HORIZON FITNESS



EVOLVE 3.0

MANUALI DEL PROPRIETARIO
MANUAL DEL USUARIO
MANUAL DO USUÁRIO

3 ITALIANO
23 ESPAÑOL
43 PORTUGUÊS

PRECAUZIONI IMPORTANTI

CONSERVARE QUESTE ISTRUZIONI

Durante l'utilizzo di prodotti elettrici è necessario osservare sempre le precauzioni di base, comprese le seguenti: Leggere tutte le istruzioni prima di usare il tapis roulant. È responsabilità del proprietario assicurarsi che tutti gli utilizzatori siano adeguatamente informati in merito alle avvertenze e alle precauzioni. In caso di domande dopo la lettura delle presenti istruzioni, contattare l'Assistenza Tecnica Clienti al numero indicato sul pannello posteriore del MANUALE DEL PROPRIETARIO.

Questo tapis roulant è inteso esclusivamente per l'uso domestico. Non utilizzare questo tapis roulant a fini commerciali, a noleggio, in un contesto scolastico o istituzionale. Il mancato rispetto di questo limite annulla la garanzia.

⚠ PERICOLO

PER RIDURRE IL RISCHIO DI ELETTROSHOCK:

Scollegare sempre il tapis roulant dalla corrente subito dopo l'uso, prima di pulirlo, eseguire operazioni di manutenzione e aggiungere o rimuovere parti.

⚠ ATTENZIONE

PER RIDURRE IL RISCHIO DI USTIONI, INCENDIO, ELETTROSHOCK O LESIONI A PERSONE:

- Non utilizzare mai il tapis roulant finché non si è fissato il laccio con la clip ai vestiti.
- Se si avverte qualsiasi tipo di dolore, ad esempio dolore al torace, nausea, capogiro o respiro affannoso, interrompere immediatamente l'esercizio e consultare un medico prima di continuare.
- Durante l'attività fisica mantenere sempre un ritmo confortevole.
- Non indossare indumenti che possano incastrarsi in qualsiasi parte del tapis roulant.
- Indossare sempre scarpe da ginnastica quando si utilizza questo attrezzo.
- Non saltare sul tapis roulant.
- Quando il tapis roulant è in funzione, non dovrebbe essere mai utilizzato da più di una persona.
- Questo tapis roulant non dovrebbe essere usata da persone di peso superiore a quello specificato nella SEZIONE DELLA GARANZIA DEL MANUALE DEL PROPRIETARIO. Il mancato rispetto di questo limite annulla la garanzia.
- Abbassando la pedana del tapis roulant, attendere che i piedini posteriori siano saldamente a terra prima di salirvi.
- Scollegare tutti i collegamenti prima di eseguire operazioni di manutenzione o spostare l'apparecchio. Per la pulizia, strofinare le superfici con sapone e un panno leggermente umido; non usare solventi. (Vedere MANUTENZIONE)
- Non lasciare mai il tapis roulant incustodito quando è collegato alla corrente. Staccarlo dalla corrente quando non è in uso e prima di aggiungere o rimuovere parti.
- Non utilizzare sotto una coperta o un cuscino. Si può generare un calore eccessivo che può causare incendi, elettroshock o lesioni a persone.
- Collegare questo prodotto soltanto a prese con un'adeguata messa a terra.

⚠ ATTENZIONE

PER RIDURRE IL RISCHIO DI USTIONI, INCENDIO, ELETTROSHOCK O LESIONI A PERSONE:

- Non consentire MAI ad animali o bambini al di sotto dei 13 anni di avvicinarsi a meno di 3 metri dal tapis roulant.
- Non consentire MAI a bambini al di sotto dei 13 anni di utilizzare il tapis roulant.
- I bambini oltre i 13 anni o le persone con disabilità non dovrebbero utilizzare il tapis roulant senza la supervisione di un adulto.
- Utilizzare il tapis roulant soltanto per l'uso descritto nella relativa guida e nel manuale del proprietario.
- Non utilizzare altri collegamenti non raccomandati dal produttore. Gli ancoraggi possono causare lesioni.
- Non utilizzare mai il tapis roulant se ha un cavo o una spina danneggiata, se non funziona correttamente, se è caduto o è stato danneggiato o immerso nell'acqua. Restituire il tapis roulant a un centro di assistenza per controllo e riparazione.
- Tenere il cavo di alimentazione lontano dalle superfici riscaldate. Non sollevare l'unità tramite il cavo di alimentazione o utilizzarlo come maniglia.
- Non utilizzare mai il tapis roulant se la presa d'aria è ostruita. Tenere la presa d'aria pulita, priva di pelucchi, capelli e simili.
- Per prevenire l'elettroshock, non fare cadere o inserire mai oggetti nelle aperture.
- Non utilizzare dopo l'impiego di prodotti spray o la somministrazione di ossigeno.
- Per scollegare, portare tutti i controlli in posizione di off e scollegare la spina dalla presa.
- Non utilizzare il tapis roulant in luoghi in cui la temperatura non è controllata, quali garage, verande, piscine, bagni, parcheggi o aree esterne. Il mancato rispetto di questo limite annulla la garanzia.
- Questo tapis roulant è inteso esclusivamente per l'uso domestico. Non utilizzare questo tapis roulant a fini commerciali, a noleggio, in un contesto scolastico o istituzionale. Il mancato rispetto di questo limite annulla la garanzia.
- Non rimuovere le coperture della console se non indicato dal Assistenza Tecnica Clienti. Le operazioni di assistenza devono essere eseguite solo da un tecnico di assistenza autorizzato.
- Un tapis roulant non assemblato non deve essere azionato.
- Consentire alla superficie di scorrimento di arrestarsi completamente prima di sbloccare qualsiasi bullone dal tapis roulant montato.

È essenziale che il tapis roulant venga utilizzato soltanto in ambienti interni, in stanze climatizzate. Se il tapis roulant è stato esposto a temperature fredde o climi ad umidità elevata, si raccomanda fortemente si riscaldare il tapis roulant a temperatura ambiente prima del primo utilizzo. Il mancato rispetto può causare guasti elettronici prematuri.

ISTRUZIONI DI MESSA A TERRA

Il prodotto deve essere provvisto di messa a terra. In caso di malfunzionamenti o guasti, la messa a terra fornisce una via di minore resistenza per la corrente elettrica in modo da ridurre il rischio di elettroshock. Il prodotto è dotato di un cavo con un connettore di messa a terra e una spina di messa a terra. La spina deve essere collegata a una presa adeguata appropriatamente installata e messa a terra in conformità con i codici e le normative locali.

⚠ PERICOLO

Un collegamento inadeguato del conduttore di messa a terra dell'attrezzo può comportare il rischio di elettroshock. In caso di dubbio, verificare con un elettricista o un addetto qualificato se il prodotto dispone di un'appropriata messa a terra. Non modificare la spina fornita con il prodotto. Se non entra nella presa, farsi installare una presa adeguata da un elettricista qualificato.

Accertarsi che il prodotto sia collegato a una spina con la medesima configurazione della presa. Per questo prodotto non vanno utilizzati adattatori.

Questo prodotto deve avere un circuito dedicato. Per determinare se si è su un circuito dedicato, staccare la corrente del circuito e osservare se altri dispositivi rimangono senza corrente. In tal caso, spostare i dispositivi su un altro circuito. Nota: di norma un circuito ha più uscite.

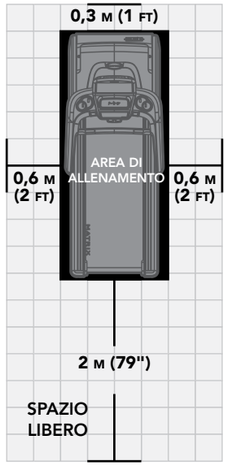
⚠ ATTENZIONE

Collegare questo prodotto soltanto a prese con un'adeguata messa a terra.

Non utilizzare il prodotto con il cavo o la spina danneggiata anche se funziona correttamente. Non utilizzare il prodotto se appare danneggiato o è stato immerso in acqua. Contattare l'Assistenza Tecnica Clienti per sostituzione o riparazione.

Collocare il tapis roulant su una superficie stabile. Lasciare almeno 30 cm di spazio davanti al tapis roulant per il cavo di alimentazione. Lasciare una zona libera dietro il tapis roulant pari ad almeno la larghezza del tapis roulant e ad almeno 79" (2 metri). Questo spazio deve essere privo di ostacoli e fornire all'utente una chiara via di uscita dalla macchina. In caso di emergenza, porre le mani sui braccioli laterali per reggersi e i piedi sulle corsie laterali. Per agevolare l'accesso, lasciare uno spazio (preferibilmente su entrambi i lati del tapis roulant) pari a 2 piedi (0,6 metri) per consentire all'utente di accedere da entrambi i lati. Non collocare il tapis roulant in un punto che blocchi un'apertura di ventilazione o una presa d'aria. Non collocare il tapis roulant in un garage, un cortile coperto, a contatto con l'acqua o all'esterno.

* L'emissione dei rumori sotto carico è superiore rispetto a quando è senza carico.



ASSEMBLAGGIO

⚠ ATTENZIONE

Ci sono diverse fasi del processo di assemblaggio a cui porre particolare attenzione. È molto importante seguire le istruzioni di assemblaggio correttamente e assicurarsi che tutte le parti siano state ben salde. Se non si seguono correttamente le istruzioni di assemblaggio, alcune parti del tapis roulant potrebbero allentarsi causando rumori fastidiosi. Per prevenire danni al tapis roulant, consultare le istruzioni di assemblaggio ed eseguire azioni correttive.

Prima di procedere, cercare il numero di serie del tapis roulant collocato sopra un codice a barre bianco vicino all'interruttore di accensione/spegnimento e al cavo di alimentazione e inserirlo nello spazio sottostante.

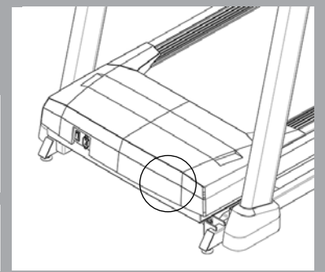
INSERIRE IL NUMERO DI SERIE E IL NOME EL MODELLO NEGLI SPAZI SOTTOSTANTI:

NUMERO DI SERIE:

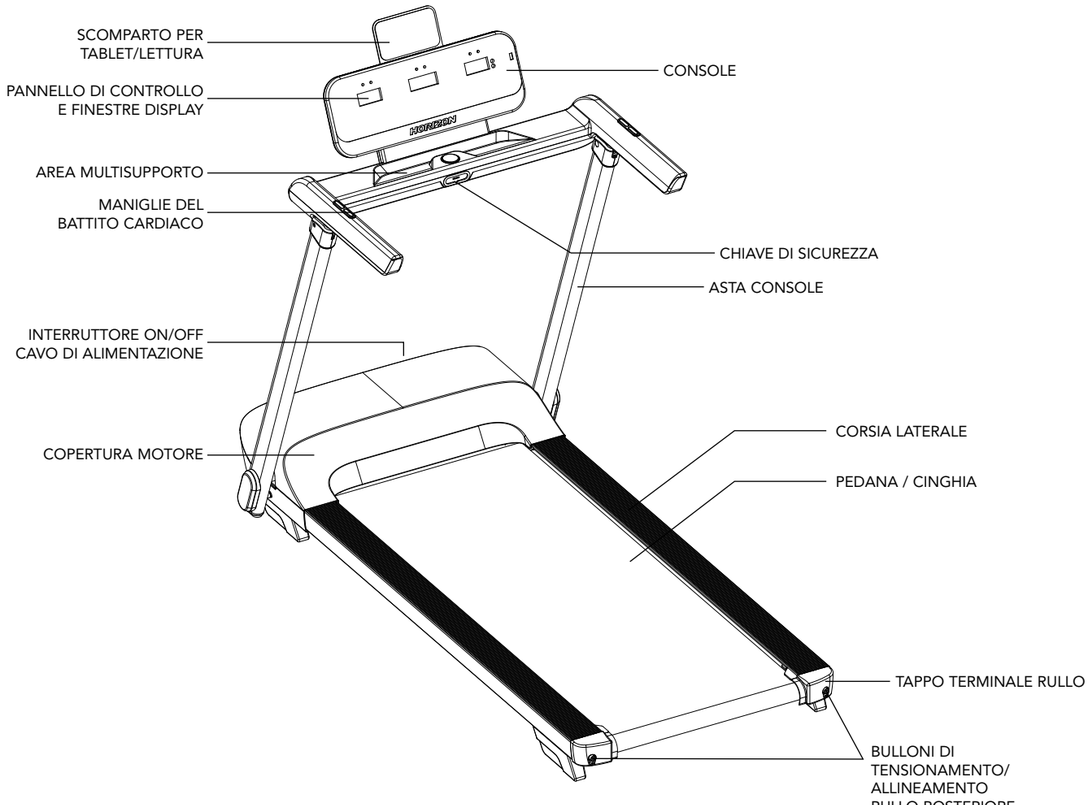
TM

NOME MODELLO: **HORIZON** **TREADMILL**

COLLOCAZIONE NUMERO DI SERIE



» Fare riferimento al NUMERO DI SERIE e al NOME MODELLO quando si richiede assistenza.



