

FITFIX

OWNERS MANUAL

**We create products that push you forward on your journey
- keeping you healthy and strong. We believe health and
happiness are the real cornerstones of life.**



T3000 TREADMILL

FITFIX

INDHOLDSFORTEGNELSE

KÆRE KUNDE	3
BORTSKAFFELSE	4
KUNDESERVICE	4
GARANTIBESTEMMELSER	6
SIKKERHEDSINFORMATIONER	7
VIGTIG INFO	9
VEDLIGEHODELSE	11
RENGØRING	15
BRUGSVEJLEDNING	15
LØBEBÅNDETS FUNKTIONER	16
MONTERINGSVEJLEDNING	17
OVERSIGTSTEGNING	23
LISTE OVER DELE	24
KONSOL-FUNKTIONER	26
FITSHOW BRUGERVEJLEDNING	33
FEJLKODE LØSNING	39

KÆRE KUNDE

Det glæder os, at du har valgt et FITFIX produkt.

Dette er et kvalitetsprodukt, som er produceret med henblik på brug i hjemmet. Produktet er testet efter den europæiske norm EN 957.

Før påbegyndelse af samling samt brug af produktet, vil vi bede dig om at læse denne manual grundigt igennem.

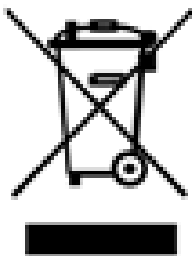
Sidste nye version af produktmanual kan ses på
www.livingsport.dk/no

Det anbefales at alle trin i monteringsvejledningen gennemgås grundigt, inden samlingen påbegyndes, samt at det kontrolleres, at alle dele er til stede og intakte.

I tilfælde af at emballagen er defekt/beskadiget ved modtagelsen, er det vigtigt at det bliver anmeldt skriftligt og med billed dokumentation, til transportør og købsstedet, indenfor 5 dage efter modtagelsen.

**Gem altid al emballage, indtil produktet er samlet og testet.
Husk at gemme denne Manual / brugsvejledningen til eventuelt senere brug.**

BORTSKAFFELSE



Dette symbol betyder, at produktet ikke må bortskaffes som almindeligt husholdningsaffald. I stedet er det dit ansvar at videregive produktet til et relevant indsamlingssted. Denne ordning hjælper med at bevare naturlige ressourcer og forhindre eventuelle negative konsekvenser for både mennesker og miljø.

KUNDESERVICE

For at vi kan yde den bedst mulige service ved eksempelvis mangler eller defekter på produktet, beder vi dig notere og gemme produktets serienummer samt kvittering. Serienummer finder du på et mærkat påsat nederst på produktets ramme. Eftersom ikke alle oplysninger altid fremgår på kvitteringen, anbefaler vi også, at du udfylder nedenstående oplysninger om produktet. Disse informationer skal anvendes, hvis du på et tidspunkt får behov for at kontakte Livingsport vedrørende dit produkt. Vi anbefaler at nedenstående oplysninger gemmes sammen med kvitteringen – kvitteringen skal kunne fremvises i tilfælde af reklamation.

Mærke:

eks. FITFIX

Produkt type:

eks. Treadmill

Modelnavn:

eks. ATHLETE T'11

Serienummer:

eks. re-12011/5212/45101-01

Købssted:

eks. Expert sport Norge

SERVICE OG REPARATION

Vi ønsker at yde den hurtigste og bedst mulige service. Har du problemer med dit udstyr, eller ønsker du at bestille reservedele, så vil vi bede dig om at udfylde vores serviceskema, som du finder på vores hjemmeside.

Ved bestilling af reservedele findes nummeret på den pågældende del i enten styklisten eller oversigtstegningen i denne manual

For at vi kan hjælpe dig på den bedste og hurtigste måde, er det meget vigtigt, at skemaet bliver udfyldt så detaljeret som muligt – meget gerne med billeder og/eller video

Serviceskemaet på hjemmesiden skal altid udfyldes ved reklamationer eller efterspørgsel af reservedele – særligt ved reklamationer er det vigtig at kvittering samt serienummer vedhæftes.

Yderligere info kan findes på hjemmeside under [Service](#).

DK: www.livingsport.dk

NO: www.livingsport.no

GARANTIBESTEMMELSER

FITFIX produkter er konstrueret og testet til hjemmebrug. Dette betyder, at reklamationsretten bortfalder fuldstændigt, hvis produktet anvendes til kommercielt brug, offentlig brug eller anden ikke-privat brug.

Dette produkt er fremstillet efter den europæiske norm EN 957.

Som importør af dit FITFIX produkt yder LivingSport A/S reklamationsret, i henhold til købeloven for det pågældende land, på omfattende fabrikations- og materialefejl, der konstateres ved varens normale anvendelse. Reklamationsretten dækker ikke fejl, skader eller almindelig slitage, direkte eller indirekte opstået som følge af forkert betjening, manglende vedligeholdelse, vold eller uautoriserede indgreb.

LivingSport A/S kan ikke holdes ansvarlig for skader påført på andet indbo i forbindelse med anvendelse af produktet.

Reklamation over fejl og mangler, som bør opdages ved sædvanlig undersøgelse af varen, skal meddeles til LivingSport A/S indenfor rimelig tid.

Produktet kan ved fejl/mangler returneres for reparation. Dette SKAL aftales med LivingSport A/S inden returnering. Efter vurdering af fejllens/manglens omfang, forsøges denne udbedret ved reparation. Kan

dette ikke udføres indenfor rimelig tid og uden stor gene for forbrugeren, vil produktet blive ombyttet eller en krediteret.

Reklamationsperioden påbegyndes på dagen for levering. Gem derfor altid din kvittering for både købet og leveringen

SIKKERHEDSINFORMATIONER

Før påbegyndelse af dette eller andre træningsprogrammer bør du kontakte din læge. Dette er især vigtigt for personer, som ikke tidligere har trænet regelmæssigt eller for personer med nuværende eller tidligere helbredsproblemer.

Læs venligst denne manual grundigt igennem før påbegyndelse af træning. Hverken producent eller sælger påtager sig ansvar for personlig skade eller indborskade forårsaget af eller ved brug af dette produkt. Læs alle forholdsregler samt instruktioner grundigt før brug af produktet. Vi anbefaler, at denne manual gemmes til fremtidig reference.

