

innoliving
easy tech, easy life

TAPPETO MAGNETICO PIEGHEVOLE



FIT-805
MANUALE D'USO
USER MANUAL

MANUALE D'ISTRUZIONE

Grazie per aver acquistato il tappeto magnetico INNOLIVING, che ti permetterà di allenarti e tenerti in forma nell'intimità e comodità di casa tua.

Prima di utilizzare il prodotto, leggere attentamente le istruzioni riportate in questo manuale. Si consiglia di conservare questo manuale per ogni eventuale necessità di consultazione futura.

IMPORTANTI NORME DI SICUREZZA

1. Seguire attentamente le istruzioni d'uso, ogni utilizzo diverso da quello descritto nel presente manuale è da intendersi uso non conforme e quindi improprio. Il fabbricante declina ogni responsabilità per danni provocati a persone e cose derivanti da un uso improprio dell'apparecchio.
2. È responsabilità del proprietario del tapis roulant informare adeguatamente qualsiasi persona che farà uso di questo apparecchio, delle avvertenze qui di seguito elencate.
3. Prima di iniziare qualsiasi programma di allenamento, si consiglia di contattare il proprio medico per determinare se le proprie condizioni fisiche sono idonee e per verificare che tale esercizio fisico non metta in serio pericolo la tua salute e sicurezza e per conoscere eventuali controindicazioni. Questo è raccomandabile in particolar modo per le persone oltre i 35 anni di età o per le persone con problemi fisici preesistenti. Selezionare il livello di velocità e intensità più adeguato alla propria condizione fisica.
4. Il parere del medico è essenziale se si stanno assumendo medicine che agiscono sul sistema cardiaco, la pressione sanguigna o il livello di colesterolo.
5. Le persone che soffrono di problemi cardiaci devono utilizzare il tapis roulant solo dopo aver consultato il medico e allenarsi sempre in presenza di qualcuno.
6. Tenere il tapis roulant al coperto, lontano dall'umidità e dalla polvere. Non mettere il tapis roulant in un garage, in terrazza, o vicino a fonti d'acqua.
7. Prima di usare il tapis roulant, verificare che tutte le viti e bulloni siano stati avvitati correttamente. Non utilizzare il tapis roulant, se non è assemblato bene, ispezionare e stringere tutte le parti regolarmente.
8. Posizionare il tapis roulant su una superficie piana con almeno 2 m di spazio libero dietro la pedana e 0,5 m di spazio libero lateralmente, accertandosi che tutti e 4 i piedini poggino bene sul pavimento.
9. Non posizionare il tapis roulant vicino all'acqua, all'aperto o dove ostruisca un'apertura d'aria. Per protezione, coprire il pavimento sottostante il tapis roulant.
10. Non utilizzare il tapis roulant dove sono utilizzati prodotti per inalazione o per la somministrazione di ossigeno.
11. Tenere lontano dalla portata dei bambini di età inferiore ai 12 anni ed animali domestici. Questo prodotto è stato realizzato per essere usato solamente dagli adulti. Non è adatto ad un uso terapeutico.
12. Il tapis roulant non dovrebbe essere utilizzato da persone con un peso superiore ai 100 kg.
13. Non permettere a più di una persona alla volta di usare il tapis roulant.
14. Durante l'allenamento indossare un abbigliamento adeguato. Non indossare abiti troppo larghi o che potrebbero impigliarsi nel tapis roulant. Si consigliano articoli sportivi comodi. Calzare sempre scarpe da ginnastica. Non usare mai il tapis roulant a piedi scalzi, indossando solo le calze o i sandali.

