

DESK|FIT

DeskFit200



DE

EN

ES

FR

IT

BENUTZERHANDBUCH

DEUTSCH

Unsere **Video Tutorials** für dich!



Aufbau

Benutzung

Abbau

In 3 einfachen Schritten zum schnellen
und sicheren Start:

1. QR-Code scannen
2. Videos anschauen
3. schnell und sicher starten



Link zu den Videos:

www.sportstech.de/qr/deskfit200.html

Sehr geehrter Kunde,

wir freuen uns, dass Sie sich für ein Gerät aus der DeskFit Produktpalette entschieden haben. Deskfit Sportgeräte bieten Ihnen höchste Qualität und neueste Technologie.

Um die Leistungsfähigkeit des Gerätes voll nutzen zu können und viele Jahre Freude an Ihrem Gerät zu haben, lesen Sie bitte vor der Inbetriebnahme und dem Beginn des Trainings dieses Benutzerhandbuch sorgfältig durch und verwenden Sie das Gerät den Anweisungen entsprechend. Die Betriebssicherheit und die Funktion des Gerätes können nur dann gewährleistet werden, wenn sowohl die allgemeinen Sicherheits- und Unfallverhütungsvorschriften des Gesetzgebers als auch die Sicherheitshinweise in diesem Benutzerhandbuch beachtet werden. Wir übernehmen keine Haftung für Schäden, die durch unsachgemäßen Gebrauch bzw. fehlerhafte Bedienung entstehen.



Bitte stellen Sie sicher, dass alle Personen, die das Gerät verwenden, das Benutzerhandbuch gelesen und verstanden haben.

Bewahren Sie das Benutzerhandbuch an einem sicheren Ort auf, um im Bedarfsfall jederzeit darauf zurückgreifen zu können.

Änderungen und Irrtümer vorbehalten.

INHALTVERZEICHNISS

1. Wichtige Sicherheitshinweise	6
2. Gebrauchshinweise	7
3. Teileliste	8
4. Lieferumfang	10
5. Installation der Fernbedienung	11
6. Verwendung der Fernbedienung	11
7. Installation Der Zusatzteile (optional)	12
8. Speed	16
9. Applikation Software (App)	17
10. Wartung	19
11. Allgemeine Fehlerbehebung	22
12. Dehnungsübungen	22

1. WICHTIGE SICHERHEITSHINWEISE



Diese allgemeinen Sicherheitsinformationen müssen unbedingt für die Benutzung dieses Produkt beachtet werden. Lesen Sie alle Hinweise, bevor Sie das Produkt in Benutzung nehmen.

Bitte bewahren Sie diese Anleitung zum späteren Nachschlagen auf.

1. Bevor Sie mit der Montage und Nutzung Ihres neuen Fitness-Laufbands beginnen, sollten Sie die Bedienungsanleitung sorgfältig durchlesen, damit Sie die Informationen verstehen. Die richtige Installation, Wartung und Nutzung Ihres Laufbands ist wichtig, um sicherzustellen, dass Sie das sicherste und effektivste Fitness-Training erreichen.
2. Bitte vergewissern Sie sich, dass das Gerät gemäss der Montageanleitung zusammengebaut wurde.
3. Wenn Sie über 45 Jahre alt sind, gesundheitliche oder medizinische Probleme haben und/oder zum ersten Mal seit über 12 Monaten trainieren, konsultieren Sie bitte Ihren Arzt oder medizinischen Fachmann vor Trainingsbeginn.
4. Das Nutzergewicht liegt bei 110Kg
5. Wenn bei Ihnen eines der folgenden Symptome auftritt: Kopfschmerzen, Brustenge, unregelmässiger Herzschlag, Atemnot, Schwindel, Übelkeit oder starke Muskel- oder Gelenkschmerzen, dann brechen Sie das Training bitte sofort ab und konsultieren Ihren Arzt oder medizinischen Fachmann.
6. Stellen Sie sicher, dass kleine Kinder und Haustiere vom Gerät ferngehalten werden, um Verletzungen zu vermeiden. Das Gerät ist nur zur Benutzung durch Erwachsene bestimmt.
7. Das Gerät sollte auf einer festen, ebenen Oberfläche platziert werden, sowie mindestens 0,5 Meter entfernt von anderen Gegenständen.
8. Bevor Sie das Gerät in Betrieb nehmen, vergewissern Sie sich bitte, dass alle Muttern und Schrauben des Fitness-Laufbands fest angezogen sind.
9. Stellen Sie das Laufband nicht in Räumen oder Bereichen auf, wo es einem hohen Mass an Feuchtigkeit ausgesetzt wäre, wie etwa im Freien, in der Nähe von beheizten Innenpools/Spas, in nicht-wärmeisolierten Garagen oder Räumen.
10. Es wird dringend empfohlen, dass Sie zu Ihrem persönlichen Komfort geeignete Kleidung und Schuhe tragen, wenn Sie das Laufband benutzen.

11. Das Laufband ist nicht zur Verwendung als medizinisches Gerät geeignet.
12. Positionieren Sie das Gerät auf einer sauberen und ebenen Oberfläche, in der Nähe einer funktionierenden Wandsteckdose. Die Verwendung einer Gummi-Bodenmatte wird zur Erhaltung und zum Schutz Ihres Boden empfohlen.
13. Zu Ihrer eigenen Sicherheit starten Sie das Gerät bitte niemals, während Sie auf dem Laufband stehen. Stellen Sie Ihre Füße links und rechts auf den Laufbandseitenschienen ab und drücken den Startknopf. Erhöhen Sie die Geschwindigkeit allmählich auf die gewünschte Geschwindigkeitsstufe, bevor sie auf die Bandoberfläche treten.
14. Die Motorabdeckung sollte während der Benutzung niemals entfernt werden. Ein qualifizierter Elektrotechniker muss bei der Durchführung jeglicher Wartungsarbeiten anwesend sein. Ziehen Sie stets das Netzkabel aus der Steckdose, sollte die Abdeckung aus Wartungsgründen entfernt werden müssen.
15. Kleine Kinder sollten während der Benutzung des Laufbands von diesem ferngehalten werden, um Verletzungen und Sicherheitsrisiken zu vermeiden.
16. Es empfiehlt sich nicht auf dem Gerät herum zu springen, schon garnicht während es in betrieb ist

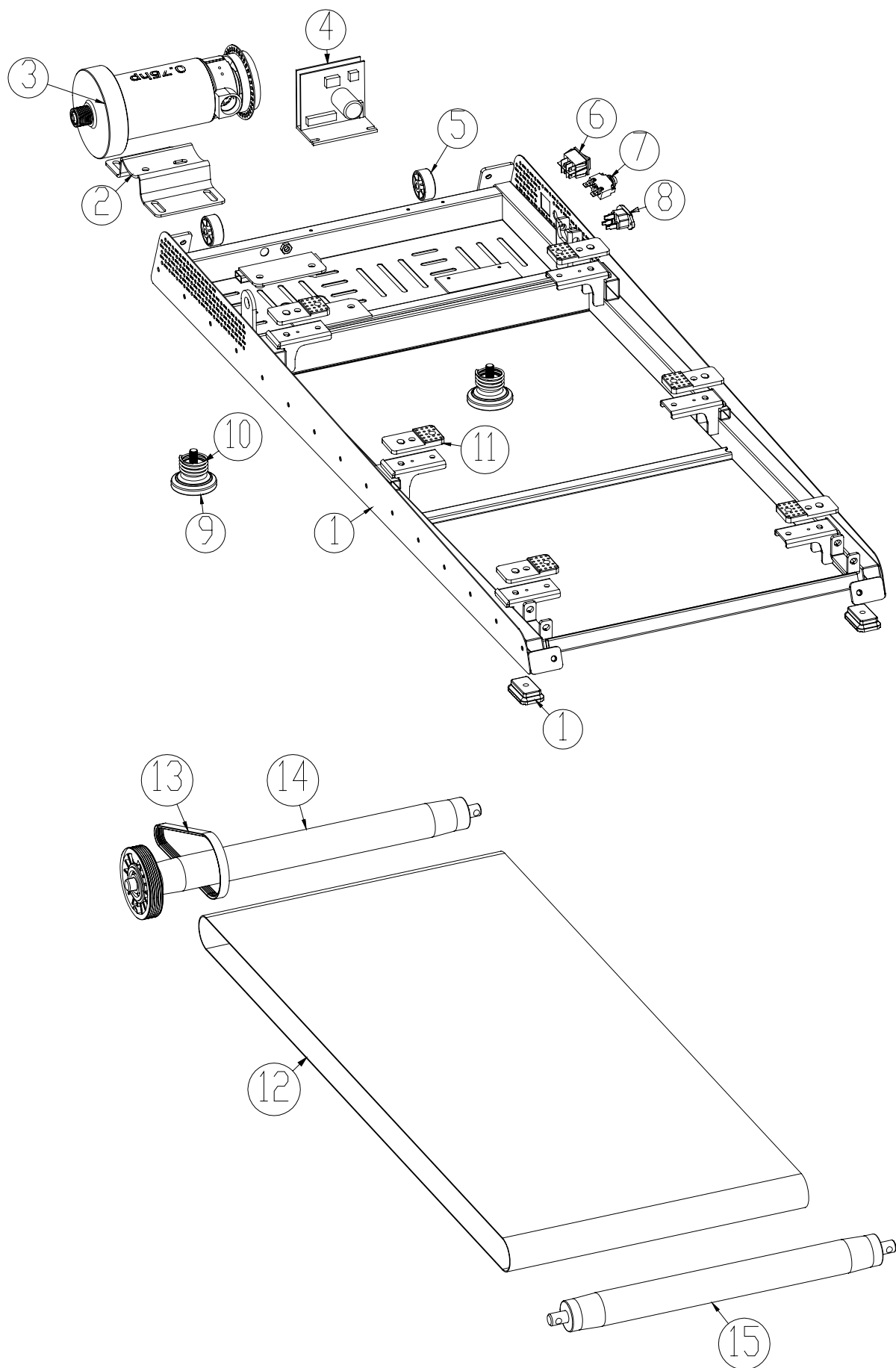
2. GEBRAUCHSHINWEISE

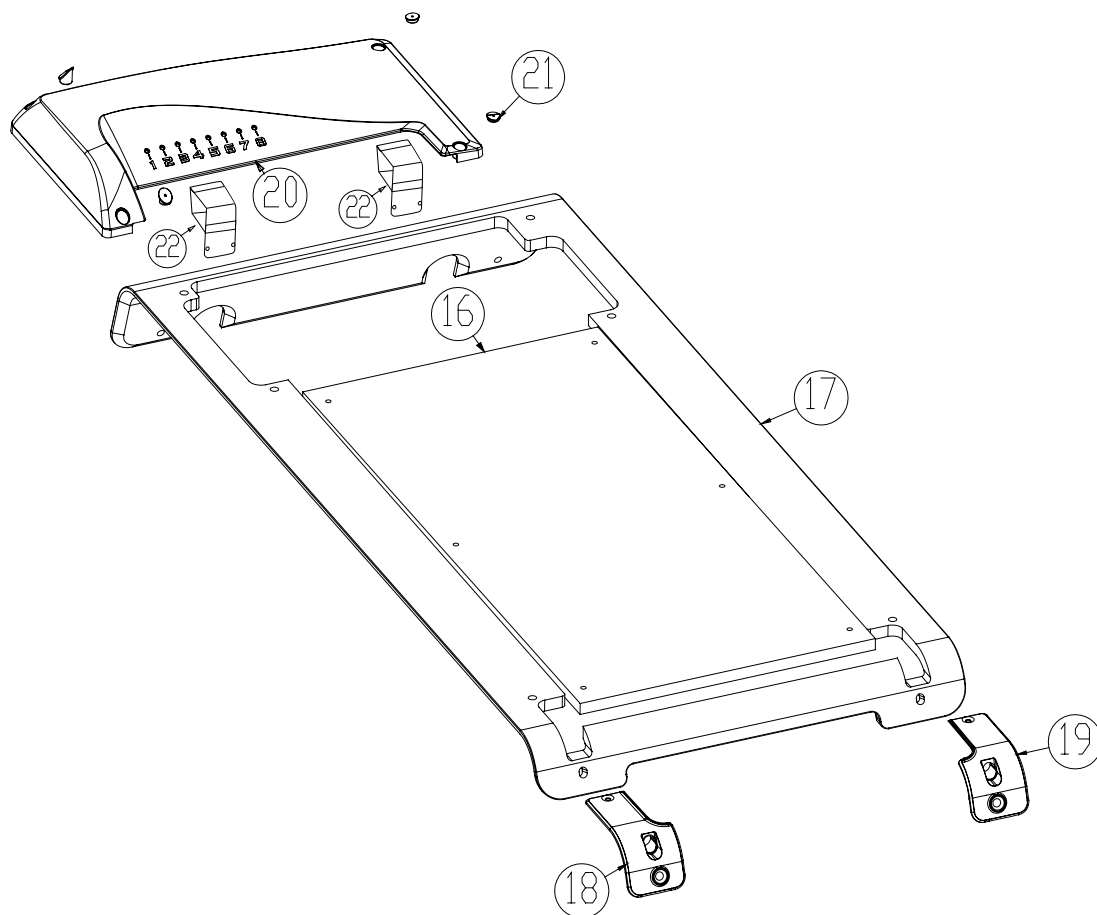
Sie sollten die dazugehörige Fernbedienung in Ihrer Hand halten, wenn Sie Ihren DeskFit200 benutzen, um sicherzustellen, dass Sie Ihr Gerät im Notfall stoppen können.

Wenn Sie auf dem Laufband trainieren, sollten Sie sich darauf konzentrieren, geradeaus zu schauen und nicht etwa auf Ihre Füße, um die Gefahr von Stolpern oder eines Sturzes zu vermeiden. Erhöhen Sie die Geschwindigkeit allmählich, damit Sie sich an die Geschwindigkeitseinstellung anpassen können, bevor Sie weitere Geschwindigkeitsanpassungen vornehmen.

Sobald Sie die Installation des Laufbands abgeschlossen haben und die Motorabdeckung sicher montiert ist, können Sie das Netzkabel anschliessen. Es empfiehlt sich, ein hochwertiges Kabel mit Überspannungsschutz zu verwenden.

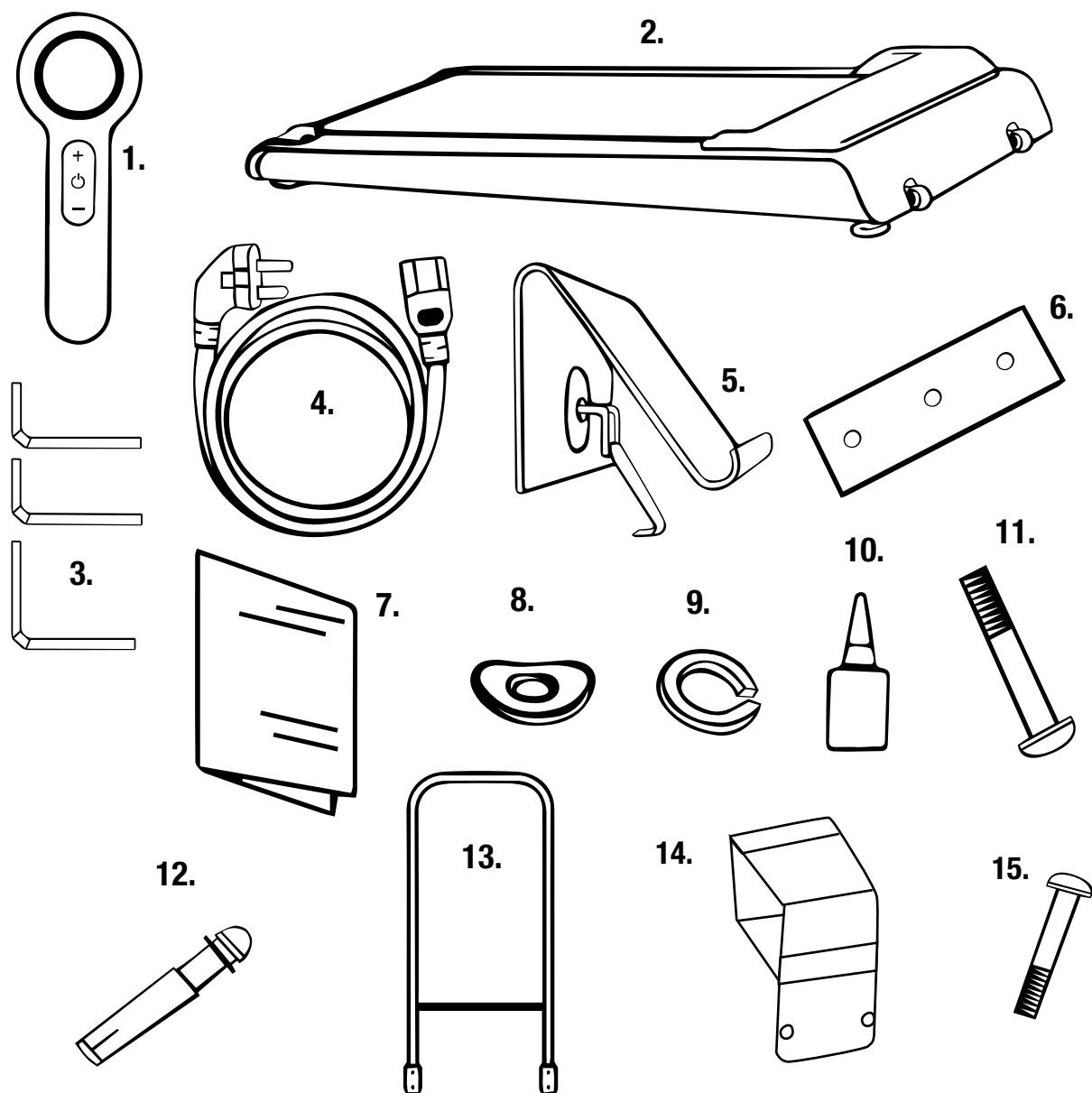
3. TEILELISTE





Nr.	Beschreibung	Anzahl
1	Hauptrahmen	1
2	Befestigungsgestell	1
3	Motor	1
4	Regler	1
5	Rad	2
6	Stromschalter	1
7	Überlastschutz	1
8	Steckdose	1
9	Untersatz	2
10	Feder	2
11	Gummi-Flachstecker	6
12	Lauffläche	1
13	Riemen	1
14	vordere Rolle	1
15	hintere Rolle	1
16	Trittbrett	1
17	Holzrahmen	1
18	linker Schutzwinkel	1
19	rechter Schutzwinkel	1
20	Deckel für Motor	1
21	Stecker	4
22	Standfüße	2

4. LIEFERUMFANG

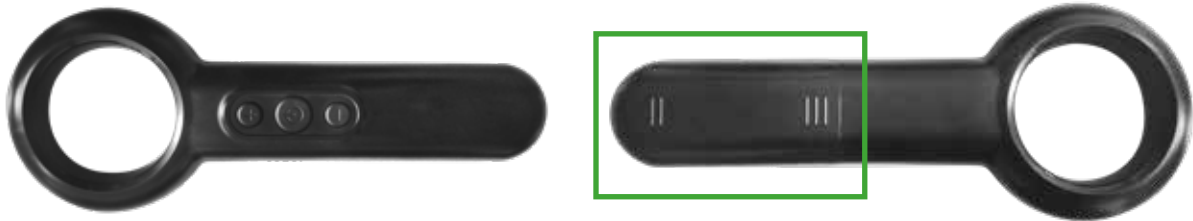


Nr.	Beschreibung	Anzahl
1	Fernbedienung	1
2	Laufband	1
3	Werkzeug	1
4	Stromkabel	1
5	Tablethalter/Halterung	1
6	Doppelseitiger Klebestreifen	1
7	Handbuch	1
8	Unterlegscheibe	4
9	Spreng	4
10	Schmieröl	1
11	M8 Schraube	4
12	M6 Expansionsschraube	2
13	Griff (Optional)	1
14	Standfüße	2
15	M6*15 Schraube	4

5. INSTALLATION DER FERNBEDIENUNG

Sie sollten die dazugehörige Fernbedienung in Ihrer Hand halten, wenn Sie Ihren DeskFit200 benutzen, um sicherzustellen, dass Sie Ihr Gerät im Notfall stoppen können.

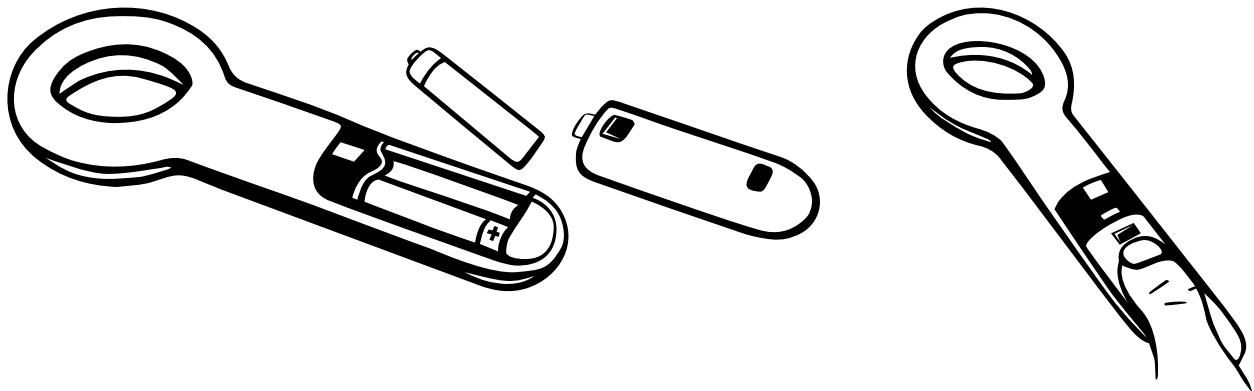
Wie in den folgenden Bildern zu sehen, setzen Sie zwei Micro AAA Batterien (1,5V) in die Fernbedienung ein.



+ Laufband Beschleunigen

- Laufband verlangsamen

⏻ An-/Ausshalter



6. VERWENDUNG DER FERNBEDIENUNG

Die Fernbedienung verwendet eine 2,4G-Funksteuerung. Verbinden Sie die Fernbedienung mit Ihrem Gerät, sodass keine Interferenzen mit anderen Laufbändern entstehen.

So verbinden Sie Ihre Fernbedienung:

1. Schließen Sie das Laufband an und schalten Sie es ein. Die LEDs leuchten nach einem langem "Ring".
2. Drücken Sie auf der Fernbedienung [SPEED +]- und [SPEED -]-Taste gleichzeitig, lassen Sie die Tasten los, bis die rote Lampe und die grüne Lampe wechselhaft aufleuchten. Nun hören Sie zwei Geräusche und die LEDs gehen aus. Die Fernbedienung und das Laufband sind verbunden.

Tastenfunktion:

1. SPEED +: Geschwindigkeitszunahme.
2. SPEED -: Geschwindigkeitsreduktion.
3. START / STOP:

Startfunktion: Drücken Sie im Standby-Modus die START/STOPP-Taste, um das Laufband zu starten.

Stoppfunktion: Drücken Sie die START / STOP-Taste für ca. 3 Sekunden, um das Laufband direkt zu stoppen.

Pausenfunktion: Drücken Sie einmal kurz die START / STOP-Taste, um das Laufband zu pausieren. Das Gerät zeichnet die Daten weiterhin auf.

Sofortstoppfunktion: Drücken Sie START / STOPP 3-mal oder mehrfach, um das Laufband abrupt zu stoppen.

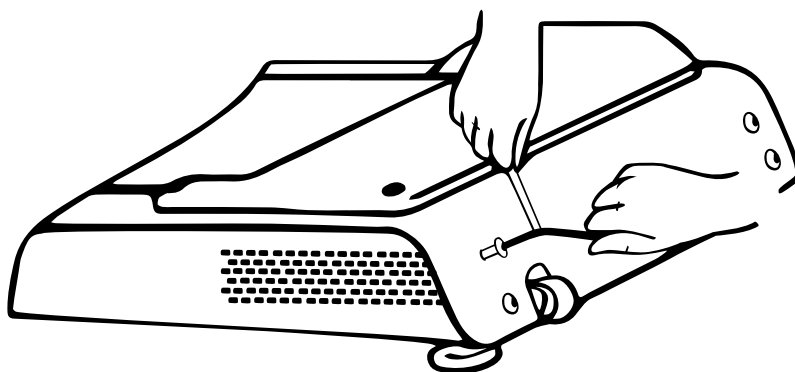
Fehlerbehebung:

1. Um zu testen, ob die Fernbedienung mit dem Laufband verbunden ist, drücken Sie einmal die „SPEED+“ bzw. „SPEED-“ Taste. Ein Sound wird nun erklingen. Falls nur ein Ton erklingt, ist eine stabile Verbindung vorhanden. Falls zweimal ein Ton erklingt, ist die Verbindung fehlerhaft. Falls kein Ton erklingt, verbinden Sie, wie zuvor beschrieben, erneut die Fernbedienung mit dem Gerät.
2. Falls die Fernbedienung erfolgreich verbunden ist, jedoch nicht funktionstüchtig, entfernen Sie die Stromversorgung zum Laufband. Nun wiederholen Sie den Verbindungsprozess.
3. Falls Sie eine Taste auf der Fernbedienung drücken und das Laufband trotz blinkender LED Leuchte sich nicht bewegt, wechseln Sie die Batterien in der Fernbedienung.

7. INSTALLATION DER ZUSATZTEILE (OPTIONAL)

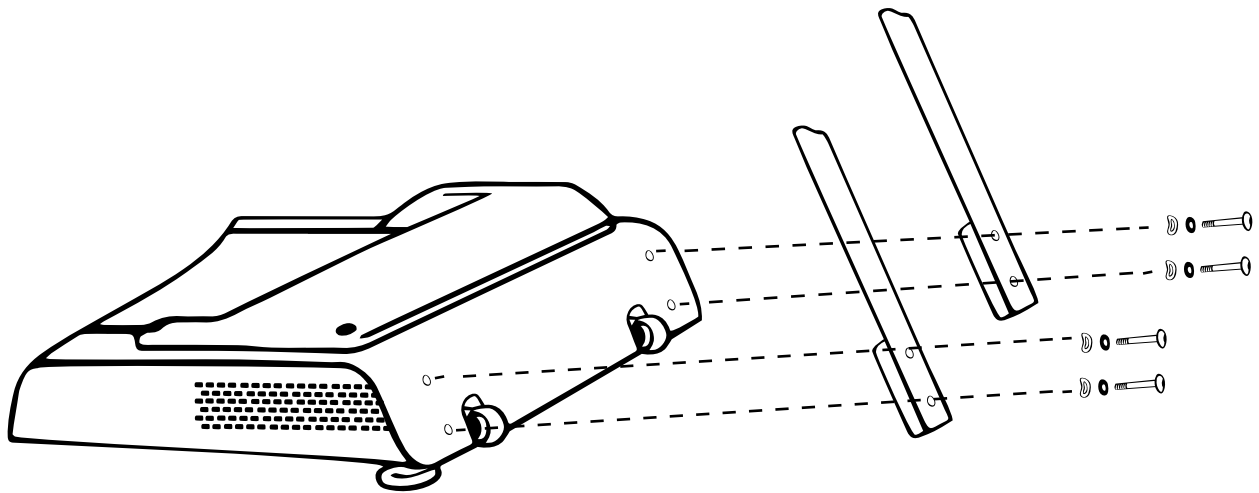
Der Griff ist nicht im Lieferumfang enthalten und kann dazu gekauft werden.

Für die Installation des Griffes folgen Sie diesen 3 Schritten



Schritt 1.

Entfernen Sie die 4 Schrauben an der Vorderseite des Gerätes mit dem 5-mm-Sechskantschlüssel.



Schritt 2 .

Danach befestigen Sie den Griff, die Kreisdichtung, die Federdichtung, die M8-Schraube an dem Gerät wie auf der Abbildung zu sehen ist.



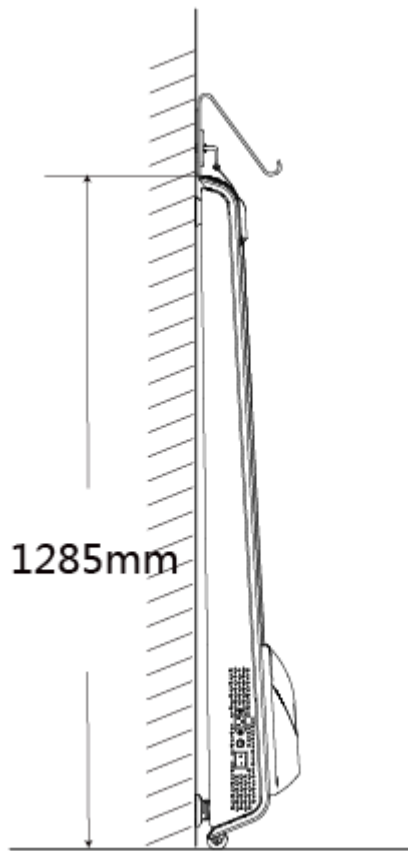
Schritt 3 .

Anschließend ziehen Sie die vorher entfernten Schrauben wieder fest.

7.2 Wandhalterung-Installaton

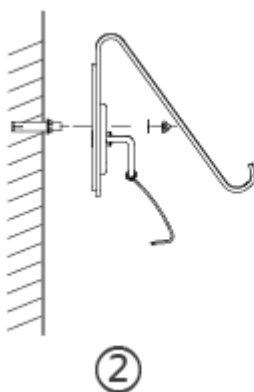
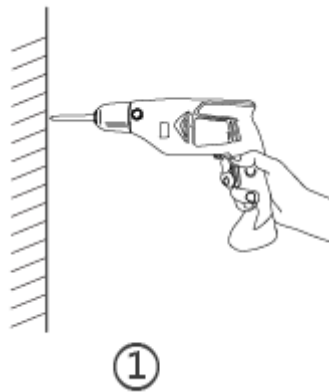
Die Wandhalterung kann auf zwei verschiedene Arten angebracht werden. Einmal fest an der Wand verschraubt und einmal mithilfe eines Klebestreifens.

Für die feste Installation an der Wand folgen Sie bitte diesen Schritten:



Schritt 1: Finden Sie die geeignete Stelle und Höhe für Ihre Installation, dies sollte bei ungefähr 1285mm vom Boden aus sein. Markieren Sie mit einem Bleistiftes die zu bohrenden Löcher, dann bohren Sie die Löcher für Ihre Dehnschrauben.

Tipp: Mithilfe eines Staubsaugers lässt sich auch ohne viel Staub bohren.



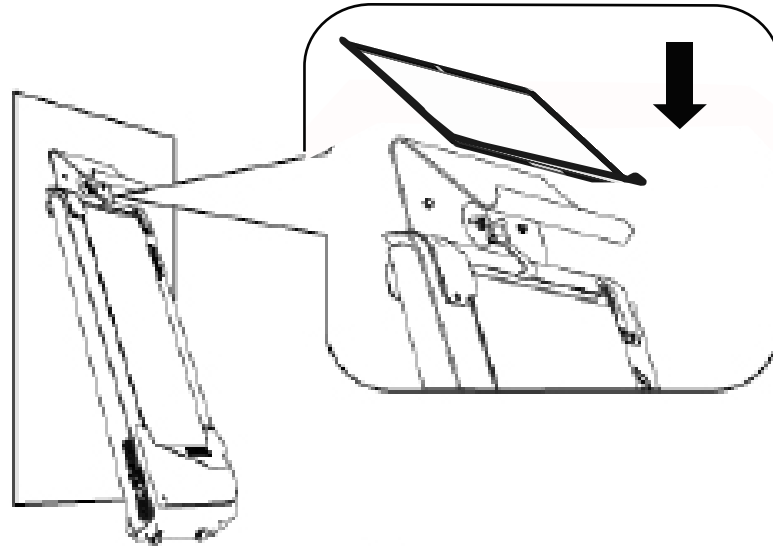
Schritt 2: Versuchen Sie die Expansionsschraube vorsichtig einzubetten.