STRUMENTI INCLUSI:

- ☐ Chiave a T da 6 mm
- ☐ Chiave a L da 6 mm

PARTI FORNITE:

- ☐ 1 kit di attrezzi
- ☐ 1 chiave di sicurezza
- ☐ 1 bottiglia di lubrificante al silicone
- ☐ 1 cavo di alimentazione
- ☐ 2 coperture

☎ BISOGNO DI AIUTO?

In caso di domande o parti mancanti, contattare l'Assistenza Tecnica Clienti.

PRE ASSEMBLAGGIO

⚠ ATTENZIONE

NON CERCARE DI SOLLEVARE IL TAPIS ROULANT! Non spostare o sollevare il tapis roulant finché non è specificato nelle istruzioni di assemblaggio.
È consentito rimuovere l'imballaggio di plastica dalle aste della console.

DISIMBALLAGGIO

Collocare il cartone del tapis roulant su una superficie piana. Si raccomanda di porre una copertura protettiva sul pavimento. Usare CAUTELA maneggiando e trasportando l'unità. Non aprire la scatola quando è appoggiata lateralmente. Una volta rimosse le cinghie di fissaggio, non sollevare o trasportare l'unità a meno che non sia completamente assemblata. Estrarre l'unità dalla scatola e assemblarla dove sarà utilizzata. Il tapis roulant è dotato di ammortizzatori ad alta pressione che potrebbero saltare se lo si maneggia in modo improprio.

⚠ ATTENZIONE

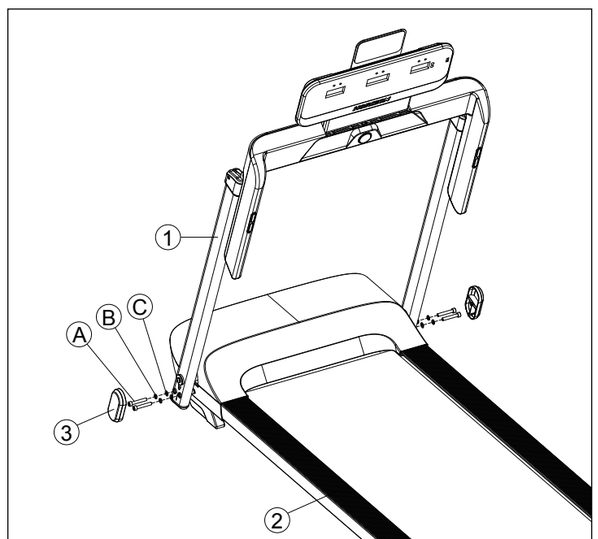
LA MANCATA OSSERVANZA DI QUESTE ISTRUZIONI PUÒ PROVOCARE LESIONI!

NOTA: durante ogni fase di assemblaggio, assicurarsi che TUTTI i bulloni e le viti siano presenti e parzialmente avvitati prima di stringerne anche UNO solo.

NOTA: l'applicazione di un po' di grasso può agevolare l'installazione. Si può utilizzare qualsiasi grasso, ad esempio grasso al litio da bici.

PASSAGGIO DI ASSEMBLAGGIO **1**

COMPONENTI PER IL PASSAGGIO 1			
PARTE	**TIPO**	**DESCRIZIONE**	**QTÀ**
A	BULLONE	M8X1.25PX70L-30L	4
B	RONDELLA ELASTICA	8.0X13.0X1.5T	4
C	RONDELLA PIATTA	8.2X13.0X1.4T	4



NOTA: Il tapis roulant è stato piegato nel cartone al momento dell'acquisto. Seguire questi passaggi per aprire e montare il tapis roulant.

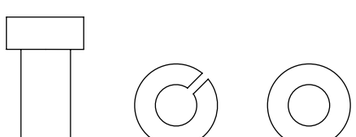
A Aprire **I COMPONENTI PER IL PASSAGGIO 1**.

B Sollevare con cautela l'**ASTA DELLA CONSOLE (1)** verso l'alto finché non è in posizione verticale.

C Bloccare L'asta **ASTA SINISTRA DELLA CONSOLE (1)** al **TELAIO DI BASE (2)** usando **2 BULLONI (A)**, **2 RONDELLE ELASTICHE (B)** e **2 RONDELLE PIATTE (C)**.

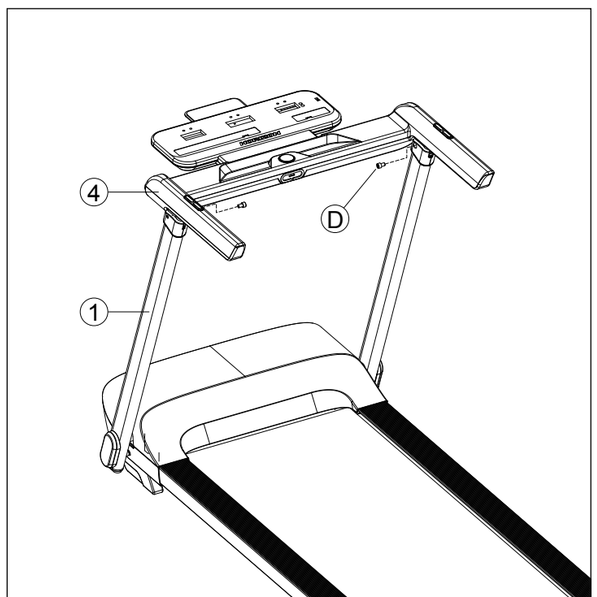
D Fissare le **COPERTURE DI SINISTRA (3)** sull'**ALBERO SINISTRO DELLA CONSOLE (1)**.

E Ripetere C e D sull'altro lato.



PASSAGGIO DI ASSEMBLAGGIO **2**

COMPONENTI PER IL PASSAGGIO 2			
PARTE	**TIPO**	**DESCRIZIONE**	**QTÀ**
D	BULLONE	M8X1.25PX10L	2

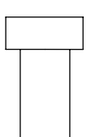


A Aprire **I COMPONENTI PER IL PASSAGGIO 2.**

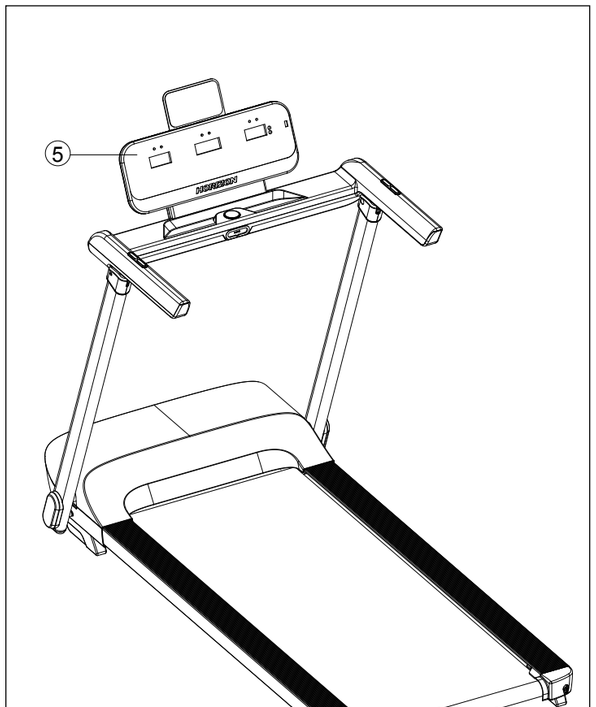
B Sollevare con cautela il **MANUBRIO (4)** verso l'alto finché non è in posizione orizzontale.

C Bloccare il **MANUBRIO SINISTRO (4)** all'**ASTA SINISTRA DELLA CONSOLE (1)** usando **1 BULLONE (D)**.

D Ripetere C sull'altro lato.

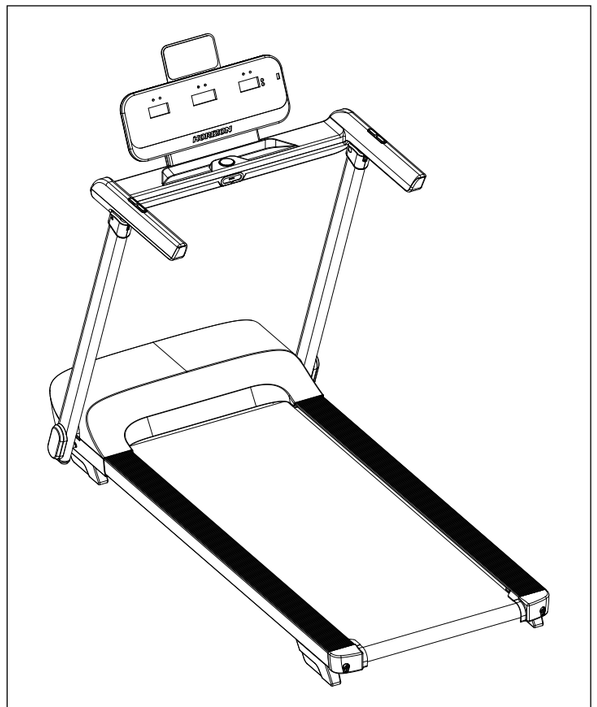


PASSAGGIO DI ASSEMBLAGGIO **3**



A Sollevare con cautela la **CONSOLE (5)** verso l'alto finché non è in posizione verticale.

PASSAGGIO DI ASSEMBLAGGIO **4**



ASSEMBLAGGIO COMPLETO!