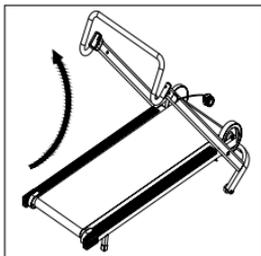
15. Non utilizzare o indossare oggetti metallici quando si è sul tappeto magnetico, assicurarsi che le tasche siano vuote prima di salire sul tappeto. Prima dell'allenamento togliere qualsiasi tipo di gioiello, collane o altro accessorio.
16. Non tentare di sollevare, abbassare, o spostare il tapis roulant sino a montaggio completo.
17. Bisognerà essere in grado di sollevare con facilità 20 kg per potere sollevare, abbassare o muovere il tapis roulant.
18. Non tentare di modificare l'inclinazione del tapis roulant collocando oggetti sotto il tapis roulant.
19. Non azionare il tapis roulant se dovesse risultare danneggiato o se il tapis roulant non funziona correttamente. Rivolgersi al centro assistenza.
20. I sensori di pulsazioni in dotazione non sono dispositivi medici. Vari fattori, tra cui il movimento provocato dall'esercizio, possono influenzare l'accuratezza dei dati della frequenza cardiaca. Questi sensori per il rilevamento delle pulsazioni sono intesi semplicemente come aiuto per determinare approssimativamente la frequenza cardiaca durante l'allenamento.
21. Il tempo continuativo di allenamento non dovrebbe superare i 30 minuti. Non far lavorare il tapis roulant continuativamente per periodi di tempo troppo lunghi, si potrebbe danneggiare il nastro e usurare i cuscinetti, la cinghia e la piattaforma.
22. Mantenere l'ambiente pulito, la polvere può danneggiare il nastro scorrevole.
23. Nell'ambiente di utilizzo, mantenere un livello di umidità adeguato, in inverno in particolare modo, per evitare che l'elettricità statica possa influire sul funzionamento del computer e danneggiarlo.
24. Durante lo spostamento o quando si piega il tapis roulant, accertarsi che sia ben chiuso e il perno di fissaggio inserito correttamente.
25. Se avete i capelli lunghi legarli dietro il collo durante l'allenamento.
26. Dopo aver mangiato, aspettare circa 1 o 2 ore prima di iniziare l'allenamento.
27. Utilizzare l'attrezzo con cura, l'eccessivo utilizzo, il non corretto utilizzo o l'utilizzo senza tener conto del supporto medico, potrebbero causare infortuni.
28. Tenere le mani lontane da tutte le parti in movimento. Fare particolare attenzione, mentre si solleva o si sposta l'apparecchiatura.
29. Ispezionare e stringere appropriatamente tutte le parti del tapis roulant regolarmente.
30. Non inserire o far cadere nessun oggetto nelle aperture o fessure.
31. Non rimuovere la calotta anteriore se non specificato diversamente dal personale addestrato. Qualsiasi altro tipo di manutenzione, a parte quella indicata in questo manuale, è di esclusiva competenza dei tecnici autorizzati.
32. Questo tapis roulant è stato realizzato solo per uso privato. Non usare questo tapis roulant per scopi commerciali, non affittarlo e non usarlo in locali pubblici.
33. Se durante l'allenamento si avvertono giramenti di testa, vertigini, nausea, dolore al petto, mal di schiena o dolori di qualsiasi natura; fermarsi immediatamente, e consultare il proprio medico.
34. Gli elementi di imballaggio (sacchetti di plastica, cartone, polistirolo ecc.) non devono essere lasciati alla portata dei bambini in quanto potenziali fonti di pericolo e devono essere smaltiti secondo quanto previsto dalle normative vigenti.

MONTAGGIO

Posizionare tutte le parti del Tapis roulant, vedi figure sotto, in una zona sgombra e rimuovere tutto il materiale d'imballaggio. Non sbarazzarsi del materiale d'imballaggio fino è che il montaggio non sia stato completato.

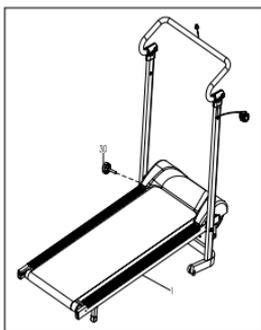
N.B: Non posizionare il tappeto magnetico su tappeti di tessuto spessi.