Schritt 3: Die Expansionsschraube ausrichten und zum Schluss befestigen.

Um die Halterung mithilfe des Klebestreifens zu befestigen, befolgen Sie die zuvor genannten Schritte, nur lassen Sie die Expansionsschrauben weg und benutzen Sie zur Befestigung den Klebestreifen.

Zum Schluss hängen Sie Ihr Gerät in die Halterung ein. Sie können die Halterung aber auch als Tablethalterung benutzen.



7.3 Installation der Standfüße



1. Schritt:

Entfernen Sie die Plastikabdeckung der Schrauben.



2. Schritt:

Bringen Sie die Standfüße mithilfe M6*15 Schrauben an.

8. Speed

Gang	Geschwindigkeit (Km/h)
1	0.7
2	1.5
3	2.4
4	3.3
5	4.3
6	5.2
7	6.1
8	7.1

Diese Werte beziehen sich auf eine Testperson mit 65 Kg. Daher kann eine Abweichung von ca.10% auftreten.

9. APPLIKATION SOFTWARE (APP)

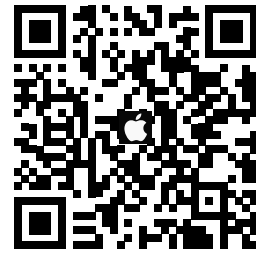
Sie können die App „**VAN Fit**“ über den hier abgebildeten QR Code herunterladen. Mobile Gerät
Voraussetzung: Android 4.3 oder höher mit Bluetooth 4.0, iOS 7.0 oder höher.

Bitte schalten Sie zuerst Ihre Bluetoothfunktion auf Ihrem Gerät an, starten Sie dann die App und gehen auf connect.

Android



iOS



Android: www.sportstech.de/uploads/vanfit.apk

iOS: Sie können im App Store nach VAN Fit suchen, oder über den QR Code herunterladen.

Alternativ können Sie für Ihr Androidgerät auch die App "Fit Van" runterladen.

Hinweise zur Nutzung der App:

Als Android-Nutzer stellen Sie bitte sicher, dass unter dem Punkt "Einstellungen -> Gerätesicherheit" ein Haken unter "Unbekannte Quellen" gesetzt ist.

Wenn ein zweiter Benutzer das Laufband verwenden möchte, kann die APP normalerweise auf zwei Arten verwendet werden:

1. Der Benutzer muss sich von der APP abmelden, dann muss sich der zweite Benutzer bei der APP anmelden.
2. Schalten Sie den Netzschalter aus und wieder ein.

Applikation Verbindung mit dem Gerät:



Bluetooth muss eingeschaltet sein dann öffnen Sie die "VAN App"



Connect Button betätigen



Verschiedene Einstellungen:

Laufgeschwindigkeit, Timer, Schrittzähler, Distanzmesser und Kalorienverbrauch

10. WARTUNG



Warnung: Vor der Wartung ist darauf zu achten, dass der Netzstecker des Laufbands herausgezogen wird.

Reinigung:

Entfernen Sie Staub regelmässig, um die Teile sauber und somit die Langlebigkeit zu erhalten. Achten Sie darauf, saubere athletische Schuhe zu tragen, um zu vermeiden, dass Schmutz in das Laufband gerät. Laufbänder werden mit einem feuchten Tuch, und mit ein wenig Seife gereinigt. Achten Sie darauf, die elektrischen Komponenten und die Laufläche nicht zu befeuchten.

Achtung:

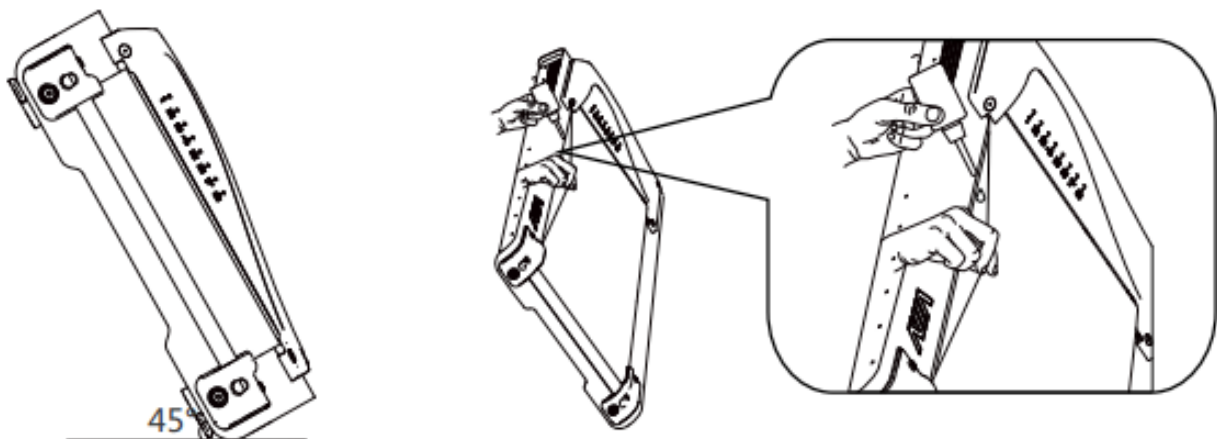
Vergewissern Sie sich, dass der Netzstecker ausgeschaltet ist, bevor Sie die Motorabdeckung entfernen, reinigen Sie den Innenraum des Gerätes mindestens einmal im Monat und achten Sie darauf, dass die elektrischen Komponenten nicht nass werden.

Das Trittbrett und Laufband des elektrischen Laufbands wurde im Werk geschmiert. Die Reibung zwischen dem laufenden Riemen und dem Trittbrett hat einen grossen Einfluss auf das Produktleben und die Leistung des elektrischen Laufbands, daher wird ein regelmässiges Auftragen von Schmiermittel benötigt.

Silikonöl auftragen:

Legen Sie das Laufband auf die Seite, neigen Sie es um 45° Grad, dann heben Sie die Laufläche an. Lassen Sie ein wenig Öl in die Mitte des Trittbrettes fließen, wie in der folgenden Abbildungen zu sehen ist.

Hinweis: Bitte verwenden Sie das Öl ökologisch.



Wenn die Oberfläche des Laufbandes beschädigt ist, wenden Sie sich bitte an unseren Kundendienst.

Wir empfehlen, Schmiermittel zwischen Laufband und Trittbrett mit folgendem Zeitplan zu verwenden:

Bei folgender Benutzung:

Selten	(weniger als 3 Stunden pro Woche)	einmal im Jahr;
Regelmässig	(verwenden Sie 3 bis 5 Stunden pro Woche)	einmal alle halbe Jahre.
Häufig	(mehr als 5 Stunden pro Woche)	einmal alle viertel Jahre.

Um Ihr Laufband besser zu schützen und die Lebensdauer der Maschine zu verlängern, empfiehlt es sich zwischendurch, wenn Sie das Gerät nicht benutzen, es für ca. 10 Minuten auszuschalten.

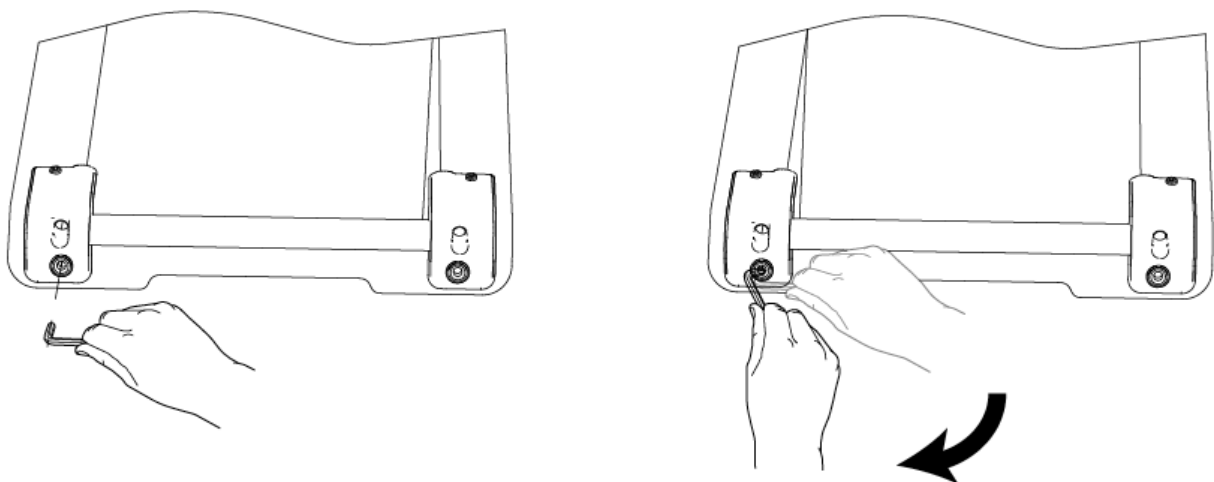
Einstellen/Ausrichten der Lauffläche:

Um das Laufband besser nutzen zu können, ist es notwendig, dass die Lauffläche optimal eingestellt ist.

Ausrichtung:

Setzen Sie das Gerät auf den flachen Boden. Lassen Sie das Gerät auf mittlerer Geschwindigkeit (im 5. Gang) laufen (siehe in den folgenden Abbildungen).

Wenn die Lauffläche näher an der linken Seite ist, drehen Sie den linken Einstellbolzen mit einer viertel Umdrehung im Uhrzeigersinn mit Hilfe des 6mm Sechskantschlüssels.



Wenn die Lauffläche näher an der rechten Seite ist, drehen Sie die rechte Einstellschraube mit einer viertel Drehung im Uhrzeigersinn mit Hilfe des 6mm Sechskantschlüssels.

Wenn der laufende Gürtel zu locker ist und rutscht:

Drehen Sie die 2 Seiten der Einstellschraube um eine viertel Drehung im Uhrzeigersinn als Einheit, passen Sie gegebenenfalls Abweichungen an, wie in den oben genannten Methoden.

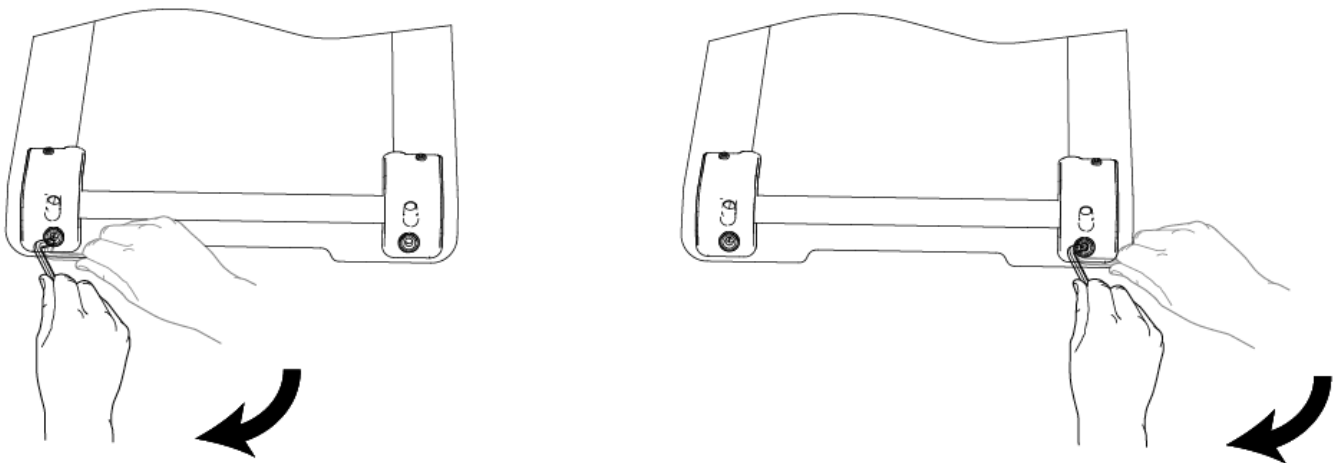
Multi-Keil-Riemenverstellung:

Wenn Sie das Laufband lange benutzen, wird der Multi-Keil-Gürtel wegen des Abriebs locker. Um den sicheren Gebrauch weiter zu gewährleisten, müssen Sie eine Anpassung durchführen.

Wenn sie das z.B. das Gefühl haben, dass beim Laufen das sogenannte Pausen-Phenomän auftritt, kann es sein, dass der Multi-Keil-Gürtel ein wenig locker ist und weitere Justierung benötigt.

Wenn Ihr momentaner Schritt den laufenden Riemen stoppt, aber der Multi-Keil-Riemen und die ehemalige Rolle noch läuft, zeigt es an, dass der laufende Riemen locker ist und entsprechende Einstellungen vorgenommen werden müssen, um den sicheren Gebrauch zu gewährleisten.

Wenn Sie bemerken, dass der momentane Schritt den Laufbandgurt und den Mehrkeilriemen stoppt, aber der Motor noch läuft, zeigt er an, dass der Mehrkeilriemen locker ist und entsprechende Anpassungen vorgenommen werden müssen, um den sicheren Gebrauch zu gewährleisten.



11. ALLGEMEINE FEHLERBEHEBUNG

Problem	Grund	Lösung
Das Gerät startet nicht	Keine Stromversorgung oder Schalter auf "off". Der Laufband-Überstromschutz ist nicht angeschlossen.	Stromversorgung herstellen und schalten Sie das Gerät ein. Schliessen Sie den Überstromschutz an.
Die Lauffläche rutscht	Die Lauffläche ist locker.	Justieren Sie die Lauffläche wie im der oben genannten Abschnitt 8. Wartung.
Die Lauffläche ist nicht in der Mitte	Die Lauffläche ist nicht korrekt justiert.	Justieren Sie die Lauffläche mittig.
Sie hören merkwürdige Geräusche	Die Rotationsachse benötigt das Schmieröl. Die Maschinenschrauben sind lose.	Schmieröl zur Rotationsachse hinzufügen. Befestigen Sie die entsprechenden Schrauben
Kurzschluss oder Beschädigung der Stromleitung am oberen Bedienfeld	Beschädigung der Stromleitung am oberen Bedienfeld.	Ersetzen Sie das untere Bedienfeld.

12. DEHNUNGSÜBUNGEN

Bevor Sie den Stepper benutzen, ist es am besten, 5 bis 10 Minuten zum Aufwärmen Stretching-Übungen durchzuführen. Dehnen vor dem Training wird hilft die Flexibilität zu verbessern und das Verletzungsrisiko zu mindern.

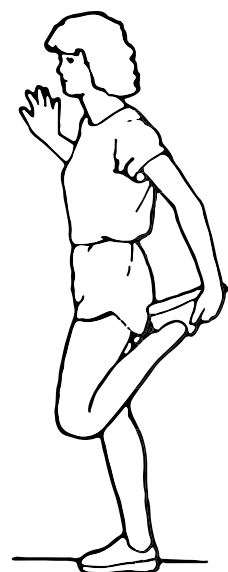
QUADRIZEPS-DEHNUNG

Mit einer Hand an der Wand abstützen, um das Gleichgewicht besser zu halten, nach hinten greifen und den rechten Fuss nach oben ziehen. Die Ferse so nahxe wie möglich an das Gesäss heranbringen. Halten Sie diese Stellung für 15 Sekunden und wiederholen es mit dem linken Fuss.



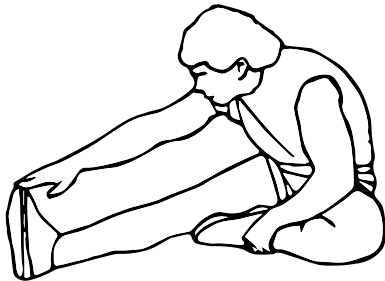
INNENSCHENKEL-DEHNUNG

Setzen Sie sich hin, mit den Fusssohlen gegeneinander, und Ihre Knie weisen nach aussen. Die Füße so nahe wie möglich an den Unterleib heranziehen. Drücken Sie die Knie behutsam auf den Boden. 15 Sekunden lang halten.



ZEHEN BERÜHREN

Langsam von der Hüfte aus nach vorn beugen, Rücken und Schultern locker halten, während Sie sich strecken bis die Hände den Boden erreichen. So weit wie möglich strecken und 15 Sekunden lang halten.

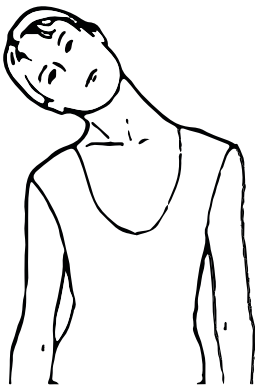
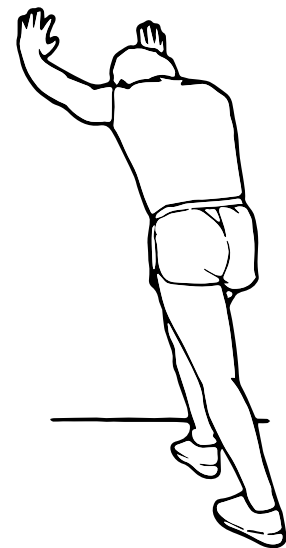


ACHILLESSEHNEN-DEHNUNG

Strecken Sie Ihr rechtes Bein aus. Die Sohle des linken Fußes gegen die Innenseite des rechten Oberschenkels stützen. So weit wie möglich in Richtung Ihrer Zehen strecken. 15 Sekunden lang halten. Entspannen Sie sich und wiederholen Sie es mit dem linken Bein.

WADEN/ACHILLES-DEHNUNG

Lehnen Sie sich gegen eine Wand mit dem linken Bein vor dem rechten und den Armen vorwärts gerichtet. Halten Sie Ihr rechtes Bein gerade und den linken Fuß auf dem Boden, dann beugen Sie das linke Bein und lehnen sich nach vorne, indem Sie Ihre Hüften zur Wand hin bewegen. Spannung halten und dasselbe mit dem anderen Bein für 15 Sekunden wiederholen.

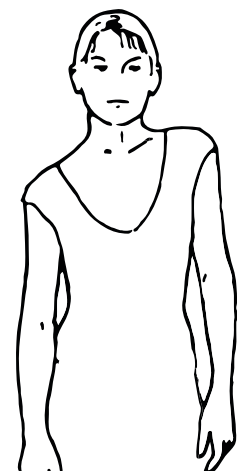
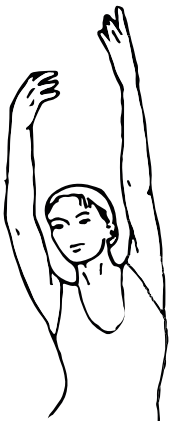


MIT DEM KOPF ROLLEN

Drehen Sie den Kopf nach rechts für eine Sekunde, fühlen Sie die Streckung auf der linken Seite des Nackens, dann drehen Sie den Kopf zurück für eine Sekunde, recken Sie Ihr Kinn nach oben und lassen Ihren Mund geöffnet. Drehen Sie Ihren Kopf nach links für eine Sekunde, dann senken Sie Ihren Kopf auf die Brust für eine Sekunde.

SCHULTERHEBEN

Heben Sie Ihre rechte Schulter zu Ihrem Ohr an für eine Sekunde. Danach die linke Schulter für eine Sekunde anheben und dabei gleichzeitig die rechte Schulter ablassen.



SEITLICHES STRECKEN

Öffnen Sie Ihre Arme zur Seite und heben sie an, bis sie über Ihrem Kopf sind. Strecken Sie Ihren rechten Arm so weit wie möglich in Richtung Decke für eine Sekunde. Wiederholen Sie diese Aktion mit dem linken Arm.

EC-Declaration of Conformity / EG-Konformitätserklärung

We / Wir, Innovamaxx GmbH Potsdamer Platz 11, 10785 Berlin, Germany

declare under our sole responsibility that the following product erklären in alleiniger Verantwortung,
dass das weiter unten genannte Produkt

type of product / Geräteart trade	:	Motorized Treadmills
name / Handelsbezeichnung	:	Treadmill DeskFit200
trade mark / Handelsmarke	:	Sportstech
model / Modell	:	DeskFit200

meets the essentials requirements of the following EC Directives: die grundlegenden Anforderungen der
aufgeführten EG Richtlinien erfüllt:

- | | |
|---|--|
| 1. EMC Directive 2014/30/EU | EN 957-6:2010+A1:2014 |
| EN 55014-1:2006+A1:2009+A2:2011;
EN 61000-3-2:2014;
EN 61000-3-3:2013;
EN 55014-2:1997+A1:2001+A2:2008 | 5. Radio Equipment Directive
2014/53/EU |
| 2. Low Voltage Directive 2014/35/EU | ETSI EN 300 328 V2.1.1 (2016-11);
ETSI EN 301 489-1 V2.2.0: 2017-03;
ETSI EN 301 489-17 V3.2.0: 2017-03;
EN 55032:2015;EN55024:2010+A1:2015;
EN61000-3-2:2014;
EN61000-3-3:2013;
EN 60950-1:2006+A11:2009+A1:2010+A12
:2011+A2:2013;
EN 62479:2010 |
| 3. Machinery Directive 2006/42/EC | 6. RoHS Directive 2011/65/EU |
| EN ISO 12100: 2010 | |
| 4. General Product Safety Directive
2001/95/EC
EN ISO 20957-1:2013 | |

Authorisation for technical file compilation:

Name / Name: Ali Ahmad (CEO/Geschäftsführer)

Address / Anschrift: InnoVaMaxx GmbH, Potsdamer Platz 11, 10785 Berlin, Germany

01.03.18

Date / Datum



Signature / Unterschrift



Europäische Entsorgungsrichtlinie 2002/96/EG

Entsorgen Sie Ihr Trainingsgerät in keinem Fall über den normalen Hausmüll. Entsorgen Sie das Gerät ausschließlich über einen kommunalen oder zugelassenen Entsorgungsbetrieb. Beachten Sie hierbei die aktuell geltenden Vorschriften. Erkundigen Sie sich im Zweifelsfall bei Ihrer Stadt- bzw. Gemeindeverwaltung nach einer sach- und umweltgerechten Entsorgungsmöglichkeit.



Batterien / Akkus

Gemäß der Batterienverordnung sind Sie als Endverbraucher gesetzlich dazu verpflichtet, alle gebrauchten Akkus und Batterien zurückzugeben. Eine Entsorgung über den normalen Hausmüll ist gesetzlich verboten.

Auf den meisten Batterien ist bereits das Symbol abgebildet, dass Sie an diese Verordnung erinnert. Neben diesem Symbol befindet sich meist die Angabe des enthaltenen Schwermetalls. Solche Schwermetalle erfordern eine umweltgerechte Entsorgung, daher ist jeder Verbraucher gesetzlich dazu verpflichtet, Batterien und Akkus bei der entsprechenden Sammelstelle seiner Stadt oder Gemeinde, bzw. im Handel abzugeben. Erkundigen Sie sich im Zweifelsfall bei Ihrer Stadt- bzw. Gemeindeverwaltung nach einer sach- und umweltgerechten Entsorgungsmöglichkeit.



Recyclingkreislauf

Verpackungsmaterialien können wieder dem Rohstoffkreislauf zugeführt werden. Entsorgen Sie die Verpackung gemäß den aktuellen Bestimmungen. Informationen erhalten Sie bei den Rückgabe- und Sammelsystemen Ihrer Gemeinde.

USER MANUAL

ENGLISH

Our **video tutorials** for you!

construction
use
reduction



3 simple steps for a fast and safe start:

1. scan the QR code
2. watch videos
3. start fast and safely



Link to the videos:
www.sportstech.de/qr/deskfit200.html

Dear customer,

We are pleased you chose a device from the SPORTSTECH product range. With sports equipment from SPORTSTECH you get the highest quality and latest technology.

In order to fully use the potential of your device and be able to enjoy it for many years, please read this manual carefully before starting up and beginning of training, and use the device according to the instructions. The operational safety and function of the device can only be guaranteed if the legal provisions on general safety and accident prevention as well as the safety instructions in this user manual are observed. We shall not assume any liability for damages resulting from improper use or incorrect operation.



Please ensure that all persons using the device have read and understood the user manual.

Keep the user manual in a safe place to be able to access it at any time if needed.

Errors and omissions excepted.

INDEX

1. Important Safety Information	30
2. Instructions for use	31
3. Parts list	32
4. Scope of delivery	34
5. Installation of the remote control	35
6. Use of the remote control	35
7. Installation of the accessories (optional)	36
8. Speed	40
9. Application software (App)	40
10. Maintenance	42
11. General Troubleshooting	45
12. Stretch Exercise	45

1. IMPORTANT SAFETY INFORMATION



This general safety information must be observed when using this product. Read all instructions before using the product.

Please keep this manual for future reference.

1. Before commencing assembly and use of your new treadmill, carefully read the instruction manual to understand the information provided. The correct installation, maintenance and use of your treadmill is important to ensure you get the safest and most effective fitness workout.
2. Please ensure the equipment has been assembled according to the assembly instructions.
3. If you are over 45 years old, have health or medical problems and/or this is your first time exercising in over 12 months, please consult your doctor or medical professional before you start training.
4. The max. user weight is 110 Kg
5. If you experience any of the following symptoms: headache, chest tightness, irregular heartbeat, shortness of breath, dizziness, nausea or severe muscle or joint pain, then stop the training immediately and consult your doctor or health care professional.
6. Ensure that young children and pets are kept away from the device to avoid injury. The device is for use by adults only.
7. The device should be placed on a solid level surface, and at least 0.5 metres away from other objects.
8. Before using the device, please check all nuts and bolts of the treadmill are tightened securely.
9. Do not place the treadmill in rooms or areas that are exposed to high levels of moisture, such as outside, near heated indoor pools/spas, non-insulated garages or rooms.
10. It is strongly recommended that for your personal convenience you wear appropriate clothing and footwear when using your treadmill.

11. The treadmill is not suitable for use as a medical device.
12. Position the treadmill on a clean and level surface, near a functioning wall socket. A rubber floor mat is recommended to protect your floor.
13. For your own safety, never start the device while you are standing on the running belt. Place your feet on the rails on either side of the running belt and press the Start button. Increase the speed gradually to the desired speed level before stepping on the belt surface.
14. The motor cover should never be removed during use. A qualified electrician must be present during any maintenance work. Always unplug the power cord should the cover ever need to be removed for maintenance reasons.
15. Young children should be kept away from the treadmill during use to avoid injury and safety risks.
16. It is recommended not to gambol on the device, namely not while it is in operation.

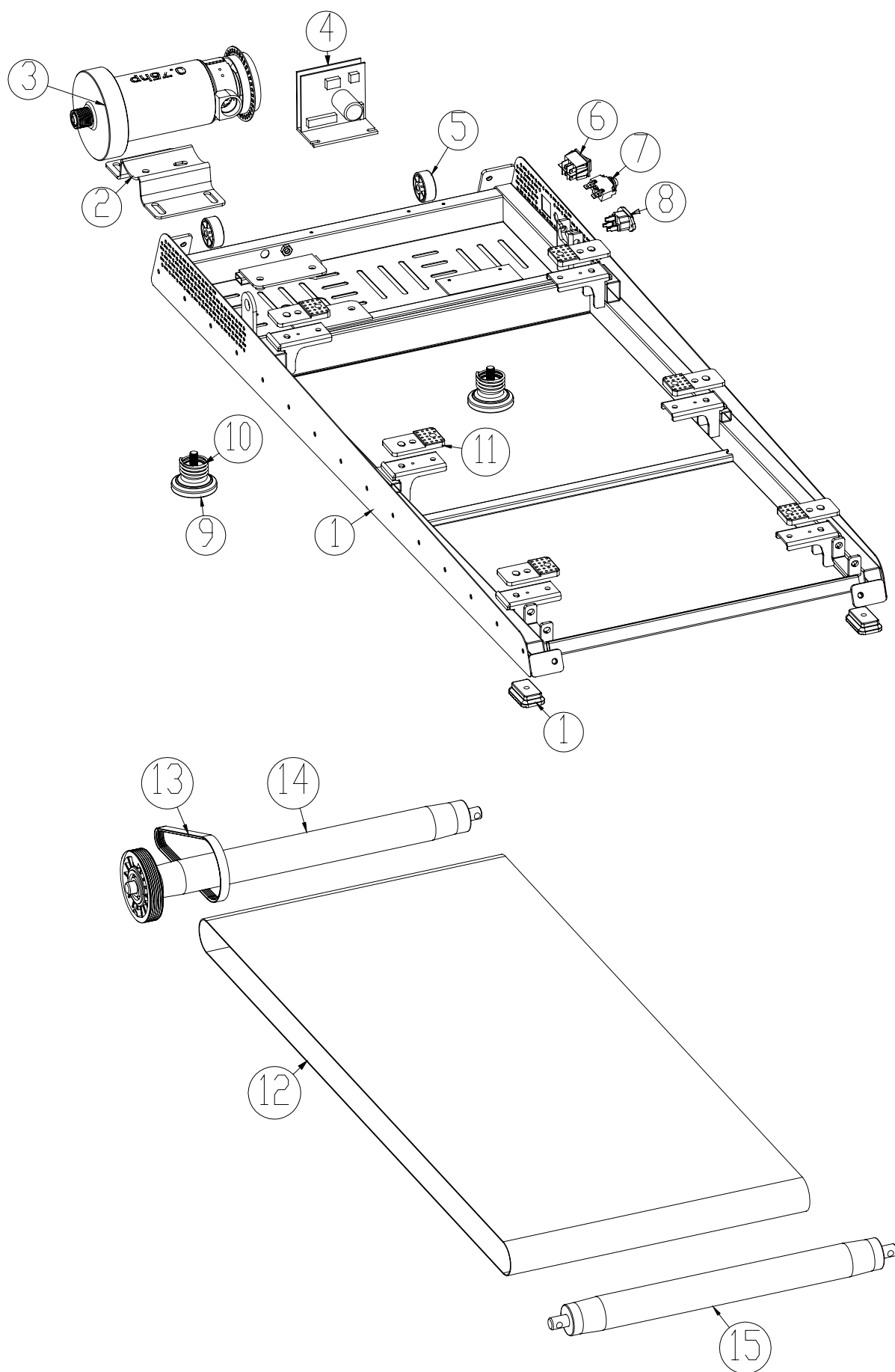
2. INSTRUCTIONS FOR USE

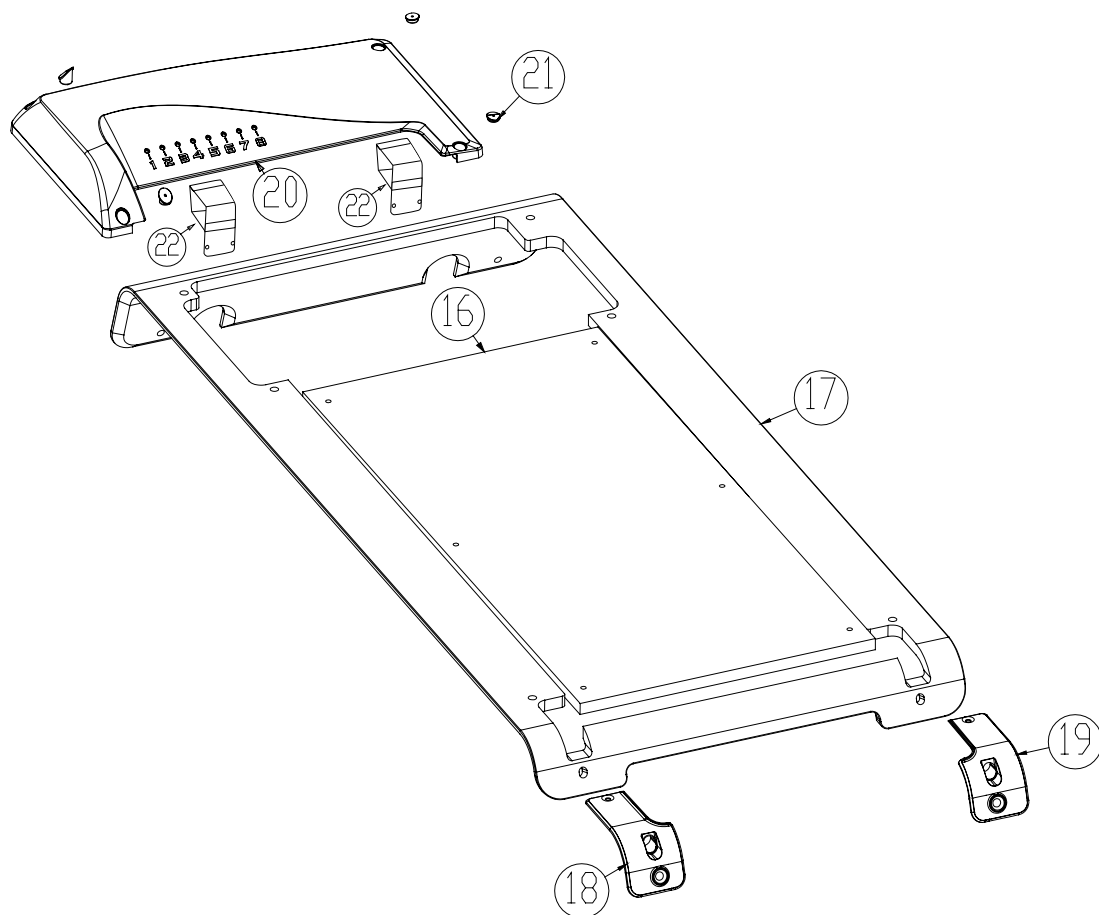
You should hold the remote control in your hand when using your DeskFit200 in order to ensure that you can stop your device at any time in an emergency situation.