EVOLVE 3.0

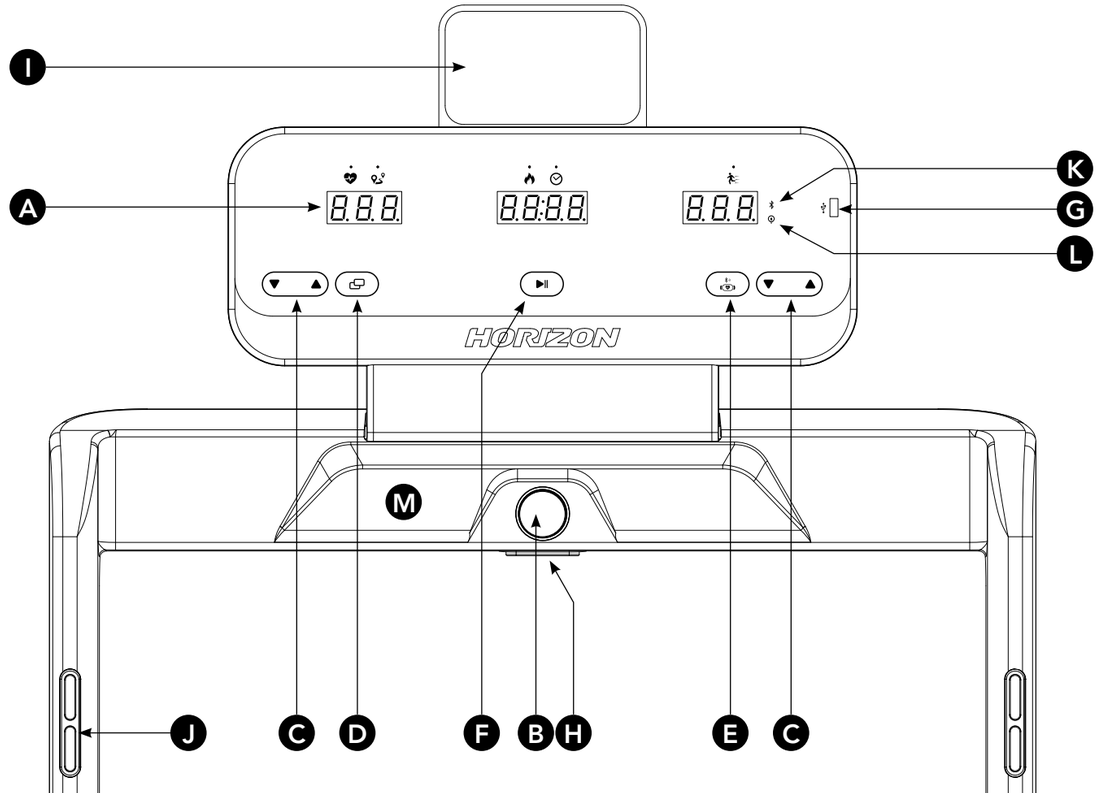
Capacità peso dell'utente: 113 kg / 250 lbs.

FUNZIONAMENTO DEL TAPIS ROULANT

Questa sezione spiega come usare e programmare la console del tapis roulant.

La sezione di FUNZIONAMENTO DI BASE nella GUIDA DEL TAPIS ROULANT contiene istruzioni su:

- **POSIZIONAMENTO DEL TAPIS ROULANT**
- **USARE LA CHIAVE DI SICUREZZA**
- **PIEGARE IL TAPIS ROULANT**
- **SPOSTARE IL TAPIS ROULANT**
- **LIVELLARE IL TAPIS ROULANT**
- **TENDERE LA CINGHIA**
- **CENTRARE LA CINGHIA**
- **UTILIZZO DELLA FUNZIONE FREQUENZA CARDIACA**



UTILIZZO DELLA CONSOLE

Nota: vi è una sottile pellicola protettiva in plastica trasparente sulla console che va rimossa prima dell'uso.

- **A) DISPLAY A LED:** Calorie, tempo, distanza, velocità, frequenza cardiaca.
- **B) START/STOP:** premere per iniziare l'allenamento, iniziare l'esercizio o riprenderlo dopo una pausa. premere per interrompere/concludere l'esercizio. Tenere premuto per 3 secondi per resettare la console.
- **C) TASTI VELOCITÀ +/-:** utilizzati per regolare la velocità in piccoli incrementi.
- **D) CAMBIO DISPLAY:** premere per cambiare il feedback sul display durante l'esercizio.
- **E) FREQUENZA CARDIACA BLUETOOTH:** premere e tenere premuto per 3 secondi per connettersi alla fascia per la frequenza cardiaca Bluetooth. (La fascia per la frequenza cardiaca APP & BT può essere collegata solo una alla volta)
- **F) INVIO/STOP:** premere per sezionare l'elemento. premere per interrompere/concludere l'esercizio. Tenere premuto per 3 secondi per resettare la console.
- **G) PORTA USB:** utilizzata per le modifiche
- **H) CHIAVE DI SICUREZZA:** la chiave di sicurezza deve essere inserita per attivare il tapis roulant.
- **I) SCOMPARTO PER TABLET/LETTURA:** per appoggiare tablet o libri.
- **J) MANIGLIE DELLA FREQUENZA CARDIACA:** usate per misurare la frequenza cardiaca.
- **K) BLUETOOTH:** la luce sarà costantemente accesa una volta che il Bluetooth è stato collegato.
- **L) MODALITÀ RISPARMIO ENERGETICO:** la luce sarà costantemente accesa in modalità sleep.
- **M) VASSOIO ACCESSORI:** contiene l'attrezzatura personale.







FINESTRE DEL DISPLAY

CALORIE: Calorie totali bruciate o residue da bruciare durante l'esercizio.

TEMPO: Impostare il tempo di allenamento e la velocità. Successivamente iniziare l'allenamento.

DISTANZA: Mostrata in miglia. Indica la distanza percorsa o la distanza residua dell'esercizio.

VELOCITÀ: Mostrata in Km/h. Indica la velocità di movimento della cinghia durante la corsa o camminata.

FREQUENZA CARDIACA: Mostrata in BPM (battiti al minuto). Serve a monitorare la frequenza cardiaca (mostrata quando entrambe le mani sono a contatto con le apposite maniglie).

PER INIZIARE

1) Assicurarsi che non vi sia alcun oggetto sulla cinghia che possa ostacolare il movimento del tapis roulant.
2) Inserire il cavo di alimentazione e accendere il tapis roulant. (l'interruttore ON/OFF è situato vicino al cavo di alimentazione)
3) Posizionarsi sulle corsie laterali del tapis roulant.
4) Collegare la clip di sicurezza a un indumento assicurandosi della sua tenuta e che non si stacchi durante l'utilizzo.
5) Inserire la chiave di sicurezza nell'apposito spazio sulla console.
6) Per iniziare l'esercizio ci sono due opzioni:

A) AVVIO RAPIDO

Premere il tasto START per iniziare l'esercizio.
Tempo, distanza e calorie partiranno da zero. O...

B) SELEZIONARE UN ESERCIZIO O UN TARGET

1) Selezionare il PROGRAMMA con i pulsanti +/- e premere ENTER quando compare il PROGRAMMA desiderato.
2) Regolare l'IMPOSTAZIONE con i pulsanti +/- e premere ENTER quando compare l'IMPOSTAZIONE desiderata.
3) Premere START per iniziare.

PROFILI DI ESERCIZIO

P0) MANUALE: Regolare la velocità manualmente durante l'esercizio.

P1) DISTANZA: Con 5 esercizi di distanza, l'utente può spingersi oltre i propri limiti. Si può scegliere tra 1.000, 5.000, 10.000, mezza maratona e maratona.

P2) CALORIE: Consente di impostare obiettivi di calorie. Scegliere tra 300, 500, 700. Le calorie bruciate sono calcolate usando distanza e velocità.

P3) INTERVALLI: Un efficace allenamento brucia-grassi che aiuta migliorare la forma fisica.

P4) STEP: Promuove un'attività sana con 2 esercizi a base di step calcolati usando una lunghezza di passo media. Si può scegliere tra esercizi da 5000 e 10000 step. L'utente imposta la velocità di partenza.

P5) PERSONALIZZATO: Consente di creare e riutilizzare un esercizio su misura con una determinata velocità e combinazione di tempo. Il non plus ultra della programmazione personalizzata. Obiettivo basato sul tempo. L'esercizio personalizzato verrà salvato automaticamente.

PER RESETTARE LA CONSOLE

Tenere premuto il pulsante STOP per 3 secondi.

TERMINARE L'ESERCIZIO

Una volta concluso l'esercizio, l'unità emette un segnale acustico. Le informazioni sull'esercizio rimarranno sul display della console per 60 secondi e poi verranno resettate.

PRECAUCIONES IMPORTANTES

GUARDE ESTAS INSTRUCCIONES

A la hora de utilizar un producto eléctrico, siempre se deben adoptar precauciones básicas. Entre ellas, las siguientes: Lea todas las instrucciones antes de utilizar la cinta. El propietario es responsable de garantizar que todos los usuarios de la cinta estén informados de manera adecuada sobre las advertencias y precauciones. Si tiene alguna pregunta después de leer esta guía, póngase en contacto con el servicio de asistencia técnica a través del número que se indica en la parte posterior del presente MANUAL DE USUARIO.

Esta cinta ha sido concebida para un uso exclusivamente doméstico. No la utilice en ningún establecimiento comercial, escolar, institucional ni de alquiler. El incumplimiento de estas indicaciones dará lugar a la anulación de la garantía.

⚠ PELIGRO

PARA REDUCIR EL RIESGO DE DESCARGA ELÉCTRICA:

Desenchufe la cinta de la corriente eléctrica inmediatamente después de su uso, antes de proceder a su limpieza, durante el mantenimiento y al montar o desmontar piezas.

⚠ ADVERTENCIA

PARA REDUCIR EL RIESGO DE QUEMADURAS, INCENDIOS, DESCARGAS ELÉCTRICAS O LESIONES PERSONALES:

- No utilice la cinta sin enganchar el clip de fijación de seguridad a su ropa.
- Si nota algún tipo de dolor, como, por ejemplo, dolores en el pecho, náuseas, mareos o dificultades para respirar, pare de hacer ejercicio de inmediato y consulte a su médico antes de continuar.
- A la hora de hacer ejercicio, mantenga en todo momento un ritmo que le resulte cómodo.
- No utilice prendas de vestir que se puedan enganchar en alguna pieza de la cinta.
- Utilice siempre zapatillas de deporte cuando utilice el equipo.
- No salte sobre la cinta.
- En ningún momento debe haber más de una persona sobre la cinta cuando esta se encuentra en funcionamiento.
- Las personas con un peso superior al especificado en el APARTADO DE GARANTÍA DEL MANUAL DE USUARIO no deben utilizar la cinta. El incumplimiento de estas indicaciones dará lugar a la anulación de la garantía.
- Al bajar la plataforma de la cinta, espere hasta que las patas traseras estén bien apoyadas en el suelo antes de pisarla.
- Desconecte la alimentación eléctrica antes de mover el equipo o de realizar tareas de mantenimiento. Para limpiar, pase únicamente un paño ligeramente húmedo y con jabón por las superficies. No utilice nunca disolventes (consulte el apartado MANTENIMIENTO).
- No deje la cinta sin vigilancia mientras está enchufada. Desenchúfela de la corriente cuando no la esté usando y antes de montar o desmontar piezas.
- No utilizar bajo mantas o almohadas, ya que podría producirse un calentamiento excesivo que, a su vez, podría causar un incendio, descargas eléctricas o daños personales.
- Conecte la máquina únicamente a una toma de corriente con conexión a tierra adecuada.

⚠ ADVERTENCIA

PARA REDUCIR EL RIESGO DE QUEMADURAS, INCENDIOS, DESCARGAS ELÉCTRICAS O LESIONES PERSONALES:

- Las mascotas y los niños menores de 13 años no deben estar EN NINGÚN CASO a menos de 3 metros (10 ft) de la cinta.
- Los niños menores de 13 años no deben utilizar la cinta EN NINGÚN CASO.
- Los niños mayores de 13 años y las personas discapacitadas no deben utilizar la cinta sin la supervisión de un adulto.
- Use la cinta únicamente como se describe en el manual de la cinta y del usuario.
- No utilice accesorios que no estén recomendados por el fabricante. Los accesorios pueden causar lesiones.
- No utilice la cinta si algún cable o enchufe se encuentra dañado, si no funciona correctamente, si se ha caído o estropeado, o si se ha sumergido en agua. Devuelva la cinta al centro de servicio para su revisión y reparación.
- Mantenga el cable de alimentación alejado de las superficies calientes. No emplee el cable de alimentación para mover el equipo ni como tirador.
- No use la cinta con el orificio de ventilación bloqueado. Mantenga el orificio de ventilación limpio y libre de pelos, pelusas y otros elementos similares.
- Para evitar las descargas eléctricas, no introduzca ni deje caer ningún objeto en las aberturas.
- No utilice el equipo en lugares en los que se utilizan aerosoles (pulverizadores) o si se está administrando oxígeno.
- Para desconectar la unidad, coloque todos los controles en posición de apagado y desconecte el enchufe de la toma.
- No utilice la cinta en estancias sin control de la temperatura, como, por ejemplo, garajes, porches, salas de billar, cuartos de baño, aparcamientos cubiertos o espacios exteriores. El incumplimiento de estas indicaciones dará lugar a la anulación de la garantía.
- Esta cinta ha sido concebida para un uso exclusivamente doméstico. No la utilice en ningún establecimiento comercial, escolar, institucional ni de alquiler. El incumplimiento de estas indicaciones dará lugar a la anulación de la garantía.
- No extraiga las cubiertas de la consola a menos que se lo indique el servicio de asistencia técnica. Únicamente un técnico de mantenimiento autorizado podrá llevar a cabo el mantenimiento.
- No ponga en funcionamiento una cinta que no se ha montado por completo.
- Espere a que la superficie para correr se detenga por completo antes de extraer ningún perno de la cinta previamente montada.

