

M8

Laufband
Treadmill
Tapis de course
Tapis roulant
Cintas de correr



Benutzerhandbuch **DEU**

User manual **ENG**

Manuel d'utilisation **FRA**

Manuale di istruzioni **ITA**

MAXXUS[®]

Index

Index	2
Sicherheitshinweise	3
Geräteübersicht	4
Lieferumfang	5
Montage	6 - 9
Netzanschluss	10
Sperrfunktion	10
Transport	11
Safety Key	12
Sicherheitsabstand	12
Verhalten im Notfall	12
Wartung & Pflege	13 - 16
Cockpit	17 - 21
Herzfrequenzmessung	22 - 23
Trainingsempfehlungen	24 - 25
Technische Details	26
Entsorgung	26
Empfohlenes Zubehör	26
Explosionszeichnung	27
Teilleiste	28 - 29
Gewährleistung	30
Serviceantrag	31

Version 1.0

© 2019 by MAXXUS Group GmbH & Co. KG
Alle Rechte vorbehalten / All rights reserved

Die Verwertung der Texte und Bilder, auch auszugsweise, ist ohne die schriftliche Zustimmung der MAXXUS Group GmbH & Co. KG urheberrechtswidrig und strafbar. Dies gilt auch für Vervielfältigung; Mikroverfilmung und die Verarbeitung mit elektronischen Systemen.
Irrtümer, technische und farbliche Änderungen vorbehalten. Nachdruck sowie jegliche elektronische Vervielfältigung nur mit ausdrücklich schriftlicher Genehmigung der MAXXUS Group GmbH & Co. KG.

This publication may not be reproduced, stored in retrieval system, or transmitted on whole or in part, in any form or by any means, electronic, mechanical, photocopying, recording, or otherwise, without the prior written permission of Maxxus Group GmbH & Co. KG.
Errors, colour and technical modification subject to change, reproduction as well as electronic duplication only with written permission of MAXXUS Group GmbH & Co. KG.

Bevor Sie mit dem Training beginnen, machen Sie sich bitte unbedingt mit der gesamten Bedienungsanleitung, insbesondere den Sicherheitsinformationen, den Wartungs- & Reinigungsinformationen und den Trainingsinformationen vertraut. Sorgen Sie auch dafür, dass jeder der dieses Trainingsgerät nutzt, ebenfalls mit diesen Informationen vertraut ist und diese beachtet.

Halten Sie unbedingt die Wartungs- und Sicherheitsanweisungen dieser Anleitung exakt ein.

Dieses Trainingsgerät darf ausschließlich für seinen bestimmten Einsatz genutzt werden. Zweckentfremdete Nutzung kann ein Risiko für mögliche Unfälle, Schäden der Gesundheit oder die Beschädigungen des Trainingsgerätes bewirken, für die seitens des Vertreibers keine Haftung übernommen wird.

Stromanschluss

- Es wird eine Netzspannung von 220-230V für den Trainingsbetrieb des Gerätes benötigt.
- Das Trainingsgerät darf nur mit dem im Lieferumfang enthaltenen Netzkabel an eine geerdete, mit 16 A einzeln abgesicherte und vom Fachmann installierte Steckdose angeschlossen werden.
- Das Ein- und Ausschalten des Trainingsgerät erfolgt ausschließlich über den ON/OFF-Schalter.
- Trennen Sie den Netzstecker immer von der Steckdose wenn Sie den Standort des Trainingsgerätes verändern wollen.
- Vor der Durchführung von Reinigungs-, Wartungs- oder sonstigen Arbeiten trennen Sie den Netzstecker immer von der Steckdose.
- Verzichten Sie bei der Verbindung des Netzsteckers mit einer Steckdose auf Steckdosenleisten und Kabelrollen.
- Bei der Verwendung einer Kabelverlängerung, achten Sie unbedingt darauf, dass diese den Richtlinien und Bestimmungen des VDE entspricht.
- Verlegen Sie das Netzkabel immer so, das es weder beschädigt werden kann, noch eine Stolperfalle darstellt.
- Elektrische Geräte, wie z. B. Smartphones PC, Fernseher (LCD, Plasma, Röhre, etc.), Spielkonsolen, etc. senden während deren Betrieb und im Standby-Modus elektromagnetische Strahlung aus. Halten Sie diese Geräte von Ihrem Trainingsgerät fern, da es zu Fehlfunktionen, Störungen und Falschangaben, insbesondere bei der Herzfrequenzmessung kommen kann.