When exercising on the treadmill, concentrate on looking straight ahead and not at your feet to avoid any risk of tripping or falling. Increase the speed gradually allowing yourself to adapt to the speed setting before making any further speed adjustments.

Once you have completed installation of the treadmill and the motor cover is on securely, you may plug in the power cord. It is recommended you use a high quality cable with surge protection.

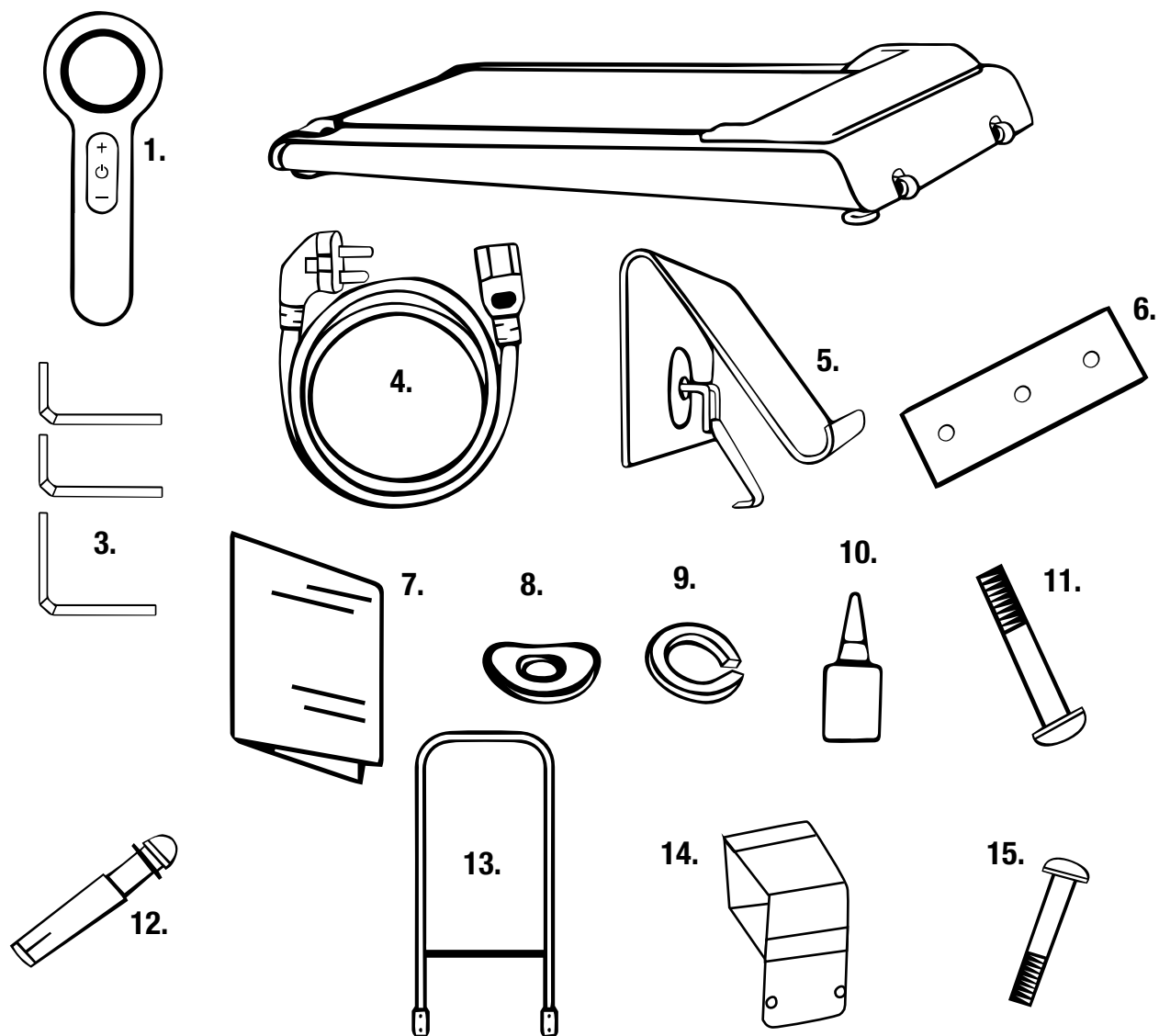
3. PARTS LIST





No.	Description	Quantity
1	Main frame	1
2	Mounting frame	1
3	Motor	1
4	Controller	1
5	Wheel	2
6	Power switch	1
7	Overload protection	1
8	Socket	1
9	Support	2
10	Spring	2
11	Rubberised flat plug	6
12	Running surface	1
13	Belt	1
14	front roller	1
15	rear roller	1
16	Footboard	1
17	Wooden frame	1
18	left protective corner bracket	1
19	right protective corner bracket	1
20	Cover for motor	1
21	Plug	4
22	Stand	2

4. SCOPE OF DELIVERY

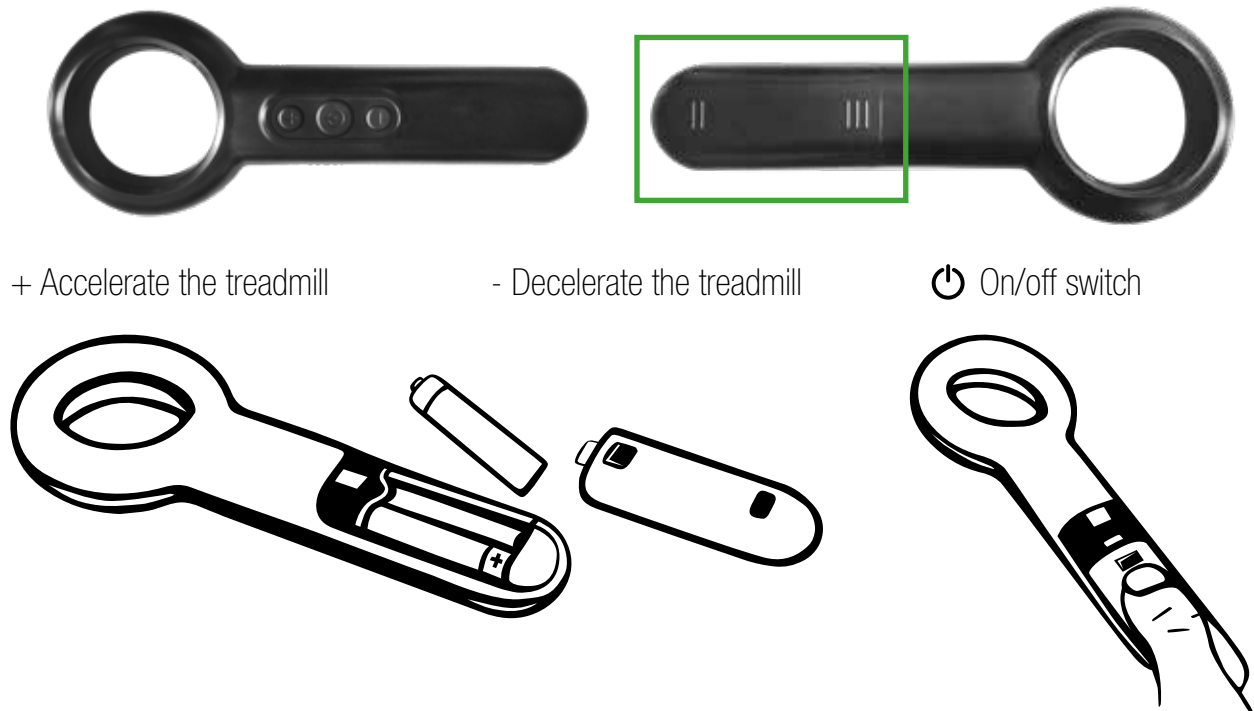


No.	Description	Quantity
1	Remote control	1
2	Running belt	1
3	Tools	1
4	Power cable	1
5	Tablet holder	1
6	Double-sided adhesive tape	1
7	Manual	1
8	Washer	4
9	Feder	4
10	Grease	1
11	M8 Screw	4
12	M6 expansion screw	2
13	Handle (optional)	1
14	Stand	2
15	M6*15 Screw	4

5. INSTALLATION OF THE REMOTE CONTROL

You should hold the remote control in your hand when using your DeskFit200 in order to ensure that you can stop your device at any time in an emergency situation.

As shown in the following pictures, insert two Micro AAA batteries (1.5V) into the remote control.



6. USING THE REMOTE CONTROL

The remote uses a 2.4G radio control. Connect the remote control to your device so that it does not interfere with other treadmills.

How to connect your remote:

1. Connect the treadmill and turn it on. The LEDs brighten after a long "ring".
2. Press the remote control [SPEED +] and [SPEED] buttons simultaneously, release the the buttons until the red lamp and the green lamp light up alternately. Now you will hear two sounds, and the LEDs go off. The remote control and the treadmill are connected.

Button functions:

1. SPEED +: Speed increase.
2. SPEED -: Speed reduction.
3. START / STOP:

Starting function: In standby mode, press the START / STOP button to start the treadmill.

Stop function: Press the START / STOP button for approx. 3 seconds to stop the treadmill directly.

Pause function: Briefly press the START / STOP button once to pause the treadmill. The device continues to record the data.

Quick stop function: Press START / STOP 3 times or more to stop the treadmill instantly.

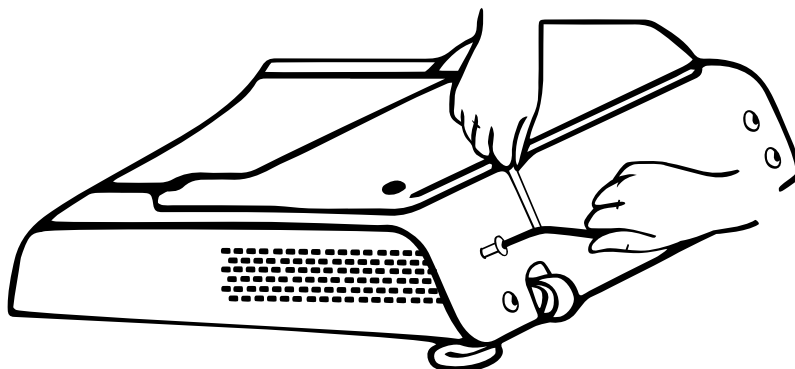
Troubleshooting:

1. To test if the remote is connected to the treadmill, press the "SPEED +" or "SPEED" button once. A sound will be played now. If only one sound is heard, there is a stable connection. If a sound is played twice, the connection is faulty. If no sound is heard at all, reconnect the remote to the device as described above.
2. If the remote control is successfully connected but not working, disconnect the treadmill from the power supply. Then repeat the connection process.
3. If you press a button on the remote control and the treadmill does not move despite the LED flashing, change the batteries in the remote control.

7. INSTALLATION OF THE ACCESSORIES (OPTIONAL)

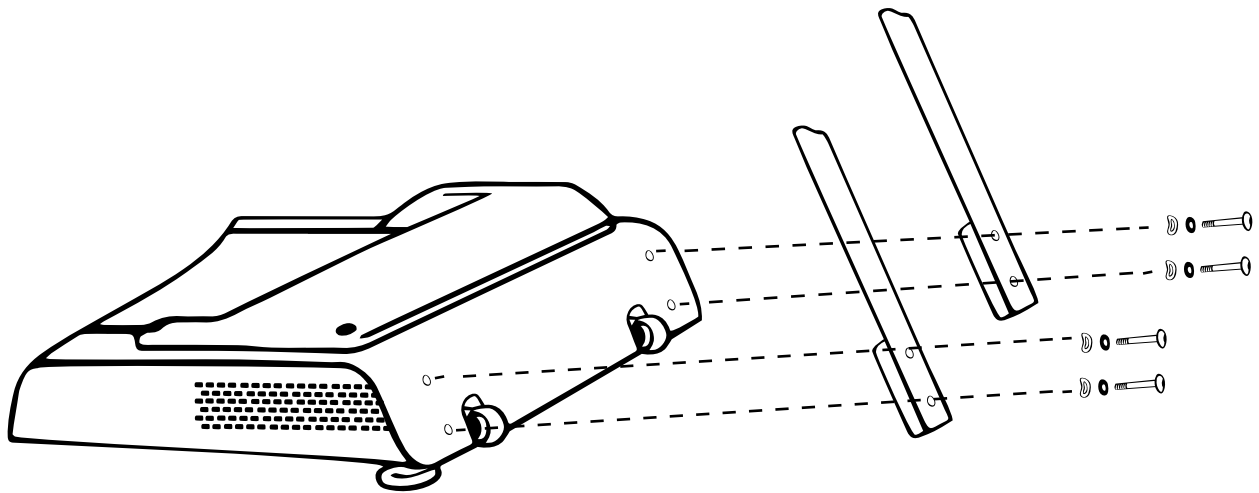
The handle is not included and can be bought additionally.

To install the handle, follow these 3 steps



Step 1.

Remove the 4 screws on the front of the device using the 5 mm hex wrench.



Step 2.

Then fix the handle, the circular seal, the spring seal and the M8 screw on the device as shown in the picture.

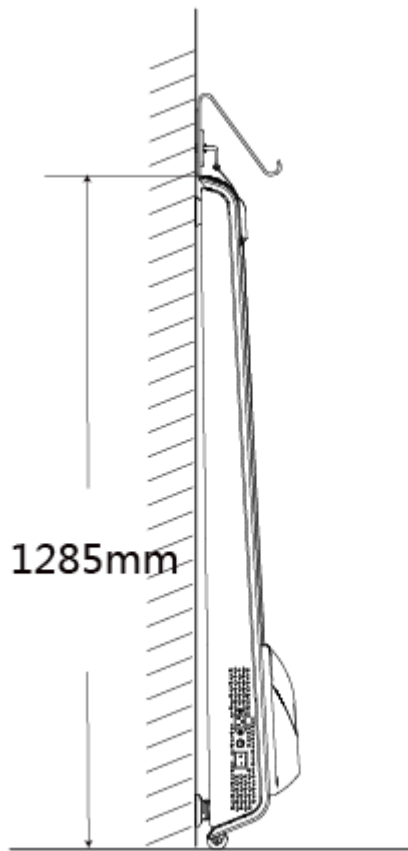


Step 3.

Then tighten the screws that were just removed.

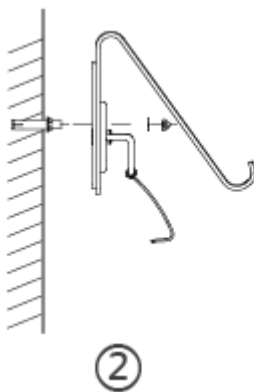
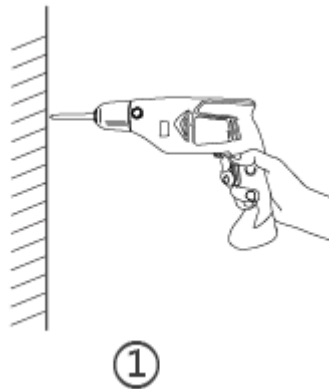
7.2 Wall mount installation

The wall holder can be mounted in two different ways. Either fixed firmly to the wall, or using an adhesive strip. For fixed installation on the wall, please follow these steps:

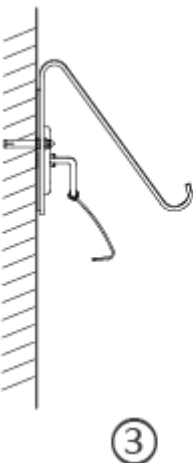


Step 1: Find the appropriate location and height for your installation, this should be about 1,285mm from the ground. Mark the holes to be drilled using a pencil, then drill the holes for your expansion screws.

Hint: Using a vacuum cleaner, drilling can be done without a big deal of dust.



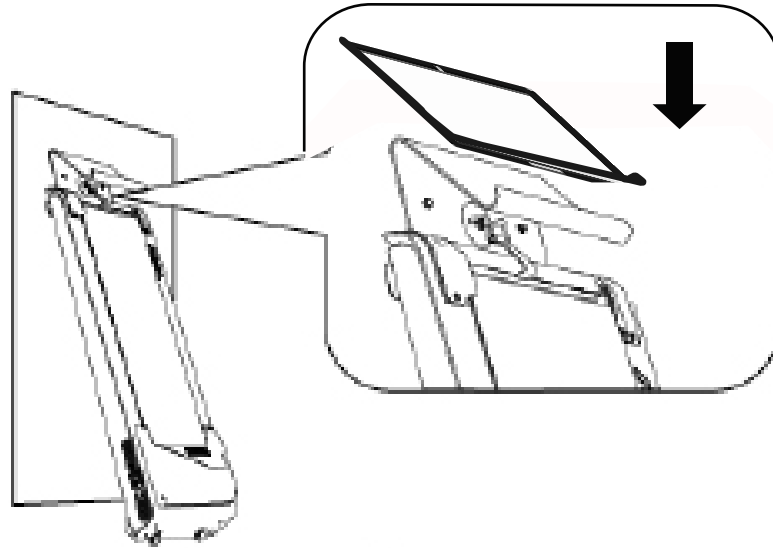
Step 2: Try to carefully embed the expansion screw.



Step 3: Align the expansion screw and finally tighten it.

To attach the wall holder using the adhesive strip, follow the steps above and just leave out the expansion screws and rather use the adhesive strip to fix it.

Finally, hook your device to the holder. You can also use the bracket to place your tablet PC.



7.3 Installation of the Stand



1. Step:

Remove the plastic cover of the screws.



2. Step:

Attach the Stand using M6 * 15 screws.

8. Speed

course	speed (Km/h)
1	0.7
2	1.5
3	2.4
4	3.3
5	4.3
6	5.2
7	6.1
8	7.1

These values refer to a test person with 65 Kg. Therefore a deviation of approx. 10% can occur.

9. Application software (App)

You can download the '**VAN Fit**' Application with the qr code shown here. Mobile device requirement: Android 4.3 or later with Bluetooth 4.0, iOS 7.0 or newer.

Please turn on your Bluetooth function on your device first, then start the App and go to Connect.

Android



iOS



Android: www.sportstech.de/uploads/vanfit.apk

iOS: You can search for VAN Fit in the App Store, or download via the QR Code.

Alternatively you can also download the app "Fit Van" for your Android device.

Notes on using the app:

As an Android user, please make sure that under "Settings -> Device Security" a tick under "Unknown sources" is set.

If a second user wants to use the treadmill, the APP can usually be used in two ways:

1. The user must log out of the APP, then the second user must log in to the APP.
2. Turn the power switch off and then on again.

Application connection with the device:



Bluetooth must be switched on, then open the 'VAN'-App.



Use the Connect button



Various settings:

Running speed, timer, step counter, distance meter and calorie consumption

10. MAINTENANCE



Caution: Prior to maintenance, make sure that the power plug of the treadmill is pulled out.

Cleaning:

Remove dust regularly to keep the parts clean and for sustained durability. Be sure to wear clean athletic shoes to avoid dirt getting into the treadmill. Treadmills are cleaned with a damp cloth, and with a little soap. Be careful not to moisten the electrical components and the running surface.

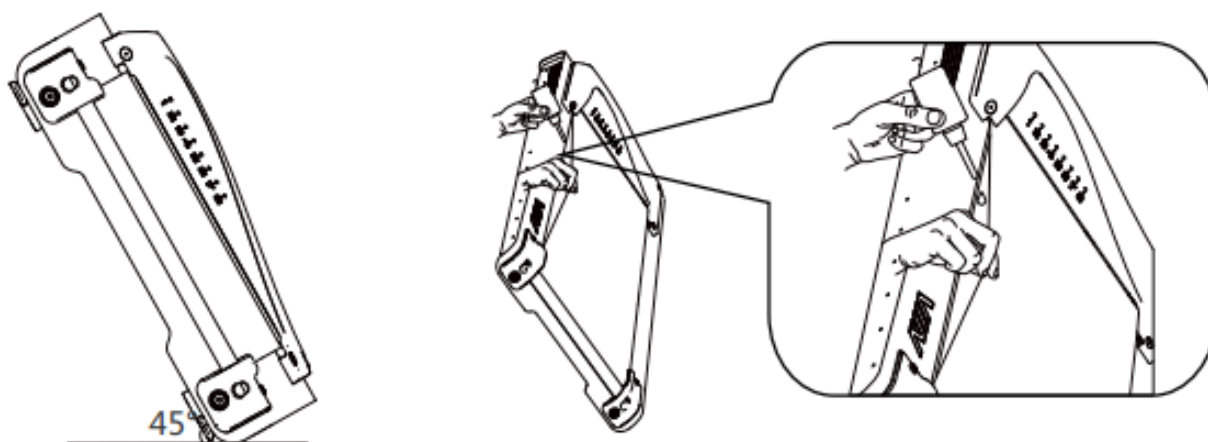
Caution:

Make sure the power plug is pulled out before removing the motor cover, clean the interior of the device at least once a month, and ensure that the electrical components do not get wet. The footboard and running belt of the electric tread was lubricated in the factory. The friction between the running belt and the footboard has significant impact on the product life and the performance of the electric tread, so a regular application of grease is required.

Apply silicone oil:

Place the treadmill on the side, tilt it by 45°, then lift the running surface. Allow a small amount of oil to flow into the centre of the footboard, as shown in the following illustrations.

Note: Please use the oil ecologically.



If the surface of the running belt is damaged, please contact our customer service.

We recommend using lubricant between running belt and footboard as per the following schedule:

At the following use intensity:

Rare	(less than 3 hours per week):	once a year;
Regularly	(use 3 to 5 hours per week):	once every half year;
Frequently	(more than 5 hours per week):	once every quarter.

In order to protect your treadmill optimally and prolong its service life, it is recommended to switch it off for approx. 10 minutes if you do not use it for a while during a session.

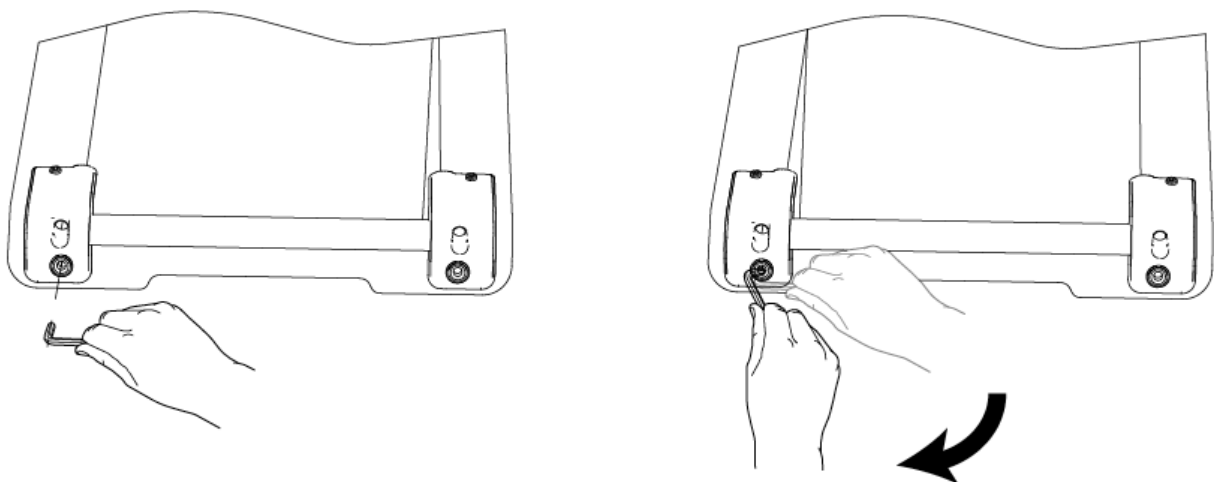
Adjusting/aligning the running surface:

In order to maximise use of the treadmill, it is vital that the running surface is optimally adjusted.

Alignment:

Place the device on the flat floor. Run the device at medium speed (in the 5. gear). (See the following illustrations)

When the running surface is closer to the left side, turn the left adjusting bolt clockwise with a quarter turn, using the 6mm hex wrench.



If the running belt is closer to the right side, turn the right adjusting bolt anti-clockwise by a quarter turn, using the 6mm hex wrench.

If the running belt is too loose and slipping:

Turn on both sides the adjusting screws by a quarter of a turn clockwise, if necessary, adjust deviations as in the above methods.

Multi-V-belt adjustment:

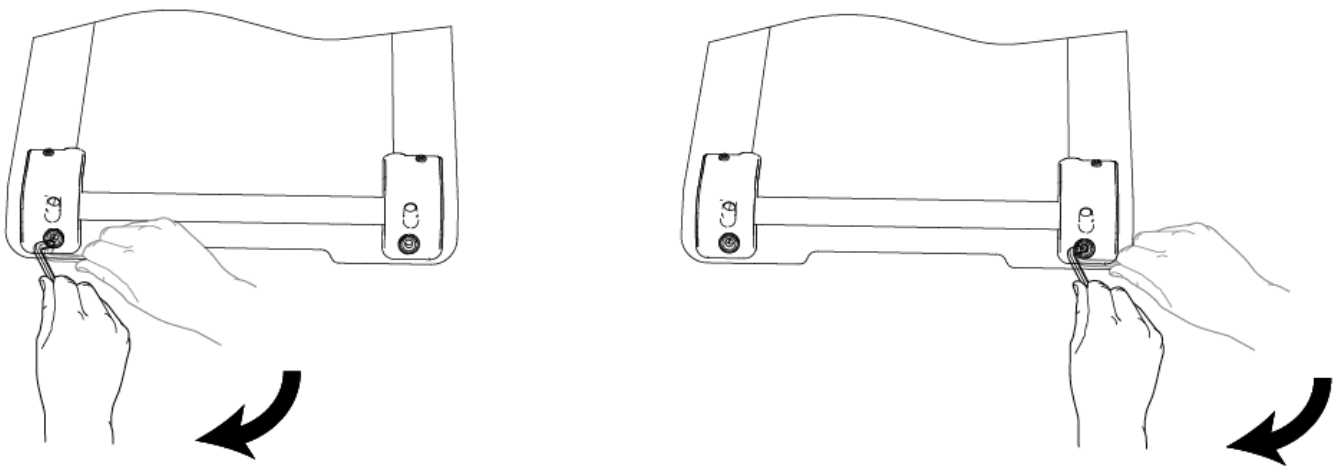
If you use the treadmill for a long time, the multi-V-belt becomes loose due to abrasion, To ensure safe use, you must make an adjustment.

If it appears during running, the so-called pause phenomenon is occurring, the multi-V-belt may be too loose, and further adjustment is necessary.

If the belt can run freely, the tightness is appropriate.

If the running belt is halted, but the multi-V-belt and the roller are still running, it indicates that the running belt is loose and appropriate adjustments must be made to ensure safe use.

If you notice that the running belt and the multi-V-belt are halted, but the motor is still running, it indicates that the multi-V-belt is loose and appropriate adjustments must be made to ensure safe use.



11. GENERAL TROUBLESHOOTING

Problem	Reason	Solution
The device does not start	No power supply, or switch is on 'off'. The treadmill's excess current protection is not connected.	Connect power supply and switch on the device. Connect the excess current protection.
The running surface is slipping	The running surface is loose.	Adjust the running surface according to section 8. Maintenance.
The running surface is off centre	The running surface is not adjusted correctly.	Adjust the running surface to being centred.
You hear strange noises	The rotation axis requires grease.	Apply grease to the rotation axis. Tighten the appropriate screws
Short circuit or damage to the power cable on the upper control panel	Damage to the power cable on the upper control panel.	Replace the lower control panel.

12. STRETCH EXERCISE

No matter how you do sports, please do some stretch at first, The warm muscle will extend easily, so warm up yourself with 5-10minutes, Then We suggest the following stretch exercise, five times.10 counts for each time or longer do these exercise again after sports.

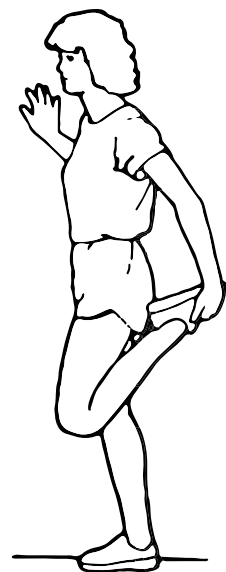
QUADRICEPS STRETCH

With one hand against a wall for balance, reach behind you and pull your right foot up. Bring your heel as close to your buttocks as possible. Hold for 15 counts and repeat with left foot.