- Det er ejerens ansvar at sikre sig, at alle brugere af produktet er tilstrækkeligt informeret om alle forholdsregler. Brug kun produktet, som beskrevet i denne manual.
- Brug kun produktet indendørs på en jævn overflade med tilstrækkelig fri plads omkring produktet (min. 200cm).
- Placér ikke produktet udenfor, i garagen, carporten, udhuset eller i nærheden af vand.
- Produktet skal opbevares ved almindelig stuetemperatur – ikke under 15° grader C.
- Hold produktet væk fra fugt og støv.
- Hold ALTID børn under 12 år og kæledyr væk fra produktet.
- Placér eventuelt en måtte under stabilisatorerne for at beskytte

trægulv eller gulvtæppe.

- Udskift eventuelle nedslidte dele med det samme.
- Beskadigede dele eller komponenter kan medføre en risiko for din sikkerhed eller forringelse af produktets levetid. Udskift derfor straks beskadigede eller slidte dele, og brug ikke produktet, før denne udskiftning er sket.
- Reparationer må kun udføres efter aftale med LivingSport A/S.
- Vær opmærksom på, at INGEN væsker kommer ind i maskinen eller i elektroniske dele, da dette kan beskadige produktet.
- Ifør dig passende tøj, når du træner, undgå løst tøj, som kan fanges i de bevægelige dele på produktet.
- Træn altid i sportssko.
- Hvis du føler smerte eller svimmelhed under træningen, stop da med det samme!
Overtræning kan resultere i alvorlig skade eller død. Hvis du føler dig utilpas, skal du holde op med at træne med det samme.
- Hvis dit produkt er udstyret med en hånd-pulsmåler, skal du være opmærksom på, at pulsmåleren ikke er et medicinsk redskab, og at der må forventes en vis unøjagtighed ved en hånd-pulsmåler sammenlignet med en pulsmåler, der måler tættere på hjertet. Flere faktorer, bl.a. udøverens bevægelser, kan influere præcisionen af hånd-pulsmåleren.
- Produktet er klasse "H" (Hjemme) produkt, og er derfor kun beregnet til hjemmetræning. Det bør derfor ikke anvendes under erhvervsmæssige eller institutionsmæssige forhold.
- Produktet er ikke designet til medicinske og rehabiliterende formål.
- Dette produkt er lavet efter den europæiske Norm EN 957 og er

IKKE beregnet til terapeutisk eller helbredende træning.

- For maksimal brugervægt se [BRUGSVEJLEDNING](#).

VIGTIG INFO

Produktet skal forsynes med en strømstyrke på 220-240 volt, og det skal tilsluttes en jordet stikkontakt. Produktet bør bruges på en dertil beregnet forbindelse, 13 ampere-forbindelser anbefales til de fleste løbebånd.

Der må ikke anvendes forlængerledning eller tilsluttes andre strømforbrugere til samme stikkontakt. Er en forlængerledning nødvendig, eller er du i tvivl om, hvordan produktet skal tilsluttes, bør du kontakte en autoriseret elektriker – **Begynd aldrig selv at modificere ledninger eller adapter.**

Strømledningen må ikke være i kontakt med løbebåndet. Den må f.eks. ikke ligge under hverken løbebåndet, den bagerste eller den forreste rulle. Anvend ikke løbebåndet hvis strømledningen er defekt.

Under vedligeholdelse af løbebåndet, sluk da for strømmen og tag strømledningen ud af stikkontakten.

Vær sikker på at løbebåndet er 100% intakt, og at alt er spændt, før du anvender løbebåndet.

Stå ikke på selve løbebæltet ved opstart, da dette kan føre til unødvendigt slid og overbelastning af motor. Se illustration på næste side.



Stå med fødderne på de 2 sidepaneler, når du starter løbebåndet op.



Når båndet kører 2km/t kan du træde ned på løbebåndet og begynde at gå/løbe.

VEDLIGEHOOLDELSE

Det er vigtigt at løbebåndet vedligeholdes for at undgå fejl, og for at løbebåndet kører problemløst. Ved manglende vedligeholdelse kan levetiden mindskes, og garantien kan bortfalde.

Produktet skal inden enhver anvendelse efterspændes og efterses for eventuelle opståede fejl, slør, mislyde samt manglende dele. Er du i tvivl om, hvorvidt produktet har en fejl, stop da enhver anvendelse og kontakt LivingSport A/S serviceafdeling.

Du skal være særligt opmærksom på skruer og bolte, der fastholder bevægelige dele, uanset om de er synlige eller skjulte. I tilfælde af opstået fejl pga. ukorrekt anvendelse, manglende efterspænding eller vedligeholdelse, vil garantien til enhver tid bortfalde. LivingSport A/S påtager sig ej heller ansvar på fejl, der evt. opstår på 2. og 3. part.

På de efterfølgende sider informeres der om den mest almindelige vedligeholdelse samt rengøring.

Yderligere information kan findes på hjemmeside under [Service](#)

JUSTERING AF LØBEBÅNDET / BÆLTE

Du er muligvis nødt til at justere løbebåndet/bæltet efter de første par ugers brug, da løbebæltet kan have udvidet sig en smule. Hvis det føles som om, løbebåndet slipper eller "står stille", når du lander med den forreste fod, skal løbebåndet/bæltet strammes.

SÅDAN STRAMMES LØBEBÆLTET

1. Anvend en umbracconøgle på den venstre bolt. Drej den med uret en $\frac{1}{4}$ omgang.
2. Gentag STEP 1 med den højre bolt. Du skal sikre dig, at du drejer hver bolt lige meget. Sker dette ikke, vil bæltet begynde at løbe skævt, og dette kan resultere i at bæltet ødelægges.
3. Gentag STEP 1 og STEP 2, indtil båndet stopper med at slippe / "stå stille".
4. Vær opmærksom på, at du ikke kommer til at overstramme løbebæltet, da det kan skade kuglelejerne i den forreste og bagerste rulle. Sker dette, vil der komme en metallisk støj fra rullen.

For at mindske belastningen på rullerne skal båndet løsnes, drej da både højre og venstre bolt det samme antal gange mod uret.

CENTRERING AF LØBEBÅNDET / BÆLTET

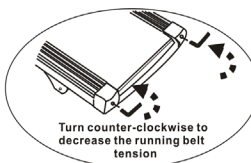
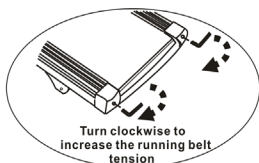
Når man løber, er det helt normalt, at man træder hårdere med den ene fod end med den anden. Dette kan over tid medføre, at løbebæltet trækkes skævt. Oftest vil løbebæltet blive centreret igen ved blot at lade bæltet køre uden belastning på – altså at der ikke står nogle på bæltet, imens det kører. Løser dette ikke problemet, skal det i stedet justeres manuelt.