Trainingsumgebung

- Wählen Sie eine Stellfläche, die Ihnen auf allen Seiten des Trainingsgerätes optimalen Freiraum und größtmögliche Sicherheit bietet. Hierbei muss die Sicherheitsfreifläche hinter dem Laufband mindestens eine Länge von 200 cm betragen und mindestens so breit wie das Laufband sein. Seitlich zum Laufband muss die Freifläche mindestens 100 cm breit und mindestens so lange wie das Laufband sein. Vor dem Laufband muss die Freifläche mindestens 50 cm lang und mindestens so breit wie das Laufband sein.
- Achten Sie auf eine gute Belüftung und optimale Sauerstoffversorgung während des Trainings. Zugluft ist hierbei zu vermeiden.
- Ihr Trainingsgerät ist nicht für eine Nutzung im Freien geeignet, deshalb ist die Lagerung und das Training mit Ihrem Gerät nur innerhalb temperierter, trockener und sauberer Räume möglich.
- Der Betrieb und die Lagerung Ihres Trainingsgerätes in Nassbereichen, wie z. B. Schwimmbädern, Saunen, etc. ist nicht möglich.
- Achten Sie darauf, dass Ihr Trainingsgerät während des Betriebes und im Ruhezustand immer auf einem befestigten, ebenen und sauberen Untergrund steht. Unebenheiten im Untergrund müssen entfernt bzw. ausgeglichen werden.
- Um empfindliche Böden, wie Holz, Lamina, Fliesen, etc. zu schonen und vor Beschädigungen wie Kratzern zu schützen, empfiehlt es sich einen Bodenschutz (Teppichstück, Matte, etc.) dauerhaft unter das Gerät zu legen. Achten Sie darauf, dass die Unterlage gegen ein mögliches Verrutschen gesichert ist.
- Stellen Sie das Trainingsgerät nicht auf helle oder weiße Teppichböden oder Teppiche, da die Standfüße des Gerätes abfärben können.
- Achten Sie darauf, dass Ihr Trainingsgerät inklusive des Netzkabels nicht mit heißen Gegenständen in Kontakt kommt und ein ausreichender Sicherheitsabstand zu sämtlichen Wärmequelle, wie z.B. Heizung, Öfen, offene Kamine, etc. eingehalten wird.