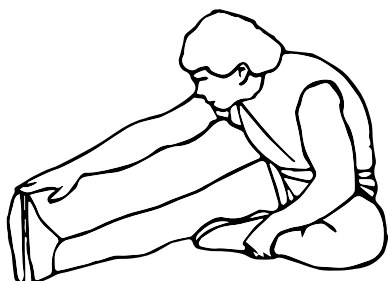
INNER THIGH STRETCH

Sit with the soles of your feet together and your knees pointing outward. Pull your feet as close to your groin as possible. Gently push your knees toward the floor. Hold for 15 counts.



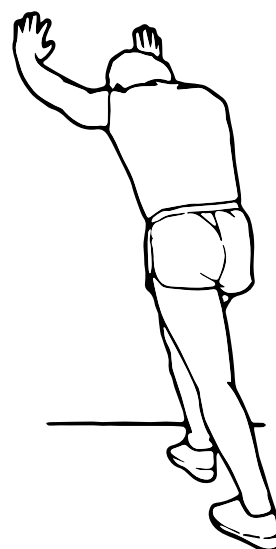
TOE TOUCHES

Slowly bend forward from your waist, letting your back and shoulders relax as you stretch toward your toes. Reach as far as you can and hold for 15 counts.



HAMSTRING STRETCHES

Extend your right leg. Rest the sole of your left foot against your right inner thigh. Stretch toward your toe as far as possible. Hold for 15 counts. Relax and then repeat with left leg.



CALF / ACHILLES STRETCH

Lean against a wall with your left leg in front of the right and your arms forward. Keep your right leg straight and the left foot on the floor; then bend the left leg and lean forward by moving your hips toward the wall. Hold, then repeat on the other side for 15 counts.

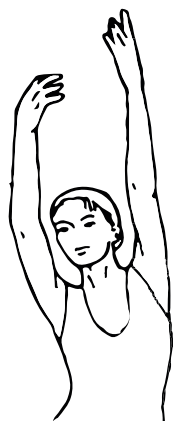


HEAD ROLLS

Rotate your head to the right for one count, feeling the stretch up the left side of your neck, then rotate your head back for one count, stretching your chin to the ceiling and letting your mouth open. Rotate your head to the left for one count, then drop your head to your chest for one count.

SHOULDER LIFTS

Lift your right shoulder toward your ear for one count. Then lift your left shoulder up for one count as you lower your right shoulder.



SIDE STRETCHES

Open your arms to the side and lift them until they are over your head. Reach your right arm as far toward the ceiling as you can for one count. Repeat this action with your left arm.





European Disposal Directive 2002/96/EG

Never dispose your training device in your regular household waste.

Dispose the device only at a local or approved disposal. Take care of the currently applicable regulations.

If you have doubts contact your local authorities for information about a correct and environment friendly disposal option.



Batteries/rechargeable batteries

In accordance with the battery regulation you are legally obliged as an end user to return all used batteries. Disposal in the regular household waste is forbidden by law.

On the most batteries you will find the symbol which remember you about this regulation. Beside this symbol there is usually information about the contained heavy metal. Such heavy metals require an environment friendly disposal. As an end user you are legally obliged to submit used batteries at the appropriate collection point of your city or commercially.

If you have doubts contact your local authorities for information about a correct and environment friendly disposal option.



Recycling loop

Packaging material can be conveyed back to the raw material cycle. Dispose of packaging material in accordance with legal provisions. Information can be retrieved from the return or collections systems of your community.

EC-Declaration of Conformity / EG-Konformitätserklärung

We / Wir, Innovamaxx GmbH Potsdamer Platz 11, 10785 Berlin, Germany

declare under our sole responsibility that the following product erklären in alleiniger Verantwortung,
dass das weiter unten genannte Produkt

type of product / Geräteart trade	:	Motorized Treadmills
name / Handelsbezeichnung	:	Treadmill DeskFit200
trade mark / Handelsmarke	:	Sportstech
model / Modell	:	DeskFit200

meets the essentials requirements of the following EC Directives: die grundlegenden Anforderungen der
aufgeführten EG Richtlinien erfüllt:

- | | |
|---|--|
| 1. EMC Directive 2014/30/EU | EN 957-6:2010+A1:2014 |
| EN 55014-1:2006+A1:2009+A2:2011;
EN 61000-3-2:2014;
EN 61000-3-3:2013;
EN 55014-2:1997+A1:2001+A2:2008 | 5. Radio Equipment Directive
2014/53/EU |
| 2. Low Voltage Directive 2014/35/EU | ETSI EN 300 328 V2.1.1 (2016-11);
ETSI EN 301 489-1 V2.2.0: 2017-03;
ETSI EN 301 489-17 V3.2.0: 2017-03;
EN 55032:2015;EN55024:2010+A1:2015;
EN61000-3-2:2014;
EN61000-3-3:2013;
EN 60950-1:2006+A11:2009+A1:2010+A12
:2011+A2:2013;
EN 62479:2010 |
| 3. Machinery Directive 2006/42/EC | 6. RoHS Directive 2011/65/EU |
| EN ISO 12100: 2010 | |
| 4. General Product Safety Directive
2001/95/EC
EN ISO 20957-1:2013 | |

Authorisation for technical file compilation:

Name / Name: Ali Ahmad (CEO/Geschäftsführer)

Address / Anschrift: InnoVaMaxx GmbH, Potsdamer Platz 11, 10785 Berlin, Germany

01.03.18

Date / Datum



Signature / Unterschrift

MANUAL DE USUARIO

ESPAÑOL

Nuestros **tutoriales en video**
para usted!

Construcción
Utilizar
Reducción



En 3 sencillos pasos para un arranque
rápido y seguro:

1. Escanear el código QR
2. Ver vídeos
3. Comienza rápido y seguro



Enlace a los videos:
www.sportstech.de/qr/deskfit200.html

Estimado cliente,

Nos complace que haya elegido un dispositivo de la línea de productos SPORTSTECH. Con el equipo deportivo de SPORTSTECH usted obtiene la más alta calidad y la mejor tecnología.

Con el fin de usar todo el potencial de su dispositivo y para que pueda disfrutarlo durante muchos años, por favor lea este manual cuidadosamente antes de comenzar a ejercitarse, y use el dispositivo de acuerdo a las instrucciones. La seguridad y funcionamiento operativos del dispositivo solo puede garantizarse si se tienen presentes las disposiciones legales sobre seguridad general y prevención de accidentes así como también las instrucciones de seguridad en este manual de usuario. Nosotros no asumimos ninguna responsabilidad por daños resultantes del uso inadecuado o incorrecto del dispositivo.



Por favor asegúrese de que todas las personas que usen el dispositivo hayan leído y entendido este manual de usuario.

Mantenga el manual de usuario en un lugar seguro para poder acceder a él cuando sea necesario.

Salvo errores y omisiones.

CONTENIDOS

1. Información importante de seguridad	53
2. Instrucciones de uso	54
3. Lista de piezas	55
4. Alcance de suministro.....	57
5. Instalación del control remoto	58
6. Uso del control remoto.....	58
7. Instalación de los accesorios(opcional)	59
9. Software de aplicación (App)	64
10. Mantenimiento	66
11. Solución de problemas generales.....	69
12. Ejercicios de estiramiento	69

1. INFORMACIÓN IMPORTANTE DE SEGURIDAD



Esta información general de seguridad debe observarse al usar este producto. Lea todas las instrucciones antes de usar el producto.

Por favor guarde este manual para consultas futuras.

1. Antes de comenzar el ensamblaje y usar su nueva caminadora, lea cuidadosamente el manual de instrucciones para entender la información suministrada. La instalación, mantenimiento y uso correctos de su caminadora es importante para garantizarle un ejercicio efectivo y seguro.
2. Por favor asegúrese de que el equipo haya sido ensamblado de acuerdo a las instrucciones de ensamblaje.
3. Si tiene más de 45 años, tiene problemas médicos o de salud y/o es la primera vez que se ejercita en más de 12 meses, por favor consulte a su médico antes de comenzar a ejercitar se.
4. El peso máximo del usuario es de 110 Kg
5. Si experimenta alguno de los siguientes síntomas: dolor de cabeza, presión en el pecho, frecuencia cardíaca irregular, mareo, náuseas o dolor articular o muscular severo, entonces detenga el ejercicio de inmediato y consulte a su médico.
6. Asegúrese de que los niños y las mascotas se mantengan lejos del dispositivo para evitar lesiones. El dispositivo sólo debe ser usados por adultos.
7. El dispositivo debe ubicarse sobre una superficie sólida y nivelada, y debe estar al menos a 0.5 metros de distancia de otros objetos.
8. Antes de usar el dispositivo, por favor revise que todas las tuercas y tornillos de la caminadora estén bien apretados.
9. No ubique la caminadora en habitaciones o zonas expuestas a altos niveles de humedad, como al aire libre, cerca de piscinas/jacuzzis domésticos, garajes o cuartos no aislados.
10. Es muy recomendable que para su comodidad personal use ropa y zapatos adecuados al usar la caminadora.

11. La caminadora no es apta para usarse como un dispositivo médico.
12. Ubique la caminadora sobre una superficie sólida y nivelada, cerca de un tomacorriente de pared funcional. Se recomienda usar una alfombra de caucho para proteger su suelo.
13. Por su propia seguridad, nunca active el dispositivo mientras esté de pie sobre la cinta. Ubique sus pies sobre los rieles a cada lado de la cinta y presione el botón Start. Aumente la velocidad de manera gradual hasta alcanzar la velocidad deseada antes de pisar la superficie de la cinta.
14. La cubierta del motor nunca debe retirarse durante su uso. Un electricista cualificado debe estar presente durante cualquier trabajo de mantenimiento. Siempre desconecte el cable eléctrico en caso de tener que retirar la cubierta por motivos de mantenimiento.
15. Los niños deben mantenerse lejos de la caminadora durante su uso para evitar lesiones y riesgos de seguridad.
16. Es recomendable no jugar sobre el dispositivo, concretamente cuando esté en funcionamiento.

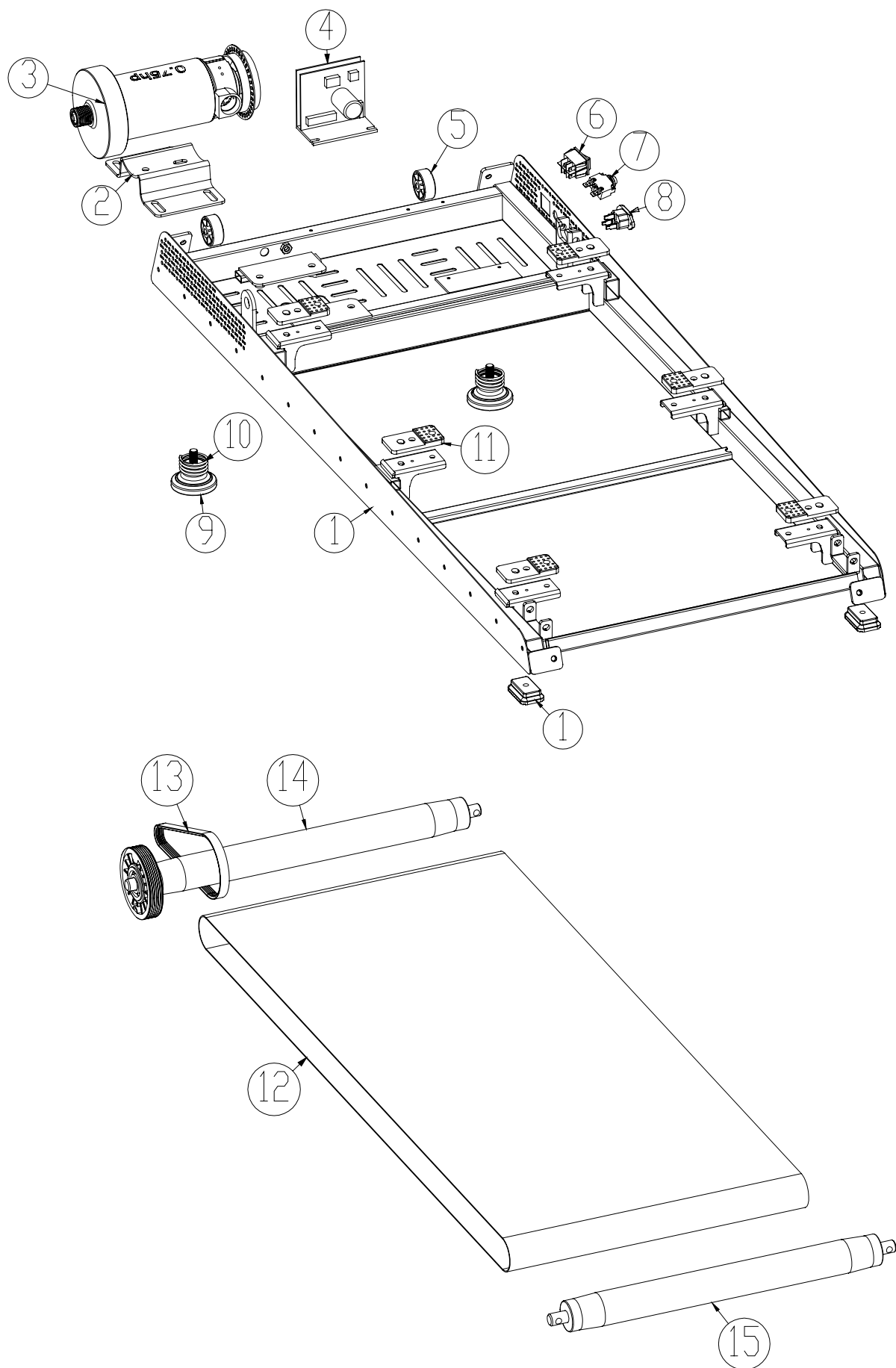
2. INSTRUCCIONES DE USO

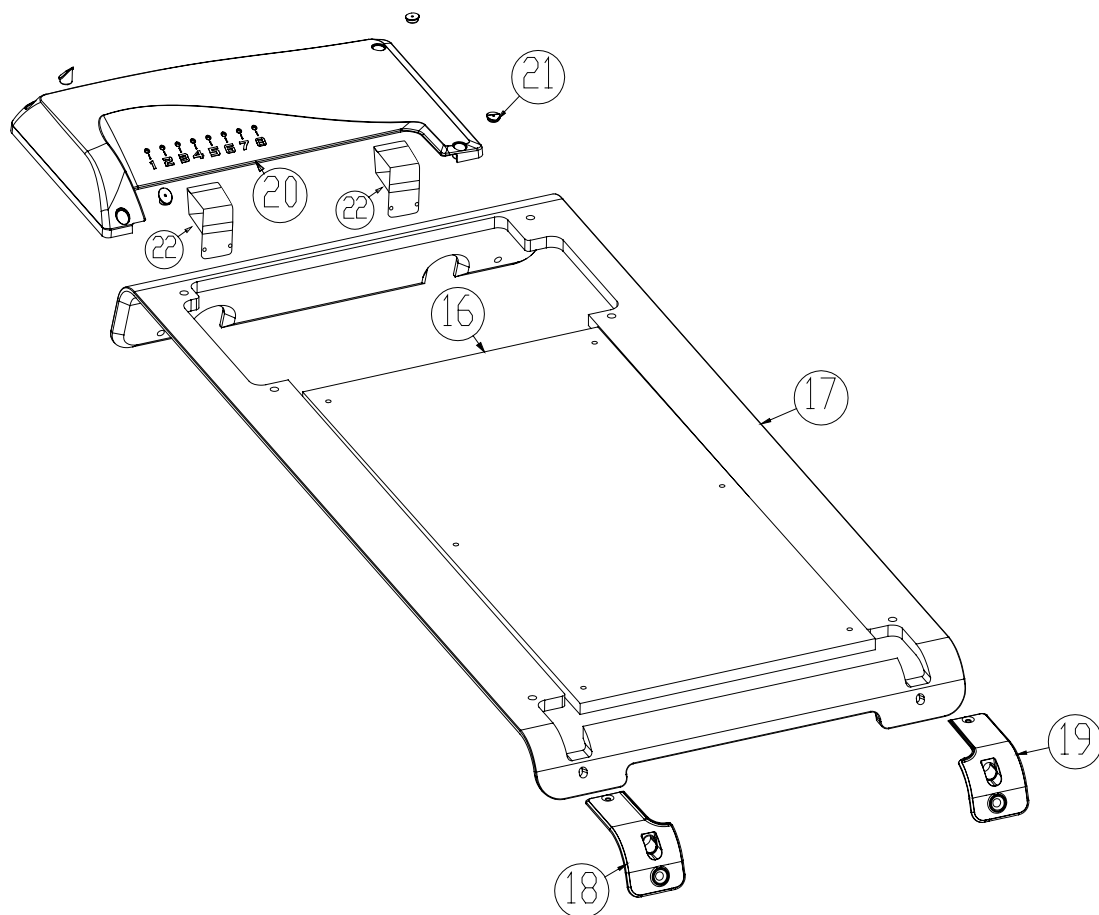
Debe mantener el control remoto en su mano cuando esté usando su DeskFit200 para estar seguro de poder detener su dispositivo en cualquier momento en caso de emergencia.

Cuando se ejercite sobre la caminadora, concéntrese en mirar hacia adelante y no hacia sus pies para evitar riesgos de tropiezos o caídas. Aumente la velocidad de manera gradual y adáptese a la velocidad predeterminada antes de configurar la velocidad.

Una vez haya completado la instalación de la caminadora y la cubierta del motor esté asegurada, puede conectar el cable eléctrico. Se recomienda usar un cable de alta calidad con protección contra sobretensiones.

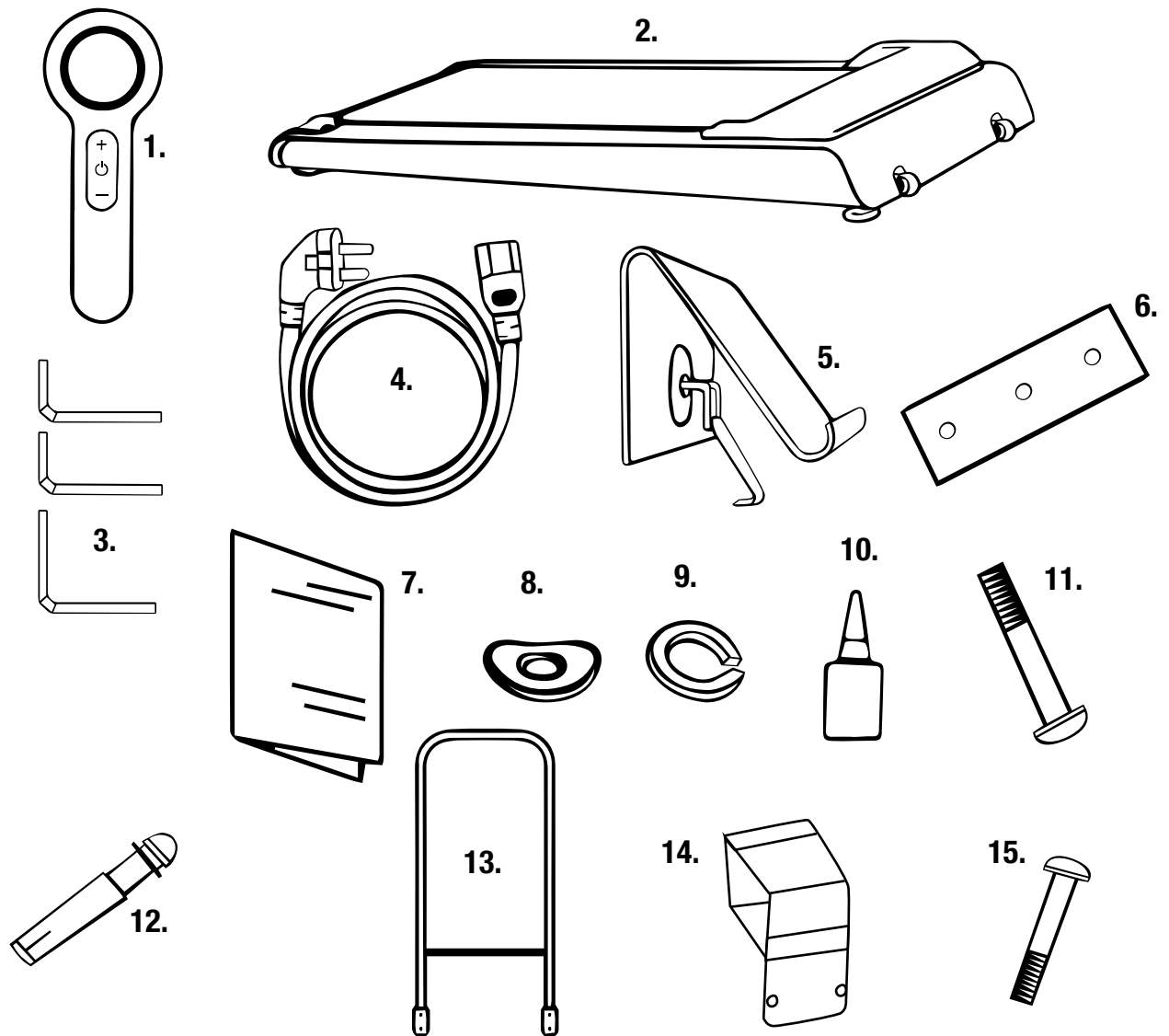
3. LISTA DE PIEZAS





No.	Descripción	Cantidad
1	Estructura principal	1
2	Marco de montaje	1
3	Motor	1
4	Controlador	1
5	Rueda	2
6	Interruptor de encendido	1
7	Protección contra sobrecarga	1
8	Enchufe	1
9	Soporte	2
10	Resorte	2
11	Enchufe plano de caucho	6
12	Cinta de correr	1
13	Correa	1
14	Rodillo frontal	1
15	Rodillo posterior	1
16	Plataforma	1
17	Marco en madera	1
18	Soporte esquinero protector izquierdo	1
19	Soporte esquinero protector derecho	1
20	Cubierta del motor	1
21	Conector	4
22	Estar de pie	2

4. ALCANCE DE SUMINISTRO

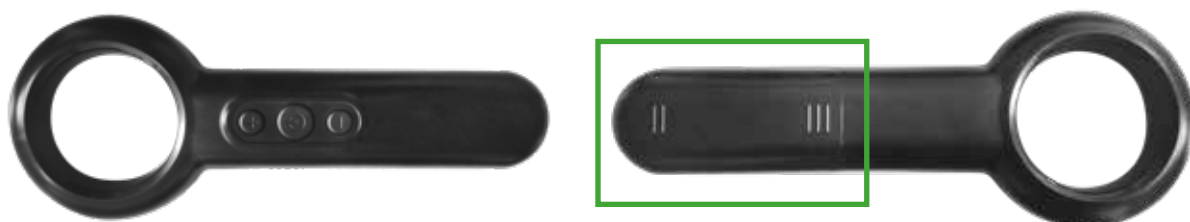


Nr.	Beschreibung	Anzahl
1	Control remoto	1
2	Cinta de correr	1
3	Herramientas	1
4	Cable eléctrico	1
5	Soporte de tablet	1
6	Cinta adhesiva de dos caras	1
7	Manual	1
8	Arandela	4
9	Spring	4
10	Aceite lubricante	1
11	Tornillo M8	4
12	Tornillo expansor M6	2
13	Mango (opcional)	1
14	Estar de pie	2
15	M6*15 Tornillo	4

5. INSTALACIÓN DEL CONTROL REMOTO

Debe mantener el control remoto en su mano cuando esté usando su DeskFit200 para estar seguro de poder detener su dispositivo en cualquier momento en caso de emergencia.

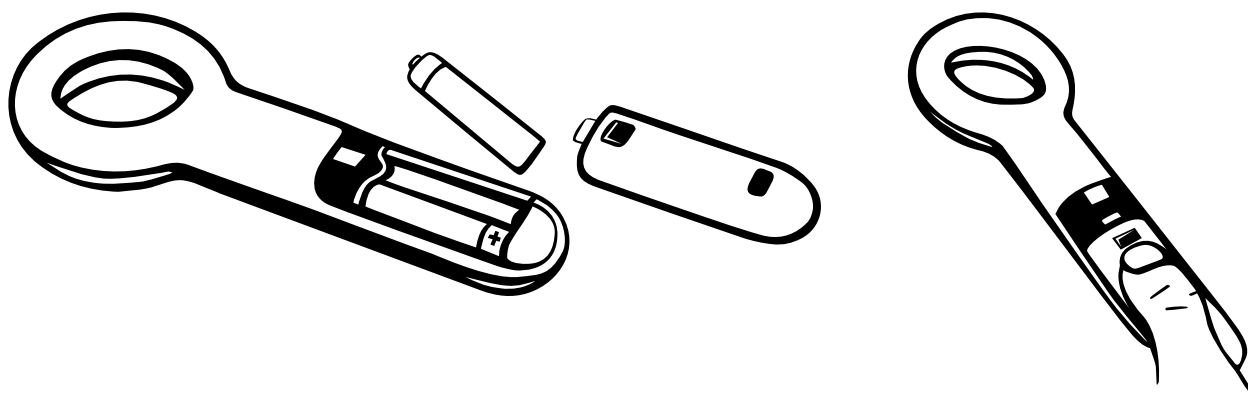
Como se muestra en las siguientes imágenes, inserte dos baterías AAA (1.5V) en el control remoto.



+ Acelerar la caminadora

- Desacelerar la caminadora

⏻ Encendido/apagado



6. USAR EL CONTROL REMOTO

El control remoto usa un control de radio 2.4G. Conecte el control remoto a su dispositivo para que no interfiera con otras caminadoras.

Cómo conectar su control remoto:

1. Conecte la caminadora y enciéndala. Los LEDs brillan después de un largo sonido.
2. Presione los botones [SPEED +] y [SPEED] simultáneamente en el control remoto, suelte los botones hasta que la luz roja y verde enciendan de manera alternativa. Ahora escuchará dos sonidos y las luces LED se apagarán. El control remoto y la caminadora están conectados.

Funciones de los botones:

1. SPEED +: Aumentar la velocidad.
2. SPEED -: Reducir la velocidad.
3. START / STOP:

Función de inicio: En modo espera, presione el botón START / STOP para iniciar la caminadora.

Función de parada: Presione el botón START / STOP durante aprox. 3 segundos para detener la caminadora directamente.

Función de pausa: Presione brevemente el botón START / STOP una vez para pausar la caminadora. El dispositivo seguirá registrando datos.

Función de parada rápida: Presione el botón START / STOP 3 veces o más para detener la caminadora al instante.

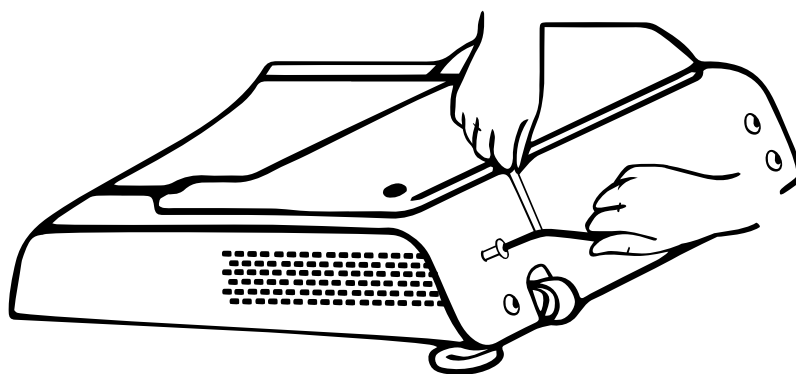
Solución de problemas:

1. Para probar si el control remoto está conectado a la caminadora, presione el botón "SPEED +" o "SPEED" una vez. Se escuchará un sonido. Si sólo se escucha un sonido, hay una conexión estable. Si se escucha un sonido dos veces, la conexión es defectuosa. Si no se escucha ningún sonido, vuelva a conectar el control remoto al dispositivo como se describe anteriormente.
2. Si el control remoto está conectado exitosamente pero no está funcionando, desconecte la caminadora de la fuente eléctrica. Después repita el proceso de conexión.
3. Si presiona un botón en el control remoto y la caminadora no se mueve a pesar de que la luz Led está parpadeando, cambie las baterías del control remoto.

7. INSTALACIÓN DE LOS ACCESORIOS(OPCIONAL)

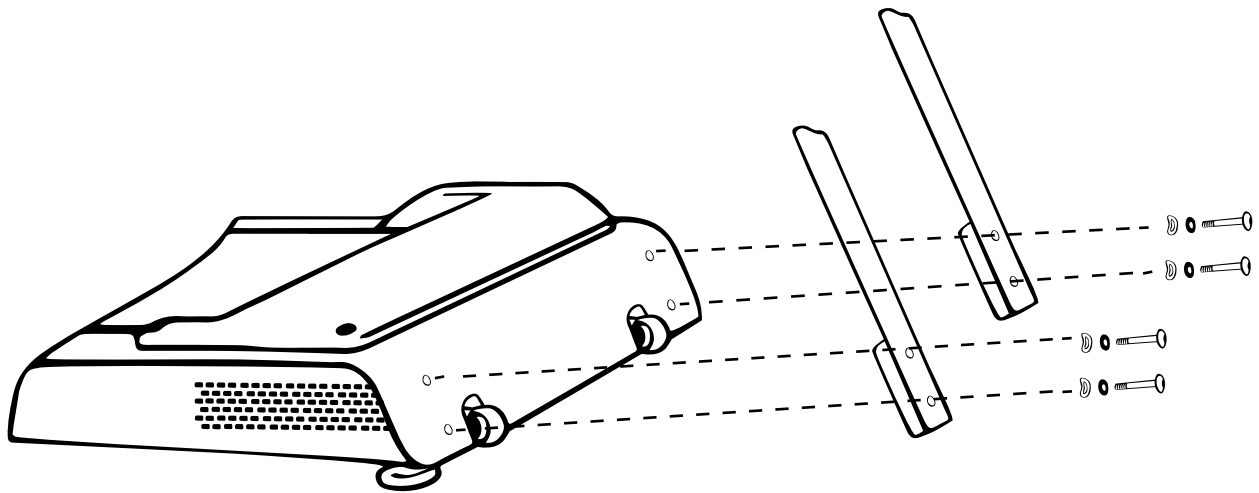
El mango no está incluido y puede comprarse adicionalmente.

Para instalar el mango, siga estos 3 pasos



Paso 1.

Retire los 4 tornillos en la parte frontal del dispositivo usando la llave hexagonal de 5 mm.



Paso 2.

Después asegure el mango, la junta circular, la junta elástica y el tornillo M8 en el dispositivo tal como lo muestra la imagen.



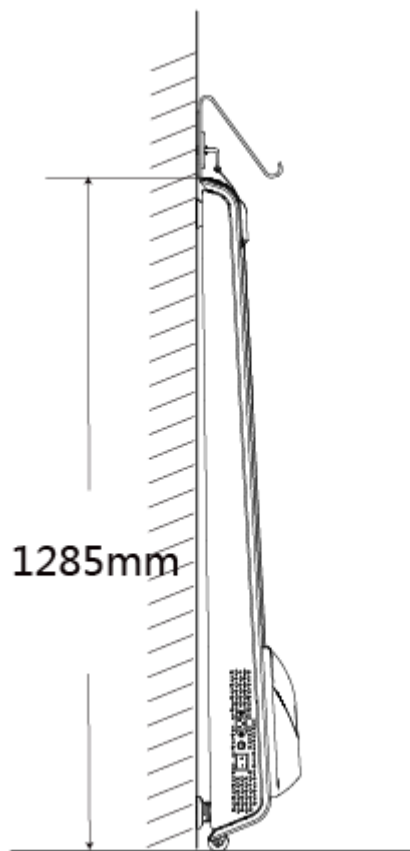
Paso 3.