Es fundamental que esta cinta solo se utilice en espacios interiores, en salas con control de la temperatura. Si la cinta se ha visto expuesta a temperaturas más bajas o climas muy húmedos, se recomienda encarecidamente ajustarla a la temperatura de la habitación antes de utilizarla por primera vez. Si no se procede de este modo, podrían producirse fallos electrónicos prematuros.

INSTRUCCIONES PARA LA CONEXIÓN A TIERRA

El producto debe estar conectado a tierra. En caso de avería o error, la conexión a tierra proporciona una vía de menor resistencia para la corriente eléctrica, lo que reduce el riesgo de descarga eléctrica. El equipo incluye un cable con un conductor y un enchufe de conexión a tierra. El enchufe debe estar conectado a una toma de corriente correctamente instalada y conectado a tierra de acuerdo con lo establecido en los códigos y ordenanzas locales.

⚠ PELIGRO

Una mala conexión del conductor de conexión a tierra puede conllevar un riesgo de descarga eléctrica. Consulte a un electricista o técnico cualificado si tiene dudas sobre si el producto está conectado a tierra adecuadamente. No cambie el enchufe del producto. Si no encaja en la toma de corriente, póngase en contacto con un electricista cualificado para que instale una toma apropiada.

Asegúrese de que el producto esté conectado a una toma con la misma configuración que el enchufe. No deben usarse adaptadores con este producto.

El producto debe utilizarse en un circuito específico. Para saber si está utilizando un circuito específico, desconecte la alimentación de dicho circuito y compruebe si también se desconecta algún otro dispositivo. En caso afirmativo, cambie los dispositivos a otro circuito. Nota: Un solo circuito suele integrar diversas salidas.

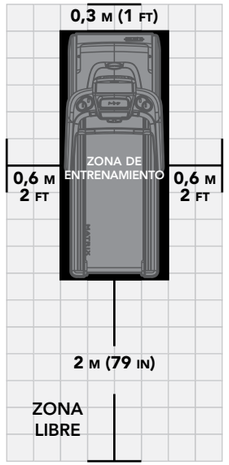
⚠ ADVERTENCIA

Conecte la máquina únicamente a una toma de corriente con conexión a tierra adecuada.

No use el producto si algún cable o enchufe está dañado, incluso si funciona correctamente. No use ningún producto si parece dañado o se ha sumergido en agua. Póngase en contacto con el servicio de asistencia técnica para sustituciones o reparaciones.

Coloque la cinta en una superficie plana y nivelada. Es necesario dejar un espacio de un pie en la parte delantera de la cinta para el cable de alimentación. Deje un espacio libre por detrás de la cinta que tenga, como mínimo, la anchura de la cinta y 2 metros (79 in) de largo. Esta zona debe estar libre de bloqueos y facilitar al usuario una bajada espaciosa de la máquina. En caso de emergencia, coloque ambas manos en los apoyos laterales para los brazos para agarrarse y coloque los pies en las barras laterales. Para un acceso más sencillo, es recomendable dejar un espacio accesible a ambos lados de la cinta de, como mínimo, 0,6 m (2 ft) para que los usuarios puedan acceder a la cinta por ambos lados. No coloque la cinta en un lugar donde bloquee una rejilla de ventilación o una salida de aire. La cinta no se debe instalar en garajes, patios cubiertos, cerca de agua ni al aire libre.

*La emisión de ruido con carga es mayor que cuando no existe ninguna carga.



MONTAJE

⚠ ADVERTENCIA

Durante el proceso de montaje, hay varias zonas a las que se debe prestar especial atención. Es muy importante seguir las instrucciones de montaje correctamente y asegurarse de apretar bien todas las piezas. Si no se siguen las instrucciones de montaje correctamente, podrían quedar piezas sin apretar en la cinta, que parecerá que están sueltas y que pueden causar ruidos molestos. Para evitar daños en la cinta, deben revisarse las instrucciones de montaje y tomarse medidas correctivas.

Antes de continuar, localice el número de serie de la cinta, que está situado en la pegatina blanca con el código de barras (cerca del interruptor de encendido/apagado y el cable de alimentación), e introdúzcalo en el espacio disponible a continuación.

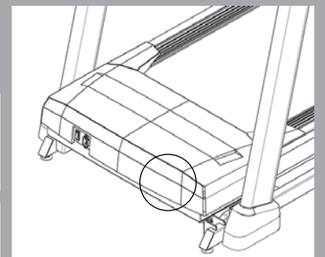
INTRODUZCA EL NÚMERO DE SERIE Y EL NOMBRE DEL MODELO EN LAS CASILLAS DISPONIBLES A CONTINUACIÓN:

NÚMERO DE SERIE:

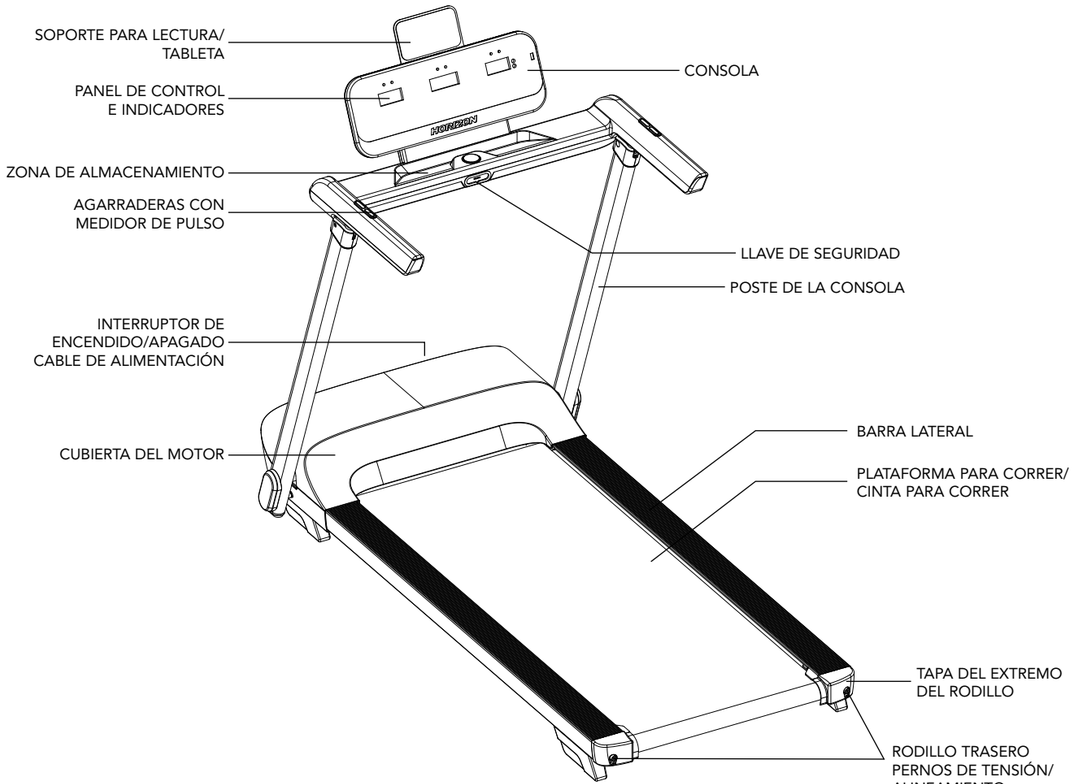
TM

NOMBRE DEL MODELO: **HORIZON** **CINTA**

UBICACIÓN DEL NÚMERO DE SERIE



» Si se pone en contacto con el servicio técnico, indique el NÚMERO DE SERIE y el NOMBRE DEL MODELO.



HERRAMIENTAS INCLUIDAS:

- ☐ Llave en T de 6 mm
- ☐ Llave en L de 6 mm

PIEZAS INCLUIDAS:

- ☐ 1 paquetes de piezas de tornillería
- ☐ 1 llave de seguridad
- ☐ 1 botella de lubricante con base de silicona
- ☐ 1 cable de alimentación
- ☐ 2 cubiertas

¿NECESITA AYUDA?

Si tiene alguna pregunta o si faltan piezas, póngase en contacto con el servicio de asistencia técnica.

MONTAJE **PREVIO**

⚠ ADVERTENCIA

NO INTENTE LEVANTAR LA CINTA. No mueva ni levante la cinta del embalaje hasta que se especifique lo contrario en las instrucciones de montaje. Puede retirar el envoltorio de plástico de los postes de la consola.

DESEMBALAJE

Coloque la caja de la cinta en una superficie plana y nivelada. Se recomienda que coloque una cubierta protectora en el suelo. Extreme las precauciones a la hora de manipular y transportar la unidad. Nunca abra la caja de lado. Una vez retiradas las correas, no levante ni mueva la unidad si esta no está completamente montada. Desembale y monte la unidad en el lugar en el que se vaya a utilizar. La cinta está equipada con amortiguadores de alta presión y puede abrirse si se maneja de manera incorrecta.

⚠ ADVERTENCIA

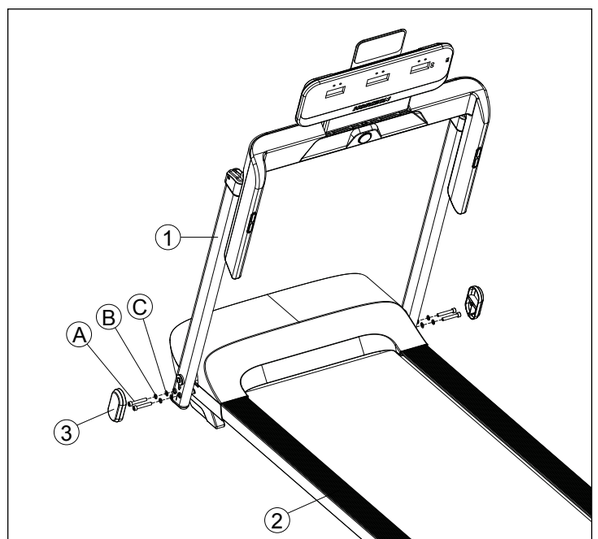
SI NO SIGUE ESTAS INSTRUCCIONES, PODRÍA SUFRIR LESIONES.

NOTA: En cada paso del montaje, asegúrese de que TODAS las tuercas y TODOS los pernos se encuentren en su sitio y estén parcialmente enroscados antes de apretar cualquiera de ellos.

NOTA: Aplique un poco de lubricante para facilitar la instalación de las piezas. Se recomienda emplear cualquier tipo de lubricante, como grasa de litio para bicicletas.

PASO DE MONTAJE **1**

PIEZAS DE TORNILLERÍA PARA EL PASO 1			
PIEZA	**TIPO**	**DESCRIPCIÓN**	**CANT.**
A	PERNO	M8X1,25PX70L-30L	4
B	ARANDELA ELÁSTICA	8,0X13,0X1,5T	4
C	ARANDELA PLANA	8,2X13,0X1,4T	4



NOTA: En el momento de su adquisición, la cinta se presenta plegada dentro de la caja. Siga los siguientes pasos para extender y montar la cinta.