Fase 1
Immagine 1



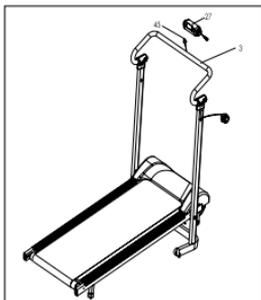
Aprire il tappeto magnetico come mostrato nella Immagine 1, fino che il montante destro e sinistro siano in posizione verticale.

Fase 2
Immagine 2



Fissare il perno di bloccaggio (30) nel telaio principale (1).

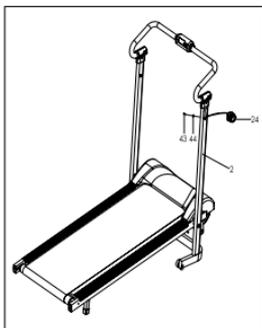
Fase 3
Immagine 3



Aprire il computer, vedi immagine sotto, inserire 2 batterie alcaline di tipo AAA. Collegare il cavo del computer con il filo del sensore centrale (45), quindi fissare la console (27) sul manubrio (3).

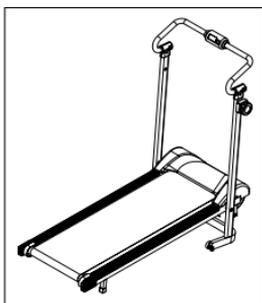


Fase 4
Immagine 4



Posizionare la manopola di controllo della tensione (24) sul montante destro (2), quindi fissarla con la vite filettata (43) e la rondella piana (44).

Fase 5
Immagine 5



COMPUTER

FUNZIONI

TEMPO	0:00~99:59MIN
VELOCITA'	0.0~999.9ML/H (KM/H)
DISTANZA.....	0.0~999.9ML (KM)
CALORIE	0.0~999.9KCAL
ODOMETRO	0.00~99.99ML (KM)
PULSAZIONI	40~240BPM
SCAN	

TEMPO: premere il tasto MODE di modo che la freccia indichi TIME. Il display visualizza la durata dell'allenamento.

VELOCITA': premere il tasto MODE di modo che la freccia indichi SPEED. Il display visualizza la velocità attuale.

DISTANZA: premere il tasto MODE di modo che la freccia indichi DISTANCE. Il display visualizza la distanza percorsa nella sessione di allenamento.

CALORIE: premere il tasto MODE di modo che la freccia indichi CALORIE. Il display visualizza le calorie bruciate.

ODOMETRO: premere il tasto MODE di modo che la freccia indichi ODOMETER. Il display visualizza la distanza totale percorsa.

PULSAZIONI: premere il tasto MODE di modo che la freccia indichi PULSE. Posizionare le mani sui rilevatori di battito cardiaco. Il simbolo del cuore inizierà a lampeggiare quando il battito viene rilevato. Il valore della frequenza cardiaca (battiti per minuto) viene visualizzato dopo circa 5 secondi. Se dopo 10 secondi non compare nulla, ripetere l'operazione dall'inizio posizionando le mani correttamente sui sensori.

SCAN: Premere e rilasciare il pulsante MODE fino a quando la freccia non indica SCAN. Il computer automaticamente passa da una funzione all'altra: tempo, velocità, distanza, calorie e battito cardiaco in sequenza ogni 4 secondi.

NOTE: Il computer si spegne in automatico dopo 4 minuti di inattività.

INSTALLAZIONE/SOSTITUZIONE DELLE BATTERIE:

Togliere il computer dall'apposito supporto.

Aprire il computer e inserire le batterie nell'apposito vano.

Il computer funziona con 2 batterie di tipo AAA.

Note:

Non inserire mai una batteria nuova insieme ad una vecchia.

Usare lo stesso tipo di batterie. Non utilizzare una batteria alcalina con un altro tipo di batteria.

Le batterie ricaricabili sono sconsigliate.

ETICHETTA DATI:



Questo dispositivo è conforme a tutte le direttive europee applicabili.