Después apriete los tornillos que fueron retirados.

7.2 Wandhalterung-Installaton

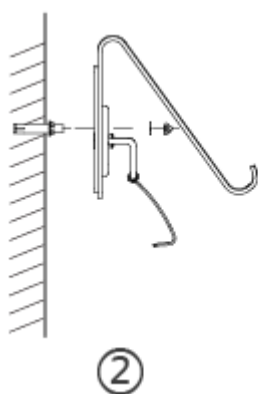
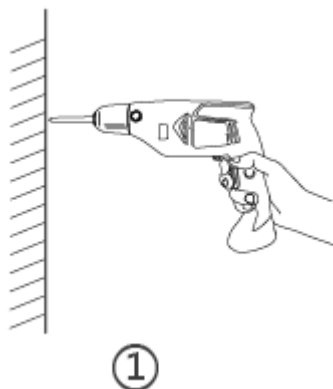
El soporte de pared puede montarse de dos maneras diferentes. Ya sea fijado firmemente a la pared o usando una cinta adhesiva.

Para una instalación fija en la pared, por favor siga estos pasos:



Paso 1: Encuentre la ubicación y altura adecuadas para la instalación, esto debe ser aprox. a 1,285mm del suelo. Marque los orificios que serán perforados usando un lápiz, después perforo los orificios para sus tornillos expansores.

Indicación: Usar una aspiradora le permitirá perforar sin generar demasiado polvo.



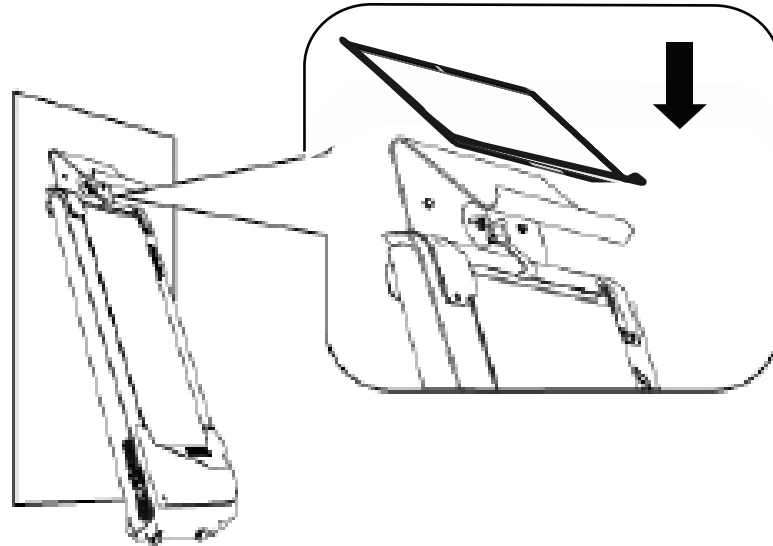
Paso 2:
Intente incrustar el tornillo expansor cuidadosamente.



Paso 3:
Alinee el tornillo de expansión y por último apriételo.

Para agregar el soporte de pared usando la cinta adhesiva, siga los pasos anteriores sin usar los tornillos expansores y en cambio use sólo la cinta adhesiva para fijarlo.

Por último, enganche su dispositivo al soporte. También puede usar el soporte para poner su tablet.



7.3 Installation of the Stand



1. Paso:

Retire la cubierta de plástico de los tornillos.



2do paso:

coloque el soporte con los tornillos M6 * 15.

8. Speed

curso	velocidad (Km/h)
1	0.7
2	1.5
3	2.4
4	3.3
5	4.3
6	5.2
7	6.1
8	7.1

Estos valores se refieren a una persona de prueba con 65 Kg. Por lo tanto, una desviación de aprox. 10% puede ocurrir.

9. Software de aplicación (App)

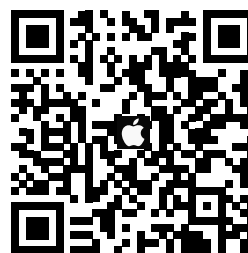
Puede descargar la aplicación "VAN Fit" usando el código QR que se muestra aquí. Requisito del dispositivo móvil: Android 4.3 o superior con Bluetooth 4.0, iOS 7.0 o más reciente.

Por favor primero encienda la función Bluetooth de su dispositivo, después abra la aplicación y vaya a Connect.

Android



iOS



Android: www.sportstech.de/uploads/vanfit.apk

iOS: Puede buscar VAN Fit en App Store o descargarlo a través del Código QR.

Alternativamente, puede descargar la aplicación "Fit Van" para su dispositivo Android.

Notas sobre el uso de la aplicación:

Como usuario de Android, asegúrese de que en "Configuración -> Seguridad del dispositivo" esté marcada la opción "Fuentes desconocidas".

Si un segundo usuario desea utilizar la cinta de correr, la aplicación generalmente se puede usar de dos maneras:

1. El usuario debe desconectarse de la APLICACIÓN, luego el segundo usuario debe iniciar sesión en la APLICACIÓN.
2. Apague el interruptor de alimentación y vuelva a encenderlo.

Conexión con el dispositivo:



Puede encender el Bluetooth, después abra la aplicación 'VAN'.



Use el botón Connect



Varias configuraciones:

Velocidad de carrea, cronómetro, podómetro, distancia y consumo de calorías.

10. MANTENIMIENTO



Precaución:

Antes del mantenimiento, asegúrese de que el enchufe de la caminadora esté desconectado.

Limpieza:

Quite el polvo con regularidad para mantener las piezas limpias y más durables. Asegúrese de usar zapatos atléticos para evitar que la suciedad ingrese a la caminadora. Las caminadoras se limpian con un paño húmedo, y con un poco de jabón. Tenga cuidado de no humedecer los componentes eléctricos ni la cinta de correr.

Precaución:

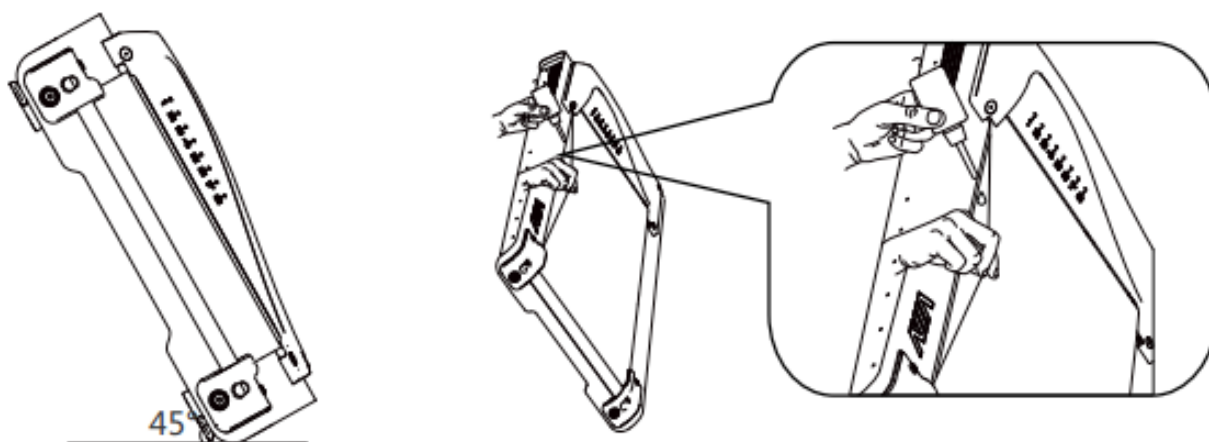
Asegúrese de que el enchufe esté desconectado antes de retirar la cubierta del motor, limpie el interior del dispositivo al menos una vez al mes, y asegúrese de que los componentes eléctricos no se humedezcan.

La plataforma y la cinta de correr de la caminadora se lubrican en la fábrica. La fricción entre la cinta de correr y la plataforma tiene un impacto significativo en la vida útil del producto y en el rendimiento del cableado eléctrico, así que necesario aplicar aceite lubricante regularmente.

Aplicar aceite de silicona

Ponga la caminadora de lado, inclínela unos 45°, después levante la cinta. Deje que una pequeña cantidad de aceite fluya hacia el centro de la plataforma, tal como se muestra en las siguientes ilustraciones.

Nota: Por favor use el aceite ecológicamente.



Si la superficie de la cinta de correr está dañada, por favor contacte nuestro servicio al cliente.

Recomendamos usar lubricante entre la cinta de correr y la plataforma con la siguiente regularidad:

Bei folgender Benutzung:

Poco frecuente	(menos de 3 horas por semana):	una vez al año;
Periódicamente	(uso de 3 a 5 horas por semana):	una vez cada seis meses;
Con frecuencia	(más de 5 horas por semana):	una vez cada tres meses.

Para proteger su caminadora de manera idónea y prolongar la vida útil, es recomendable apagarla durante aprox. 10 minutos si no la va a usar por un tiempo durante una sesión.

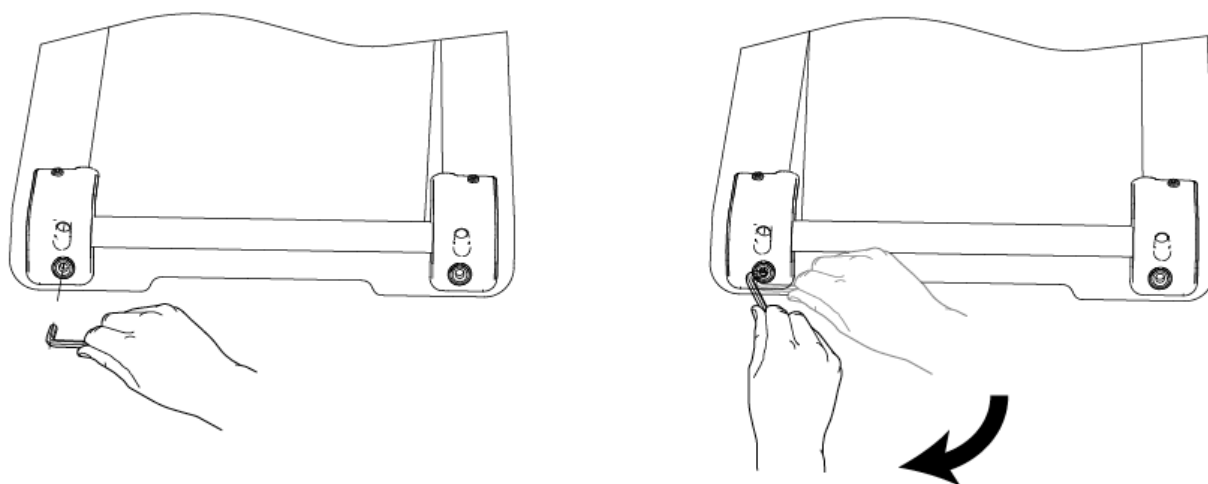
Ajustar/alinear la cinta de correr:

Para maximizar el uso de la caminadora, es esencial que la cinta esté bien ajustada.

Alineación:

Ubique el dispositivo sobre un suelo nivelado. Active el dispositivo a velocidad media (en la 5. velocidad). (Véanse las siguientes ilustraciones)

Cuando la cinta de correr esté cerca del lado izquierdo, gire el tornillo de ajuste izquierdo hacia la derecha con un cuarto de giro, usando la llave hexagonal de 6mm.



Si la cinta de correr está cerca del lado derecho, gire el tornillo de ajuste derecho hacia la izquierda un cuarto de giro, usando la llave hexagonal de 6mm.

Si la cinta de correr está demasiado suelta y se desliza:

Gire los tornillos de ajuste de ambos lados un cuarto de giro hacia la derecha, de ser necesario, ajustando las desviaciones como en los métodos anteriores.

Ajuste de la correa:

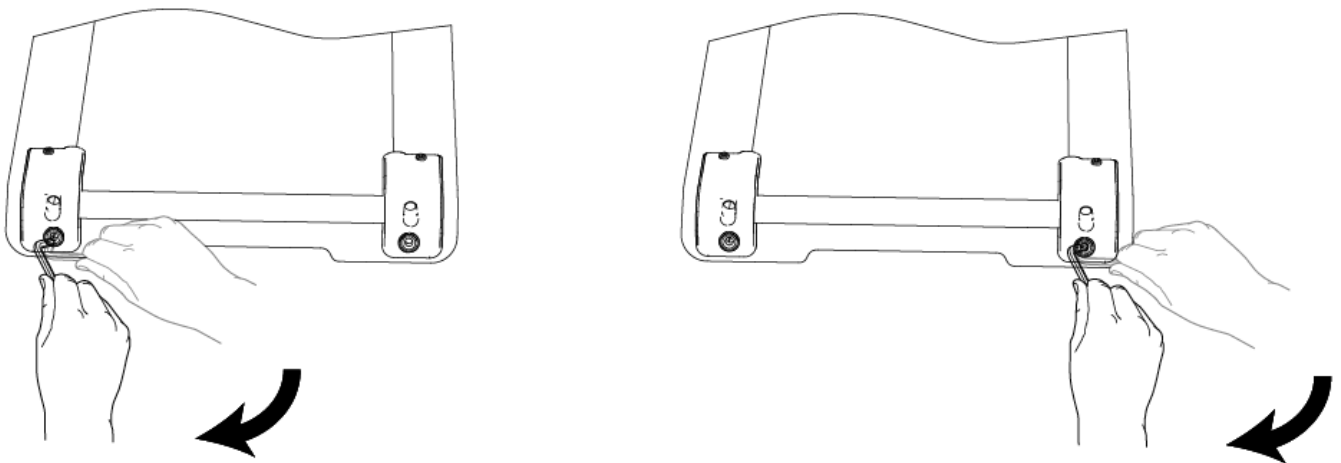
Si usa la caminadora durante mucho tiempo, la correa se soltará debido al desgaste. Para garantizar un uso seguro debe ajustarla.

Si durante el ejercicio experimenta el denominado fenómeno de pausa, puede que la correa esté demasiado suelta y sea necesario un ajuste adicional.

Si la correa puede correr libremente, la tensión es la correcta.

Si la cinta de correr está detenida, pero la correa y el rodillo siguen funcionando, esto indica que la cinta de correr está suelta y deben realizarse los ajustes adecuados para garantizar un uso seguro.

Si observa que la cinta de correr y la correa están detenidas, pero el motor sigue funcionando, esto indica que la correa está suelta y deben realizarse los ajustes adecuados para garantizar un uso seguro.



11. SOLUCIÓN DE PROBLEMAS GENERALES

Problema	Motivo	Solución
El dispositivo no se activa	No hay suministro de energía, o el interruptor está apagado. La protección contra sobrecorriente de la caminadora no está conectada.	Conecte el suministro eléctrico y encienda el dispositivo. Conecte la protección contra sobrecorriente.
La cinta se desliza	La cinta de correr está suelta.	Ajuste la cinta de correr de acuerdo a la sección 8. Mantenimiento.
La cinta está fuera de su centro	La cinta de correr no está ajustada correctamente.	Ajuste la cinta de correr hacia el centro.
Escucha ruidos extraños	El eje de rotación requiere aceite lubricante. Los tornillos están sueltos	Aplique aceite lubricante al eje de rotación. Apriete los tornillos adecuados
Corto circuito o daño al cable eléctrico en el panel de control superior	Daño al cable eléctrico en el panel de control superior.	Cambie el panel de control inferior.

12. EJERCICIOS DE ESTIRAMIENTO

No importa cómo se ejercite, siempre haga algo de estiramiento primero. El calentamiento muscular hará que sus músculos se extiendan fácilmente, así que caliente al menos 5-10 minutos. Luego le sugerimos hacer los siguientes ejercicios de estiramiento cinco veces. El estiramiento antes del ejercicio le ayuda a mejorar la flexibilidad y reduce los riesgos de lesiones.

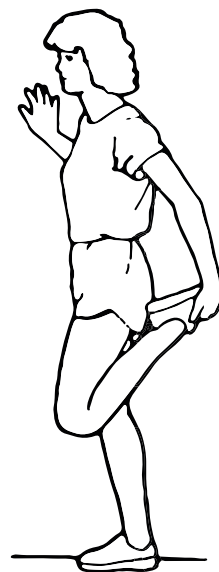
ESTIRAMIENTO DE CUÁDRICEPS

Con una mano hacia la pared para equilibrarse, mueva su otra mano hacia atrás y levante su pie derecho. Lleve su talón lo más cerca posible de sus glúteos. Aguante durante 15 segundos y repita con el pie izquierdo.



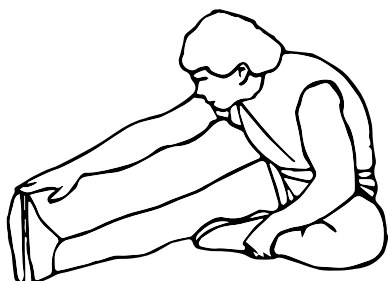
ESTIRAMIENTO DEL MUSLO INTERIOR

Siéntese con las suelas de sus pies juntas y sus rodillas apuntando hacia afuera. Empuje sus pies hacia su ingle tan cerca como sea posible. Empuje sus rodillas suavemente hacia el suelo. Aguante durante 15 segundos.



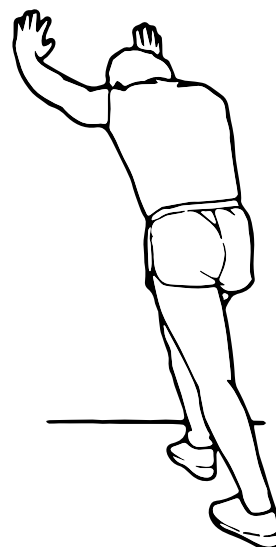
DEDOS DE LOS PIES

Inclínese lentamente hacia su cintura , dejando su espalda y brazos relajados a medida que se estira hacia los dedos de sus pies. Llegue los más lejos que pueda y aguante durante 15 segundos.



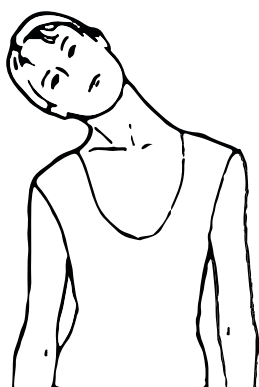
ESTIRAMIENTO DE TENDONES

Extienda su pierna derecha. Descanse la suela de su pie izquierdo hacia su muslo interior derecho. Estírese hacia los dedos de su pie derecho tanto como pueda. Aguante durante 15 segundos. Relaje y repita con la pierna izquierda.



ESTIRAMIENTO DE PANTORILLA/TENDÓN DE AQUILES

Apóyese hacia una pared con su pierna izquierda frente a la derecha y con sus brazos hacia adelante. Mantenga su pierna derecha recta y el pie izquierdo sobre el suelo; luego doble la pierna izquierda y apóyese hacia adelante moviendo su cadera hacia la pared. Aguante, luego repita con el otro lado durante 15 segundos.

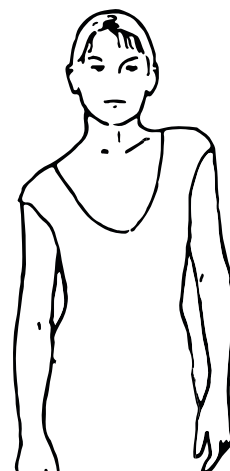
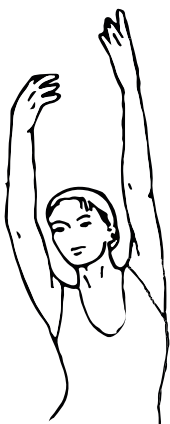


GIROS CON LA CABEZA

Gire su cabeza hacia la derecha por un segundo, sienta como se estira el lado izquierdo de su cuello, luego gire su cabeza hacia tras por un segundo, estirando su barbilla hacia el techo y dejando su boca abierta. Gire su cabeza hacia la izquierda por un segundo, luego deje caer su cabeza hacia su pecho por un segundo.

LEVANTAMIENTO DE HOMBROS

Levante su hombro hacia su oreja por un segundo. Luego levante su hombro izquierdo por un segundo a medida que baja su hombro derecho.



ESTIRAMIENTOS LATERALES

Abra sus brazos hacia un lado y levántelos hasta que estén sobre su cabeza. Alcance su brazo derecho hacia el techo tanto como pueda durante un segundo. Repita esta acción con su brazo izquierdo.



Directiva Europea de Residuos 2002/96/EG

Nunca elimine su dispositivo de entrenamiento en su basura doméstica ordinaria. Elimine el dispositivo únicamente en un sitio de eliminación aprobado. Tenga en cuenta las normativas aplicables actualmente. Si tiene dudas contacte a las autoridades locales para conseguir información sobre una opción de eliminación adecuada y ecológica.



Baterías/baterías recargables

De acuerdo a la normativa de baterías usted está en obligación de devolver como usuario final todas las baterías usadas. La eliminación en la basura doméstica ordinaria está prohibida por la ley.

En la mayoría de las baterías encontrará el símbolo que le recuerda esta normativa. Además de este símbolo normalmente hay información acerca del metal pesado que contiene. Tales metales pesados requieren de una eliminación ecológica. Como usuario final usted está en obligación de enviar las baterías usadas a un punto de recolección adecuado de su ciudad o a un punto comercial autorizado.

Si tiene dudas contacte a las autoridades locales para conseguir información sobre una opción de eliminación adecuada y ecológica.



Reciclaje loop

El material de empaque puede trasladarse de nuevo al ciclo de materias primas. Deshágase del material de empaque de acuerdo a las normativas legales. Puede encontrar información en los sistemas de recolección de su comunidad.

EC-Declaration of Conformity / EG-Konformitätserklärung

We / Wir, Innovamaxx GmbH Potsdamer Platz 11, 10785 Berlin, Germany

declare under our sole responsibility that the following product erklären in alleiniger Verantwortung,
dass das weiter unten genannte Produkt

type of product / Geräteart trade	:	Motorized Treadmills
name / Handelsbezeichnung	:	Treadmill DeskFit200
trade mark / Handelsmarke	:	Sportstech
model / Modell	:	DeskFit200

meets the essentials requirements of the following EC Directives: die grundlegenden Anforderungen der
aufgeführten EG Richtlinien erfüllt:

- | | |
|---|--|
| 1. EMC Directive 2014/30/EU | EN 957-6:2010+A1:2014 |
| EN 55014-1:2006+A1:2009+A2:2011;
EN 61000-3-2:2014;
EN 61000-3-3:2013;
EN 55014-2:1997+A1:2001+A2:2008 | 5. Radio Equipment Directive
2014/53/EU |
| 2. Low Voltage Directive 2014/35/EU | ETSI EN 300 328 V2.1.1 (2016-11);
ETSI EN 301 489-1 V2.2.0: 2017-03;
ETSI EN 301 489-17 V3.2.0: 2017-03;
EN 55032:2015;EN55024:2010+A1:2015;
EN61000-3-2:2014;
EN61000-3-3:2013;
EN 60950-1:2006+A11:2009+A1:2010+A12
:2011+A2:2013;
EN 62479:2010 |
| 3. Machinery Directive 2006/42/EC | 6. RoHS Directive 2011/65/EU |
| EN ISO 12100: 2010 | |
| 4. General Product Safety Directive
2001/95/EC
EN ISO 20957-1:2013 | |

Authorisation for technical file compilation:

Name / Name: Ali Ahmad (CEO/Geschäftsführer)

Address / Anschrift: InnoVaMaxx GmbH, Potsdamer Platz 11, 10785 Berlin, Germany

01.03.18

Date / Datum



Signature / Unterschrift

MANUEL

FRANÇAIS

Nos **tutoriels vidéo** pour vous!

construction
utilisation
réduction



3 étapes simples pour un démarrage rapide et sécurisé:

1. Scannez le code QR
2. Regarder les vidéos
3. Démarrez rapidement et en toute sécurité.



Lien vers les vidéos:
www.sportstech.de/qr/deskfit200.html

Cher client,

Nous sommes ravis que vous ayez choisi un appareil de la gamme de produits SPORTSTECH. Avec les équipements sportifs de SPORTSTECH, vous obtenez la plus haute qualité et la meilleure technologie.

Afin d'utiliser pleinement le potentiel de votre appareil et de pouvoir l'apprécier pendant de nombreuses années, lisez attentivement ce manuel avant l'utilisation et le début de votre entraînement et utilisez l'appareil conformément aux instructions. La sécurité et le fonctionnement opérationnelles de l'appareil ne peuvent être garanties que si les dispositions légales relatives à la sécurité générale et à la prévention des accidents ainsi que les consignes de sécurité contenues dans ce manuel d'utilisation sont respectées. Nous n'assumons aucune responsabilité pour les dommages résultant d'une mauvaise utilisation ou d'un fonctionnement incorrect.



Veuillez vous assurer que toutes les personnes qui utilisent l'appareil ont lu et compris le manuel d'utilisateur.

Gardez le manuel d'utilisateur dans un endroit sûr pour y avoir accès à tout moment si nécessaire.

Sous réserve d'erreurs et d'omissions.

CONTENU

1. Informations de sécurité importantes.....	77
2. Instructions d'utilisation	78
3. Liste des pièces	79
4. Contenu de la livraison	81
5. Installation de la télécommande	82
6. Installation des accessoires (Optionnel).....	83
7. Logiciel d'application (App).....	88
8. Entretien.....	90
9. Dépannage général.....	93
10. Exercice d'étirement	93

1. INFORMATIONS DE SÉCURITÉ IMPORTANTES



Cette information générale sur la sécurité doit être respectée lors de l'utilisation de ce produit. Lisez toutes les instructions avant d'utiliser le produit.

Veuillez garder ce manuel pour toute future référence.

1. Avant de commencer l'assemblage et l'utilisation de votre nouveau tapis roulant, lisez attentivement le mode d'emploi pour comprendre les informations fournies. L'installation, la maintenance et l'utilisation correcte de votre tapis roulant sont importants pour vous permettre de vous entraîner efficacement.
2. Assurez-vous que l'équipement a été assemblé conformément aux instructions d'assemblage.
3. Si vous avez plus de 45 ans, vous avez des problèmes de santé ou des problèmes médicaux et / ou si vous vous entraînez pour la première fois depuis plus de 12 mois, veuillez consulter votre médecin ou votre professionnel de la santé avant de l'utiliser.
4. Le poids max. de l'utilisateur est de 110 Kg.
5. Si vous ressentez l'un des symptômes suivants: maux de tête, oppression thoracique, rythme cardiaque irrégulier, essoufflement, étourdissements, nausées ou douleurs musculaires ou articulaires aiguës, arrêtez immédiatement l'entraînement et consultez votre médecin ou votre professionnel de la santé.
6. Il faut s'assurer que les jeunes enfants et les animaux domestiques soient tenus à l'écart de l'équipement pour éviter les blessures, l'équipement est réservé aux adultes.
7. L'équipement doit être placé sur une surface dure et plane et à au moins 0,5 mètre de tout obstacle.
8. Avant d'utiliser l'équipement, vérifiez que tous les écrous et boulons du tapis de course sont bien serrés.
9. Ne placez pas le tapis de course dans des pièces ou des zones exposées à des niveaux élevés d'humidité, c'est-à-dire à l'extérieur, près de piscines / spas intérieurs chauffés, de garages ou de pièces non isolés.
10. Il est fortement recommandé de porter des vêtements et des chaussures appropriés lorsque vous utilisez votre tapis de course pour votre confort personnel.