- Start løbebåndet / bæltet, lad det køre 10 km/t. uden at der er nogen belastning på båndet. Observér, om bæltet trækker mod højre eller venstre side.
- Trækker det til venstre så drej på den venstre justeringsbolt med nøglen. Drej venstre bolt $\frac{1}{4}$ omgang med uret.
- Trækker det mod højre, drej da på den højre justerings bolt med nøglen. Drej den højre bolt $\frac{1}{4}$ omgang med uret.
- Gentag ovenstående indtil løbebæltet igen er centreret.

Efter at løbebæltet er centreret, sæt da farten op til ca. 12-15 km/t. Læg mærke til om løbebåndet løber normalt og uden nogen unormale lyde.

Er ovenstående procedure ikke nok til at få båndet centreret, skal du muligvis stramme løbebåndet op, som tidligere omtalt.

Se illustrationen herunder.



SMØRRING

Inden første anvendelse af løbebåndet skal du tjekke om løbebåndet er smurt tilstrækkeligt fra fabrikens side:

Løft bæltet og føl på løbebæltets underside. Findes der spor af silikone behøves der ikke ny smørelse.

Er fladen tør, skal du følge nedenstående instruktioner for "Smøring af løbebåndet".

Løbebåndet bør smøres regelmæssigt. Smør det med en måneds mellem eller efter ca. 40 træningstimer. Anvend kun en autoriseret silikone spray, eller den flaske som følger med løbebåndet. Ønsker du at købe mere end der medfølger, kontakt da Livingsport A/S via hjemmeside for henvisning til nærmeste forhandler.

SMØRING AF LØBEBÅNDET

TRIN 1:

Løft løbebæltet op i siden og smør med den medfølgende flaske ned på træpladen i et s-formet mønster. Du skal bruge ca. halvdelen af flasken.

TRIN 2:

Start på hastighed 5-6km/t uden at stå eller gå på båndet i ca. 5 minutter så olien kan arbejdet sig ind i båndet. Skru derefter hastigheden op på højeste hastighed, og tjek at bæltet kører lige.

RENGØRING

Regelmæssig rengøring giver dit løbebånd en længere levetid.

ADVARSEL: Løbebåndet må ikke være tilsluttet en strømkilde under rengøringen.

Strømtikket skal være taget ud af stikkontakten, både når det står uberørt, ved vedligeholdelse og under rengøring.

OBS: Anvend ikke nogen form for sæbe og rengøringsmidler. For at undgå skader på computeren, hold alle former for væske væk.

Tør computeren og alle andre overflader af med en tør klud efter hver træning.

Computeren må ikke stå i direkte sollys.

Afmontér motorcover ca. hver 6. måned og støvsug motorrummet for støv. HUSK at slå strømmen fra.

Det er vigtigt at løbebåndet står i et rum, hvor der ikke er støvet. Husk også at gøre rent under og rundt om løbebåndet. For at gøre rengøringen nemmere, bør man anvende en måtte under løbebåndet. Rengør måtten mindst én gang om ugen.

BRUGSVEJLEDNING

Maximum brugervægt 130KGS

LØBEBÅNDETS

FUNKTIONER

Tillykke med valget af dette motoriserede løbebånd. Du har taget det første skridt mod en sundere og bedre lønnet livsstil.

Løbebåndet er specielt designet til at opfylde dine behov. Følgende er løbebåndets egenskaber.

Hastighedsinterval: 1,0~18,0 KM/T

Hældning: 18 niveaues automatisk hældning

Håndpuls

24 forudindstillede programmer

Bluetooth-højttaler

Indgangsspænding: 220V 50-60 Hz

Foldbar og let at transportere

MONTERINGSVEJLEDNING

PAKKELISTE OVER HARDWARE			
Del # beskrivelse	Antal (STK.)	Del # beskrivelse	Antal (STK.)
M8x16 mm. bolt 	8	Smøreolie 	1
M8x50 mm. bolt 	2	Sikkerhedsnøgle 	1
M10 spændskive (φ16-φ9*T1.6) 	2	Unbrakonøgle S5 	1
ø 4m2x16mm skrue 	8	Unbrakonøgle S6 	1
M10x50 mm. bolt 	2	M8 spændskive (φ16-φ9*T1.6) 	10

BEMÆRK:

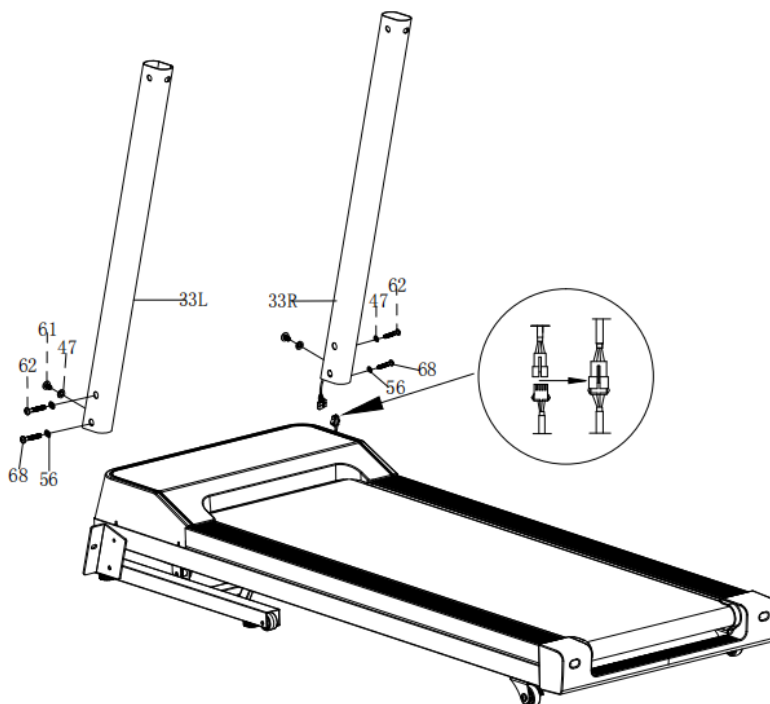
- Ovennævnte dele er alle de dele, du skal bruge for at samle dette løbebånd. Før du begynder at samle, skal du kontrollere hardwareemballagen for at sikre, at delene medfølger.

Der medfølger også værktøj i pakken, som hjælper dig med at samle dette løbebånd lettere.

