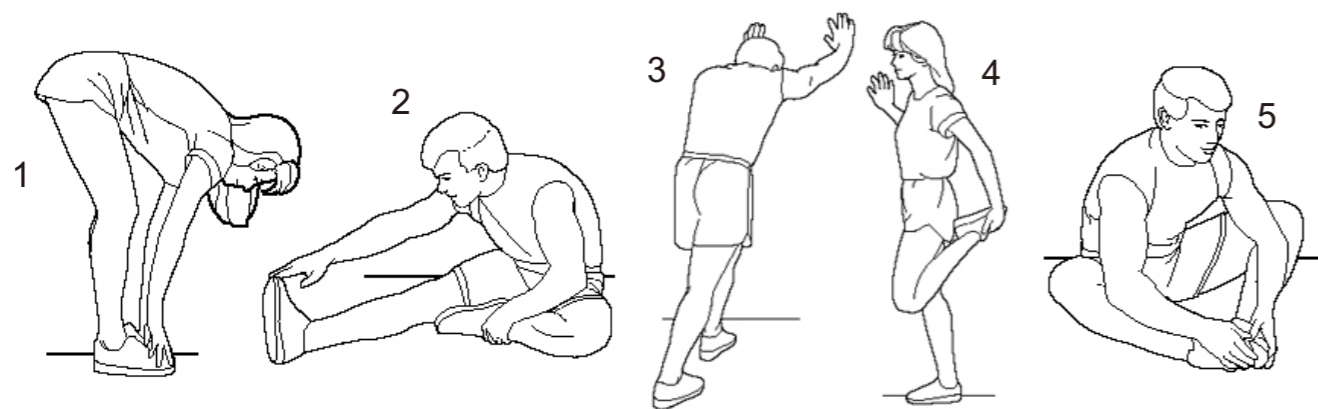
Ge dig själv 5 minuters avslappning efter varje träningspass. Sträck också ut de använda muskelgrupperna. På så vis undviker du stela muskler och håller dem mer flexibla.

### Diet

Var rädd om din matsmältning och ät inget på minst 1 timme före träningen och en halvtimme efter träningen. Undvik att dricka överdrivet mycket vatten som kan belasta hjärtat och njurarna.

### Stretchövningar

Det är viktigt att stretcha före träningen, oavsett hur intensiv den blir. Det är lättare att stretcha musklerna när de är varma. Värm upp genom att springa 5–10 minuter, stanna sen och stretcha enligt nedan 5 gånger under 10 sekunder eller längre för varje ben. Stretcha också efter avslutad träning.



### 1. Framåtböjning

Böj knäna lätt, böj kroppen framåt/nedåt och slappna av i rygg och axlar. Försök nå tårna med dina händer. Håll positionen 10–15 sekunder, slappna sen av. Upprepa 3 gånger (bild 1).

### 2. Hamstring stretch

Sitt på ett tunt underlag och sträck fram ena benet. För ditt andra ben nära insidan av det utsträckta benets insida. Försök nå tårna med dina händer. Håll positionen 10–15 sekunder, slappna sen av. Upprepa 3 gånger på varje ben (bild 2).

### 3. Vaden och lårens baksida

Stå upp med båda händerna lutade mot en vägg. Ta ett steg bak med den ena foten. Håll baksidan av benen raka och hämlarna i golvet, luta dig mot väggen. Håll positionen 10–15 sekunder. Slappa sen av. Upprepa 3 gånger för varje ben (bild 3).

### 4. Lårens framsida

Håll balansen med vänster hand mot väggen. Ta tag i höger ankel med höger hand och dra försiktigt benet uppåt mot höften tills du känner att du sträcker ut framsidan av lårens muskler. Håll positionen 10–15 sekunder, slappna sen av. Upprepa 3 gånger för varje ben (bild 4).

### 5. Skräddarmuskeln (lårens insida)

Sitt ner med fotsulorna mot varandra och knäna utåtriktade. Ta tag om fötterna med båda händerna och dra dem mot kroppen. Håll positionen 10–15 sekunder. Slappna sen av, upprepa 3 gånger (bild 5).

## 9. Användarinstruktioner

### Fjärrkontroll

1. Slå på strömmen, kontrollera att maskinen beter sig normalt.
2. Ta loss säkerhetsbandet från löpbandet (bild 1). Rikta fjärrkontrollen mot löpbandets display inom 10 sekunder (bild 2). Tryck samtidigt och håll inne start-/stoppnnyckeln på fjärrkontrollen i 3 sekunder, så kommer systemet att avge ett ljud. Nu kan du använda fjärrkontrollen för att styra löpbandet.