INFORMAZIONI AGLI UTENTI ai sensi del Decreto Legislativo N° 49 del 14 Marzo 2014 “Attuazione della Direttiva 2012/19/UE sui rifiuti di apparecchiature elettriche ed elettroniche (RAEE)”

Il simbolo del cassonetto barrato riportato sull'apparecchiatura indica che il prodotto alla fine della propria vita utile deve essere raccolto separatamente dagli altri rifiuti. L'utente dovrà, pertanto, conferire l'apparecchiatura integra dei componenti essenziali giunta a fine vita agli idonei centri di raccolta differenziata dei rifiuti elettronici ed elettrotecnici, oppure riconsegnarla al rivenditore al momento dell'acquisto di nuova apparecchiatura di tipo equivalente, in ragione di uno a uno, oppure 1 a zero per le apparecchiature aventi lato maggiore inferiore a 25 CM. L'adeguata raccolta differenziata per l'avvio successivo dell'apparecchiatura dimessa al riciclaggio, al trattamento e allo smaltimento ambientale compatibile contribuisce ad evitare possibili effetti negativi sull'ambiente e sulla salute e favorisce il riciclo dei materiali di cui è composta l'apparecchiatura. Lo smaltimento abusivo del prodotto da parte dell'utente comporta l'applicazione delle sanzioni amministrative di cui al D.Lgs n. Decreto Legislativo N° 49 del 14 Marzo 2014.



Le batterie utilizzate da questo apparecchio, alla fine della loro vita utile, vanno smaltite negli appositi raccoglitori. Informarsi sulle normative locali relative alla raccolta differenziata delle batterie.

Un corretto smaltimento delle batterie permette di evitare conseguenze negative per l'ambiente e la salute.

COME ALLENARSI

INIZIARE L'ALLENAMENTO

Prima di iniziare qualsiasi tipologia di attività fisica consultare un medico.

N.B Consultare il medico prima di iniziare qualsiasi tipo di esercizio fisico. Questo è importante specialmente per persone oltre i 35 anni o persone con problemi fisici già esistenti.

Qualora, durante l'allenamento, doveste avvertire sintomi particolari, dolori o altre cose inaspettate, interrompere immediatamente l'allenamento e consultare un medico.

Inizia ogni allenamento con una seduta di riscaldamento – alcuni minuti di stretching per prevenire stiramenti, crampi o altri danni muscolari:

Sali sull'attrezzo, appoggia le mani ai corrimano e posiziona i piedi sui poggiatesta laterali (si trovano ai lati del nastro di corsa);

Inizia a camminare sull'attrezzo; essendo un tapis roulant magnetico la velocità del nastro di corsa dipende dalla velocità dell'utilizzatore.

Continuare normalmente con il resto dell'allenamento.

ATTENZIONE:

- Correre al centro del nastro di corsa;

- Mantenere la testa alta e guardare sempre in avanti;
- Le spalle devono essere sempre allineate e rivolte in avanti, non ruotare mai le spalle o girarle a destra o sinistra durante la corsa;
- Mai correre inclinati in avanti o indietro o con andatura ciondolante, questo potrebbe causare dolori alla parte bassa del corpo che potrebbero inficiare il corretto svolgimento dell'allenamento.
- Direzioneare i piedi sempre di fronte a te.

TERMINARE L'ALLENAMENTO

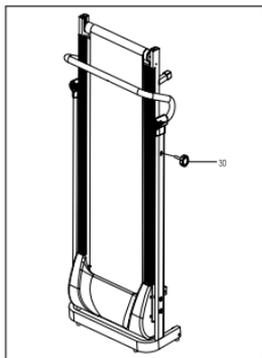
Finisci l'allenamento rallentando gradatamente la camminata o corsa;

Utilizza i corrimano per riprendere l'equilibrio una volta che il nastro si è arrestato definitivamente;

Se necessario pulisci il nastro di corsa con un panno umido;

Ogni volta che termini un allenamento esegui una sessione defaticante di camminata molto lenta seguita da alcuni minuti di stretching per sciogliere i muscoli.

Immagine 6



Dopo aver terminato l'allenamento, è possibile chiudere il tapis roulant, basta rimuovere il perno di fissaggio laterale, sollevare la pedana e bloccarla con il perno di bloccaggio (30), vedi immagine 6. Verificare che la pedana è effettivamente bloccata nella posizione da chiuso.