Persönliche Sicherheitshinweise für das Training

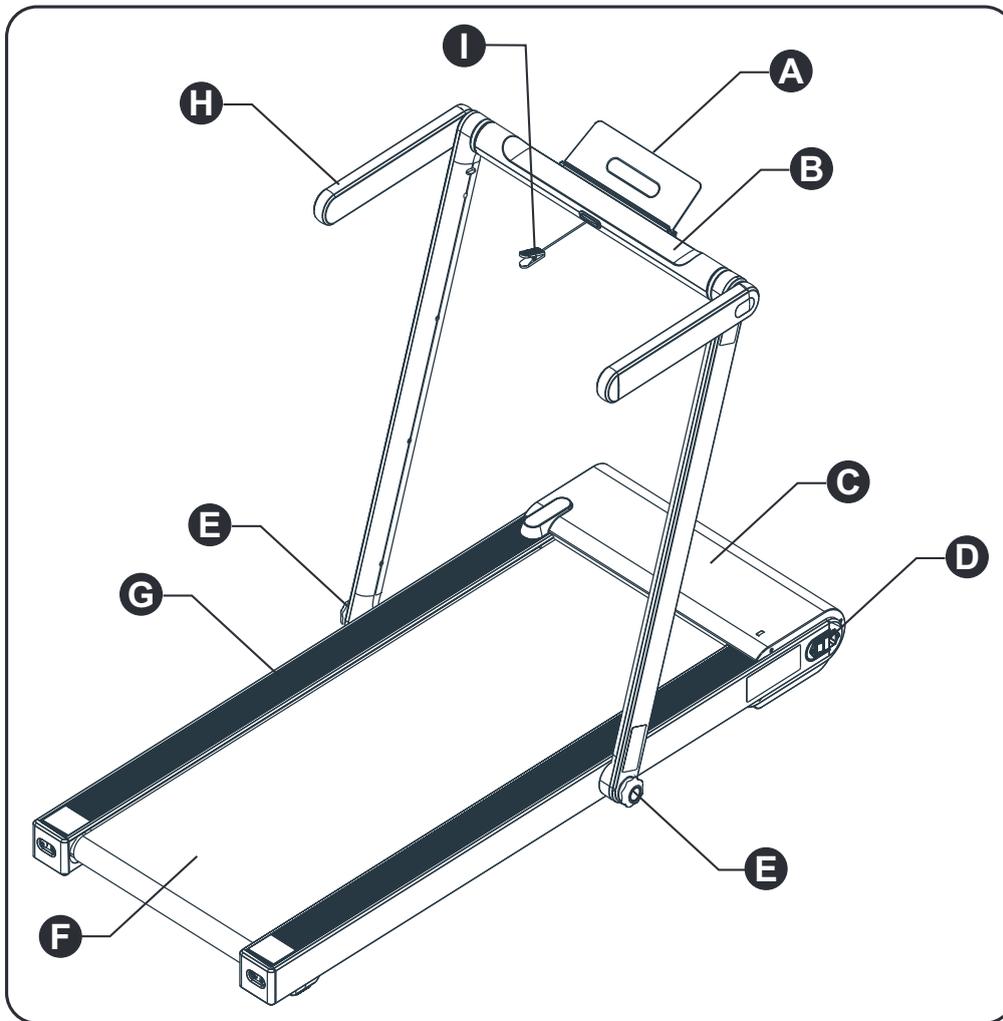
- Der Safety Key muss vor jeder Trainingseinheit korrekt angelegt werden.
- Bei Nichtbenutzung des Trainingsgerät entfernen Sie den Safety Key und (falls möglich) das Netzkabel, um so eine unsachgemäße bzw. unkontrollierte Nutzung von Dritten, wie z. B. Kindern zu verhindern.
- Sie sollten vor Beginn Ihres Trainings einen Gesundheitscheck bei Ihrem Arzt durchführen.
- Bei körperlichem Unwohlsein bzw. Atemproblemen beenden Sie das Training sofort.
- Beginnen Sie Ihr Trainingseinheiten immer mit einer niedrigen Belastung und steigern Sie diese im Verlauf Ihres Trainings gleichmäßig und schonend. Reduzieren Sie gegen Ende Ihrer Trainingseinheit die Belastung wieder.
- Achten Sie darauf, dass Sie während des Trainings geeignete Sportbekleidung und Sportschuhe tragen. Beachten Sie, dass weite Kleidungsstücke sich während des Trainings im Laufgurt oder den Laufrollen verfangen kann.
- Ihr Trainingsgerät kann ausschließlich nur von einer Person gleichzeitig benutzt werden.
- Prüfen Sie vor jedem Training, ob sich Ihr Gerät in einem einwandfreien Zustand befindet. Benutzen Sie Ihr Trainingsgerät niemals, wenn es Fehler oder Defekte aufweist.
- Selbständige Reparaturarbeiten können nur nach Absprache und Genehmigung durch unserer Serviceabteilung und ausgeführt werden. Hierbei dürfen nur Original-Ersatzteile verwendet werden.
- Ihr Trainingsgerät muss nach jeder Nutzung gereinigt werden. Entfernen Sie insbesondere sämtliche Verunreinigungen, die durch Körperschweiß oder andere Flüssigkeiten hervorgerufen wurden.
- Achten Sie immer darauf, dass Flüssigkeiten (Getränke, Körperschweiß, etc.) in keinem Fall in das Trainingsgerät bzw. in das Cockpit eindringen kann, da dies zu Korrosionen und Beschädigung der mechanischen und elektronischen Bauteile führen kann.
- Ihr Trainingsgerät ist für die Nutzung durch Kinder nicht geeignet.
- Während des Trainings müssen Dritte - insbesondere Kinder und Tiere - einen ausreichenden Sicherheitsabstand einhalten.
- Prüfen Sie vor jedem Training ob sich Gegenstände unter Ihrem Trainingsgerät befinden und entfernen Sie diese in jedem Fall. Trainieren Sie niemals mit Ihrem Trainingsgerät, wenn sich Gegenstände darunter befinden.
- Achten Sie immer darauf, dass Ihr Trainingsgerät nicht von Kindern als Spielzeug oder Klettergerät zweckentfremdet wird.
- Achten Sie darauf, dass Sie und Dritte niemals Körperteile in die Nähe von beweglichen Mechanismen bringen.