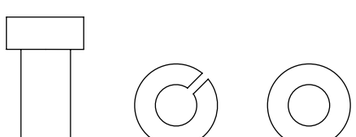
A Abra **EL PAQUETE DE PIEZAS DE TORNILLERÍA PARA LLEVAR A CABO EL PASO 1**.

B Con cuidado, eleve el **POSTE DE LA CONSOLA (1)** hasta colocarlo en posición vertical.

C Fije el **POSTE IZQUIERDO DE LA CONSOLA (1)** al **BASTIDOR DE LA BASE (2)** mediante **2 PERNOS (A)**, **2 ARANDELAS ELÁSTICAS (B)** y **2 ARANDELAS PLANAS (C)**.

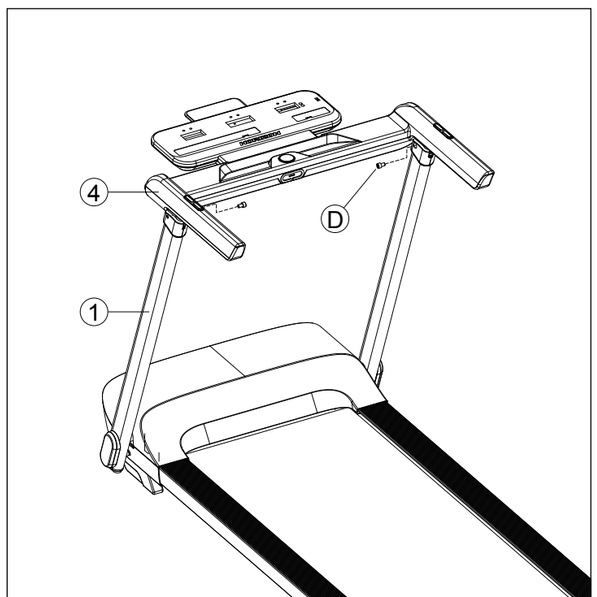
D Fije las **CUBIERTAS DEL LADO IZQUIERDO (3)** en el **POSTE IZQUIERDO DE LA CONSOLA (1)**.

E Repita los pasos C y D en el lado contrario.



PASO DE MONTAJE**2**

PIEZAS DE TORNILLERÍA PARA EL PASO 2			
PIEZA	**TIPO**	**DESCRIPCIÓN**	**CANT.**
D	PERNO	M8X1,25PX10L	2

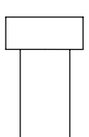


A Abra **EL PAQUETE DE PIEZAS DE TORNILLERÍA PARA LLEVAR A CABO EL PASO 2.**

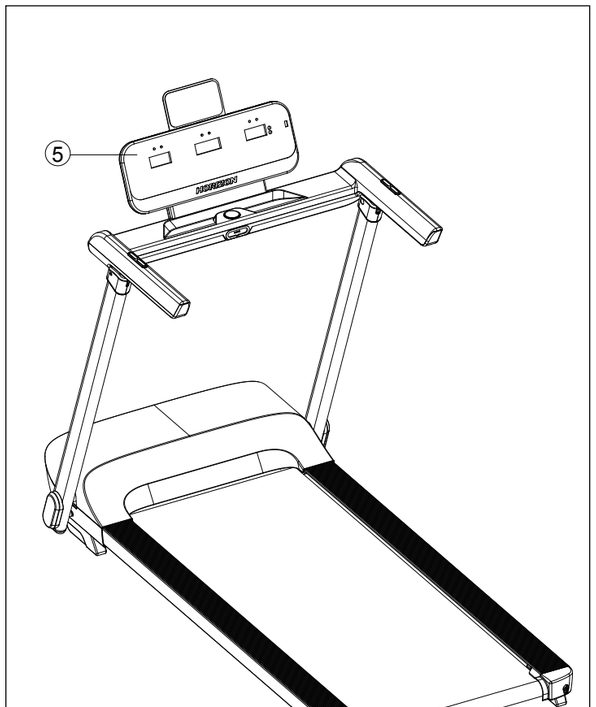
B Con cuidado, eleve **EL CONJUNTO DE AGARRADERAS (4)** hasta colocarlo en posición horizontal.

C Fije la **AGARRADERA IZQUIERDA (4)** al **POSTE IZQUIERDO DEL MÁSTIL (1)** mediante **1 PERNO (D)**.

D Repita el paso C en el lado contrario.

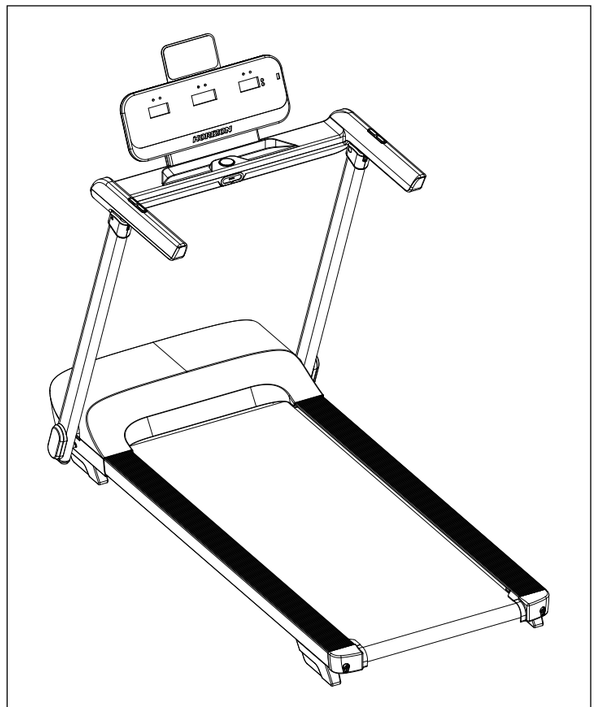


PASO DE MONTAJE **3**



A Con cuidado, eleve la **CONSOLA (5)** hasta colocarla en posición vertical.

PASO DE MONTAJE **4**



MONTAJE FINALIZADO

EVOLVE 3.0

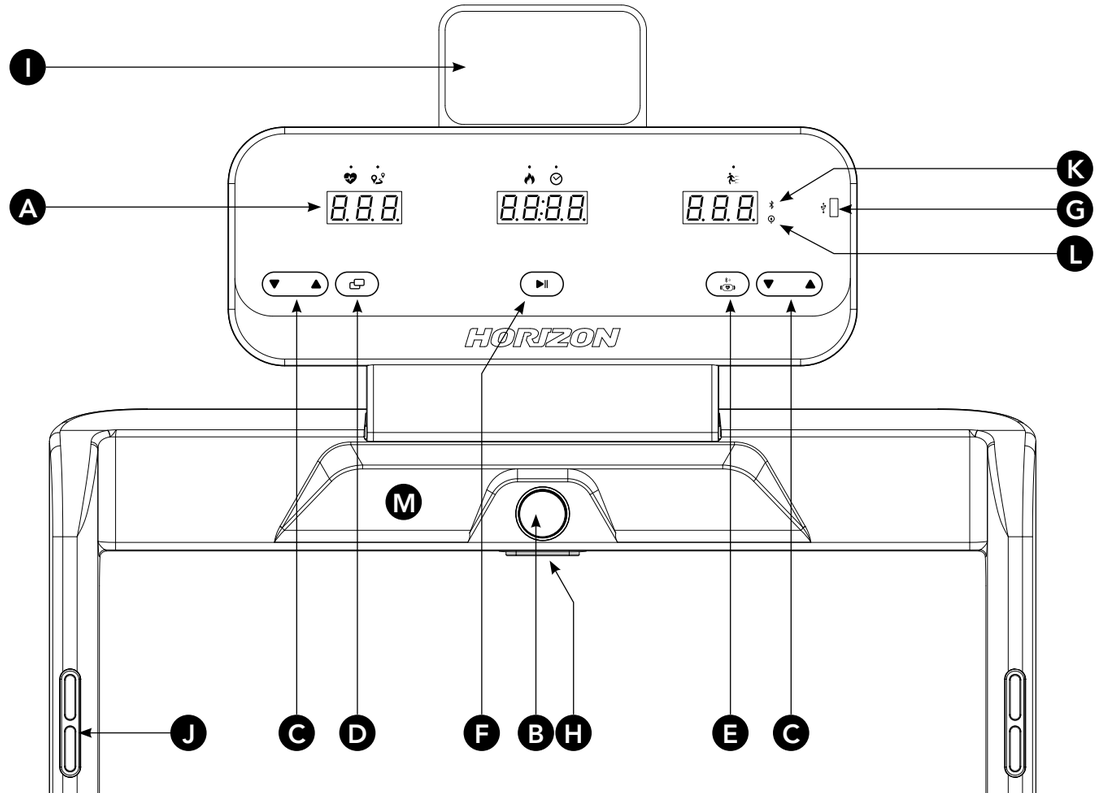
Peso máx. del usuario: 113 kg/250 lb

FUNCIONAMIENTO DE LA CINTA

En esta sección, aprenderá a utilizar la consola de la cinta y a programarla.

La sección de FUNCIONAMIENTO BÁSICO del MANUAL DE LA CINTA contiene instrucciones para lo siguiente:

- **UBICACIÓN DE LA CINTA**
- **USO DE LA LLAVE DE SEGURIDAD**
- **PLEGADO DE LA CINTA**
- **TRANSPORTE DE LA CINTA**
- **NIVELACIÓN LA CINTA**
- **TENSADO DE LA CINTA PARA CORRER**
- **CENTRADO DE LA CINTA PARA CORRER**
- **USO DE LA FUNCIÓN DE FRECUENCIA CARDÍACA**



FUNCIONAMIENTO DE LA CONSOLA

Nota: En la parte superior de la consola, hay una fina lámina de plástico transparente que actúa como protección; retírela antes de utilizar la consola.

- **A) INDICADOR LED:** calorías, tiempo, distancia, velocidad, frecuencia cardíaca.
- **B) INICIO/PARADA:** pulse este botón para empezar a hacer ejercicio, iniciar un entrenamiento o reanudar un ejercicio después de una pausa.
  pulse este botón para pausar/finalizar el entrenamiento. Manténgalo pulsado durante 3 segundos para reiniciar la consola.
- **C) TECLAS DE +/- VELOCIDAD:** utilícelas para ajustar la velocidad progresivamente.
- **D) CAMBIAR INDICADOR:** pulse este botón para cambiar la información de la pantalla durante el entrenamiento.
- **E) FRECUENCIA CARDÍACA POR BLUETOOTH:** mantenga pulsado este botón durante 3 segundos para conectarse con la cinta de frecuencia cardíaca por Bluetooth (solo se puede conectar a la vez una cinta de frecuencia cardíaca de aplicación o de Bluetooth).
- **F) INTRO/PARADA:** pulse este botón para seleccionar un elemento. pulse este botón para pausar/finalizar el entrenamiento. Manténgalo pulsado durante 3 segundos para reiniciar la consola.
- **G) PUERTO USB:** utilícelo para realizar cargas.
- **H) LLAVE DE SEGURIDAD:** se debe conectar la llave de seguridad para encender la cinta.
- **I) SOPORTE PARA LECTURA/TABLETA:** permite sujetar material de lectura o una tableta.
- **J) PUÑOS MEDIDORES DEL PULSO:** miden la frecuencia cardíaca.
- **K) BLUETOOTH:** la luz se mantendrá encendida de forma constante cuando el Bluetooth se conecte.
- **L) MODO DE AHORRO DE ENERGÍA:** la luz se mantendrá encendida de forma constante cuando el modo de ahorro de energía esté activado.
- **M) BANDEJA PARA ACCESORIOS:** sostiene los efectos personales.







INDICADORES

CALORÍAS: indica el total de calorías quemadas durante el entrenamiento o las calorías que quedan por quemar.

TIEMPO: ajuste el tiempo y la velocidad del entrenamiento. Después, inicie el entrenamiento.

DISTANCIA: se muestra en millas (1 milla = 1,609 km). Indica la distancia recorrida durante el entrenamiento o la distancia que queda por recorrer.