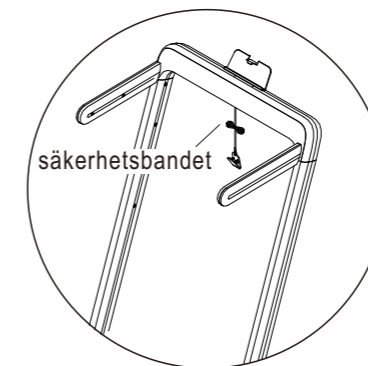
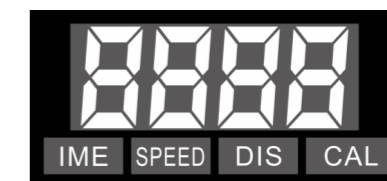
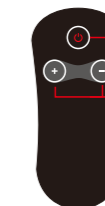


bild 1



Display



start-/stoppnnyckeln

hastighet

bild 2

### Hur du använder löpbandet

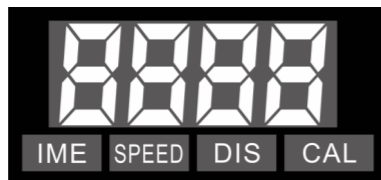
1. Slå på strömmen, kontrollera att maskinen fungerar normalt.
2. Maskinen har ett gångläge och ett löpläge. När maskinen är hopfärd (rambenen är parallella med löpplattformen) är gångläget inställt. I gångläget är max. hastighet på bandet 1–4 km/h. Ta bort vänster och höger handtag och sätt i fyrkantspluggarna när du använder gångläget. När maskinen är uppfärd (rambenen står upprätt) är löpläget inställt. I löpläget är max. hastighet på bandet 1–12 km/h.
3. Säkerhetsbandet ska fästas upptill på vänster sida av bröstet på den som tränar.
4. Du måste kontrollera att löpbandet står stabilt och fungerar som det ska före varje träningsstillfälle. Det är absolut förbjudet att starta löpbandet när du står på det. Du ska stå på sidokanten och hålla i handtaget och fjärrkontrollen innan du startar det. Sen kan du påbörja träningen. Håll i handtaget med ena handen och håll fjärrkontrollen i den andra när du slagit på strömmen. Löpbandet börjar snurra efter 3 sekunder och snurrar sen med 1,0 km/h hastighet. Tryck på "+" för att öka motorns hastighet till 2,5–3,5 km/h (detta är den mest bekväma hastigheten när du ska lära dig löpträning). Håll i handtagen med båda händerna och börja gå med båda fötterna på löpbandet tills du så småningom rör dig i samma hastighet som löpbandet snurrar.
5. Du kan öka hastigheten efter några minuter. Tryck på "+" på fjärrkontrollen för att långsamt öka hastigheten. Du trycker på "-" för att sänka hastigheten.
6. När löpbandet är igång kan du trycka på "●" på fjärrkontrollen när du vill för att stoppa motorn.



7、 Du kan sätta fast din telefon i telefonhållaren och spela musik via ljudkabelanslutningen.

**Obs: Om säkerhetsbandet dras loss, stoppar löpbandet genast. Alla funktioner stoppas och displayen visar E07.**

### Beskrivning av displayen och fjärrkontrollens knappar



1 Displayen visar följande funktioner:

Tid/hastighet/distans/kalorier:

Visningen av tid, hastighet, distans och kalorier sker i 5 sekundersintervall

Tid:0:00-99:59.

Distans:0.00-99.99.

Hastighet:1-12.

Kalorier: 0.00-999.9

2、 Fjärrkontrollens knappar: start/stopp, hastighet+, hastighet-

A. Start/stopp: Tryck på knappen för att starta motorn från stillastående alt. tryck på knappen för att sänka farten och stoppa i löpläget.

B. Knappen - sänker hastigheten under träningen.

C. Knappen + ökar hastigheten under träningen.

### Startinstruktioner

1、 Sätt säkerhetsbandet på plats under displayen. Slå på strömmen och ett ljud hörs, därefter aktiveras manuellt läge.

2、 Tryck på start-knappen och displayen börja räkna ner från 3 sekunder. Varje sekund hörs ett ljud för att tydliggöra nedräkningen. Sen startar motorn.

3 Starthastighet:1 km/h, tryck på + eller - för att justera hastigheten.

4、 I normalt läge ändras tiden, medan hastigheten är fast och kan justeras manuellt.

### Säkerhetsbandets funktion

Dra loss säkerhetsbandet när du vill. Displayen visar "E07" och ett pipande ljud hörs tre gånger. Motorn stannar genast om den är igång.

Du kan inte starta maskinen igen om säkerhetsbandet lossnat.