11. L'équipement n'est pas approprié pour l'utilisation comme dispositif médical.
12. Placez le tapis roulant sur une surface propre et plane, à proximité d'un point d'alimentation mural spécial. Un tapis de sol en caoutchouc est recommandé pour la protection de votre plancher.
13. Pour votre sécurité, il ne faut jamais démarrer le tapis de course pendant que vous êtes debout sur la courroie de course. Placez vos pieds de chaque côté des rails latéraux de la courroie et appuyez sur le bouton de démarrage. Augmentez graduellement la vitesse jusqu'au niveau désiré avant de se tenir sur la surface de la courroie.
14. Le couvercle du moteur ne doit jamais être enlevé pendant l'utilisation du tapis. Un technicien en électricité qualifié doit être présent en cas de travaux d'entretien. Il faut toujours débrancher le cordon d'alimentation si le capot doit être retiré pour des raisons de maintenance.
15. Les jeunes enfants doivent être tenus à l'écart du tapis de course pendant qu'ils est utilisé pour éviter les blessures et les problèmes de sécurité.
16. Il est recommandé de ne pas ??? Sur l'appareil, pendant son fonctionnement

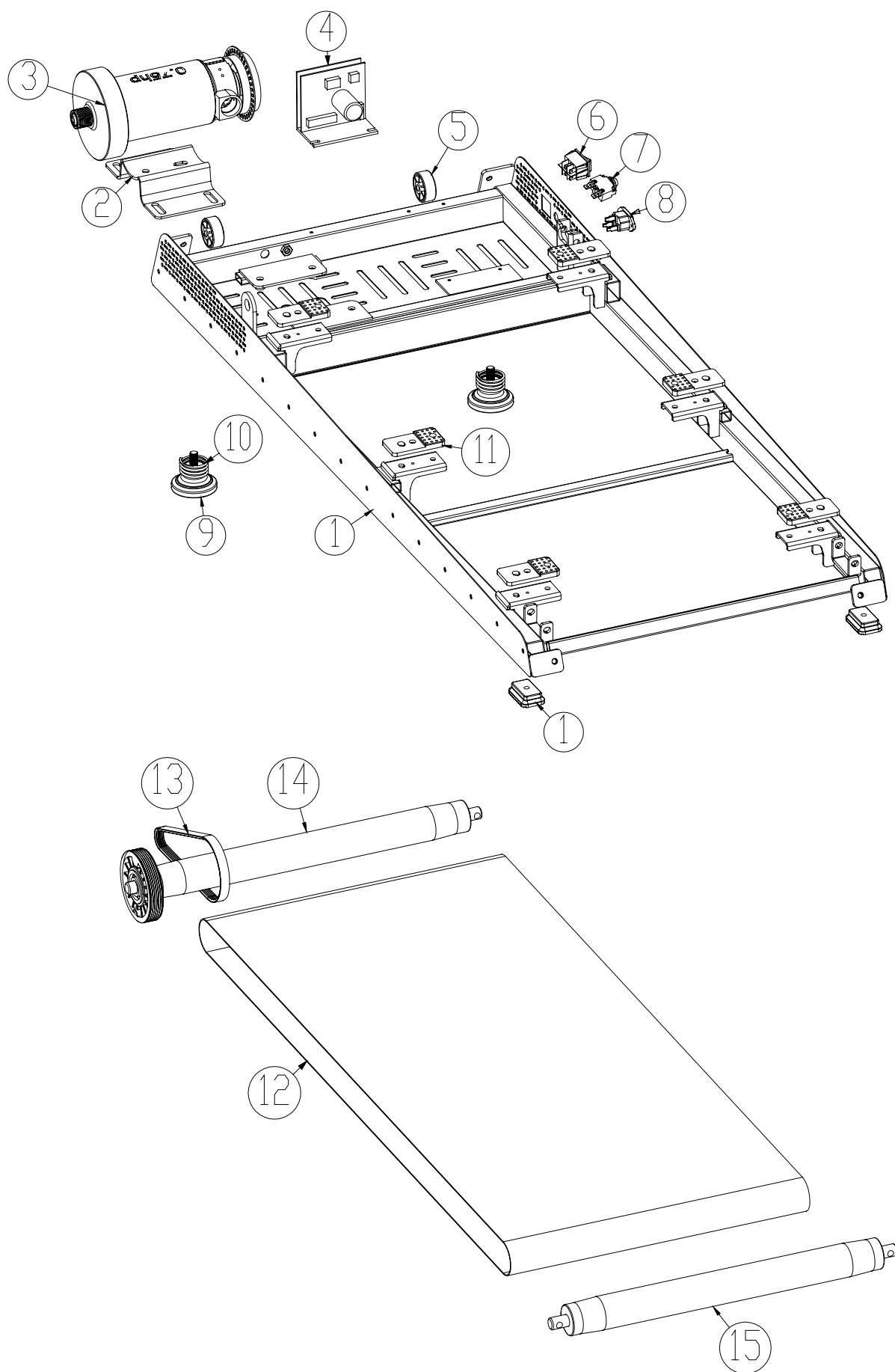
2. INSTRUCTIONS D'UTILISATION

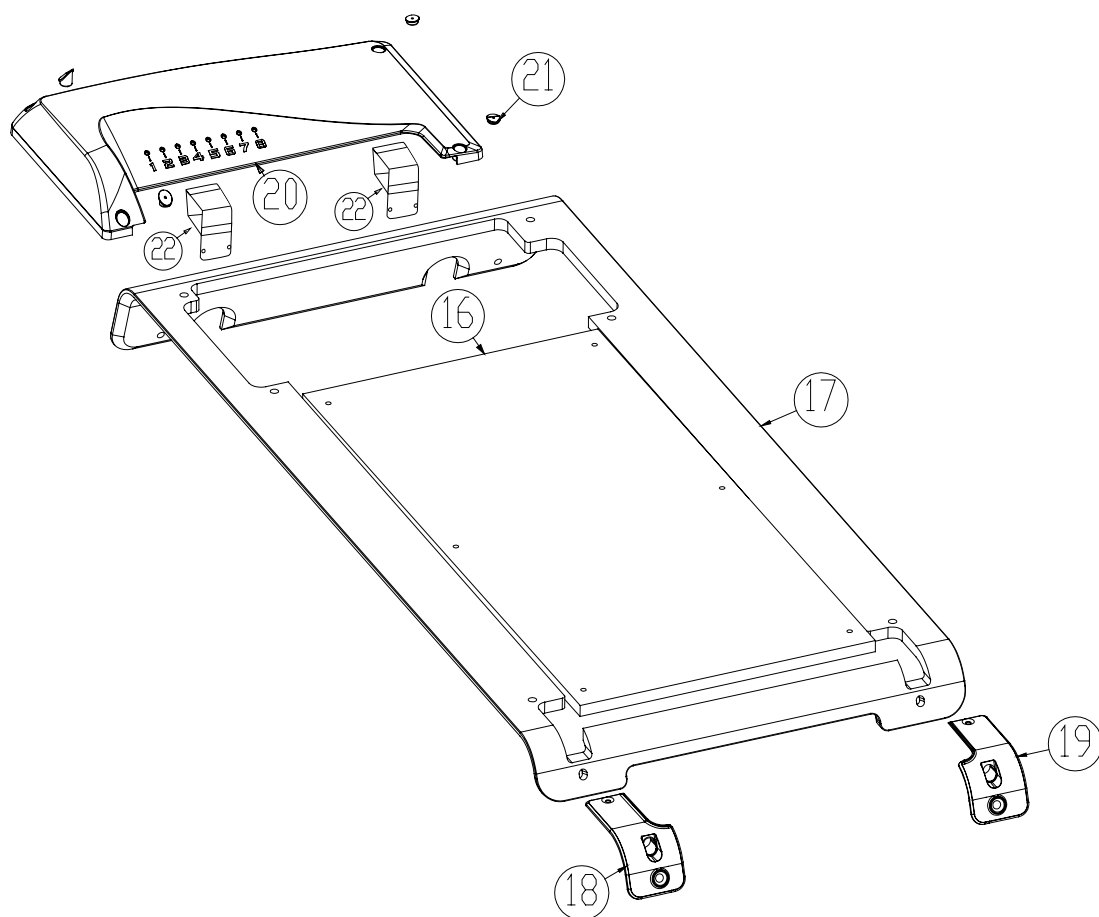
Vous devez garder la télécommande dans votre main lorsque vous utilisez votre DeskFit200 afin de vous assurer que vous pouvez arrêter votre appareil à tout moment en cas d'une situation d'urgence.

Lorsque vous vous entraînez sur le tapis roulant, essayez de regarder tout droit et non pas vos pieds pour éviter tout risque de trébuchement ou de chute. Augmentez progressivement la vitesse vous permettant de vous adapter au réglage de la vitesse avant d'effectuer d'autres réglages de vitesse.

Une fois que vous aurez terminé l'installation du tapis roulant et que le couvercle du moteur est bien en place, vous pouvez brancher le cordon d'alimentation. Il est recommandé d'utiliser un câble de haute qualité avec protection contre les surtensions.

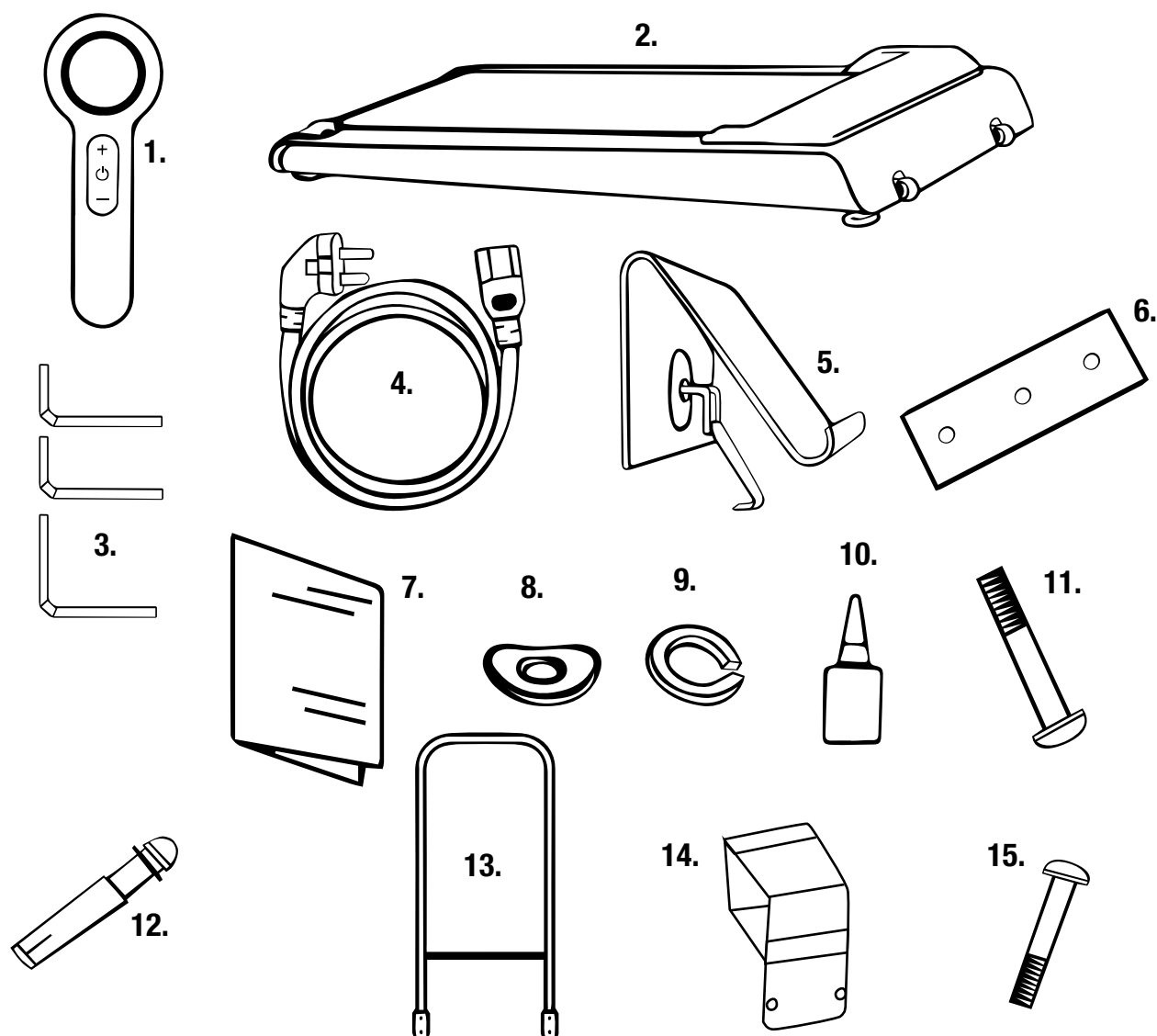
3. LISTE DES PIÈCES





N°	Description	Quantité
1	Cadre principal	1
2	Cadre de montage	1
3	Moteur	1
4	Contrôleur	1
5	Roue	2
6	Interrupteur d'alimentation	1
7	Protection de surcharge	1
8	Prise	1
9	Support	2
10	Bague	2
11	Bouchon plat en caoutchouc	6
12	Surface de course	1
13	Courroie	1
14	rouleau avant	1
15	rouleau arrière	1
16	repose pied	1
17	Cadre en bois	1
18	support de protection d'angle gauche	1
19	support de protection d'angle droit	1
20	Couvercle pour le moteur	1
21	Fiche	4
22	Estar de pie	2

4. CONTENU DE LA LIVRAISON

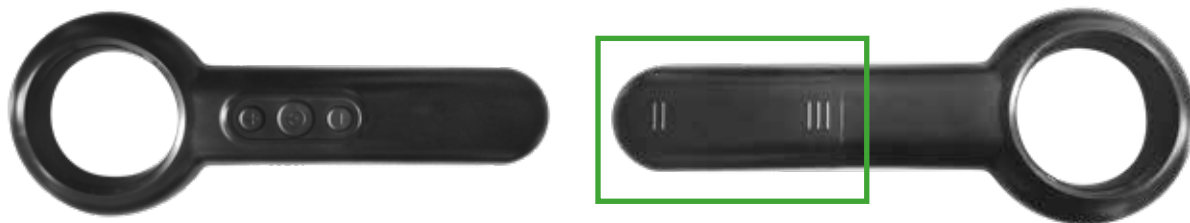


N°.	Description	Quantité
1	Télécommande	1
2	Courroie de course	1
3	Pièces	1
4	Câble d'alimentation	1
5	Support de tablette	1
6	Ruban adhésif double face	1
7	Manuel	1
8	Rondelle	4
9	Spreng	4
10	Graisse	1
11	Vis M6	4
12	Vis d'expansion M6	2
13	Poignée (optionnel)	1
14	Peuplements	2
15	M6*15 Vis	4

5. INSTALLATION DE LA TÉLÉCOMMANDE

Vous devez garder la télécommande dans votre main lorsque vous utilisez votre DeskFit200 afin de vous assurer que vous pouvez arrêter votre appareil à tout moment en cas de situation d'urgence.

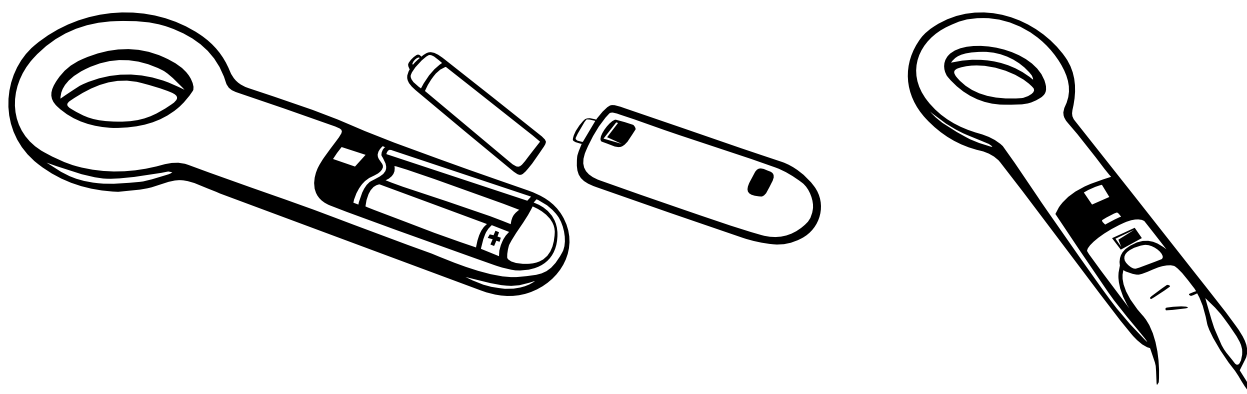
Comme indiqué sur les images suivantes, insérez deux piles Micro AAA (1.5V) dans la télécommande.



+ Accélérer le tapis de course

- Ralentir le tapis de course

⏻ Commutateur on/off



6. L'UTILISATION DE LA TÉLÉCOMMANDE

La télécommande utilise un contrôle radio 2.4G. Connectez la télécommande à votre appareil afin qu'il n'interfère pas avec les autres tapis de course.

Comment connecter votre télécommande:

1. Connectez le tapis de course et allumez-le. Les LED s'allument après une longue "sonnerie".
2. Appuyez simultanément sur les touches [SPEED +] et [SPEED] de la télécommande, relâchez les boutons jusqu'à ce que le voyant rouge et le voyant vert s'allument alternativement. Maintenant vous entendrez deux sons, et les LED s'éteindront. La télécommande et le tapis de course sont connectés.

Fonctions des boutons:

1. SPEED +: Augmentation de la vitesse.
2. SPEED -: Réduction de la vitesse.
3. START / STOP:

Fonction de démarrage: Drücken Sie im Standby-Modus die START/STOPP-Taste, um das Laufband zu starten.

Fonction d'arrêt: Drücken Sie die START / STOP-Taste für ca. 3 Sekunden, um das Laufband direkt zu stoppen.

Fonction de pause: Drücken Sie einmal kurz die START / STOP-Taste, um das Laufband zu pausieren. Das Gerät zeichnet die Daten weiterhin auf.

Fonction d'arrêt rapide: Drücken Sie START / STOPP 3mal oder mehrfach, um das Laufband abrupt zu stoppen.

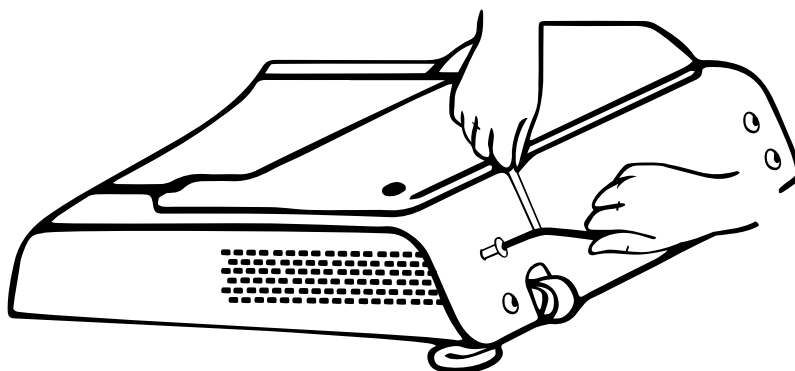
Dépannage:

1. Pour tester si la télécommande est connectée au tapis de course, appuyez une fois sur le bouton "SPEED +" ou "SPEED". Il y'aura un son maintenant. Si un seul son est entendu, la connexion est stable. Si un son est joué deux fois, la connexion est défectueuse. Si aucun son n'est entendu, reconnectez la télécommande à l'appareil comme décrit ci-dessus.
2. Si la télécommande est connectée mais ne fonctionne pas, déconnectez le tapis de course de l'alimentation électrique. Puis répétez le processus de connexion.
3. Si vous appuyez sur un bouton de la télécommande et que le tapis de course ne bouge pas malgré le clignotement de la LED, changez les piles de la télécommande.

6. INSTALLATION DES ACCESSOIRES (OPTIONNEL)

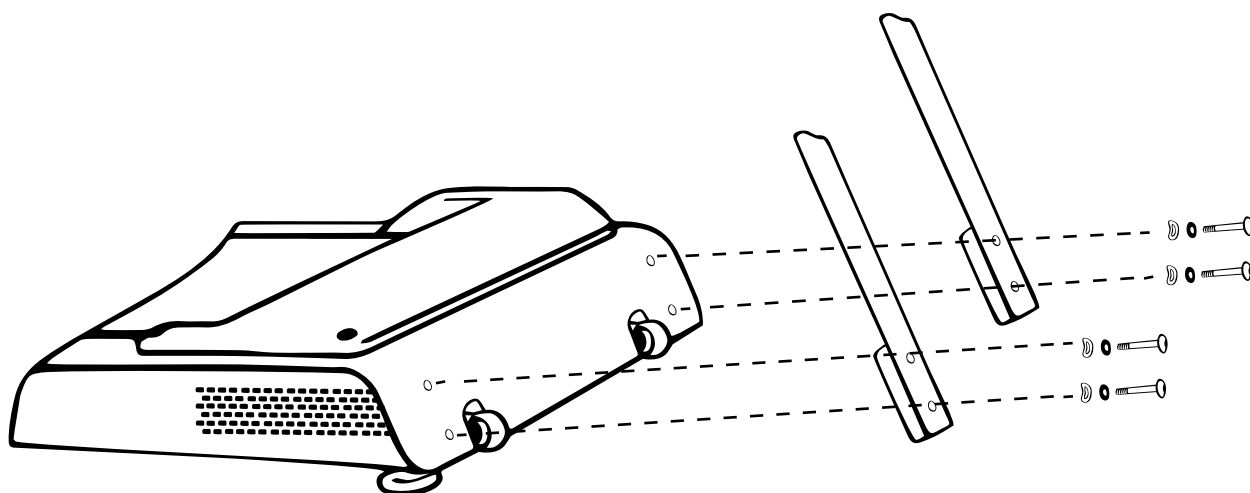
La poignée n'est pas incluse et peut être achetée .

Pour installer la poignée, suivez ces 3 étapes



Étape 1.

Retirez les 4 vis à l'avant de l'appareil à l'aide d'une clé hexagonale 5 mm



Étape 2.

Ensuite, fixez la poignée, le joint circulaire, le joint à ressort et la vis M8 sur l'appareil comme indiqué sur l'image.

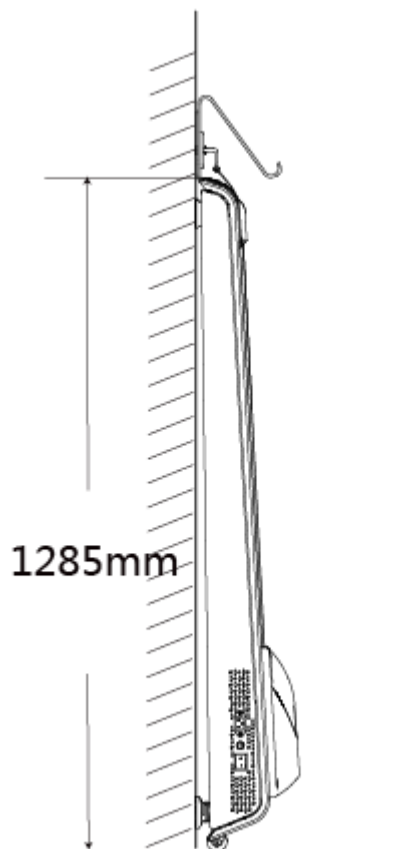


Étape 3.

Ensuite, serrez les vis qui ont été retirées.

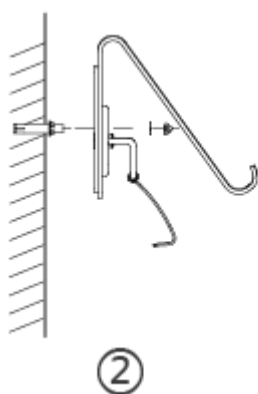
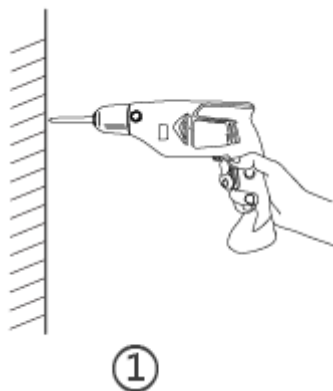
7.2 Installation de montage mural

Le support mural peut être monté de deux manières différentes. Soit fixé fermement au mur, soit en utilisant une bande adhésive. Pour une installation fixe sur le mur, procédez comme suit:



Étape 1: Trouvez l'emplacement et la hauteur appropriés pour votre installation, cela devrait être d'environ 1 285 mm par rapport au sol. Marquez les trous à forer à l'aide d'un crayon, puis percez les trous pour vos vis d'expansion.

Astuce: À l'aide d'un aspirateur, le forage peut se faire sans beaucoup de poussière.



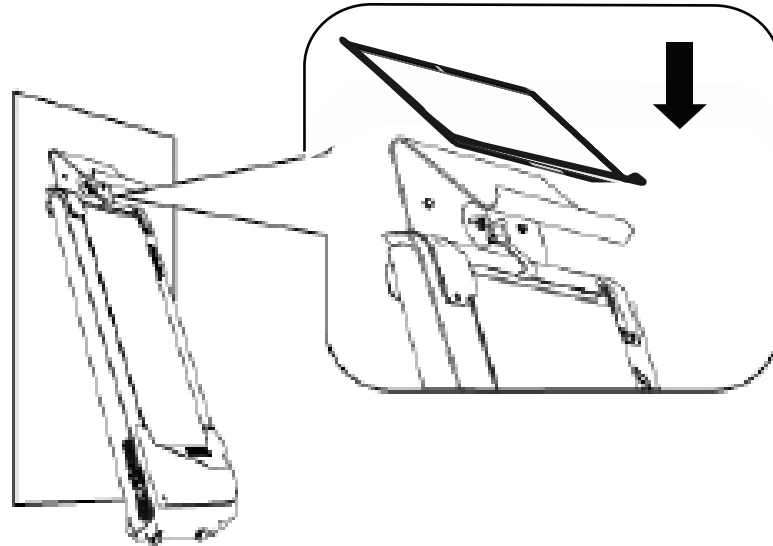
Étape 2: essayez d'emballer soigneusement la vis d'expansion.



Étape 3: Alignez la vis d'expansion et enfin serrez-la.

Pour fixer le support mural à l'aide de la bande adhésive, suivez les étapes ci-dessus et laissez simplement les vis d'expansion et utilisez plutôt la bande adhésive pour la fixer.

Enfin, raccordez votre appareil au support. Vous pouvez également utiliser le support pour placer votre tablette PC.



6.3 Installation des piédestaux



Étape 1:

Retirez le couvercle en plastique des vis.



Étape 2:

Fixez les pieds de support à l'aide des vis M6 * 15.

7. LA VITESSE

Cours	Vitesse (Km / h)
1	0.7
2	1.5
3	2.4
4	3.3
5	4.3
6	5.2
7	6.1
8	7.1

Ces valeurs se rapportent à un sujet de 65 kg, ce qui peut entraîner un écart d'environ 10%.

8. Logiciel d'application (App)

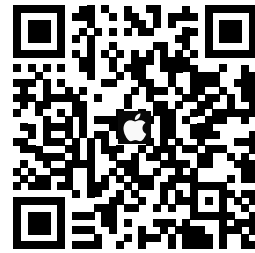
Vous pouvez télécharger l'application **"VAN Fit"** en utilisant le code QR montré ici.. Smartphone accepté: Android 4.3 ou version ultérieure avec Bluetooth 4.0, iOS 7.0 ou plus récente.

Activez la fonction Bluetooth sur votre appareil d'abord, puis lancez l'application et allez à Connect.

Android



iOS



Android: www.sportstech.de/uploads/vanfit.apk

iOS: Vous pouvez rechercher VAN Fit dans l'App Store, ou télécharger via le QR Code.

Vous pouvez aussi télécharger l'application "Fit Van" pour votre appareil Android

Remarques sur l'utilisation de l'application:

En tant qu'utilisateur Android, assurez-vous que sous "Paramètres -> Sécurité du périphérique", cochez la case "Sources inconnues".

Si un deuxième utilisateur veut utiliser le tapis de course, l'APP peut généralement être utilisé de deux façons:

1. L'utilisateur doit se déconnecter de l'application, puis le deuxième utilisateur doit se connecter à l'APP.
2. Éteignez et rallumez l'interrupteur d'alimentation.

Connexion de l'application avec l'appareil:



Le Bluetooth doit être activé, puis ouvrez l'application 'VAN'.



Utilisez le bouton Connexion



Divers paramètres:

Vitesse de course, minuterie, compteur de pas, mesure de distance et consommation de calories

9. ENTRETIEN



Avertissement:

Avant l'entretien, assurez-vous que la fiche d'alimentation du tapis de course est retirée.

Nettoyage:

Nettoyez la poussière régulièrement pour garder les pièces propres et pour une durabilité prolongée. Portez des chaussures de sport propres pour éviter que la saleté ne pénètre dans le tapis de course. Les tapis de course sont nettoyés avec un chiffon humide et avec un peu de savon. Veillez à ne pas mouiller les composants électriques et la surface de course.

Mise en garde:

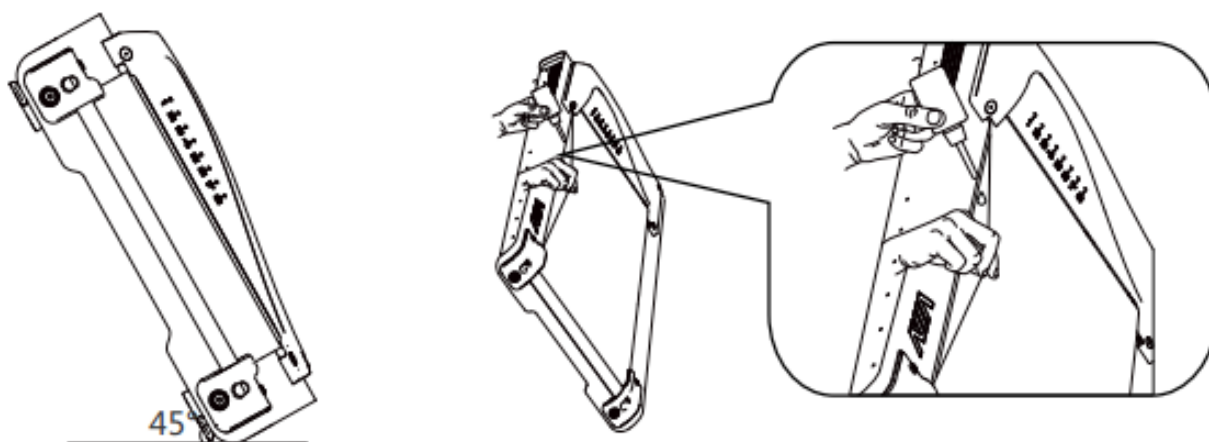
Assurez-vous que la fiche d'alimentation est retirée avant de retirer le couvercle du moteur, nettoyez l'intérieur de l'appareil au moins une fois par mois et assurez-vous que les composants électriques ne se mouillent pas.

Le repose pied et la courroie de course de la bande de roulement électrique ont été lubrifiées en usine. Le frottement entre la courroie de course et le repose pied a un impact important sur la durée de vie du produit et sur la performance de la bande de roulement électrique, donc une application régulière de graisse est requise.

Appliquez l'huile de silicone:

Placez le tapis de course sur le côté, inclinez-le de 45 °, puis soulevez la surface de course. Laissez une petite quantité d'huile s'écouler dans le centre du repose ped, comme indiqué dans les illustrations suivantes.

Remarque: Veuillez utiliser l'huile de manière écologique.



Si la surface de la courroie de course est endommagée, contactez notre service à la clientèle.

Nous recommandons d'utiliser du lubrifiant entre la courroie de repose et de repos selon le calendrier suivant:

À l'intensité d'utilisation suivante:

Rare	(moins de 3 heures par semaine):	une fois par an;
Régulièrement	(utilisation 3 à 5 heures par semaine):	une fois chaque 6 mois;
Fréquemment	(plus de 5 heures par semaine):	une fois par trimestre.

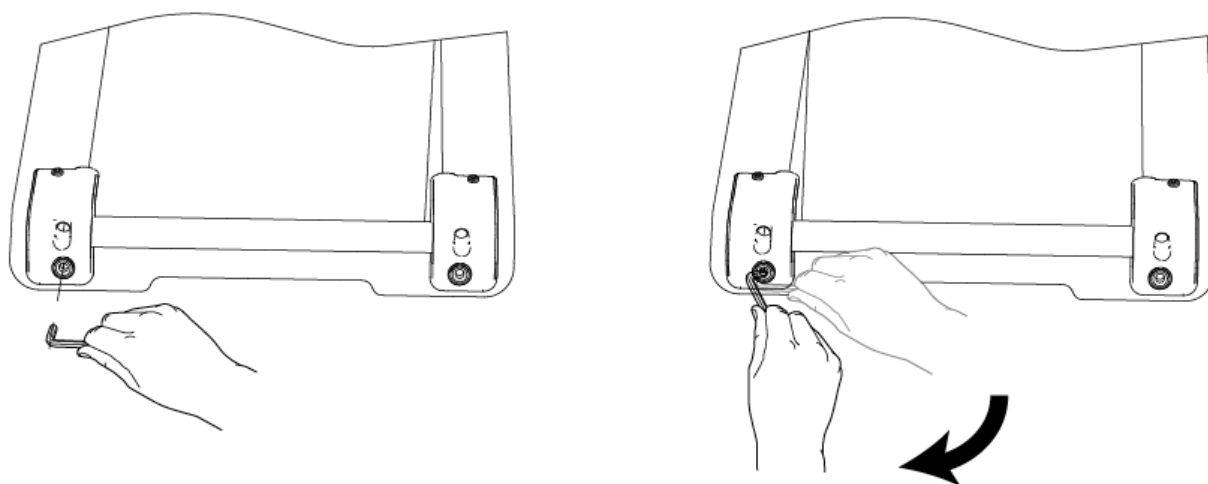
Afin de protéger votre tapis de course de manière optimale et prolonger sa durée de vie, il est recommandé de l'éteindre pendant env. 10 minutes si vous ne l'utilisez pas pendant un certain temps pendant une session.

Réglage / alignement de la surface de course:

Afin de maximiser l'utilisation du tapis roulant, il est essentiel que la surface de course soit optimisée

Alignement:

Placez l'appareil sur le plancher plat. Démarrez l'appareil à vitesse moyenne (dans l'engrenage 5.). (Voir les illustrations suivantes)



Lorsque la surface de roulement est plus proche du côté gauche, tournez le boulon de réglage gauche dans le sens des aiguilles d'une montre avec un quart de tour, en utilisant la clé hexagonale de 6 mm.

Si la courroie de course est trop lâche et glisse:

Tournez sur les deux côtés les vis de réglage d'un quart de tour dans le sens des aiguilles d'une montre, si nécessaire, ajustez les écarts comme dans les méthodes ci-dessus.