VELOCIDAD: se indica en km/h (kilómetros por hora). Indica la velocidad a la que se mueve la superficie mientras corre o anda.

FRECUENCIA CARDÍACA: se indica en p. p. m. (pulsaciones por minuto). Se utiliza para controlar la frecuencia cardíaca (se visualiza cuando se hace contacto con los dos puños medidores del pulso).

PRIMEROS PASOS

1) Compruebe que no haya objetos en la cinta que obstaculicen su movimiento.
2) Conecte el cable de alimentación y encienda la cinta (el interruptor de encendido/apagado se encuentra al lado del cable de alimentación).
3) Colóquese sobre las barras laterales de la cinta.
4) Fije la presilla de la llave de seguridad a su ropa y asegúrese de que no se caiga durante el funcionamiento.
5) Introduzca la llave de seguridad en el orificio específico de seguridad en la consola.
6) Existen dos maneras de iniciar el entrenamiento:

A) INICIO RÁPIDO

Pulse la tecla INICIO para comenzar el entrenamiento.
El tiempo, la distancia y las calorías empezarán a contarse a partir de cero. O...

B) SELECCIONE UN ENTRENAMIENTO U OBJETIVO

1) Seleccione el PROGRAMA con los botones +/- y pulse INTRO cuando se muestre el PROGRAMA deseado.
2) Seleccione la CONFIGURACIÓN con los botones +/- y pulse INTRO cuando se muestre la CONFIGURACIÓN deseada.
3) Pulse INICIO para comenzar.

PERFILES DE ENTRENAMIENTO

(P0) MANUAL: ajuste la velocidad de forma manual durante el entrenamiento.

P1) DISTANCIA: póngase a prueba y trate de superarse con las 5 distancias de entrenamiento. Puede elegir entre 1 km, 5 km, 10 km, media maratón y maratón.

P2) CALORÍAS: fíjese objetivos para quemar calorías. Puede elegir entre 300, 500 o 700. Las calorías quemadas se calculan a partir de la distancia y la velocidad.

P3) INTERVALOS: un entrenamiento efectivo que le permitirá quemar grasa y mejorar su forma física.

P4) PASOS: promueve una actividad saludable con entrenamientos basados en pares de pasos que se calculan en función de la longitud media de la zancada. Puede elegir entre un entrenamiento de 5000 o de 10 000 pasos. El usuario establece la velocidad inicial.

P5) PERSONALIZADO: cree y reutilice el entrenamiento perfecto con una combinación específica de velocidad y tiempo. Lo último en programas personalizados. Objetivos por tiempos. Su entrenamiento personalizado se guardará automáticamente.

PARA REINICIAR LA CONSOLA

Mantenga pulsada la tecla PARADA durante 3 segundos.

FINALIZAR EL ENTRENAMIENTO

Cuando complete el entrenamiento, la unidad emitirá un pitido. La información del entrenamiento permanecerá en la consola durante 60 segundos y, a continuación, se reiniciará.

PRECAUÇÕES IMPORTANTES

GUARDE ESTAS INSTRUÇÕES

Ao utilizar um produto elétrico, estas precauções devem ser seguidas sempre, incluindo o seguinte: Leia todas as instruções antes de utilizar esta esteira. É de responsabilidade do proprietário assegurar que todos os usuários desta esteira sejam informados de modo adequado sobre todas as advertências e precauções. Se você tiver alguma dúvida depois de ler este guia, entre em contato com o suporte técnico ao cliente no número listado no painel traseiro do MANUAL DO PROPRIETÁRIO.

Esta esteira é destinada apenas para uso doméstico. Não use esta esteira em qualquer ambiente comercial, de aluguel, escola ou institucional. O não cumprimento das mesmas invalidará a garantia.

⚠ PERIGO

PARA REDUZIR O RISCO DE CHOQUE ELÉTRICO:

Sempre desconecte a esteira da tomada elétrica imediatamente após seu uso, antes de limpar, realizar manutenção e colocar ou retirar peças.

⚠ AVISO

PARA REDUZIR O RISCO DE QUEIMADURAS, INCÊNDIO, CHOQUE ELÉTRICO OU FERIMENTOS ÀS PESSOAS:

- Nunca use a esteira antes de prender o clipe de segurança com corda na sua roupa.
- Se você experimentar qualquer tipo de dor, incluindo, mas não limitado a dores no tórax, náusea, tontura ou falta de ar, pare os exercícios imediatamente e consulte seu médico antes de continuar.
- Ao se exercitar, mantenha sempre um ritmo confortável.
- Não vista roupas que possam ficar presas em qualquer parte da esteira.
- Sempre use calçado esportivo ao utilizar este equipamento.
- Não pule na esteira.
- Em momento nenhum, mais de uma pessoa deve estar sobre a esteira enquanto estiver em operação.
- Esta esteira não deve ser utilizada por pessoas que pesam mais que o especificado na SEÇÃO DE GARANTIA DO MANUAL DO PROPRIETÁRIO. O não cumprimento das mesmas invalidará a garantia.
- Ao abaixar a plataforma da esteira, espere até que os pés traseiros estejam firmemente sobre o piso antes de subir na plataforma.
- Desconecte toda a energia antes de fazer manutenção ou mover o equipamento. Para limpar as superfícies, use apenas sabão e pano ligeiramente úmido; nunca use solventes. (Veja MANUTENÇÃO)
- A esteira nunca deve ser deixada sem atenção ao fazer sua conexão. Desconecte-a da tomada se não estiver em uso e antes de colocar ou retirar peças.
- Não opere embaixo de mantas ou travesseiros. Aquecimento excessivo pode ocorrer e causar incêndio, choque elétrico ou ferimentos às pessoas.
- Conecte este produto de exercícios apenas em uma tomada adequadamente aterrada.

⚠ AVISO

PARA REDUZIR O RISCO DE QUEIMADURAS, INCÊNDIO, CHOQUE ELÉTRICO OU FERIMENTOS ÀS PESSOAS:

- Em NENHUM momento, animais domésticos ou crianças menores de 13 anos podem estar a uma distância menor que 10 pés (3 m) da esteira.
- Em NENHUM momento, crianças menores de 13 anos podem utilizar a esteira.
- Crianças com mais de 13 anos ou pessoas com deficiência não devem utilizar a unidade sem supervisão de um adulto.
- Utilize a esteira apenas para sua utilização prevista conforme descrito no guia da esteira ergométrica e no manual do proprietário.
- Não utilize outros acessórios que não sejam recomendados pelo fabricante. Acessórios podem causar ferimentos.
- Nunca opere a esteira se o cabo ou plugue estiver danificado, se não funcionar de acordo, se tiver caído ou danificada, ou imersa em água. Retorne a esteira à assistência técnica para inspeção e reparo.
- Mantenha o cabo de alimentação distante de superfícies quentes. Não transporte esta unidade por seu cabo de alimentação nem utilize o cabo como alça.
- Nunca opere a esteira com a abertura de ventilação bloqueada. Mantenha a abertura de ventilação limpa, livre de fiapos, fios de cabelo e similares.
- Para evitar choque elétrico, nunca deixe cair nem insira algum objeto dentro de qualquer abertura.
- Não opere onde produtos de aerossol (spray) estejam sendo utilizados ou quando oxigênio está sendo administrado.
- Para desconectar, desligue todos os controles e depois remova o plugue da tomada.
- Não use a esteira em nenhum local que não seja com temperatura controlada como, mas não limitado a, garagens, varandas, halls de piscina, banheiros, coberturas para carros ou ao ar livre. O não cumprimento das mesmas invalidará a garantia.
- Esta esteira é destinada apenas para uso doméstico. Não use esta esteira em qualquer ambiente comercial, de aluguel, escola ou institucional. O não cumprimento das mesmas invalidará a garantia.
- Não remova as coberturas do console a não ser se instruído pelo Suporte Técnico ao Cliente. O serviço deve ser realizado somente por um técnico de serviço autorizado.
- Uma esteira não completamente montada não deve ser operada.
- Para permitir que a superfície de corrida pare totalmente antes de soltar qualquer parafuso da esteira completamente montada.

É essencial que a sua esteira ergométrica seja utilizada apenas em espaços internos, em um ambiente com temperatura controlada. Se a sua esteira tiver sido exposta a temperaturas mais frias ou climas com alta umidade, é extremamente recomendado que a esteira seja aquecida à temperatura ambiente antes de utilizá-la pela primeira vez. Não fazer isso pode causar falha eletrônica prematura.

INSTRUÇÕES DE ATERRAMENTO

Este produto deve ser aterrado. Se uma esteira falhar ou sofrer dano, o aterramento fornece uma via de menor resistência à corrente elétrica para reduzir o risco de choque elétrico. Este produto está equipado com um cabo tendo um condutor de aterramento do equipamento e um conector de aterramento. O plugue deve ser conectado em uma tomada adequada que esteja devidamente instalada e aterrada segundo todos os códigos locais e as determinações legais.

⚠ PERIGO

A conexão inadequada do condutor de aterramento do equipamento pode resultar em risco de choque elétrico. Verifique com um eletricista qualificado ou provedor de serviços se estiver em dúvida quanto ao aterramento adequado do equipamento. Não modifique o plugue fornecido com o produto. Se não encaixar na tomada, peça a um eletricista qualificado para instalar uma tomada adequada.

Certifique-se de que o produto esteja conectado a uma tomada com a mesma configuração do plugue. Nenhum adaptador deve ser utilizado com este produto.

Este produto deve ser utilizado em um circuito dedicado. Para determinar se você está em um circuito dedicado, desligue a energia deste circuito e observe se outros dispositivos perdem energia. Em caso afirmativo, mova os dispositivos para um circuito diferente. Nota: Normalmente há várias tomadas em um circuito.

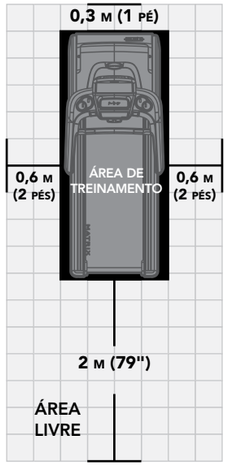
⚠ AVISO

Conecte este produto de exercícios apenas em uma tomada adequadamente aterrada.

Nunca opere o produto com um cabo ou plugue danificado, mesmo se estiver funcionando adequadamente. Nunca opere o produto se parecer danificado ou tiver sido imerso em água. Entre em contato com o Suporte Técnico ao Cliente para solicitar substituição ou reparo.

Coloque a esteira sobre uma superfície nivelada e estável. Deve haver 1 pé (30 cm) de folga na frente da esteira para o cabo de alimentação. Deixe uma zona livre atrás da esteira que seja de pelo menos a largura da esteira e de pelo menos 79" (2 m) de comprimento. Esta área deve estar livre de qualquer obstrução e proporcionar ao usuário um caminho de saída da máquina. Em caso de emergência, coloque ambas as mãos nos apoios laterais de braço para se erguer e coloque seus pés nos trilhos laterais. Para facilitar o acesso, deve haver um espaço acessível, preferencialmente em ambos os lados da esteira, igual a 2 pés (0,6 m) para permitir que o usuário acesse a esteira de qualquer um dos lados. Não coloque a esteira em qualquer área que bloqueie aberturas de ventilação ou de ar. A esteira não deve estar localizada em garagem, pátio coberto, perto de água ou ao ar livre.

* Emissão de ruído sob carga é maior do que sem carga.



MONTAGEM

⚠ AVISO

Há várias áreas, durante o processo de montagem, que merecem especial atenção. É muito importante seguir corretamente as instruções de montagem e assegurar-se de que todas as partes estejam firmemente apertadas. Se as instruções de montagem não forem seguidas corretamente, a esteira pode apresentar partes que não foram apertadas, parecendo soltas e podendo causar ruídos irritantes. Para prevenir danos à esteira, as instruções de montagem devem ser revisadas e as ações corretivas devem ser tomadas.