ATTENZIONE: PRIMA DI PROCEDERE A QUALSIASI SPOSTAMENTO DEL TAPIS ROULANT CHIUSO ASSICURARSI CHE, IL PERNO DI FISSAGGIO SIA BEN STRETTO PER EVITARE CHE LA STRUTTURA PRINCIPALE SI SGANCI.

PULIZIA

Mantenere il tapis roulant pulito. Eliminare la polvere dal nastro e dalla piattaforma, la polvere, aumentando l'attrito del nastro, può danneggiare il sistema.

USER MANUAL

Thanks for purchasing INNOLIVING magnetic treadmill, it allows you to train and keep fit in the intimacy and comfort of your home.

Before use, please read carefully all the instructions below. It is recommended to save this user manual for any future use.

IMPORTANT SAFETY NORMS

1. Please follow the instructions for use, all uses other than described in this manual are considered non-conforming use and therefore improper. The manufacturer declines all responsibilities for damage to persons or property resulting from improper use of the device.
2. It is the responsibility of the owner to ensure that all users of this treadmill are adequately informed of all warnings and precautions.
3. Before beginning this or any exercise program, consult your physician. This is especially important for individuals over the age of 35 or individuals with pre-existing health problems. Set the speed and intensity considering your health status.
4. The doctor's advice is essential if you are taking medicines that affect the heart, blood pressure or cholesterol level.
5. People suffering heart disease shall use the treadmill only after consulting with the doctor and never use it when they are alone.
6. Keep the treadmill indoors, away from moisture and dust. Do not put the treadmill in a garage or covered patio, or near water.
7. Do not operate the equipment if it is not assembled well. Also you must inspect the equipment periodically to ensure your machine in good condition. Inspect and properly tighten all parts of the treadmill regularly.
8. Place the treadmill on a flat surface, with at least 2 m of open space behind it and 0.5 m on each side. Make sure that four feet of the treadmill support the ground steadily.
9. Do not place it near the water or outdoors, or on a surface that blocks any air openings. To protect the floor or carpet from damage, place a mat under the treadmill.
10. Do not operate the treadmill where aerosol products are used or where oxygen is being administered.
11. Keep children under the age of 12 and pets away from the treadmill at all times. The equipment is designed for adult use only. The equipment is not suitable for therapeutic use.
12. The treadmill should be used only by persons weighing 100 kg or less.
13. Never allow more than one person on the treadmill at a time.
14. Wear appropriate exercise clothes when using the treadmill. Do not wear loose clothes that could become caught in the treadmill. Athletic support clothes are recommended for both men and women. Always wear athletic shoes. Never use the treadmill with bare feet, wearing only stockings, or in sandals.
15. Do not use or wear metallic objects during the use, empty your pockets before use. Take out jewels, necklaces or other accessories before use.
16. Do not attempt to raise, lower, or move the treadmill until it is properly assembled.
17. You must be able to safely lift 20 kg to raise, lower, or move the treadmill.

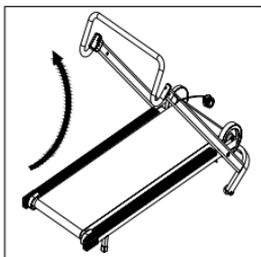
18. Do not change the incline of the treadmill by placing objects under the treadmill.
19. Do not use the treadmill if it's damaged or doesn't work properly. Please address the after sales service.
20. The pulse sensor is not a medical device. Various factors, including your movement, may affect the accuracy of heart rate readings. The sensor is intended only as an exercise aid in determining heart rate trends in general.
21. Continuous exercise time should not be longer than 30 minutes. Don't make the treadmill to over work for a long time. Otherwise it may damage the motor or controller, and speed up the aging of bearings, running belt and running platform.
22. Keep the environment clean for that dust can damage the running belt.
23. Keep proper air humidity indoors in winter to avoid static electricity which may influence the working of electronic meter or damage it.
24. When folding or moving the treadmill, make sure that the storage latch is fully closed
25. If you have long hair, tie them behind the neck for training.
26. After eating wait 1 or 2 hours before exercising.
27. Use the equipment carefully, the excessive use, the improper use or the use without consider the doctor's advice might cause injuries.
28. Keep hands away from all moving parts. While lifting or moving the equipment, always do it carefully.
29. Before using the equipment, please check the nuts and bolts are securely tightened.
30. Never insert any object into any opening.
31. Never remove the motor hood unless instructed to do so by an authorised service representative. Servicing other than the procedures in this manual should be performed by an authorised service representative only.
32. The treadmill is intended for in-home use only. Do not use the treadmill in a commercial, rental, or institutional setting.
33. If you feel dizziness, nausea, chest pain, back pain or other health symptoms stop the workout at once and consult your doctor before continuing.
34. Packaging components (plastic bags, cardboard, polystyrene etc.) must be kept out of the reach of children as they have the potential to be dangerous and their disposal should be carried out according to the current regulations.