Warnhinweis zur Puls- & Herzfrequenzmessung

Puls- und Herzfrequenz-Überwachungssystem können ungenau sein. Übermäßiges Training kann zu ernsthaften Verletzungen oder zum Tod führen. Wenn Sie sich unwohl und/oder einer Ohnmacht nahe fühlen, ist das Training sofort zu unterbrechen. Sorgen Sie dafür, dass alle Nutzer Ihres Trainingsgerät mit dieser Information vertraut sind, diese verstehen und unbedingt anwenden.

Die Konstruktion dieses Trainingsgerätes beruht auf dem aktuellsten technischen und sicherheitstechnischen Stand.

Dieses Trainingsgerät sollte ausschließlich von erwachsenen Personen genutzt werden!
Extremes, falsches und/oder ungeplantes Training kann zu Gesundheitsschäden führen!



Beschreibung der einzelnen Bauteile

Tablethalter (A): klappbarer, sehr massiver Halter für Tablet-PCs, Smartphones, Ebooks, etc.

Cockpit (B): Tastaturfeld und LCD-Anzeige der Trainingswerte

Motorabdeckung (C): schützt den Motor und die elektronischen Bauteile vor Verschmutzung

Hauptschalter/Sicherung/Netzanschluss (D): Hier befindet sich der Hauptschalter um das Laufband ein- oder auszuschalten. Der Anschluss für das Netzkabel und die Sicherung.

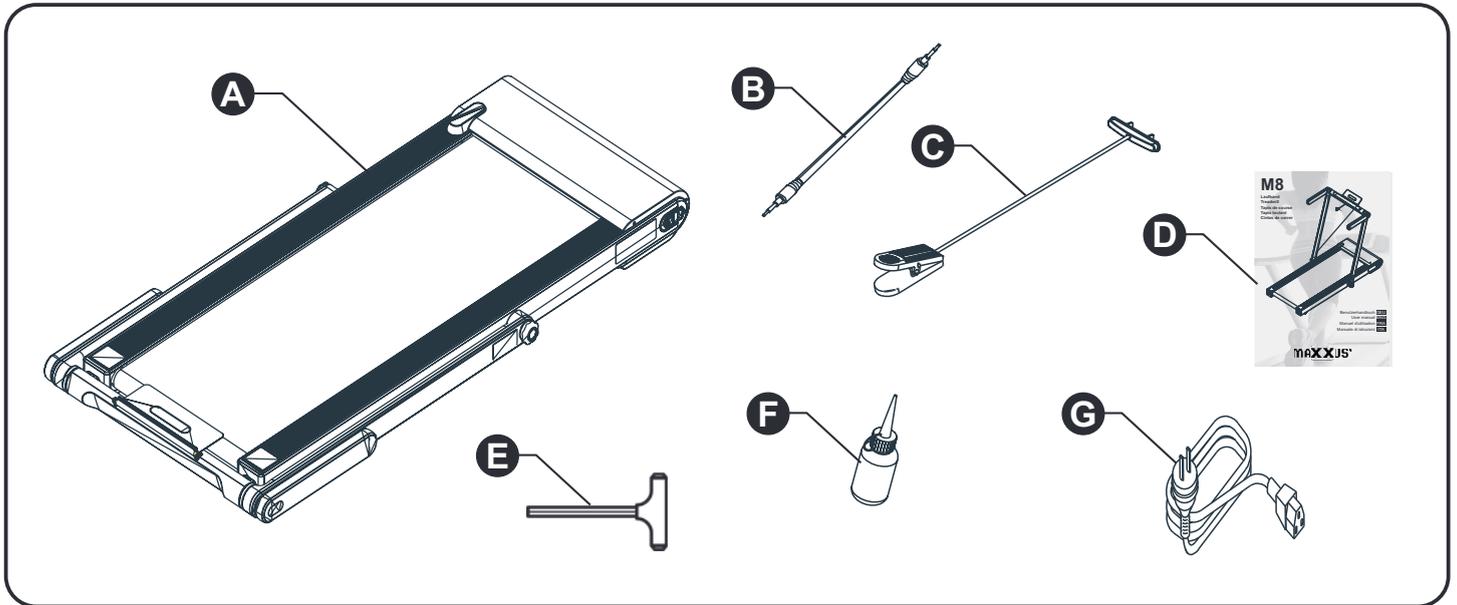
Sicherungshandrad (E): Um den Cockpitrahmen inkl. Handläufe und Seitenrahmen herunterklappen zu können, müssen diese Sicherungshandräder betätigt werden.