TRIN 1

1. Forbind kablerne mellem display og konsol.

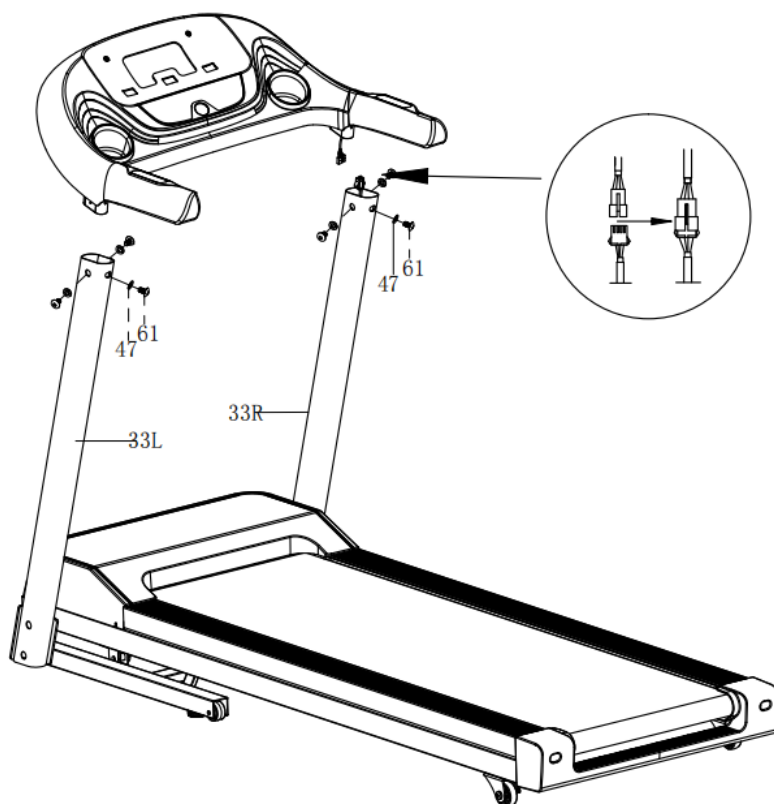
Brug bolte M8*15(Nr:61), M8x50(Nr:62) M10*50(Nr:68) og M8 spændeskive (Nr:47) og M10 spændeskive (Nr:56) til at fastgøre begge opretstående stænger til baserammen.



TRIN 2

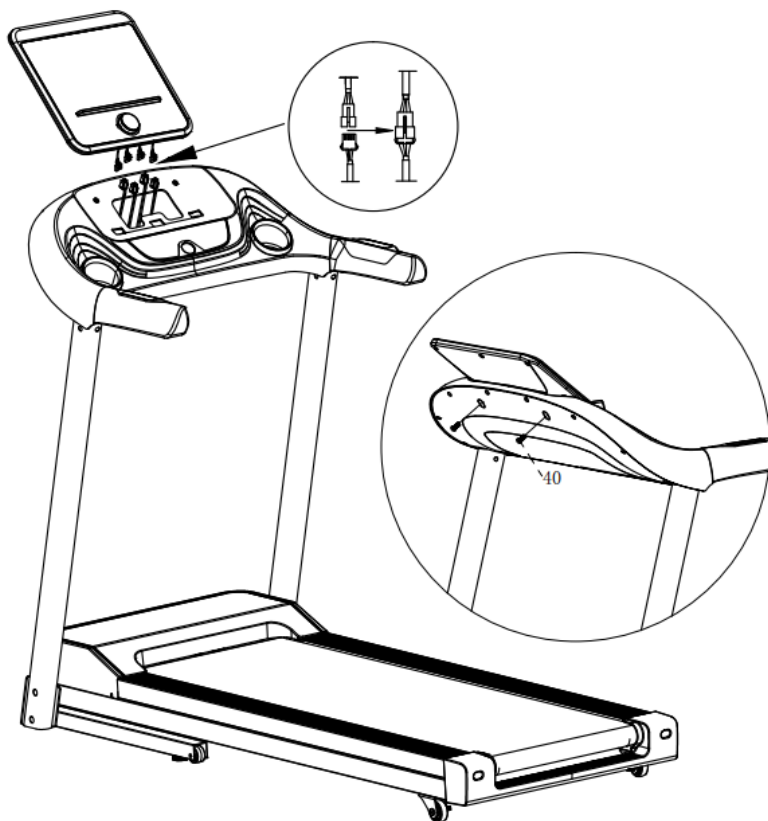
1. Forbind kablerne mellem den højre sides lodrette stolpe (33R) og konsollen.

Brug den medfølgende bolt M8x15(Nr.61) og en flad spændeskive(Nr.47) til at fastgøre konsollen øverst på den opretstående stang.



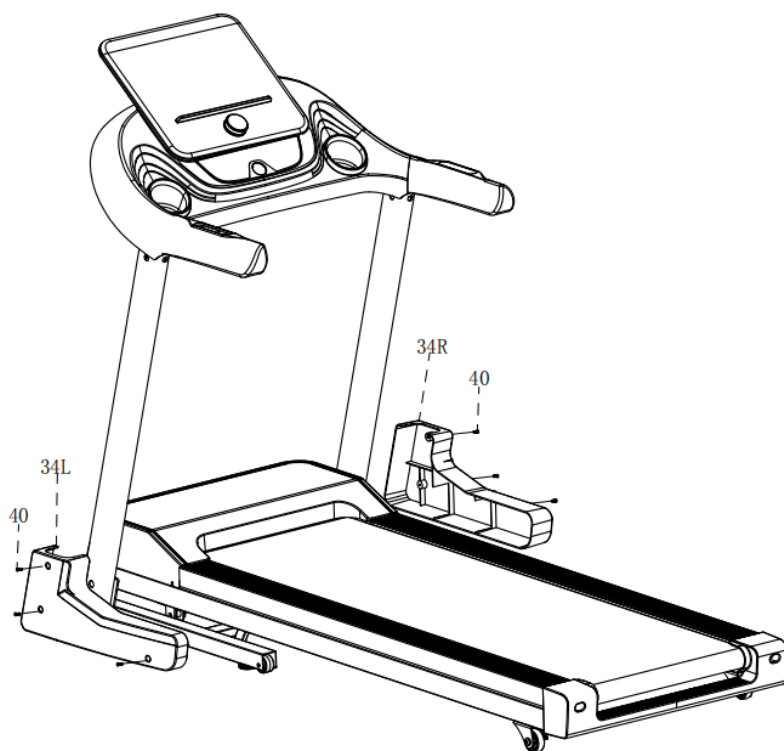
TRIN 3

Organiser den elektriske forbindelseslinje og forbind dem en efter en.
Brug skruen (40) til at fastgøre displayet på konsollen som vist på fotoet
nedenfor.



TRIN 4

Brug skruen (40) til at samle dekorationsdæksel (34V/H) på begge sider som vist på fotoet nedenfor.



TRIN 5

Sæt sikkerhedsnøglen (12) i konsollen.