Antes de prosseguir, localize o número de série da sua esteira, localizado em um adesivo de código de barras branco perto do interruptor liga/desliga de energia e do cabo de alimentação, e insira-o no espaço abaixo.

INSIRA O SEU NÚMERO DE SÉRIE E O NOME DO MODELO NAS CAIXAS ABAIXO:

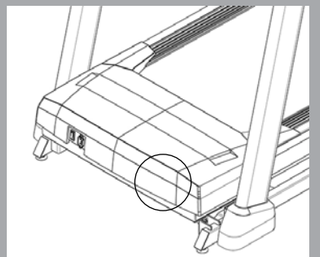
NÚMERO DE SÉRIE:

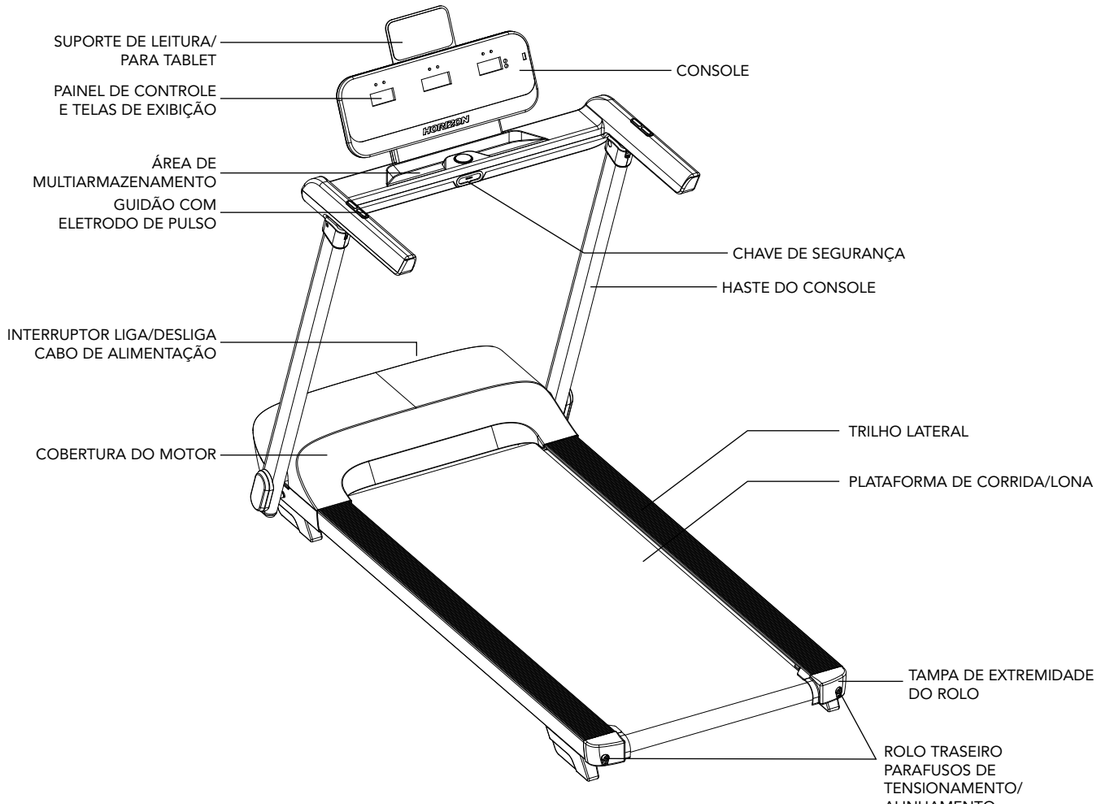
TM

NOME DO MODELO: **HORIZON** **ESTEIRA**

» Mencione o NÚMERO DE SÉRIE e o NOME DO MODELO ao ligar para assistência.

LOCALIZAÇÃO DO NÚMERO DE SÉRIE





FERRAMENTAS INCLUÍDAS:

- ☐ Chave em T de 6 mm
- ☐ Chave em L de 6 mm

PARTES INCLUÍDAS:

- ☐ 1 kits de ferragens
- ☐ 1 chave de segurança
- ☐ 1 frasco de lubrificante de silicone
- ☐ 1 cabo de alimentação
- ☐ 2 coberturas

PRECISA DE AJUDA?

Se você tiver perguntas ou caso haja alguma parte ausente, entre em contato com o Suporte Técnico ao Cliente.

PRÉ-MONTAGEM

⚠ AVISO

NÃO TENTE ELEVAR A ESTEIRA! Não mova nem levante a esteira da embalagem até que seja especificado para fazer isso nas instruções de montagem. Você pode remover o filme plástico das hastes do console.

RETIRADA DA EMBALAGEM

Coloque a caixa de papelão da esteira em uma superfície plana nivelada. É recomendado que você coloque uma cobertura de proteção em seu piso. Tome CUIDADO ao manusear e transportar esta unidade. Nunca abra a caixa quando estiver sobre sua lateral. Uma vez que as cintas de amarração tenham sido removidas, não levante nem transporte esta unidade a menos que esteja totalmente montada. Desembale e monte a unidade onde ela será usada. A esteira fechada é provida de choques de alta pressão e pode se abrir se for mal manuseada.

⚠ AVISO

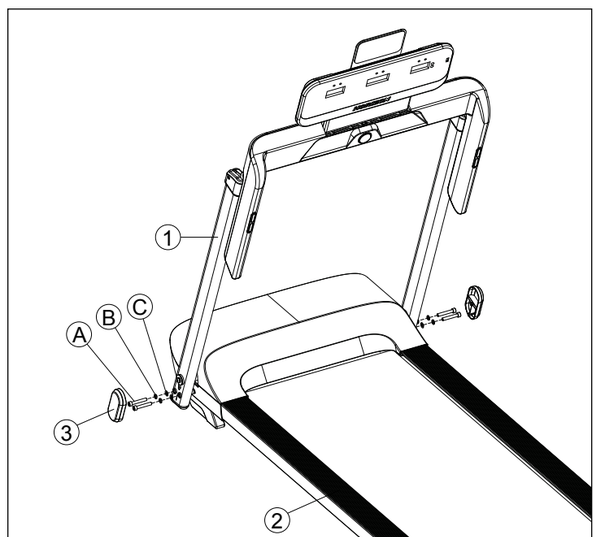
FALHA EM SEGUIR ESTAS INSTRUÇÕES PODE CAUSAR FERIMENTOS!

NOTA: Durante cada etapa da montagem, assegure que TODAS as porcas e os parafusos estejam no local e parcialmente rosqueadas antes de apertar completamente qualquer parafuso.

NOTA: Uma aplicação leve de graxa pode ajudar na instalação das ferragens. Qualquer graxa, como graxa de lítio para bicicleta, é recomendada.

MONTAGEM **ETAPA 1**

FERRAGENS PARA ETAPA 1			
PEÇA	**TIPO**	**DESCRIÇÃO**	**QTD.**
A	PARAFUSO	M8X1.25PX70L-30L	4
B	ARRUELA DE PRESSÃO	8.0X13.0X1.5T	4
C	ARRUELA PLANA	8.2X13.0X1.4T	4



NOTA: A esteira estava dobrada na caixa de papelão quando adquirida. Siga estas etapas para desdobrar e montar a esteira.

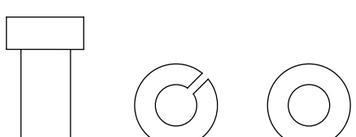
A Abra as **FERRAGENS PARA ETAPA 1**.

B Levante cuidadosamente a **HASTE DO CONSOLE (1)** para cima até que fique na posição vertical.

C Prenda a **HASTE ESQUERDA DO CONSOLE (1)** à **ESTRUTURA DE BASE (2)** usando **2 PARAFUSOS (A)**, **2 ARRUELAS DE PRESSÃO (B)** e **2 ARRUELAS PLANAS (C)**.

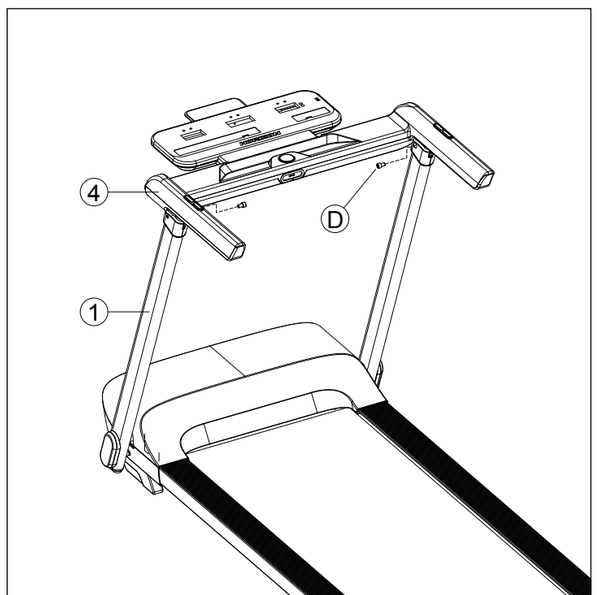
D Fixe as **COBERTURAS ESQUERDAS (3)** na **HASTE ESQUERDA DO CONSOLE (1)**.

E Repita C e D no outro lado.



MONTAGEM **ETAPA 2**

FERRAGENS PARA ETAPA 2			
PEÇA	**TIPO**	**DESCRIÇÃO**	**QTD.**
D	PARAFUSO	M8X1.25PX10L	2

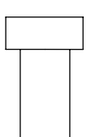


A Abra as **FERRAGENS PARA ETAPA 2.**

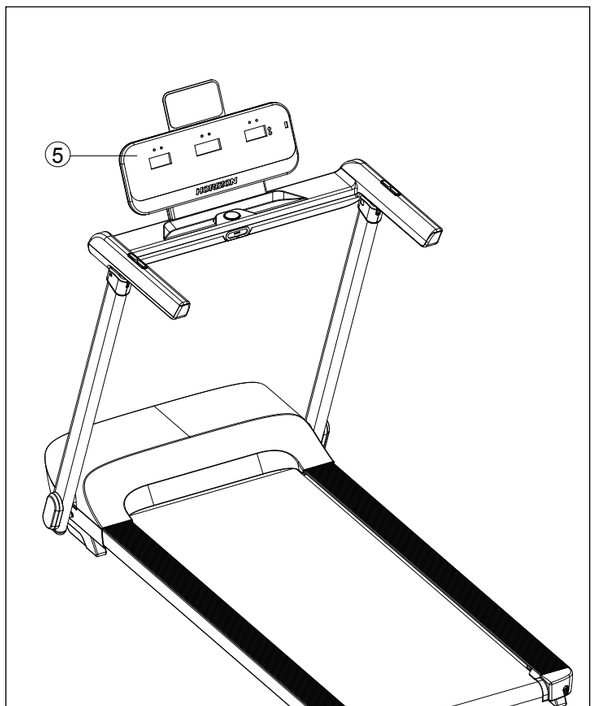
B Levante cuidadosamente o **GUIDÃO (4)** para cima até que fique na posição horizontal.

C Prenda o **GUIDÃO ESQUERDO (4)** à **HASTE ESQUERDA DO CONSOLE (1)** usando **1 PARAFUSO (D)**.

D Repita C no outro lado.

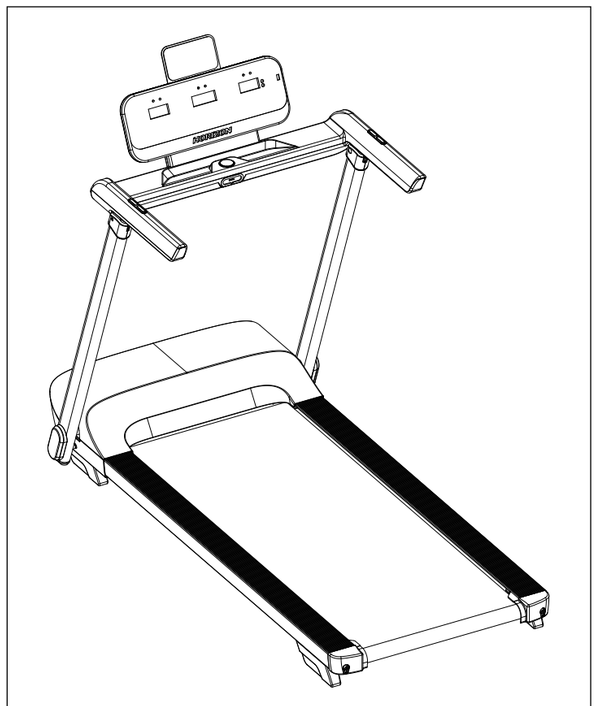


MONTAGEM **ETAPA 3**



A Levante cuidadosamente o **CONSOLE (5)** para cima até que fique na posição vertical.