Lauffläche (F): Breite Lauffläche mit diamantförmiger Riffelung des Laufgurtes für optimalen Halt und Sicherheit beim Training.

Seitliche Trittplächen (G): Ermöglichen das Sicher Auf- und Absteigen von der Lauffläche. Bei Ermüdung oder Gefahr findet der Benutzer auf den seitlichen trittflächen einen sicheren Halt.

Handläufe (H): Sorgen für Sicherheit und Stabilität beim Auf- und Absteigen auf das Laufband oder wenn der Benutzer das Gleichgewicht verliert. Ideal auch zum Greifen beim Geh- oder Walktraining.

Safety Key (I): Not-Aus-Stopp



Im Lieferumfang enthalten sind:

Laufband (A)

Das Laufband ist bereits vormontiert. Die Montage weitere Bauteile ist nicht notwendig.

Audio-Kabel (B)

Dieses Hi-Fi Stereo Chinch Audio Kabel dient zum Anschluss einer Audioquelle (Smartphone, Tablet-PC, MP3-Player, etc.) an das Laufband.

Safety-Key (C)

Sicherheits-Schlüssel zum Not-Stopp des Laufbandes und zur Sicherung des Laufbandes vor unbeaufsichtigter Nutzung durch Unbefugte. Nähere Informationen hierzu finden Sie in dieser Anleitung.

Benutzerhandbuch (D)

Ausführliche Bedienungsanleitung für dieses Laufband.

Innensechskantschlüssel mit T-Griff (E)

Dieser Schlüssel dient zum Nachspannen und Justieren des Laufgurtes. Er wird bei Nicht-Benutzung am vorderen Ende des rechten Seitenrahmens des Laufbandes gelagert.

Pflegeöl für Laufbänder (F)

Dieses Öl dient der Erst-Schmierung des Laufgurtes. Nähere Informationen hierzu finden Sie in dieser Anleitung.

Netzkabel (G)

Dieses Kaltgerätkabel dient zum Anschluss des Laufbandes an eine Steckdose.

Montage

Packen Sie alle Teile des Lieferumfanges vorsichtig aus. Greifen Sie hierbei unbedingt auf die Hilfe einer zweiten Person zurück, da das Laufband ein Eigengewicht von ca. 43 kg hat.. Überprüfen Sie vor der Montage die Vollständigkeit des Lieferumfanges..

Führen Sie die Montage sorgsam aus, da Beschädigungen bzw. Mängel, die aufgrund von Montagefehlern entstanden sind, in keinem Fall durch die Gewährleistung bzw. Garantie abgedeckt werden. Lesen Sie deshalb die Anleitung vor der Montage genau durch, halten Sie die Abfolge und Anweisungen der einzelnen Montageschritte exakt ein.

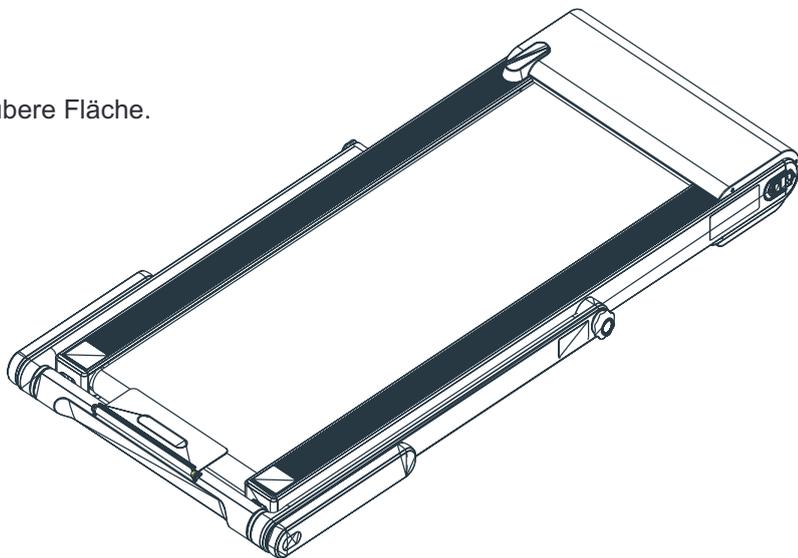
Die Montage des Trainingsgerätes muss gewissenhaft von erwachsenen Personen durchgeführt werden.