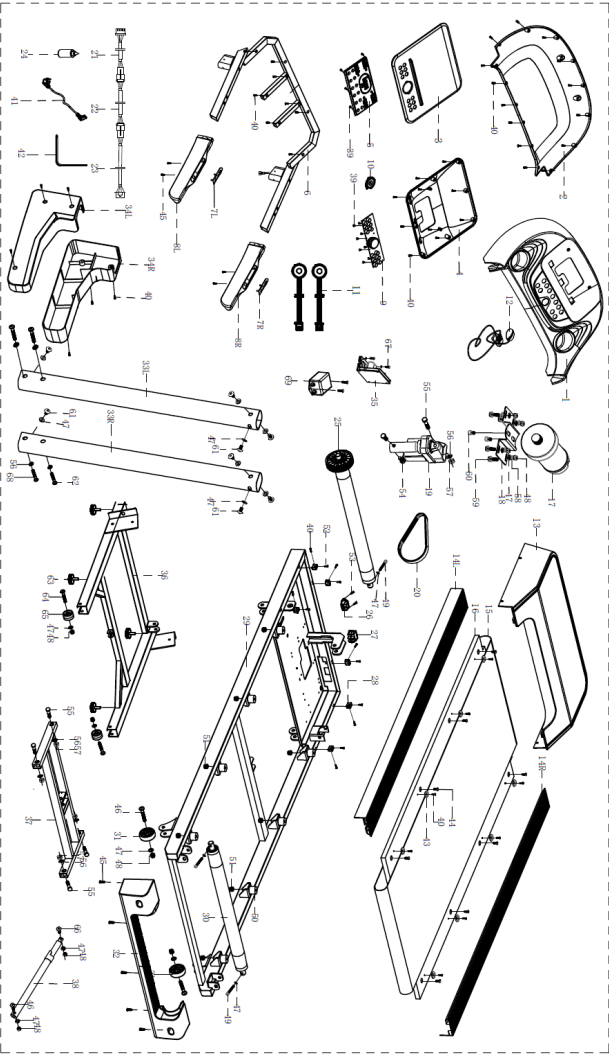
VIGTIGT

Bekræft den komplette montering, som påkrævet herover, og lås alle bolte.

Udfør følgende handling efter at have kontrolleret, at alt er OK.

Læs venligst anvisningen omhyggeligt, inden du bruger løbebåndet

OVERSIGTSTEGNING



LISTE OVER DELE

Nr.	Delnavn	antal	Nr.	Delnavn	antal
1	konsolhus dæksel 1	1	36	baseramme	1
2	konsol- bagdæksel	1	37	hældningsramme	1
3	displaydæksel	1	38	cylinder	1
4	displayets bagdæksel	1	39	skrue $\varnothing 3 \times 7$	14
5	PCB-display	1	40	skrue $\varnothing 4.2 \times 16$	43
6	stelhåndtag	1	41	strømledning	1
7	håndpuls	2	42	unbrakonøgle	1
8	skum til håndtag	2	43	fastgøringsenhed til sideskinne	8
9	PCB-knap	1	44	bolt M6*25	8
10	trådløs PCB	1	45	skrue ST4.2*13	9
11	højtaler	2	46	bolt M8*45	3
12	sikkerhedsnøgle- tast	1	47	Spændskive $\varnothing 16 - \varnothing 9 \times T1.6$	21
13	motordæksel	1	48	møtrik M8	10
14	sideskinne	2	49	bolt M8*55	3
15	løbebånd	1	50	M6-hynde	8
16	løbeunderlag	1	51	M6 Møtrik	8
17	motor	1	52	skrue M4.2*25	6
18	motorbase	1	53	bolt M4.2*13	2
19	hældningsmotor	1	54	bolt M10*30	2

20	motorbælte	1	55	bolt M10*45*X6MM	5
21	tilslutningskabel op	1	56	spændeskive φ10.5*φ21*1.4	7
22	tilslutningskabel midt	1	57	M10 møtrik	5
23	tilslutningskabel ned	1	58	fjederskive	4
24	silikoneolie	1	59	bolt M8*20	4
25	forreste rulle	1	60	bolt M8*10	2
26	forbinder	1	61	bolt M8*16	8
27	kontakt	1	62	bolt M8*50	2
28	motordæksel- fastgørelse	6	63	justerbar fod	4
29	underlagsramme	1	64	bolt M8*50	2
30	rulle	1	65	transporthjul	2
31	baghjul	2	66	bolt M8*30	1
32	endehætte	1	67	bolt M4*10	2
33	lodret stang (V/H)	2	68	bolt M10*50	2
34	sidedæksel (V/H)	2	69	Filter	1
35	regulatortavle	1			

KONSOL-FUNKTIONER

DISPLAYFUNKTIONER



HÆLDNING

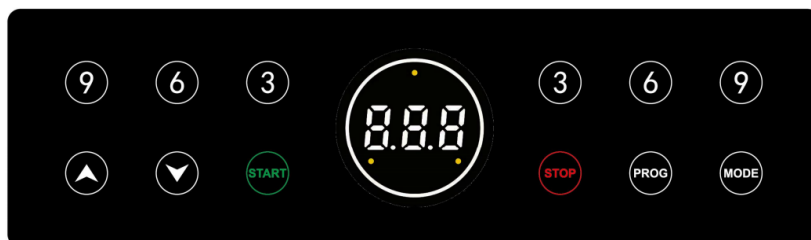
400M LANDINGSBANELYS

PULS

HURTIGE HÆLDNINGS
KNAPPER

HASTIGHED

HURTIG
HASTIGHEDSKNAP



HÆLDNINGS KNAPPER

DREJEKNAP TIL JUSTERING
AF HASTIGHED

PROGRAM/INDSTILLING

Vinduesfunktion

1. "HASTIGHED": Vis nuværende hastighed, hastighedsinterval: 1,0-18,0 kmt. Når forud indstillede programmer startes, vil de vise "P01-P02-...-P24-U01-U02-U03"-FAT.
"TID": Viser motionstid og intervallet er 0:00-99:59.
"DISTANCE": Viser løbedistance, og intervallet er 0,00- 99,9.

"KALORIER": Viser dine brændte kalorier og intervallet er 0-999.

"PULS": Viser nuværende håndpuls, og intervallet er 50-200.

"HÆLDNING": Viser nuværende hældningsniveauer og intervallet er 1-18.

Tastfunktion

1. "START": Start maskinen; "STOP": Stop maskinen.

"HASTIGHED+/-": Når der trykkes under brug, vil det øge/mindske med 0,1 km/t ved et tryk; trykkes der mere end 5 sekunder, vil der øges/mindskes konstant.