### Energisparläge

Maskinen har ett energisparläge. Om du inte aktiverar någon knapp på 10 minuter, övergår maskinen till energisparläget och displayen visar att maskinen stängts av automatisk. Du aktiverar den igen genom att trycka på valfri knapp.

## 10. Vanliga fel och hur du åtgärdar dem

Ring närmaste återförsäljare eller vår serviceavdelning om du har några frågor.

Fråga	Trolig orsak	Åtgärd
Löpbandet fungerar inte	Inte anslutet	Sätt i nätkontakten
	Strömbrytaren är inte påslagen	Slå på strömbrytaren
	Säkerhetsbandet har lossnat	Sätt i säkerhetsbandet
	Kortslutning	Kontrollera fjärrkontrollens ingång och signalkretsen
	En säkring har löst ut	Byt säkring
Löpbandet snurrar ojämnt	Otillräcklig smörjning	Smörj med silikonolja
	För hårt spänd kilrem	Justera kilremspänningen
Löpbandet slirar	Löpbandet är för löst	Justera löpbandets spänning
	För hårt spänt löpband	Justera löpbandets spänning

### Felmeddelanden på den elektroniska mätaren och åtgärder

Fråga	Trolig orsak	Åtgärd
E01	Dålig kommunikation	Signalkabeln sitter inte i. Sätt i den igen.
E02	Allvarligt elfel	Den elektroniska kontrollen måste bytas.
E03	Ingen avkänningssignal	Avkänningskabeln sitter inte i ordentligt. Sätt i den ordentligt.
E04	Fjärrkontrollen eller motorn betar sig onormalt	Överbelastning. Byt fjärrkontrollen eller motorn.
E05	Överbelastningsskydd	Byt fjärrkontrollen.
E06	Fel i systemets egenkontroll	Systemfel. Byt fjärrkontrollen.
E07	Säkerhetsbandets har lossnat	Sätt i säkerhetsbandet.
Onormal display	Yttre störningar	Slå av strömbrytaren. Slå på den igen efter 1 minut.

## 11. Underhåll

### 1. Smörjning

Efter en tids användning av löpbandet behöver du smörja det med en speciell silikonolja. Låt bandet snurra utan last några minuter efter smörjningen, så kommer löpbandet snart att fungera normalt igen. Om löpbandet inte löper rakt, justera det genom att vrida en 6 mm skiftnyckel ett halvt varv.

- ★ 1 h användning eller mindre/vecka -smörj varje halvår
- ★ Mindre än 3 h användning/vecka -smörj var 3:e månad
- ★ 3–6 h användning/vecka -smörj varannan månad
- ★ Mer än 6 h användning/vecka -smörj 1 gång i månaden

Använd inte för mycket olja vid smörjningen. Tänk inte "ju mer smörjmedel, desto bättre", det stämmer inte. Kom ihåg: Smörjningen är direkt avgörande för maskinens livslängd.

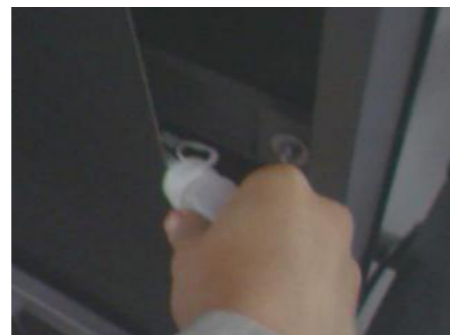
### 2. Hur du vet om du behöver smörja löpbandet

Lyft upp löpbandet och rör vid dess undersida så mycket du kan med en hand. Får du silikon på handen (blir lätt fuktad av silikon), behöver löpbandet inte smörjas. Om din hand är torr och du inte har fått någon silikon på den, behöver löpbandet smörjas.

Hur du smörjer löpplattan (se höger bild). Stoppa maskinen och fäll ihop den.

Lyft upp löpbandet på basdelens undersida, håll oljekannan så långt in mot löpbandets mitt som möjligt. Spruta nu silikonolja på insidan av löpbandet.

Du kan använda dig av löpbandets lägsta hastighet (1 km/h) och sen trampa på löpbandet från vänster till höger för att fördela oljan jämnt. Efter några minuter har silikonoljan tagits upp helt av löpbandet.



### 3. Justera löpbandets spänning.

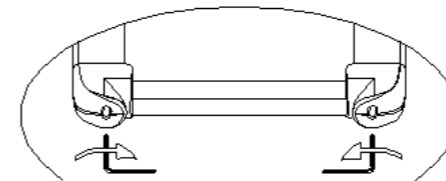
Alla löpband behöver justeras när det gäller spänningen. Det görs före leverans och det behöver göras efter monteringen hemma. Efter en tids användning kan löpbandet bli slapt. Det märker du t.ex. om löpbandet råkar stoppa eller om det börjar slira under träning. Justera löpbandets skruvar på vänster och höger sida samtidigt genom att vrida dem ett halvt varv medurs. Löpbandets fötter kan börja glida om löpbandet är för slapt. Observera att det inte är bra att spänna löpbandet för hårt heller. Motorn kan överbelastas och skador kan uppstå på den, löpbandet eller rullarna t.ex.