Führen Sie die Montage Ihres Trainingsgerät an einem Ort aus, der eben, sauber und frei von, bei der Montage behindernden Gegenständen ist. Führen Sie die Montage mit zwei Personen aus. Erst nach vollständig beendeter Montage Ihres Trainingsgerätes kann mit dem Training begonnen werden.

Schritt 1 - Vorbereitung der Montage

Entnehmen Sie das Laufband der Verpackung.

Legen Sie das Laufband auf eine ebene, freie und saubere Fläche.

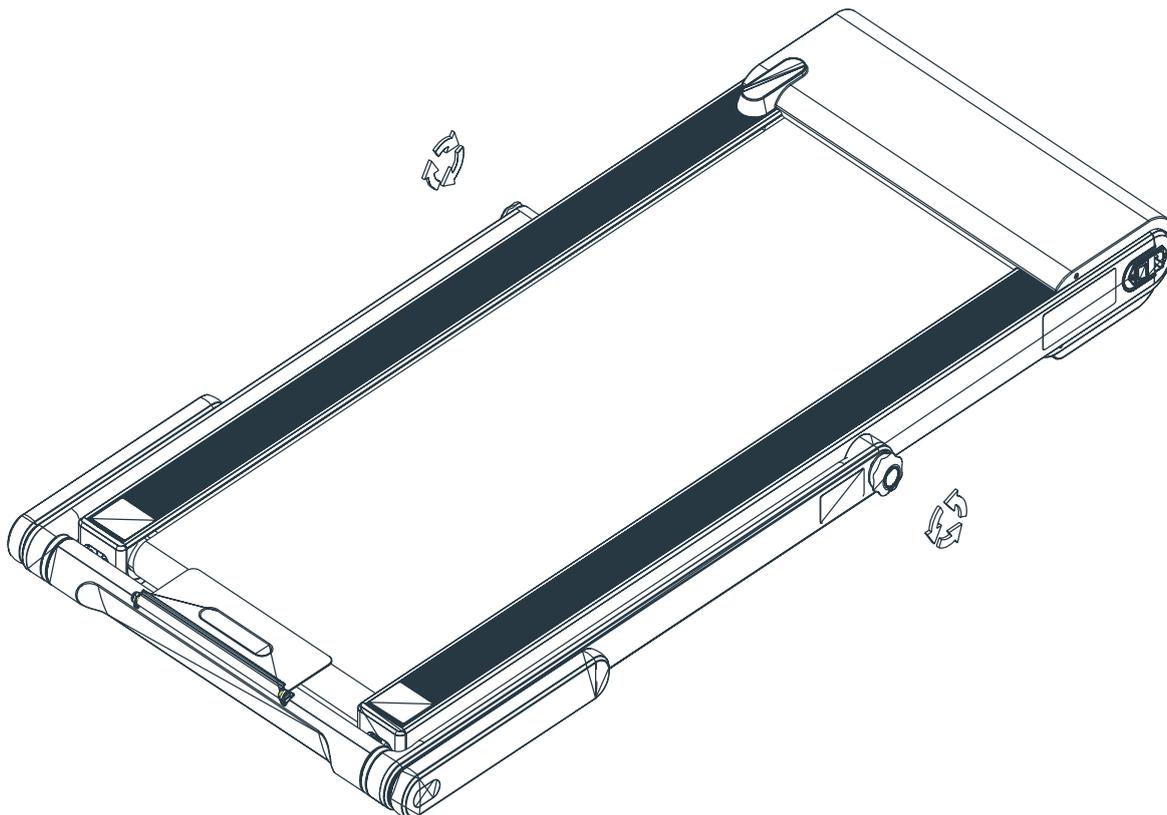


Schritt 2 - Hochklappen der Seitenrahmen

Drehen Sie die beiden Handräder gegen den Uhrzeigersinn auf.

Hierzu sollten 3 bis 5 Umdrehungen ausreichend sein.