"STIGNING +/-": Når der trykkes under brug, vil det øge/mindske med 1 niveau ved et tryk. Trykkes der i mere end 5 sekunder, vil det øges/mindskes konstant.

TILSTAND: Tryk på den under brug for at vælge nedtælling i tid/distance/kalorier.

BLUETOOTHHØJTALER: Forbind din telefon og maskinen via Bluetooth.

HURTIG HASTIGHED:3KM/H, 6KM/H,9KM/H

HURTIG STIGNING:3 LEVELS, 6 LEVELS,9 LEVELS

PROG: Tryk for at vælge de programmer, du vil have.

Roterende: Drej til højre for at øge hastigheden, drej til venstre for at mindske hastigheden.

P01-P24: Forud-indstillede programmer.

U01-U03: Brugertilpasset program

FAT: Kropsfedttest.

Lynstart (manuel tilstand):

1. Drej tænd/sluk-knappen og sæt sikkerhedsnøglen i.

Tryk på knappen "START" og maskinen vil starte inden for 5 sekunder.

Tryk på "SPEED +/-" for at justere hastigheden; tryk på "INC +/-" for at justere hældningen.

Forudindstillede programmer.

	P01		P02		P03		P04		P05		P06	
Nr.	hastig- hed	hæld- ning	hastig- hed	hæld- ning	hastig- hed	hæld- ning	hastig- hed	hæld- ning	hastig- hed	hæld- ning	hastig- hed	hæld- ning
1	1	0	2	0	2	0	2	0	3	0	3	0
2	3	2	3	3	3	2	2	3	4	2	4	8
3	3	6	3	9	5	3	3	6	5	4	5	8
4	7	6	6	9	5	4	5	6	6	4	5	8
5	7	8	5	9	7	5	5	6	7	8	6	8
6	5	8	5	2	7	5	5	9	8	8	6	8
7	5	6	8	2	8	7	8	9	9	6	7	7
8	5	6	5	8	5	7	8	9	10	6	7	7
9	7	4	5	8	5	4	8	9	10	6	7	7
10	7	4	6	4	5	4	8	9	10	6	9	7
11	5	4	8	1	3	4	5	9	9	8	9	7
12	5	6	8	1	3	4	5	6	8	7	10	5
13	5	6	8	4	8	6	5	6	7	6	10	5
14	5	2	5	4	8	3	3	6	5	5	11	3
15	3	2	4	4	4	2	2	2	4	1	5	3
16	2	0	3	0	3	0	2	0	3	0	3	0

	P07		P08		P09		P10		P11		P12	
Nr.	hastig- hed	hæld- ning	hastig- hed	hæld- ning	hastig- hed	hæld- ning	hastig- hed	hældn ing	hastig hed	hældn ing	hastig hed	hæld ning
1	3	0	3	0	2	0	3	0	4	0	4	0
2	4	1	5	3	4	6	5	7	5	6	6	8

3	9	4	8	8	5	6	6	7	7	6	10	8
4	4	4	3	8	5	3	6	7	9	6	10	6
5	10	4	5	8	6	7	6	5	10	3	7	9
6	4	6	7	3	5	7	9	5	11	3	10	9
7	10	6	9	7	6	3	10	5	9	3	10	5
8	4	6	3	7	3	8	6	8	6	7	10	5
9	9	8	5	3	3	8	6	8	8	7	7	8
10	4	8	7	3	2	3	9	8	9	4	7	8
11	8	8	10	6	6	9	10	8	10	4	10	8
12	4	10	3	6	5	9	6	8	10	4	10	4
13	11	10	5	3	6	3	6	8	11	4	10	4
14	5	10	7	3	3	3	6	4	9	6	10	4
15	3	6	11	5	3	7	11	4	6	6	6	4
16	2	0	5	0	2	0	3	0	5	0	5	0

	P13		P14		P15		P16		P17		P18	
Nr.	hastig- hed	hæld- ning	hastig- hed	hæld- ning	hastig- hed	hæld- ning	hastig- hed	hældn- ing	hastig- hed	hældn- ing	hastig- hed	hæld- ning
1	1	0	2	5	2	3	2	1	2	3	2	5
2	2	8	6	6	6	4	5	5	5	5	3	7
3	3	8	5	5	5	5	7	6	6	6	5	5
4	4	6	4	8	4	6	5	8	7	8	6	8
5	5	9	8	4	8	3	8	12	8	6	8	6
6	6	9	6	5	7	5	6	9	9	5	6	5
7	7	5	5	5	5	5	5	10	10	8	9	9
8	8	5	2	10	3	6	2	9	5	7	6	10
9	9	8	3	6	3	4	4	5	3	5	5	6

10	10	8	3	3	2	3	2	3	4	3	2	2
11	12	8	8	4	8	3	8	12	8	6	8	6
12	10	4	6	5	7	5	6	9	9	5	6	5
13	8	4	5	5	5	5	5	10	10	8	9	9
14	6	4	2	10	3	6	2	9	5	7	6	10
15	4	4	3	6	3	4	4	5	3	5	5	6
16	2	0	3	3	2	3	2	3	4	3	2	2

	P19		P20		P21		P22		P23		P24	
Nr.	ha- stig- hed	hæld- ning	ha- stig- hed	hæld- ning	ha- stig- hed	hæld- ning	ha- stig- hed	hældn- ing	hastig- hed	hældn- ing	hastig- hed	hæld- ning
1	3	3	3	1	3	0	3	0	4	2	4	3
2	7	5	5	3	7	6	5	7	5	6	6	8
3	6	6	8	8	9	6	6	7	7	6	10	8
4	5	8	3	8	4	3	6	7	9	6	10	6
5	9	5	5	3	7	7	6	5	10	3	7	9
6	7	6	7	0	10	7	10	5	11	3	10	9
7	6	5	9	7	4	3	6	5	9	3	12	5
8	3	12	3	7	7	8	11	8	6	7	10	5
9	5	8	5	3	11	8	3	8	8	7	7	8
10	2	3	7	3	5	3	9	9	9	4	7	8
11	9	5	10	6	7	9	10	8	10	4	10	8
12	7	6	3	6	12	12	6	12	10	7	11	4
13	6	5	5	3	4	3	6	8	11	4	10	10
14	3	12	7	3	7	3	6	4	9	6	10	4
15	5	8	11	5	12	7	11	4	6	6	6	4
16	2	3	5	0	6	0	3	0	5	0	5	0

TILPASSET PROGRAM (U01-U02-U03)

1. Brugedefinerede programindstillinger:

I standby-funktion trykkes på knappen "PROGRAM" kontinuerligt, indtil du kan indstille brugerdefineret program (U01-U03). Tryk på "MODE"-knappen for at bekræfte indstillingen. Derefter kan du indstille den første tidsperiode. Brug tasten "SPEED+" "SPEED-" eller hastighedsgenvejstasten til at indstille hastigheden. Tryk på tasten "MODE" for at fuldføre indstillingen for første tidsperiode, og indtast indstillingen for anden tidsperiode, indtil alle 16 (tidsvinduet viser S01-S16) tider er afsluttet. Efter indstillingen er fuldført, gemmes dataene permanent, indtil de nulstilles næste gang. Strømføring kan ikke afbrydes under indstillingsprocessen, ellers kan data ikke blive automatisk gemt.