Réglage de la courroie multi V:

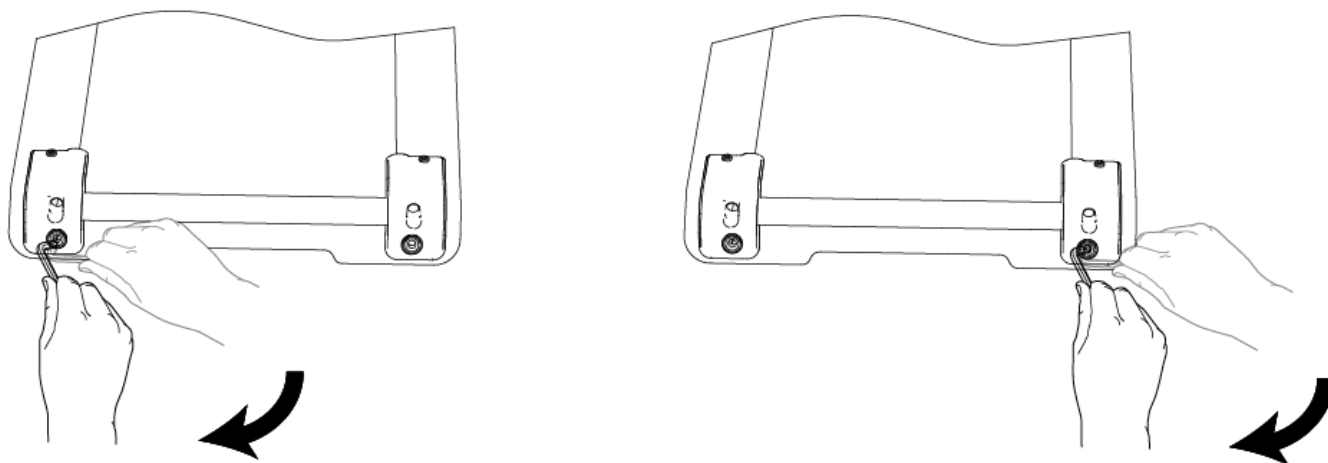
WSi vous utilisez le tapis roulant pendant une longue période, la courroie multi-V devient lâche en raison de l'abrasion. Pour assurer une utilisation sûre, vous devez effectuer un ajustement.

Si au cours de l'exercice, le phénomène dit de pause se produit, la courroie multi-V peut être trop lâche et un ajustement supplémentaire est nécessaire.

Si la courroie peut fonctionner librement, l'étanchéité est appropriée.

Si la courroie de course est arrêtée, mais la courroie multi-V et le rouleau fonctionnent toujours, cela indique que la courroie de course est lâche et que des ajustements appropriés doivent être effectués pour assurer une utilisation sûre.

Si vous remarquez que la courroie de course et la courroie multi-V sont arrêtées, mais le moteur fonctionne toujours, cela indique que la courroie multi-V est lâche et que des ajustements appropriés doivent être effectués pour assurer une utilisation sûre.



10. DÉPANNAGE GÉNÉRAL

Problème	Raison	Solution
L'appareil ne démarre pas	Pas d'alimentation électrique, ou le commutateur est sur "off". La protection contre le surintensité du tapis de course n'est pas connectée.	Branchez l'alimentation et allumez l'appareil. Connectez la protection contre le surintensité.
La surface de course est glissante	La surface de course n'est pas stable.	Réglez la surface de course conformément à la section 8. Entretien.
La surface de course n'est pas au centre	La surface de course n'est pas ajustée correctement	Ajustez la surface de course au centre.
Vous entendez des bruits étranges	L'axe de rotation nécessite de la graisse. Les vis sont mal serrées	Appliquez de la graisse sur l'axe de rotation. Serrez les vis appropriées
Court circuit ou endommagement du câble d'alimentation sur le panneau de commande supérieur	Le câble d'alimentation sur le panneau de commande supérieur est endommagé.	Remplacez le panneau de commande inférieur.

11. EXERCICE D'ÉTIREMENT

Peu importe comment vous pratiquez le sport, Veuillez faire quelques étirements avant de commencer votre entraînement, le muscle chaud s'étendra facilement, donc réchauffez vous durant 5-10minutes, nous suggérons l'exercice d'étirement suivant : 5 fois ,10 comptes pour chaque fois ou plus, faire ces exercices à nouveau après le sport.

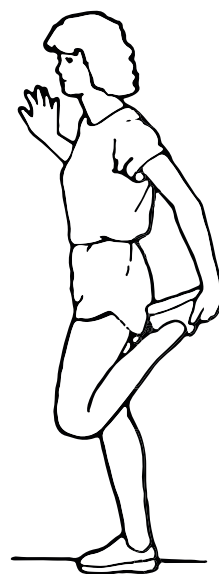
ETIREMENT DU QUADRICEPS

D'une seule main contre un mur pour l'équilibre, essayez d'atteindre votre derrière et étendez votre pied droit. Apportez votre talon aussi près que possible de vos fesses. Comptez 15 fois et répétez avec le pied gauche.



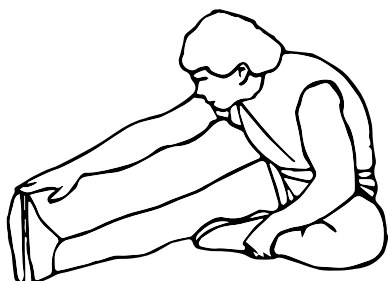
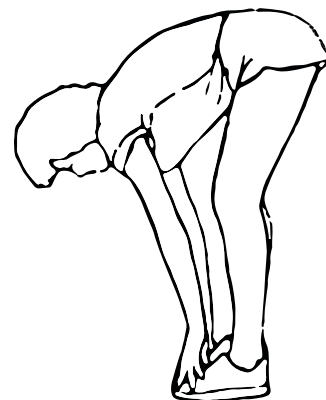
ETIREMENT DE LA CUISSE

Asseyez-vous avec les plantes de vos pieds ensemble et vos genoux pointant vers l'extérieur. Tirez vos pieds aussi près de votre aine que possible. Poussez doucement vos genoux vers le sol. Comptez 15 fois.



TOUCHEZ VOS ORTEILS

Penchez-vous lentement vers l'avant de votre taille, laissez votre dos et vos épaules se détendre pendant que vous vous étirez vers vos orteils. Essayez d'atteindre votre orteil et comptez 15 fois.

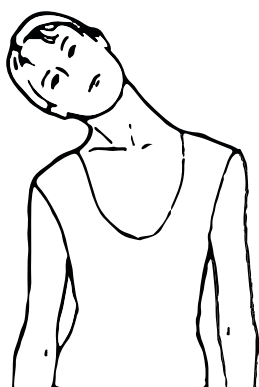
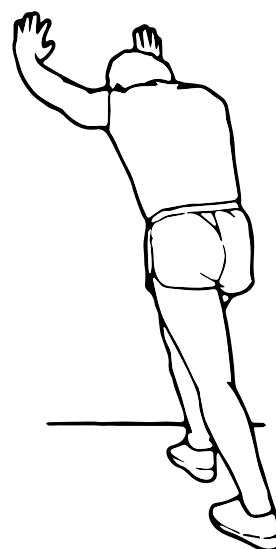


ETIREMENT DU TENDON

Etendez votre jambe droite. Reposez la plante de votre pied gauche contre votre cuisse droite. Étirez-vous vers le haut de votre pied. Comptez 15 fois. Détendez-vous, puis répétez avec la jambe gauche.

ETIREMENT DU MOLLET/TENDON

Penchez-vous contre un mur avec votre jambe gauche devant la droite et vos bras vers l'avant. Gardez votre jambe droite droite et le pied gauche sur le sol, puis pliez la jambe gauche et penchez-vous vers l'avant en déplaçant vos hanches vers le mur. Puis répétez de l'autre côté 15 fois.

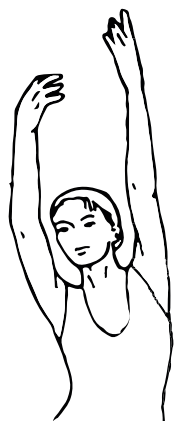


ROULER LA TÊTE

Tournez la tête vers la droite une fois, en étirant le côté gauche de votre cou, puis faites pivoter votre tête en arrière une fois, étirez votre menton jusqu'au plafond et laissez votre bouche ouverte. Faites pivoter votre tête vers la gauche une fois, puis inclinez votre tête sur votre poitrine une fois.

EPAULE ELEVATION

Levez votre épaule droite vers votre oreille une fois. Ensuite, levez votre épaule gauche une fois en abaissant votre épaule droite.



ETIREMENT DES CÔTES

Ouvrez vos bras sur le côté et levez-les jusqu'à ce qu'ils soient au-dessus de votre tête. Atteignez votre bras droit aussi loin que possible sur le plafond une fois. Répétez cette action avec votre bras gauche.



Directive européenne n° 2002/96/EG relative aux déchets

Ne jeter en aucun cas l'appareil avec les ordures ménagères. Ne disposez de l'appareil que dans les décharges publiques (Gestion des déchets communaux de la ville). Pour leur élimination respectez les réglementations en vigueur locales. Renseignez-vous à la mairie ou à la commune de votre ville sur les possibilités offertes pour éliminer votre appareil correctement et en respectant l'environnement.



Batteries / Accumulateur

Selon l'ordonnance des Piles, Vous comme consommateur, vous devez apporter les piles et accumulateurs usagés à un point de collecte. Il est interdit par la loi de les jeter dans les ordures ménagères habituelles.

Le symbole de la poubelle barrée marqué sur chaque pile ou accumulateurs signifie qu'il ne faut pas les jeter dans la poubelle classique. Près de ce symbole, vous trouverez aussi un symbole qui indique les métaux lourds utilisés. Ces métaux lourds nécessitent une élimination écologiquement rationnelle, donc vous comme consommateur, vous devez apporter les piles et accumulateurs usagés à un point de collecte le plus proche. Renseignez-vous, en cas de doute, à la mairie ou à la commune de votre ville sur les possibilités offertes pour élimination correcte et qui respecte l'environnement.



Chaîne du recyclage

Les matériaux d'emballage peuvent être transportés vers le cycle des matières premières. La disposition des matériaux d'emballage, conformément aux dispositions légales. Les informations peuvent être récupérées à partir des systèmes de retour ou de collections.

EC-Declaration of Conformity / EG-Konformitätserklärung

We / Wir, Innovamaxx GmbH Potsdamer Platz 11, 10785 Berlin, Germany

declare under our sole responsibility that the following product erklären in alleiniger Verantwortung,
dass das weiter unten genannte Produkt

type of product / Geräteart trade	:	Motorized Treadmills
name / Handelsbezeichnung	:	Treadmill DeskFit200
trade mark / Handelsmarke	:	Sportstech
model / Modell	:	DeskFit200

meets the essentials requirements of the following EC Directives: die grundlegenden Anforderungen der
aufgeführten EG Richtlinien erfüllt:

- | | |
|---|--|
| 1. EMC Directive 2014/30/EU | EN 957-6:2010+A1:2014 |
| EN 55014-1:2006+A1:2009+A2:2011;
EN 61000-3-2:2014;
EN 61000-3-3:2013;
EN 55014-2:1997+A1:2001+A2:2008 | 5. Radio Equipment Directive
2014/53/EU |
| 2. Low Voltage Directive 2014/35/EU | ETSI EN 300 328 V2.1.1 (2016-11);
ETSI EN 301 489-1 V2.2.0: 2017-03;
ETSI EN 301 489-17 V3.2.0: 2017-03;
EN 55032:2015;EN55024:2010+A1:2015;
EN61000-3-2:2014;
EN61000-3-3:2013;
EN 60950-1:2006+A11:2009+A1:2010+A12
:2011+A2:2013;
EN 62479:2010 |
| 3. Machinery Directive 2006/42/EC | 6. RoHS Directive 2011/65/EU |
| EN ISO 12100: 2010 | |
| 4. General Product Safety Directive
2001/95/EC
EN ISO 20957-1:2013 | |

Authorisation for technical file compilation:

Name / Name: Ali Ahmad (CEO/Geschäftsführer)

Address / Anschrift: InnoVaMaxx GmbH, Potsdamer Platz 11, 10785 Berlin, Germany

01.03.18

Date / Datum



Signature / Unterschrift

MANUALE D'USO

ITALIANO

Il nostro **Video Tutorial** per te!

Montaggio
Utilizzo
Smontaggio



3 semplici passaggi per un inizio veloce e sicuro:

1. Scannerizza il QR-Code
2. Guarda il Video
3. Inizia ad allenarti!



Link per il Video:
www.sportstech.de/qr/deskfit200.html

Gentile cliente,

Siamo lieti che abbiate scelto un dispositivo della gamma SPORTSTECH. Con le attrezzature sportive di SPORSTECH potrete usufruire della più alta qualità e della più recente tecnologia.

Per sfruttare a pieno il potenziale del dispositivo e poterlo utilizzare per molti anni, raccomandiamo di leggere attentamente questo manuale prima di iniziare l'allenamento e di utilizzare il dispositivo seguendo le istruzioni. La sicurezza e la funzionalità del dispositivo possono essere garantite solo se vengono rispettate le disposizioni legali sulla sicurezza generale e per la prevenzione degli incidenti nonché le istruzioni di sicurezza contenute nel presente manuale d'uso. Non ci assumiamo alcuna responsabilità per i danni derivanti da un uso improprio o da un uso errato del dispositivo.



Assicurarsi che tutte le persone che utilizzano il dispositivo abbiano letto e compreso il manuale dell'utente.

Tenere il manuale dell'utente in un luogo sicuro per potervi accedere in qualsiasi momento, ove necessario.

Salvo errori e modificazioni.

INDICE

1. Informazioni importanti sulla sicurezza	101
2. Istruzioni per l'uso	102
3. Elenco delle parti	103
4. Dotazione di fornitura.....	105
5. Installazione del telecomando	106
6. Installazione degli accessori (opzionale)	107
7. Software applicativo (App)	112
8. Manutenzione.....	114
9. Risoluzione dei problemi generali	117
10. Esercizi di stretching	117

1. INFORMAZIONI IMPORTANTI SULLA SICUREZZA



Queste informazioni generali sulla sicurezza devono essere sempre rispettate quando si utilizza questo prodotto. Leggere tutte le istruzioni prima di utilizzare il prodotto.

Conservare questo manuale per un futuro riferimento.

1. Prima di iniziare l'assemblaggio e l'utilizzo del nuovo tapis roulant, leggere attentamente il manuale di istruzioni per comprendere le informazioni fornite. La corretta installazione, manutenzione e utilizzo del tapis roulant è importante per assicurare un allenamento più sicuro ed efficace.
2. Assicurarsi che l'attrezzatura sia stata assemblata in base alle istruzioni di montaggio.
3. Se hai più di 45 anni, hai problemi di salute o questo è il tuo primo allenamento da più di 12 mesi, ti preghiamo di consultare il medico o uno specialista prima di iniziare l'allenamento.
4. Il peso massimo per utente è di 110 Kg
5. Se si verifica uno dei seguenti sintomi: mal di testa, rigidità del torace, battito cardiaco irregolare, fiato corto, vertigini, nausea o dolore muscolare o articolare, interrompere immediatamente l'allenamento e consultare il proprio medico curante.
6. Assicurarsi che i bambini piccoli e gli animali domestici siano tenuti lontani dal dispositivo per evitare danni. Il dispositivo è destinato esclusivamente all'utilizzo da parte degli adulti.
7. Il dispositivo deve essere posizionato su una superficie solida e almeno a 0,5 metri da altri oggetti.
8. Prima di utilizzare il dispositivo, controllare che tutti i dadi e bulloni del tapis roulant siano fissati saldamente.
9. Non posizionare il tapis roulant in ambienti o aree esposte ad alti livelli di umidità, ad esempio all'esterno, nei pressi di piscine coperte riscaldate, di garage o di locali non isolati.
10. Si consiglia vivamente di indossare abbigliamento e calzature appropriati per la propria comodità personale quando si utilizza il tapis roulant.
11. Il tapis roulant non è adatto per essere utilizzato come dispositivo medico.

12. Posizionare il tapis roulant su una superficie piana e pulita, vicino ad una presa a muro funzionante. Si consiglia di posizionare una stuoia in gomma per proteggere il pavimento.
13. Per la propria sicurezza, non avviare mai il dispositivo stando in piedi sul nastro mobile. Mettere entrambi i piedi sui binari ai lati del nastro e premere il pulsante Start. Aumentare la velocità gradualmente fino a raggiungere quella desiderata prima di salire sul nastro.
14. Il coperchio del motore non deve mai essere rimosso durante l'uso. Un elettricista qualificato deve essere presente durante tutti i lavori di manutenzione. Scollegare sempre il cavo di alimentazione se la copertura deve essere rimossa per motivi di manutenzione.
15. I bambini piccoli devono essere tenuti lontani dal tapis roulant durante l'uso per evitare rischi di lesioni e sicurezza.
16. Si raccomanda di non saltellare sul dispositivo, soprattutto mentre è in funzione.

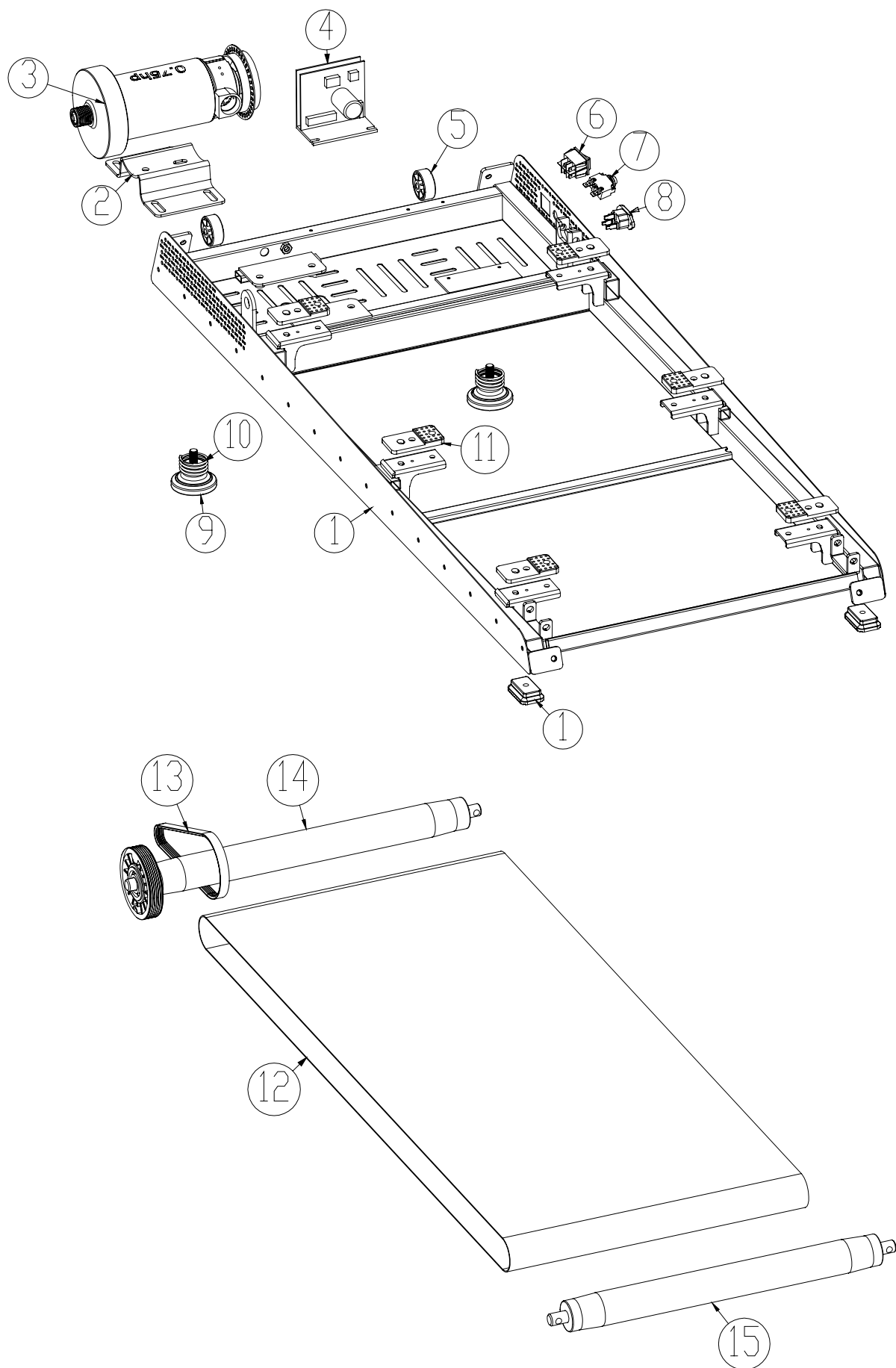
2. ISTRUZIONI PER L'USO

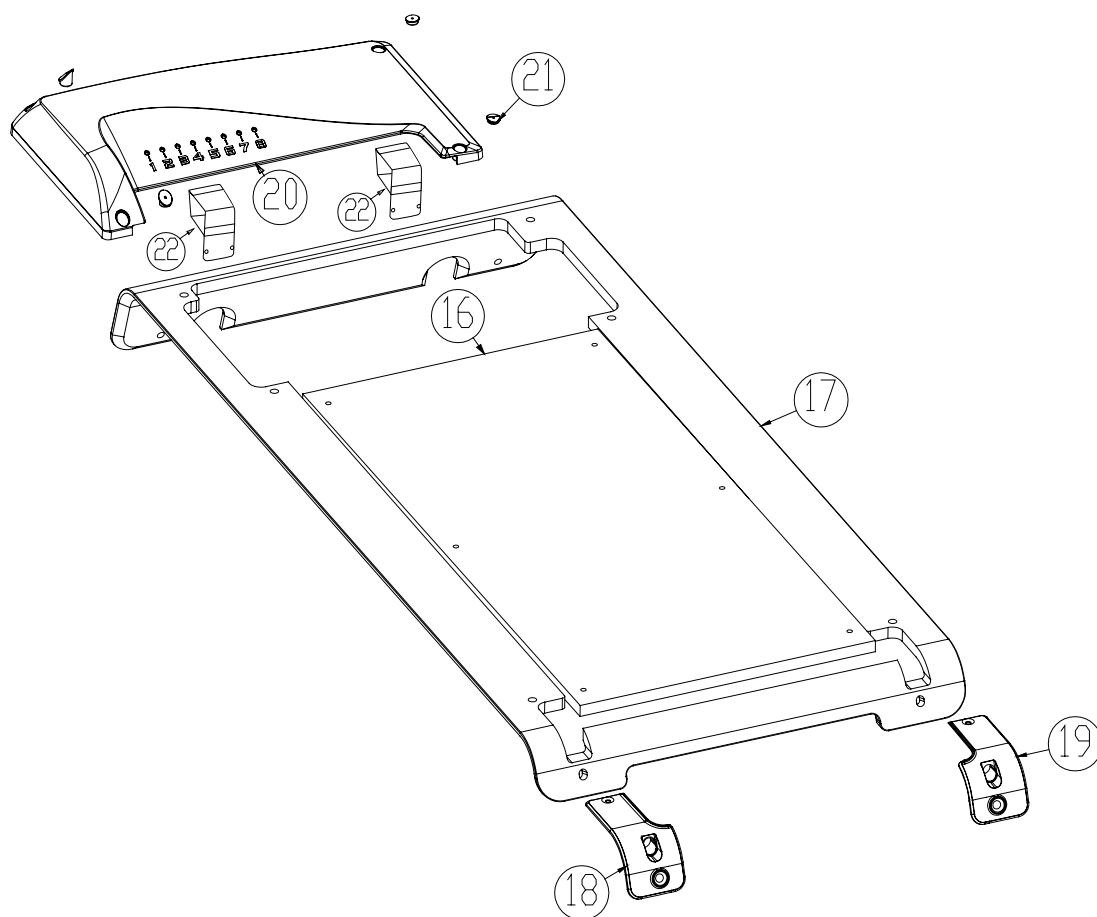
È importante tenere il telecomando in mano quando si utilizza il DeskFit200 per assicurarsi di poter arrestare in qualsiasi momento il dispositivo in caso di emergenza.

Durante l'allenamento sul tapis roulant, concentrarsi sul guardare dritto davanti a sé e non verso i piedi per evitare qualsiasi rischio di scivolamento o caduta. Aumentare la velocità gradualmente dando la possibilità al corpo di adattarsi prima di effettuare ulteriori regolazioni di velocità.

Una volta che è stata completata l'installazione del tapis roulant e il coperchio del motore è stato fissato saldamente, è possibile collegare il cavo di alimentazione. Si consiglia di utilizzare un cavo di alta qualità con protezione contro le sovratensioni.

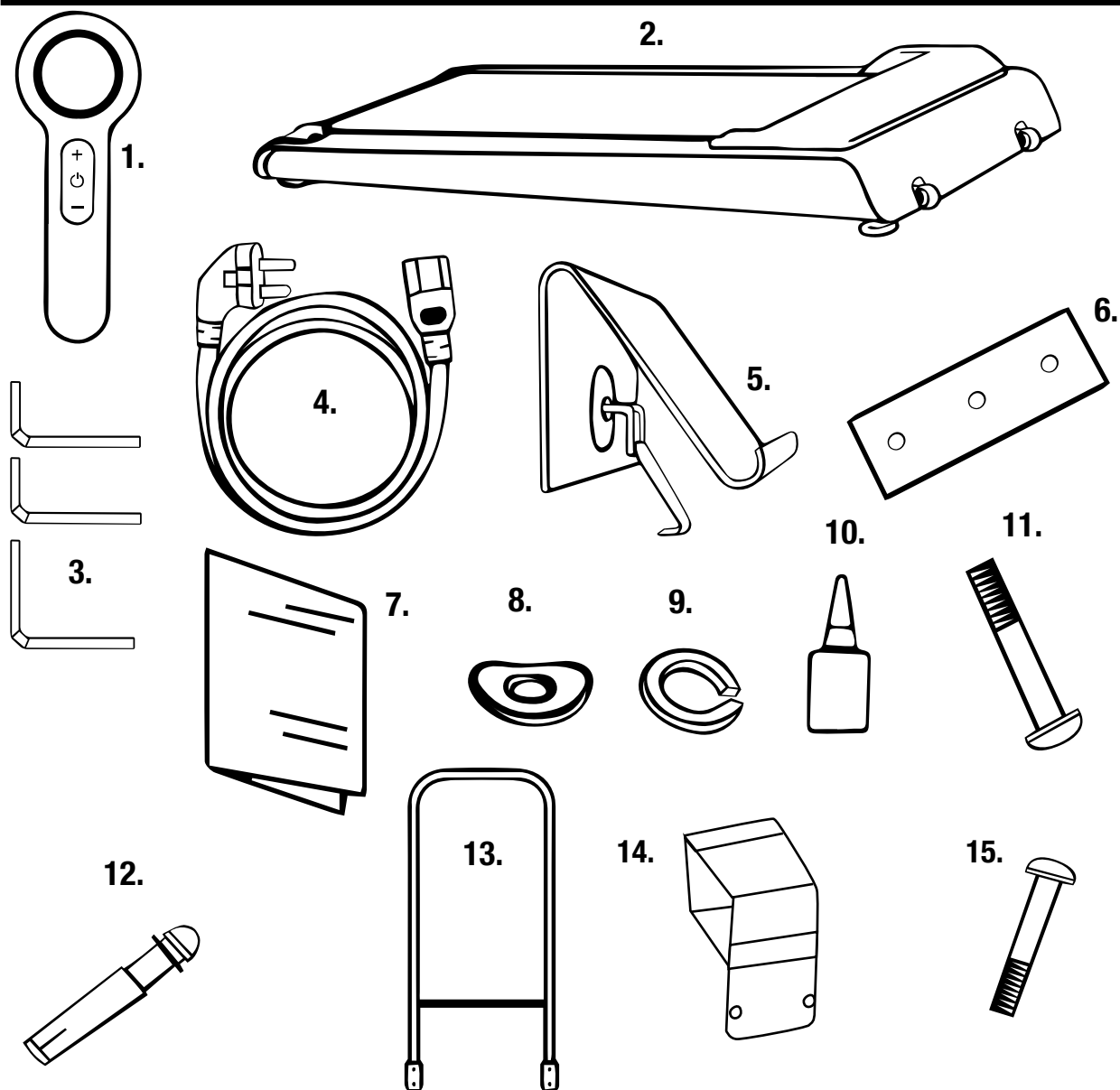
3. ELENCO DELLE PARTI





Num.	Descrizione	Quantità
1	Telaio principale	1
2	Telaio di montaggio	1
3	Motore	1
4	Regolatore	1
5	Ruota	2
6	Interruttore d'accensione	1
7	Protezione da sovraccarico	1
8	Presa di corrente	1
9	Supporto	2
10	Molla	2
11	Spinotto gommato	6
12	Superficie scorrevole	1
13	Cintura	1
14	Rullo anteriore	1
15	Rullo posteriore	1
16	Pedana	1
17	Telaio in legno	1
18	Staffa angolare protettiva sinistra	1
19	Staffa angolare protettiva destra	1
20	Copertura per motore	1
21	Presa	4
22	Piedi di appoggio	2

4. DOTAZIONE DI FORNITURA

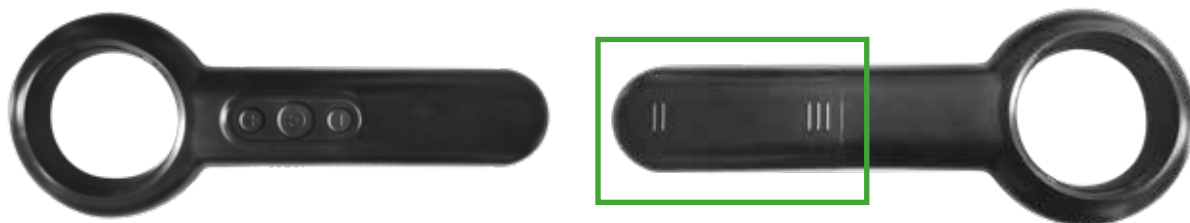


Num.	Descrizione	Quantità
1	Telecomando	1
2	Nastro	1
3	Utensili	1
4	Cavo di alimentazione	1
5	Supporto per tablet	1
6	Nastro adesivo fronte-retro	1
7	Manuale	1
8	Rondella	4
9	Spreng	4
10	Olio lubrificante	1
11	Vite M8	4
12	Vite ad espansione M6	2
13	Impugnatura (opzionale)	1
14	Piedi di appoggio	2
15	M6*15 Vite	4

5. INSTALLAZIONE DEL TELECOMANDO

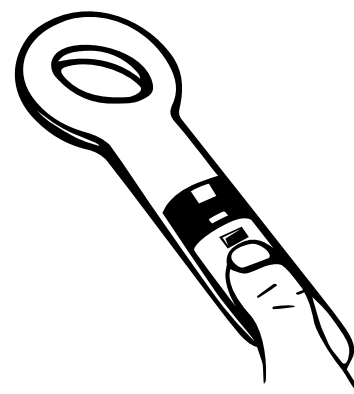
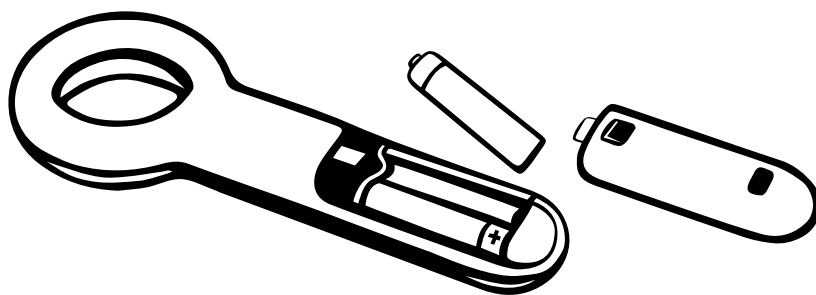
È importante tenere il telecomando in mano quando si utilizza il DeskFit200 per assicurarsi di poter arrestare in qualsiasi momento il dispositivo in caso di emergenza.