MONTAGEM **ETAPA 4**



MONTAGEM CONCLUÍDA!

EVOLVE 3.0

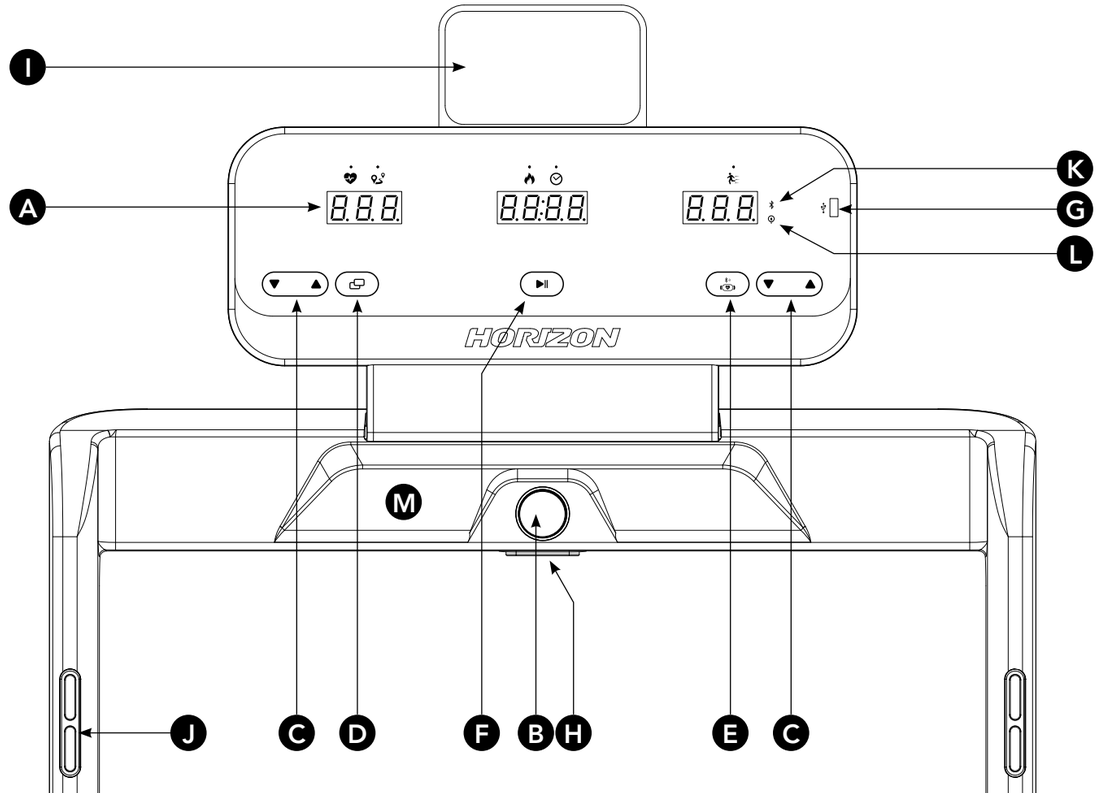
Capacidade de peso do usuário: 113 kg/250 lb

OPERAÇÃO DA ESTEIRA

Esta seção explica como usar o console e a programação da sua esteira.

A seção OPERAÇÃO BÁSICA no GUIA DA ESTEIRA tem instruções para o seguinte:

- **LOCALIZAÇÃO DA ESTEIRA**
- **UTILIZAÇÃO DA CHAVE DE SEGURANÇA**
- **DOBRAMENTO DA ESTEIRA**
- **MOVIMENTAÇÃO DA ESTEIRA**
- **NIVELAMENTO DA ESTEIRA**
- **TENSIONAMENTO DA LONA**
- **CENTRALIZAÇÃO DA LONA**
- **UTILIZAÇÃO DA FUNÇÃO DE FREQUÊNCIA CARDÍACA**



OPERAÇÃO DO CONSOLE

Nota: Existe uma fina folha protetora de plástico transparente no invólucro do console que deve ser removida antes de ser utilizada.

- **A) VISOR DE LEDS:** Calorias, tempo, distância, velocidade, frequência cardíaca.
- **B) INICIAR/PARAR:** pressione para começar a se exercitar, iniciar seu treino ou retomar o exercício após pausa. pressione para pausar/terminar o seu treino. Mantenha pressionado por 3 segundos para redefinir o console.
- **C) TECLAS DE VELOCIDADE +/-:** usadas para ajustar a velocidade em pequenos incrementos.
- **D) ALTERAR EXIBIÇÃO:** pressione para alterar informação na tela durante o treino.
- **E) FREQUÊNCIA CARDÍACA VIA BLUETOOTH:** pressione e segure por 3 segundos para se conectar à cinta de frequência cardíaca via Bluetooth. (Aplicativo e cinta de frequência cardíaca via Bluetooth só poderia conectar um de cada vez)
- **F) ENTER/PARAR:** pressione para selecionar item. pressione para pausar/terminar o seu treino. Mantenha pressionado por 3 segundos para redefinir o console.
- **G) PORTA USB:** usada para carregamento
- **H) CHAVE DE SEGURANÇA:** a chave de segurança precisa ser encaixada para ligar a esteira.
- **I) SUPORTE DE LEITURA/PARA TABLET:** suporta tablet ou material de leitura.
- **J) ELETRODOS DE FREQUÊNCIA CARDÍACA:** usados para medir a frequência cardíaca.
- **K) BLUETOOTH:** a luz ficará constantemente acesa assim que o Bluetooth estiver conectado.
- **L) MODO DE ECONOMIA DE ENERGIA:** a luz ficará constantemente acesa no modo de suspensão.
- **M) BANDEJA DE ACESSÓRIOS:** guarda o equipamento pessoal.







TELAS DE EXIBIÇÃO

CALORIAS: Total de calorias queimadas ou calorias restantes deixadas para serem queimadas durante o seu treino.

TEMPO: Configure o tempo e a velocidade do seu treino. Então comece o seu treino.

DISTÂNCIA: Mostrado como milhas. Indica a distância percorrida ou a distância restante durante o treino.

VELOCIDADE: Mostrada em km/h. Indica o quão rápido a superfície de caminhada ou corrida está se movendo.

FREQUÊNCIA CARDÍACA: Mostrada em BPM (batimentos por minuto). Usada para monitorar sua frequência cardíaca (exibida quando o contato é feito com os dois eletrodos de pulsação).

COMO COMEÇAR

1) Certifique-se de que nenhum objeto esteja colocado sobre a lona que impeça o movimento da esteira.
2) Conecte o cabo de alimentação e ligue a esteira. (O interruptor LIGA/DESLIGA está próximo ao cabo de força.)
3) Fique sobre os trilhos laterais da esteira.
4) Prenda o clipe da chave de segurança em uma parte de sua roupa certificando-se de que esteja firme e não se soltará durante a operação.
5) Insira a chave de segurança no orifício da chave de segurança no console.
6) Você tem duas opções para iniciar o seu treino:

A) PARTIDA RÁPIDA

Simplesmente pressione a tecla INICIAR para começar o treino.
Tempo, distância e calorias serão todos contados a partir de zero. OU...

B) SELECIONE UM TREINO OU ALVO

1) Selecione seu PROGRAMA com os botões +/- e pressione ENTER quando seu PROGRAMA desejado for exibido.
2) Ajuste a CONFIGURAÇÃO com os botões +/- e pressione ENTER quando sua CONFIGURAÇÃO desejada for exibida.
3) Pressione INICIAR para começar.

PERFIS DE TREINO

P0) MANUAL: Ajuste manualmente a sua velocidade durante o seu treino.

P1) DISTÂNCIA: Esforce-se e vá mais longe durante a sessão de treino com 5 treinos de distância. Escolha entre metas de 1 km, 5 km, 10 km, meia maratona e maratona.

P2) CALORIAS: Defina metas para queimar calorias. Escolha entre 300, 500 e 700. As calorias queimadas são calculadas usando a distância e a velocidade.

P3) INTERVALADO: Uma sessão de treino de queima de gordura eficaz que o ajuda a melhorar o seu nível de condição física.

P4) PASSOS: Promove atividade saudável com sessões de treino baseadas em 2 passos calculadas usando comprimento médio da passada. Escolha entre sessões de treino de 5000 e 10000 passos. O usuário define a velocidade inicial.

P5) PERSONALIZADO: Permite que você crie e reutilize um treino perfeito com combinação específica de velocidade e tempo. O definitivo em programação pessoal. Meta baseada em tempo. Sua sessão personalizada de treino será salva automaticamente.

PARA REDEFINIR O CONSOLE

Mantenha pressionada a tecla PARAR por 3 segundos.

TÉRMINO DO SEU TREINO

Quando o treino estiver concluído, a unidade emitirá um sinal sonoro. Suas informações de treino permanecerão exibidas no console por 60 segundos e, em seguida, serão redefinidas.

Eng: Waste Disposal

VISION Fitness / HORIZON Fitness / TEMPO Fitness / TREO Fitness products are recyclable.
At the end if its useful life please dispose of this article correctly and safely (local refuse sites).

Ger: Entsorgungshinweis

Die Produkte VISION Fitness/HORIZON Fitness/TEMPO Fitness/TREO Fitness sind recycelbar.
Führen Sie das Gerät am Ende der Nutzungsdauer einer sachgerechten Entsorgung zu (örtliche Sammelstelle).

Dut: Verwijderingsaanwijzing

VISION Fitness / HORIZON Fitness / TEMPO Fitness / TREO Fitness producten zijn recyclebaar. Breng het apparaat aan het einde van de gebruiksduur naar een in recycling gespecialiseerd bedrijf (plaatselijk verzamelpunt).

Fre: Remarque relative à la gestion des déchets

Les produits VISION Fitness / HORIZON Fitness / TEMPO Fitness / TREO Fitness sont recyclables. Lorsque cet appareil arrive en fin de vie, veuillez l'éliminer de manière correcte et en toute sécurité en le déposant dans une déchetterie communale.

Ita: Indicazione sullo smaltimento

I prodotti VISION Fitness / HORIZON Fitness / TEMPO Fitness / TREO Fitness sono riciclabili. Quando l'apparecchio non servirà più, portarlo in un apposito punto di raccolta della propria città (punti di raccolta comunali).

Spe: Gestión de residuos

Los productos de VISION Fitness / HORIZON Fitness / TEMPO Fitness / TREO Fitness son reciclables.
Cuando se termine su vida útil, por favor deshágase de este artículo de forma correcta y segura en un punto limpio.

Prb: Descarte

Os produtos VISION Fitness / HORIZON Fitness / TEMPO Fitness / TREO Fitness são recicláveis.
No final de sua vida útil, descarte este equipamento corretamente e com segurança (sites de locais de lixo).

ChT: 廢棄物處理

VISION Fitness / HORIZON Fitness / TEMPO Fitness / TREO Fitness 產品為可回收產品。
產品的使用年限期滿後，請依照正確且安全的方式處理本廢棄商品 (當地的廢棄場)。

ChS: 废弃物处理

VISION Fitness / HORIZON Fitness / TEMPO Fitness / TREO Fitness 产品是可回收利用的。
在其使用期结束后，请正确安全地（在本地垃圾处理场）处理本品。

©2021 Johnson Health Tech