- Start af det brugerdefinerede program:

A. I standby-tilstand, tryk kontinuerligt på knappen "PROGRAM", indtil det brugerdefineret program (U01-U03) ønskes kørt, og indstil løbetid og tryk derefter på knappen "start" for at starte.

B. Efter indstillinger for det brugerdefinerede program og løbetid er fuldført trykkes på startknappen for at starte øjeblikkeligt.

KROPSFEDT

1. Tænd og tryk på "PROG" for at vælge "FAT";

Indstil parameter, F-1 køn, F-2 alder, F-3 højde, F-4 vægt, F-5 kropsfedt.

Tryk på MODE for at indstille F-1, 01 betyder MAND, 02 betyder KVINDE, tryk på SPEED for at ændre dette.

Tryk på MODE for at indstille F-2; tryk på SPEED for at justere din alder.

Tryk på MODE for at indstille F-3; tryk på SPEED for at justere din højde.

Tryk på MODE for at indstille F-4; tryk på SPEED for at justere din vægt.

Tryk på MODE for at indstille F-5, placer dine hænder på hjerteratestiften

på styret mere end 8 sekunder, F5 vil vise kroppsfedt.

Kroppsfedtstandard er som nedenstående:

F-1	GENDER (KØN)	1-MAND	KVINDE
F-2	ALDER	10-99	
F-3	HEIGHT (Højde)	100-200	
F-4	VÆGT	20-150	
F-5	FEDT	≤19	for tynd
		=(20---24)	normal
		=(25---29)	for tung
		≥30	fedme

Sikkerhedstastens funktion

Når som helst sikkerhedsnøglen trækkes, vil løbebåndet stoppe øjeblikkeligt.

Energibesparende tilstand.

Når maskinen ikke bruges i mere end 10 minutter, vil den gå i energibesparende tilstand. Du kan trykke på en hvilken som helst knap for at genstarte.

Bluetooth-funktion.

Forbind din telefon og maskine via Bluetooth for at afspille musik.

FITSHOW

BRUGERVEJLEDNING

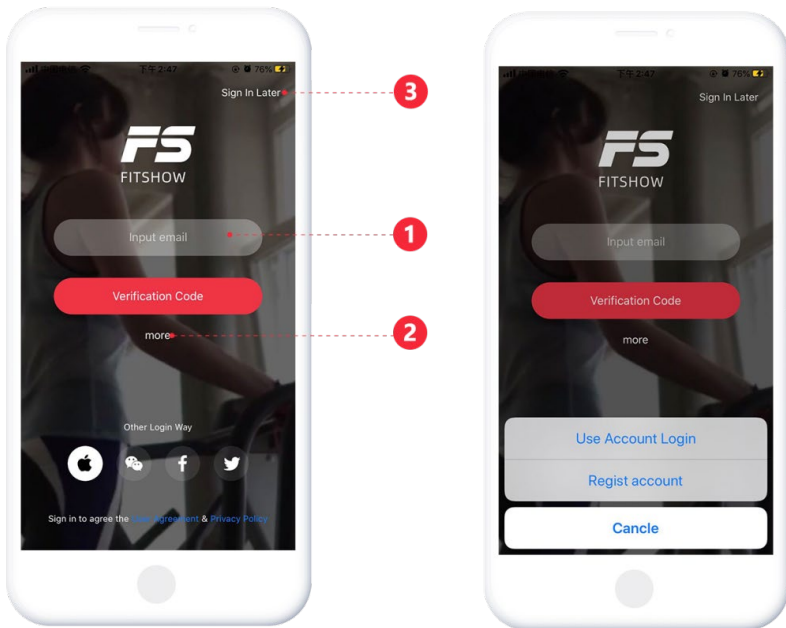
FitShow Download



Scan QR-koden for at downloade appen direkte eller download og installer den over app-butikkerne ved at søge på 'FitShow'.

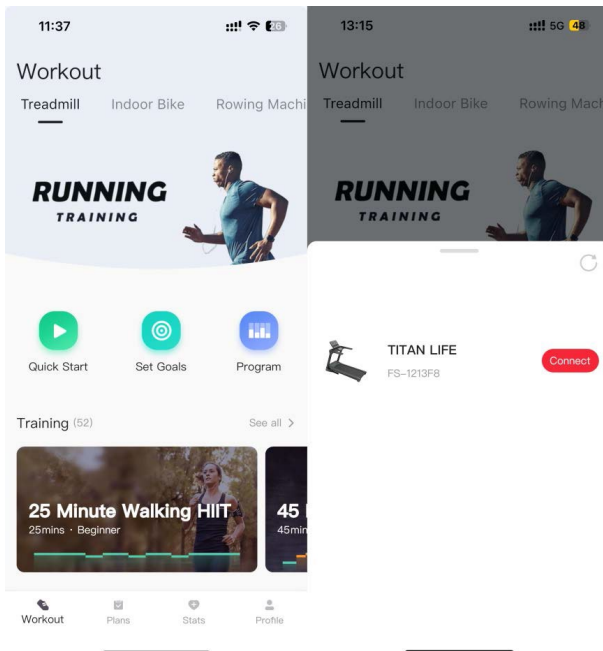
Anvendelse af appen

Brugerregistrering og login



- 【1】: Generer en verificeringskode til at logge ind direkte
- 【2】: Tryk på 'More' -> Password Login for at indtaste den eksisterende konto og adgangskode
- 【3】: Log ind som en gæst