HOW TO ASSEMBLE

Set the treadmill in a cleared area and remove all packing materials. Do not dispose of the packing materials until assembly is completed.

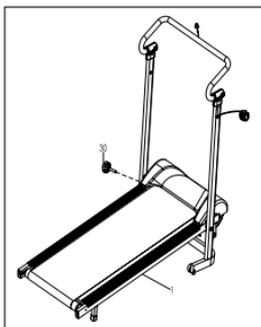
N.B: do not place the treadmill on thick carpets.

Step 1
Picture 1



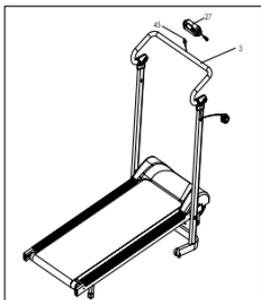
Open the treadmill as picture 1 shows, till the left & right upright is vertical.

Step 2
Picture 2



Fasten the locking pin (30) into the main frame (1)

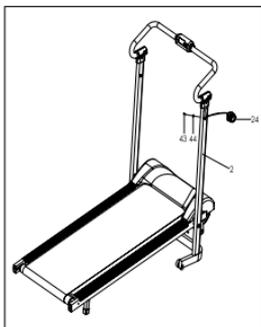
Step 3
Picture 3



Open the computer as the picture below shows, insert the 2 alkaline AAA. Batteries. Connect the computer wire with middle sensor wire (45) then fasten the console (27) on the handle bar (3).

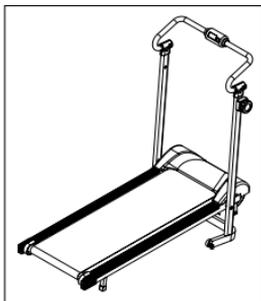


Step 4
Picture 5



Put the tension control knob (24) on the right upright (2), fasten it with the a screw (43) and flat washer (44).

Step 5
Picture 5



COMPUTER

SPECIFICATIONS

TIME	0:00~99:59MIN
SPEED	0.0~999.9ML/H (KM/H)
DISTANCE	0.0~999.9ML (KM)
CALORIES	0.0~999.9KCAL
ODOMETER	0.00~99.99ML (KM)
PULSES.....	40~240BPM
SCAN	

TIME: press MODE until the arrow points TIME. The display shows the time of exercise
SPEED: press MODE until the arrow points SPEED. The display shows the current speed.
DISTANCE: press MODE until the arrow points DISTANCE. The display shows the distance of the exercise. **CALORIES:** press MODE until the arrow points CALORIES. The display shows the estimated calories burnt.
ODOMETER: press MODE until the arrow points ODOMETER. The display shows the total distance.

PULSES: press MODE until the arrow points PULSE. Place the hands on the pulse sensors. The HEART symbol starts flashing, when computer can measure the heart rate. After 5 seconds it shows the heart rate (beats per minute). If after 10 seconds nothing appears, repeat the measurement, placing the hands correctly.

SCAN: press MODE until the arrow points SCAN. Computer shows each value every 4 seconds: time, speed, distance, calories and heart rate.