Come mostrato nelle seguenti immagini, inserire due batterie Micro AAA (1.5V) nel telecomando.



+ Accelerare del tapis roulant - Rallentare del tapis roulant

⏻ Interruttore ON / OFF



6. UTILIZZARE IL TELECOMANDO

Il telecomando utilizza un controllo radio 2.4G. Connetti il telecomando al tuo dispositivo, in modo tale che non interferisca con altri tapis roulant.

Come connettere il tuo telecomando:

1. Connetti il tapis roulant e accendilo. I LED si accenderanno dopo un lungo squillo.
2. Premi i pulsanti [SPEED +] e [SPEED -] sul telecomando contemporaneamente, rilasciare pulsanti fino a quando la lampada rossa e quella verde si accendono alternatamente. Ora sentirai due suoni e i led si spegneranno. Il telecomando e il tapis roulant sono connessi.

Funzioni dei pulsanti:

1. SPEED +: Aumenta la velocità.
2. SPEED -: Diminuisce la velocità.
3. START / STOP:

Funzione start: In modalità standby, premere il pulsante START/STOP per avviare il tapis roulant.

Funzione stop: Premere il pulsante START/STOP per circa 3 secondi per fermare direttamente il tapis roulant.

Funzione pausa: Premere brevemente il pulsante START/STOP una volta per mettere in pausa il tapis roulant. Il dispositivo continua a registrare i dati.

Funzione di stop rapido: Premere START/STOP 3 volte per fermare istantaneamente il tapis roulant.

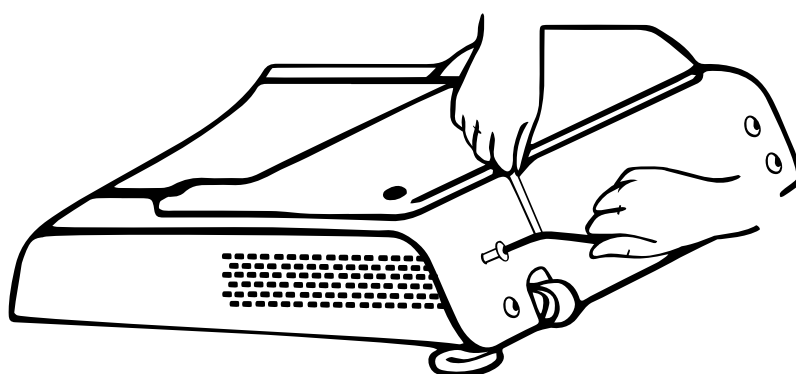
Risoluzione dei problemi:

1. Per testare se il telecomando è connesso al tapis roulant, premere il pulsante "SPEED +" o "SPEED" una volta. Sarà eseguito un suono. Se si sente solo un suono, la connessione è stabile. Se il suono viene eseguito due volte, c'è un errore di connessione. Se non si sente alcun suono, riconnettere il telecomando al dispositivo come descritto sopra.
2. Se il telecomando è connesso con successo ma non funziona, disconnettere il tapis roulant dall'alimentazione. Quindi ripetere il processo di connessione.
3. Se premi un pulsante sul telecomando e il tapis roulant non si muove nonostante il LED lampeggiante, cambia le batterie del telecomando.

7. INSTALLAZIONE DEGLI ACCESSORI (OPZIONALE)

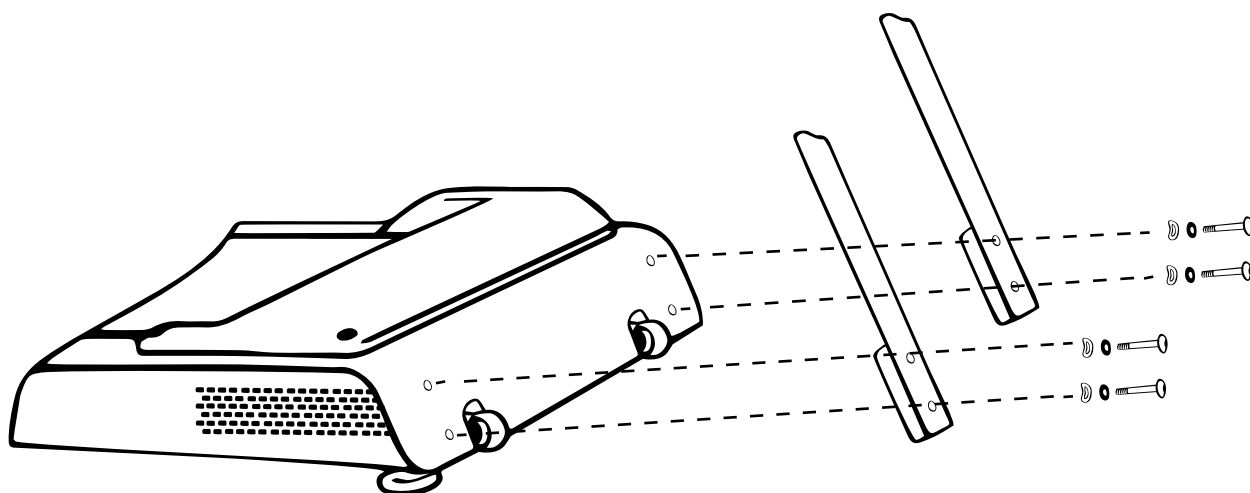
L'impugnatura non è inclusa e può essere acquistata separatamente.

Per installare l'impugnatura, seguire questi 3 passaggi



Fase 1.

Rimuovere le 4 viti sulla parte anteriore del dispositivo utilizzando la chiave esagonale da 5 mm.



Fase 2.

Fissare quindi l'impugnatura, la guarnizione circolare, la guarnizione a molla e la vite M8 sul dispositivo, come mostrato nell'immagine.

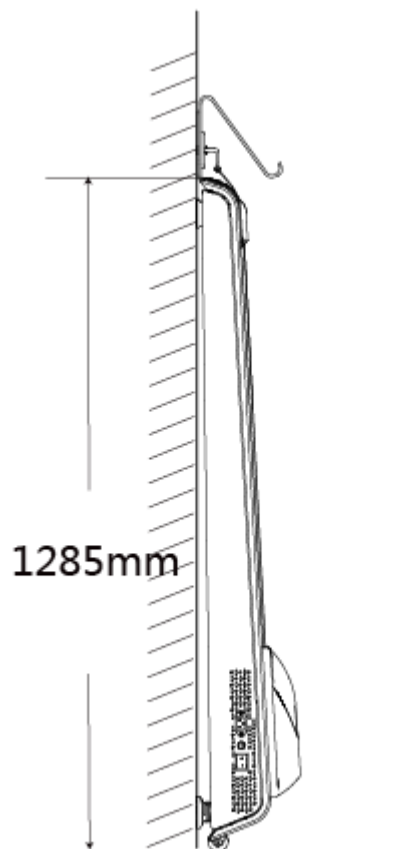


Fase 3.

Serrare quindi le viti appena rimosse.

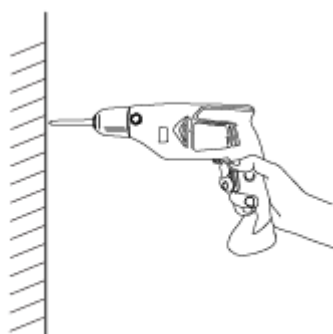
7.2 Installazione di montaggio a parete

Il supporto a parete può essere montato in due modi diversi. Fissandolo saldamente alla parete oppure utilizzando una striscia adesiva. Per l'installazione fissa sulla parete, seguire la seguente procedura:

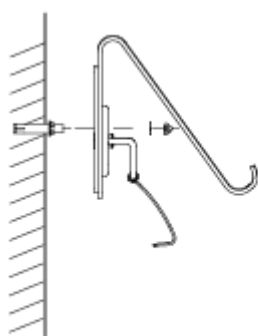


Fase 1: Trovare la posizione e l'altezza consone per l'installazione, dovrebbe trovarsi a circa 1.285 mm dal suolo. Segnare i fori da trapanare con una matita, quindi praticare i fori per le viti ad espansione.

Suggerimento: Utilizzando un'aspirapolvere, la foratura può essere eseguita senza generare un'eccessiva quantità di polvere.

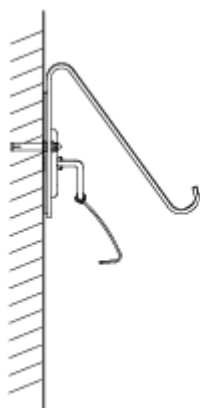


①



②

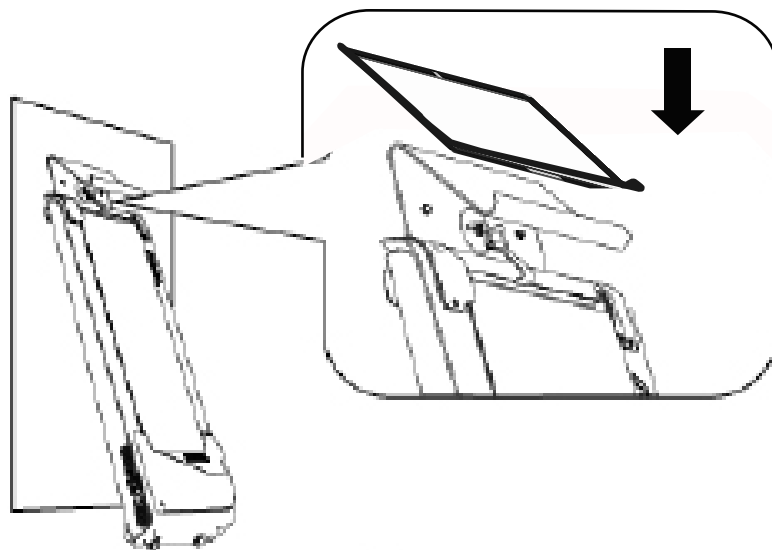
Fase 2: Provare ad inserire attentamente la vite ad espansione.



③

Fase 3: Allineare la vite ad espansione e infine serrare.

Per fissare il supporto a parete utilizzando la striscia adesiva, seguire le istruzioni riportate sopra e mettere da parte le viti ad espansione, utilizzando la striscia adesiva per risolvere il problema.



7.3 Installazione dei piedi



Step 1:

Rimuovere il rivestimento di plastica delle viti.



Step 2:

Attaccare i supporti utilizzando viti M6*15.

8. VELOCITÀ

Corso	Velocità (Km / h)
1	0.7
2	1.5
3	2.4
4	3.3
5	4.3
6	5.2
7	6.1
8	7.1

Questi valori si riferiscono a un soggetto di prova con 65 kg. Pertanto, può verificarsi una deviazione di circa il 10%.

9. SOFTWARE APPLICATIVO (APP)

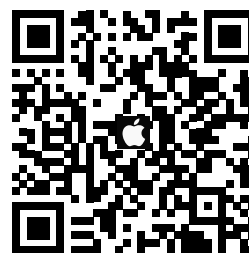
Puoi scaricare l'app "VAN Fit" utilizzando il codice QR mostrato qui.. Requisito per dispositivi mobili: Android 4.3 o versione successiva con Bluetooth 4.0, iOS 7.0 o successivo.

Innanzitutto attivare il Bluetooth sul dispositivo, quindi avviare l'applicazione e cliccare su Connetti.

Android



iOS



Android: www.sportstech.de/uploads/vanfit.apk

iOS: Puoi cercare VAN Fit nell'App Store o scaricare tramite il codice QR.

Alternativamente puoi anche scaricare l'App "Fit Van" per il tuo sistema Android.

Note sull'utilizzo dell'app:

Come utente Android, assicurati che in "Impostazioni -> Sicurezza dispositivo" sia impostato un segno di spunta sotto "Origini sconosciute".

Se un secondo utente desidera utilizzare il tapis roulant, l'APP può essere solitamente utilizzata in due modi:

1. L'utente deve disconnettersi dall'APP, quindi il secondo utente deve accedere all'APP.
2. Spegner e riaccendere l'interruttore di alimentazione.

Connessione dell'app con il dispositivo:



Il Bluetooth deve essere attivo, quindi avviare l'applicazione 'VAN'-App.



Utilizzare il pulsante Connetti



Diverse impostazioni:

Velocità di corsa, timer, contapassi, distanziometro e consumo calorico

10. MANUTENZIONE



Avvertenza: prima della manutenzione, assicurarsi che la spina di alimentazione del tapis roulant sia stata rimossa.

Pulizia:

Rimuovere regolarmente la polvere per mantenere le parti pulite e per assicurare una lunga durata del prodotto. Assicurarsi di indossare scarpe da ginnastica pulite per evitare che la sporcizia finisca nel tapis roulant. I tapis roulant devono essere puliti con un panno umido e con un po' di sapone. Fare attenzione a non inumidire i componenti elettrici e la superficie di lavoro.

Attenzione:

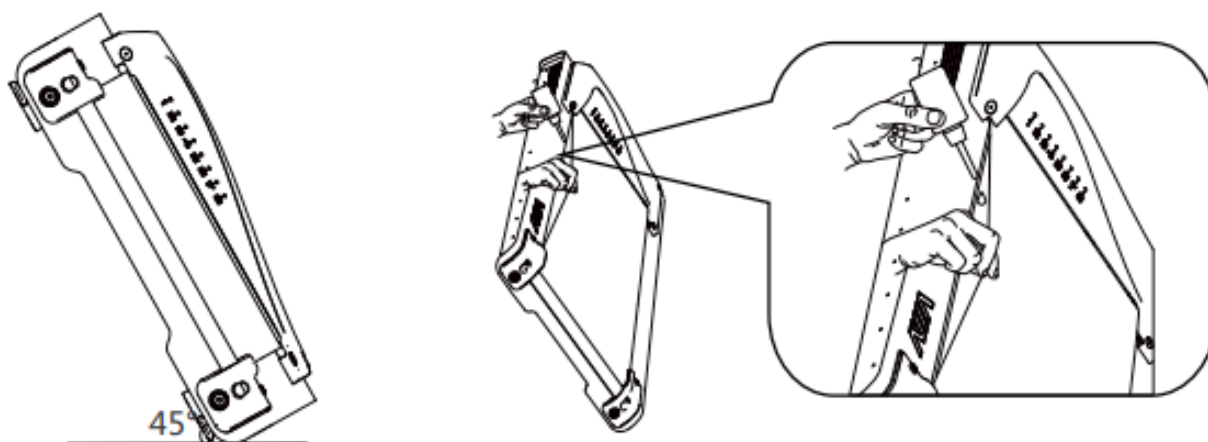
Assicurarsi che la spina di alimentazione venga estratta prima di rimuovere il coperchio del motore, pulire l'interno del dispositivo almeno una volta al mese e assicurarsi che i componenti elettrici non si bagnino.

La base e il nastro del tapis roulant elettrico sono stati lubrificati in fabbrica. L'attrito tra il nastro e la base ha un impatto significativo sulla durata del prodotto e sul rendimento del tapis roulant elettrico, quindi è necessaria un'applicazione regolare di olio lubrificante.

Applicare l'olio di silicone:

Posizionare il tapis roulant di fianco, inclinarlo di 45 °, quindi sollevare il nastro. Far sì che una piccola quantità di olio scorra nel centro della pedana, come mostrato nelle seguenti illustrazioni.

Nota: Utilizzare l'olio ecologicamente.



Se la superficie del nastro è danneggiata, si prega di contattare il nostro servizio clienti.

Si consiglia di utilizzare il lubrificante tra il nastro e la pedana in base al seguente programma:

A seconda dell'intensità d'uso:

Raro	(meno di 3 ore alla settimana):	una volta all'anno;
Regolarmente	(uso da 3 a 5 ore settimanali):	una volta ogni sei mesi;
Frequentemente	(più di 5 ore a settimana):	una volta ogni trimestre.

Per proteggere il tapis roulant in modo ottimale e prolungare la sua vita operativa, si consiglia di spegnerlo per circa 10 minuti se non lo si utilizza per un po' durante una sessione di allenamento.

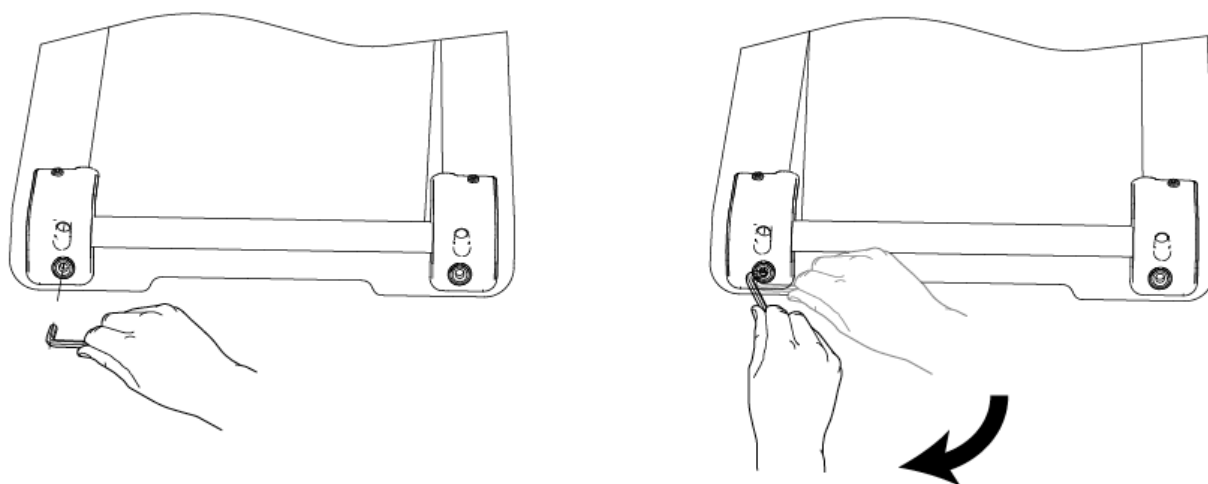
Regolazione / allineamento della superficie di corsa:

Per massimizzare l'uso del tapis roulant, è fondamentale che la superficie di lavoro sia regolata in modo ottimale.

Allineamento:

Posizionare il dispositivo su una superficie piana. Azionare il dispositivo a media velocità (a marcia 5). (Osservare le seguenti illustrazioni)

Se il nastro è più vicino al lato sinistro, ruotare il bullone di regolazione sinistro in senso orario di un quarto di giro, usando la chiave esagonale da 6 mm.



Se il nastro è più vicino al lato destro, ruotare il bullone di regolazione sinistro in senso antiorario di un quarto di giro, utilizzando la chiave esagonale da 6 mm.

Se il nastro è troppo allentato e scivoloso:

ruotare le viti di regolazione su entrambi i lati di un quarto di giro in senso orario, se necessario, regolare le divergenze seguendo i metodi di cui sopra.

Regolazione della cinghia a V:

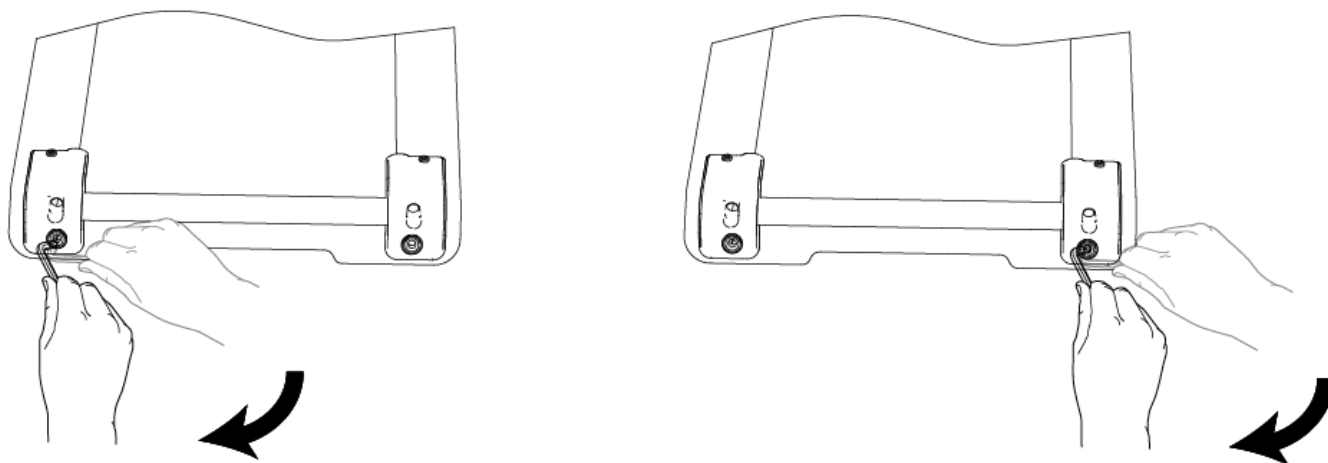
Se si utilizza il tapis roulant per molto tempo, la cinghia a V si allenta a causa dell'abrasione. Per garantire un uso sicuro, è necessario effettuare un adeguamento.

Se durante l'esecuzione si verifica il cosiddetto fenomeno di pausa, la cinghia a V potrebbe essere troppo allentata, ed è necessaria un'ulteriore regolazione.

Se il nastro funziona liberamente, la tensione è appropriata

Se il nastro è bloccato, ma la cinghia a V e il rullo continuano a funzionare, questo indica che il nastro è allentato e devono essere apportate adeguate regolazioni per garantirne un utilizzo sicuro.

Se si nota che il nastro e la cinghia a V sono bloccati, ma il motore è ancora in funzione, questo indica che la cinghia a V è allentata e occorre apportare adeguate misure per garantirne un uso sicuro.



11. RISOLUZIONE DEI PROBLEMI GENERALI

Problema	Motivo	Soluzione
Il dispositivo non si avvia	Non c'è alimentazione o l'interruttore è su " OFF ". La protezione contro i sovraccarichi di corrente del tapis roulant non è collegata.	Collegare l'alimentazione elettrica e accendere il dispositivo. Collegare la protezione contro sovraccarichi.
La superficie di corsa sta scivolando	La superficie di corsa è allentata.	Regolare la superficie di corsa secondo la sezione 8. Manutenzione.
La superficie di corsa è decentrata	La superficie di corsa non è regolata correttamente.	Regolare la superficie di lavoro affinché sia ben centrata.
Si sente uno strano rumore	L'asse di rotazione richiede lubrificazione. Le viti sono allentate	Applicare il lubrificante all'asse di rotazione. Serrare le viti necessarie
Un cortocircuito o danneggiamento del cavo di alimentazione sul pannello di controllo superiore	Danneggiamento del cavo di alimentazione sul pannello di controllo superiore.	Sostituire il pannello di controllo inferiore.

12. ESERCIZI DI STRETCHING

Non importa la ragione per cui fai sport, fai in modo di fare sempre esercizi di stretching prima di cominciare. Il muscolo riscaldato si allungherà facilmente, quindi scaldati con degli esercizi per 5-10 minuti. Ti suggeriamo di eseguire i seguenti esercizi cinque volte conta fino a dieci ogni volta o anche più a lungo quando ripeti l'esercizio dopo aver praticato sport.

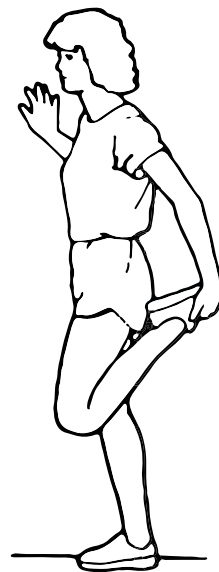
STRETCHING DEI QUADRICIPITI

Con una mano contro un muro per mantenere l'equilibrio, andare verso l'indietro e sollevare il piede destro verso l'alto. Portare il tallone più vicino alle natiche possibile. Trattenere per 15 conteggi e ripetere con il piede sinistro.



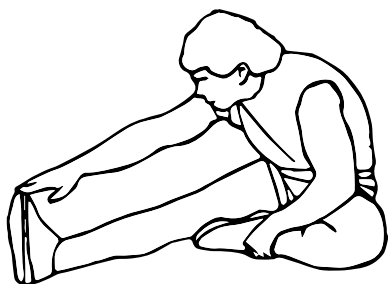
STRETCHING INTERNO COSCIA

Sedersi con le soles dei piedi unite e le ginocchia che puntano verso l'esterno. Avvicinare i piedi all'inguine il più possibile. Spingere delicatamente le ginocchia verso il pavimento. Trattenere per 15 conteggi.



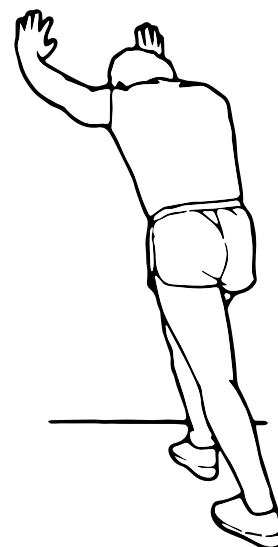
TOCCARE LE PUNTE

Lentamente, piegarsi in avanti dalla vita, rilassare le spalle e la schiena mentre ci si allunga verso le dita dei piedi. Allungarsi quanto più possibile e trattenere la posizione per 15 conteggi.



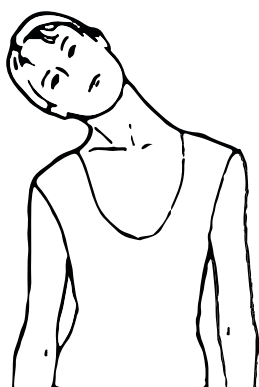
STRETCHING DEI TENDINI

Stendere la gamba destra. Riposare la suola del piede sinistro contro la coscia interna destra. Allungarsi verso il tuo piede per quanto possibile. Trattenere per 15 conteggi. Rilassarsi e ripetere con la gamba sinistra.



STRETCHING POLPACCIO/TALLONE

Appoggiarsi contro un muro con la gamba sinistra di fronte alla destra e le braccia in avanti. Mantenere la gamba destra dritta e il piede sinistro sul pavimento; poi piegare la gamba sinistra e sporgersi in avanti spostando i fianchi verso la parete. Trattenere la posizione, poi ripetere dall'altra parte per 15 conteggi.

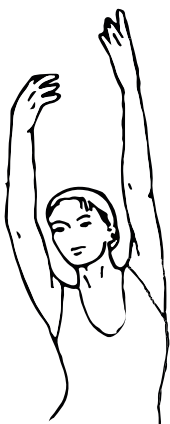


RULLI PER LA TESTA

Ruotare la testa a destra, fino a sentir allungare il lato sinistro del collo, poi ruotare la testa indietro, allungando il mento verso il soffitto e aprendo la bocca. Ruotare la testa a sinistra, quindi abbassare la testa verso il petto per un conteggio.

SOLLEVAMENTO SPALLE

Sollevare la spalla destra verso l'orecchio. Quindi sollevare la spalla sinistra abbassando la spalla destra.



STRETCHING LATERALE

Aprire le braccia verso il lato e sollevarle fino a quando non si trovano sopra la testa. Allungare il braccio destro fino al soffitto quando più possibile e trattenere. Ripetere questa azione con il braccio sinistro.





Direttive Europee 2002/96/EG per lo smaltimento

Non gettare mai il tuo attrezzo sportivo nell'immondizia normale. Smaltisci l'attrezzo solo tramite un sistema locale o approvato. Tieni in conto le regole applicabili correntemente. Se hai dubbi contatta le autorità locali per informazioni circa le opzioni per uno smaltimento corretto ed ecosostenibile.



Batterie / Batterie ricaricabili

In accordo con il regolamento per le batterie, sei obbligato legalmente a ritornare tutte le batterie usate ed esaurite. Smaltire le batterie nell'immondizia regolare è proibito dalla legge.

Sulla maggior parte delle batterie troverai il simbolo che ti ricorderà della legge in vigore. Oltre a questo simbolo ci sono solitamente informazioni riguardo ai metalli pesanti contenuti. Questi metalli pesanti richiedono un preciso smaltimento ecosostenibile. Sei obbligato legalmente a consegnare le batterie esaurite presso il punto di raccolta della tua città o presso un esercizio commerciale.

Se hai dubbi contatta le autorità locali per informazioni circa le opzioni per uno smaltimento corretto ed ecosostenibile.



Riciclaggio dei rifiuti

Il materiale di imballaggio può essere trasportato di nuovo al ciclo delle materie prime. Smaltire il materiale di imballaggio in conformità alle disposizioni di legge. Le informazioni possono essere recuperate dai sistemi di ritorno o di raccolta della vostra comunità.

EC-Declaration of Conformity / EG-Konformitätserklärung

We / Wir, Innovamaxx GmbH Potsdamer Platz 11, 10785 Berlin, Germany

declare under our sole responsibility that the following product erklären in alleiniger Verantwortung,
dass das weiter unten genannte Produkt

type of product / Geräteart trade	:	Motorized Treadmills
name / Handelsbezeichnung	:	Treadmill DeskFit200
trade mark / Handelsmarke	:	Sportstech
model / Modell	:	DeskFit200

meets the essentials requirements of the following EC Directives: die grundlegenden Anforderungen der
aufgeführten EG Richtlinien erfüllt:

- | | |
|---|--|
| 1. EMC Directive 2014/30/EU | EN 957-6:2010+A1:2014 |
| EN 55014-1:2006+A1:2009+A2:2011;
EN 61000-3-2:2014;
EN 61000-3-3:2013;
EN 55014-2:1997+A1:2001+A2:2008 | 5. Radio Equipment Directive
2014/53/EU |
| 2. Low Voltage Directive 2014/35/EU | ETSI EN 300 328 V2.1.1 (2016-11);
ETSI EN 301 489-1 V2.2.0: 2017-03;
ETSI EN 301 489-17 V3.2.0: 2017-03;
EN 55032:2015;EN55024:2010+A1:2015;
EN61000-3-2:2014;
EN61000-3-3:2013;
EN 60950-1:2006+A11:2009+A1:2010+A12
:2011+A2:2013;
EN 62479:2010 |
| 3. Machinery Directive 2006/42/EC | 6. RoHS Directive 2011/65/EU |
| EN ISO 12100: 2010 | |
| 4. General Product Safety Directive
2001/95/EC
EN ISO 20957-1:2013 | |

Authorisation for technical file compilation:

Name / Name: Ali Ahmad (CEO/Geschäftsführer)

Address / Anschrift: InnoVaMaxx GmbH, Potsdamer Platz 11, 10785 Berlin, Germany

01.03.18

Date / Datum



Signature / Unterschrift

Verkauf durch / Distributed by / Distribuido por / Distribué / Distribuito da

InnovaMaxx GmbH
Potsdamer Platz 11
10785 Berlin



+49 30 220 663 569



service@innovamaxx.de



<http://www.sportstech.de>