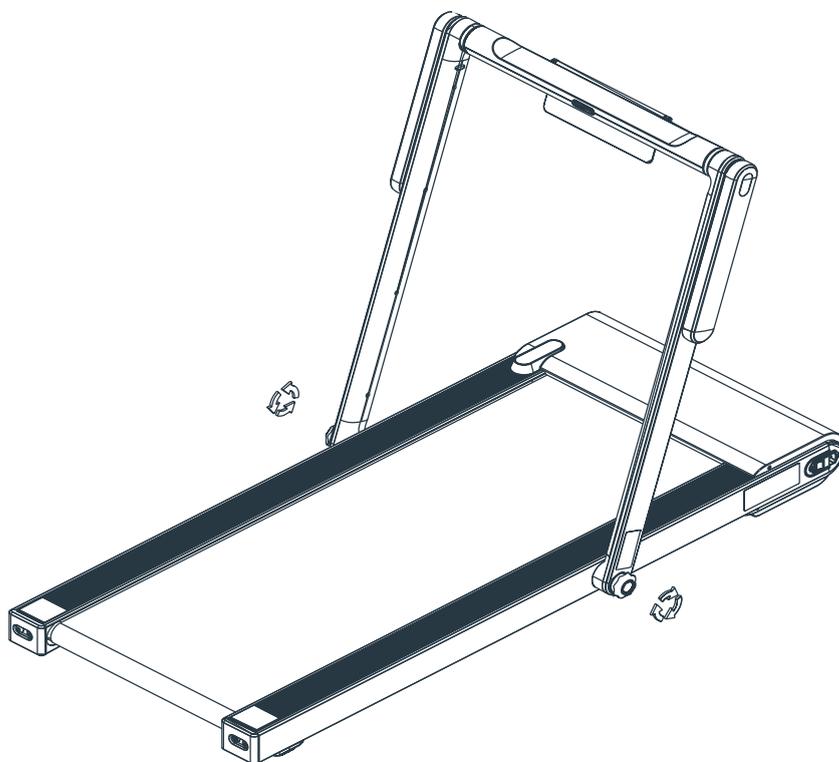
Die Handräder müssen nicht vollständig entfernt werden.



Heben Sie dann den Cockpitrahmen mit den beiden Seitenrahmen an und klappen ihn hoch.

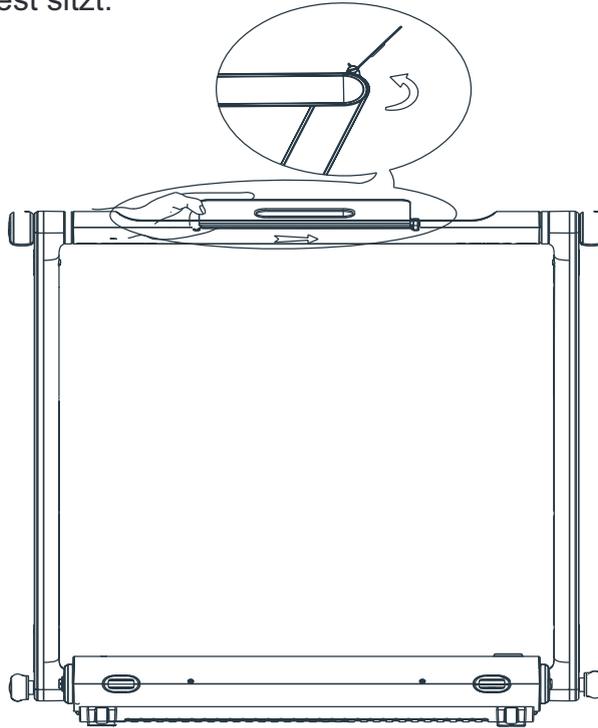


Ziehen Sie nun beide Handräder fest an. Drehen Sie diese hierzu im Uhrzeigersinn



Schritt 3 - Hochklappen des Tablet-Halters

Nachdem Sie die Tablet-Halterung in Pfeilrichtung(siehe Abbildung) hochgeklappt haben, schieben Sie die Tablet-Halterung nach links. Schütteln Sie nun leicht an der Tablet-Halterung, um zu prüfen, ob die Halterung fest sitzt. Nutzen Sie die Tablet-Halterung immer erst nach dem Sie geprüft haben, dass diese einwandfrei und fest sitzt.



Schritt 4 - Hochklappen der Handläufe

Klappen Sie nun den rechten und linken Handlauf, wie in der Grafik gezeigt nach oben, bis er waagrecht in Richtung des hinteren Endes des Laufbandes zeigt.