NOTE: computer shuts off automatically after 4 minutes of no-use. Il computer si spegne in automatico dopo 4 minuti di inattività.

HOW TO INSERT/REPLACE BATTERIES

Remove the computer from the handlebar.

Open the computer and insert the batteries in the compartment.

Computer operates with 2 alkaline AAA batteries.

Remarks:

Never use old and new batteries together.

Use batteries of the same type. Never use one alkaline battery together with one of different type.

Rechargeable batteries are not recommended.

RATING LABEL:

innoliving

Innoliving Spa

Via Merloni, 9 60131 Ancona Italy

FIT-805

3V = 2x1,5 AAA batt.

MADE IN CHINA

LOT n.



This product is made in conformity with all the applicable EU standards.



INFORMATION TO USERS according to Legislative Decree No. 49 of March 14, 2014 " 2012/19/UE Implementation of the Directive on Waste Electrical and Electronic Equipment (WEEE) "The crossed-out dustbin symbol indicates that the product at the end of its life must be collected separately from other waste. The user should, therefore, take the equipment with the essential components at the end of its useful life to the separate collection center of electronic and electrical waste, or return it to the retailer when purchasing new equipment of equivalent type, in ratio of one to one, or one to zero for devices with larger side less than 25 CM. The separate collection for the decommissioned equipment for recycling, treatment and environmentally compatible disposal contributes to avoid possible negative effects on the environment and human health and promotes recycling of the materials. Improper disposal of the product by the user entails the application of administrative sanctions according to Legislative Decree No. 49 of 14 March 2014



The batteries used in this device must be disposed of in the special bins at the end of their life. Please inform yourself about the local rules on separate collection of batteries. The correct disposal of batteries helps preventing potentially negative consequences on the environment and human health.

HOW TO TRAIN

START THE TRAINING

Before beginning this or any exercise program, consult your physician.

NOTE: This is especially important for individuals over the age of 35 or individuals with pre-existing health problems. Set the speed and intensity considering your health status.

If, during your workout, you should experience any symptoms, pain or other unexpected things, stop exercising immediately and consult a physician.

Begin each workout with a warm-up session - a few minutes of stretching to prevent sprains, cramps or other muscle damages.

Step on the treadmill, put your hands to the handlebar and place the feet on the side (on the sides of the running belt);

Start walking; being a magnetic treadmill the speed depends on the speed of the user.

Continue normally with the rest of the workout.

ATTENTION:

- Run in the middle of the running belt;
- Keep your head up and always look forward;
- The shoulders should always be aligned and facing forward, do not turn your back or turn them over to the left or right during the race;

- Never run forward or backward inclined or drooping gait, this may cause pain in the lower part of the body that could affect negatively the training.
- Direct your feet always in front of you;

END TRAINING

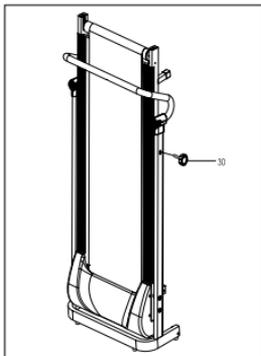
Finish your workout gradually slowing to run and walk;

Use the handlebar to steady once the belt has stopped permanently;

If necessary, clean the running belt with a damp cloth;

Every time you finish a training session, walk few minutes very slowly and make some minutes of stretching to loosen the muscles.

Picture 6



Fold the treadmill and lock it in place with the locking pin (30) after exercise.

Make sure the platform is effectively locked in the closed position.

ATTENTION: BEFORE MOVING THE FOLDED TREADMILL, MAKE SURE THE LOCKING PIN IS PROPERLY TIGHTENED, IN ORDER TO AVOID THE RELEASE OF THE MAIN PLATFORM.

CLEANING

Keep the treadmill clean. Remove dust from the belt and platform; dust, increasing friction, can damage the system.



innoliving
easy tech, easy life

Innoliving Spa
Via Merloni, 9
60131 Ancona Italy
Tel 199.188.335
www.innoliving.it

MADE IN CHINA