### 4. Justering för att få löpbandet att löpa rakt

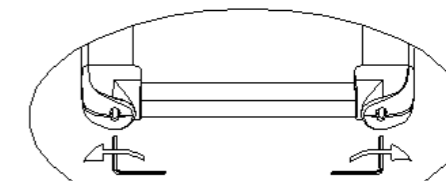
Alla löpband behöver justeras för att undvika att det löper snett. Det görs före leverans och det behöver göras efter monteringen hemma. Efter en tids användning kan löpbandet börja löpa snett, vilket beror på följande:

- ① Grundramen står inte jämnt
- ② Användaren löper inte mitt på löpbandet
- ③ Användaren trampar ner med fötterna med ojämn kraft

Låt bandet rulla utan last några minuter efter smörjningen, så kommer löpbandet snart att fungera normalt igen. Om löpbandet inte löper rakt, justera det genom att vrida en 6 mm skiftnyckel ett halvt varv.



Justera vänster skruv medurs eller höger skruv moturs om löpbandet avviker till vänster.



Justera höger skruv medurs eller vänster skruv moturs om löpbandet avviker till höger.

Löpbandets avvikelse täcks inte av tillverkargarantin. Det ska i huvudsak underhållas av användaren i enlighet med manualen. Om löpbandet inte löper rakt kan det få allvarliga skador. Felet måste upptäckas och åtgärdas i god tid.

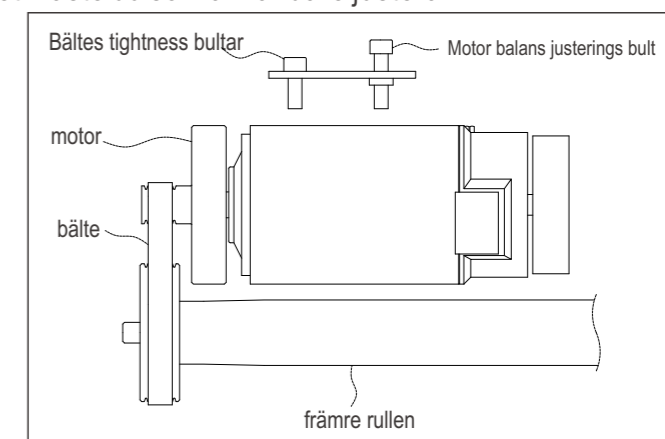
### 5. Justering av motorns kilrem (se bilden till höger)

Motorns kilrem har justerats på alla löpband före leverans och behöver justeras efter monteringen hemma, men det kan också behöva göras igen efter en tids användning. Det är när kilremmen börjar slira, och det måste du som användare justera. Så här justerar du motorns kilrem:

#### Adjustment steps:

- ① Justera så att motorn sitter parallellt. Det gör du genom att vrida skruven ca 1,5 cm moturs med en skiftnyckel.
- ② Vrid kilremmens dragbultar medurs ett halvt varv.

OBS: Rengör kilremmen och remskivans spår regelbundet.



## 12. Service och garanti

Vi lämnar 1 års garanti på vårt löpband. Det innebär bland annat att du under normala förhållanden, och om löpbandet inte utsatts för skador orsakade av någon person, kan få ditt löpband reparerat eller få nya reservdelar till det inom garantitiden utan kostnad. Efter garantiperioden kan det eventuellt bli aktuellt att arbetskostnaden för underhåll erbjuds utan debitering. Reservdelspriserna är fördelaktiga. Se garantisedel för mer detaljer.

### Viktig information

Garantisedel följer med i leveransen av produkten. Den ska fyllas i av återförsäljaren. Gratis reservdelar inom garantiperioden. Vi tar inte ansvar för saker som felaktig montering, felaktig användning eller att delar behöver bytas ut p.g.a. detta. Dessutom gäller garantin inte för underhåll som gjorts på maskinen av personer som inte har tillstånd av oss för att göra det. Du som kund får själv stå för sådana underhållskostnader. Användaren måste ha en faktura på köpet och på ev. godkänt underhåll som utförs. Garantin blir ogiltig om ingen faktura eller ingen garantisedel finns. Produkten är endast avsedd för hemmabruk. Vi tar inte ansvar för några problem som orsakats av kommersiell användning. Ring närmaste återförsäljare eller vår serviceavdelning om du behöver hjälp med service och underhåll.