Forbind enhed



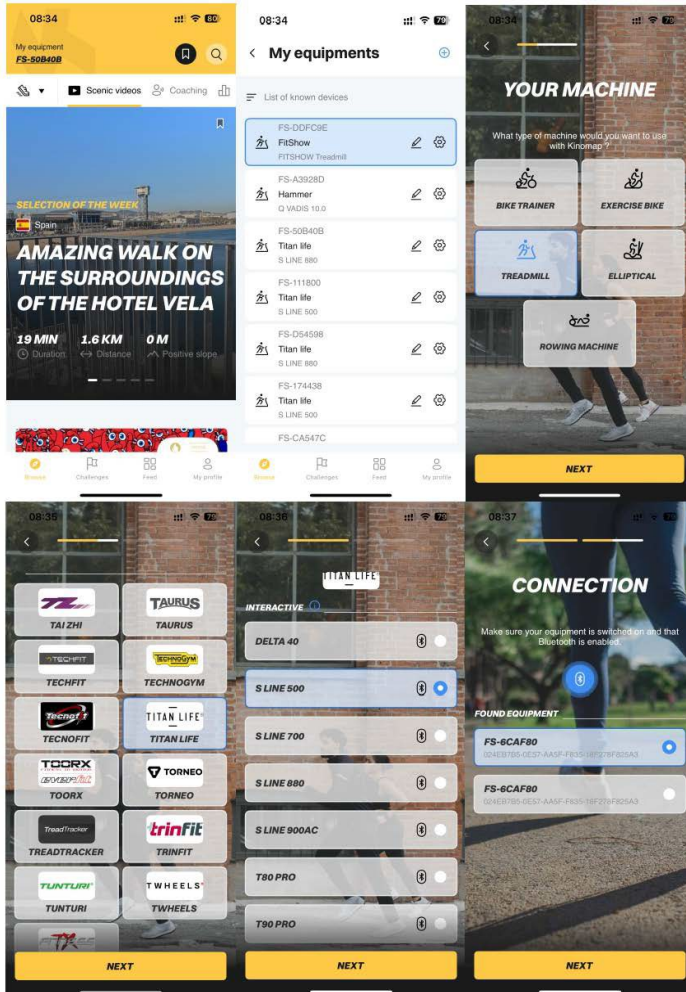
Før enheden forbindes, skal du sørge for, at systemets Bluetooth og GPS (Android 8.0 og over påkrævet) er slået TIL. Gå derefter til siden [workout] for at søge på enheder i nærheden via Bluetooth..

Bemærk:

1. Forbind ikke enheder via telefonens Bluetooth-liste, da det vil deaktivere appen. Dette betyder, at appen Fitshow skal åbnes, derefter klikkes på træningssiden, der vælges en træningsmaskine "løbeband, indendørs cykel, romaskine....", klik på "QUICK START" "Set Goals" eller "Program", søg efter enhed for at finde "FS-XXXXXX" og forbind.

App fra tredjepart

Kinomap



Søg, download og installer Kinomap over App Store.

[1] Vælg Kinomap for at vælge siden [My Equipment];



- 【2】 Vælg for at tilføje mere fitnessudstyr, klik;
- 【3】 Vælg den ønskede type enhed, klik på NÆSTE;
- 【4】 Vælg "FITSHOW-indgangen", klik på "NÆSTE"
- 【5】 Tryk på de matchende enheder som "FS-XXXXXX", klik på "NÆSTE"; Find relateret Bluetooth og klik på "NÆSTE", ny enhed blev tilføjet med succes.
- 【6】 Find relaterede videoer og start sport.

ZWIFT



Søg, download og installer ZWIFT fra App-Butikken.

- 【1】** Indtast ZWIFT for at registrere en konto;
- 【2】** Log ind på kontoen for at vælge det parrede ride- eller løbeudstyr;
- 【3】** Par enheden med succes, og tryk på OK for at starte sporten;
- 【4】** For rideudstyr, begynd at ride med det samme. For løbeudstyr er det nødvendigt at trykke på startknappen for at begynde at løbe.

FEJLKODE LØSNING

Kode	Problem	Mulig årsag	Løsning
E01	Viser intet signal	Kabelforbindelse	Kontroller eller udskift kablerne
		Display itu	Udskift displayet
		Kontrollen er itu	Udskift kontrolleren
E02	Problem mellem kontroller og motor	Motorkablet er ikke korrekt tilsluttet	Tjek motorkablerne
		Ingen spænding eller unormal spænding fra kontrolleren	Udskift kontrolleren
		Motor itu	Udskift motoren
E03	Hastighed unormal	Sensoren er ikke korrekt monteret på motoren	Juster sensorens position
		Sensor itu	Udskift sensoren
		Controller itu	Udskift kontrolleren
E04	Spænding overbelastet	Indgangsspænding for høj	Juster spændingen
		Motor itu	Udskift motoren
		Kontrollerer itu	Udskift kontrolleren

E05	Nuværende overspænding	Spænding for høj	Juster spændingen
		Motorblokering	Tjek, om kontrollerstrukturen er korrekt.
		Kontroller itu	Udskift kontrolleren
E06	Lav spænding	Indgangsspænding for lav	Kontroller, om strømlinjen er ordentlig
		Controller itu	Udskift controlleren
E07	Sikkerhedsnøglen er ikke korrekt på plads	Sikkerhedsnøglen faldt af løbebåndet	Sæt sikkerhedsnøglen ordentligt i
		Sikkerhedssystemet er itu	Udskift konsollen

EU Declaration of Conformity

Object of the declaration:

Product MOTORISED TREADMILL
Model FITFIX T3000 TREADMILL
Itemnumber 270-200185
Producer Itemnumber T4500F
Manufacturer HANGZHOU FOREVER FITNESS CO., LIMITED
Address 169, KANSHAN ROAD, GUALI TOWN, XIAOSHAN,
 HANGZHOU, CHINA

This declaration of conformity is issued under the sole responsibility of the manufacturer.



This object of the declaration described above is in conformity with the relevant Union harmonization legislation:

Conformity is shown by compliance with the applicable requirements of the following documents:

Directives:	Standards:
RoHS 2011/65/EU	
LVD 2014/35/EU	EN 60335-1:2012+A11:2014+A13:2017+A1:2019+A14:2019+A2:2019+A15:2021 EN 62233:2008
EMC 2014/30/EU	EN IEC 55014-1:2021 EN IEC 55014-2:2021 EN IEC 61000-3-2:2019+A1:2021 EN 61000-3-3:2013+A1:2019+A2:2021
GPSD 2001/95/EC	EN ISO 20957-1:2013 EN957-6:2010+A1:2014
MD 2006/42/EC	EN ISO 20957-1:2013 AND ISO 20957-1:2013 EN 957-6:2010+A1:2014 AND ISO 20957-6:2021

Signed for and on behalf of : HANGZHOU FOREVER FITNESS CO.,LIMITED

Place of issue: HANGZHOU 杭州恒越体育用品有限公司
Date of issue: 2025/7/23 HANGZHOU FOREVER FITNESS CO.,LIMITED
Name : ZHANG GUOMING 张国明
Position: MANAGER
Signature

The technical documentation for equipment is available from the above address.



FITFIX

LivingSport A/S // Industriparken 25, DK-2750 Ballerup, Denmark // +45 82 30 19 97