



**innoliving**  
*easy tech, easy life*

**TAPPETO  
MOTORIZZATO  
PIEGHEVOLE**



**FIT-806**  
**MANUALE D'USO**  
USER MANUAL



## MANUALE D'ISTRUZIONE

*Grazie per aver acquistato il tappeto motorizzato 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, vedi immagine sotto, 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 120 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 tentare di sollevare, abbassare, o spostare il tapis roulant sino a montaggio completo.
16. Bisognerà essere in grado di sollevare con facilità 20 kg per potere sollevare, abbassare o muovere il tapis roulant.
17. Inserire la spina direttamente in un circuito con collegamento di massa con capacità a 12 o più amps.  
Prima di collegare l'apparecchio alla rete, verificare che il voltaggio indicato sull'apposita targhetta corrisponda a quello della vostra presa di corrente.
18. Non tentare di modificare l'inclinazione del tapis roulant collocando oggetti sotto il tapis roulant.
19. Evitare il contatto del cavo della corrente e il dispositivo di protezione di sovracorrente con superfici calde.
20. Non cercare di muovere il nastro scorrevole quando l'apparecchio non è alimentato da energia elettrica.
21. Non azionare il tapis roulant se il cavo d'alimentazione o la spina della corrente sono danneggiati o se il tapis roulant non funziona correttamente. Rivolgersi al centro assistenza.
22. Non stare sul nastro scorrevole durante l'accensione del tapis roulant, ma salire sulle pedane in plastica a lato del nastro e tenersi al corrimano. Azionare il tapis roulant e iniziare l'allenamento se il tapis roulant funziona correttamente. Durante l'allenamento tenersi sempre ai corrimano.
23. Il tapis roulant può raggiungere alte velocità. Regolare la velocità in piccoli incrementi.
24. 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 aiuti per determinare approssimativamente la frequenza cardiaca durante l'allenamento.
25. Non lasciare mai incustodito il tapis roulant mentre è in funzione. Rimuovere la chiave, staccare la spina della corrente e spegnere l'interruttore acceso/spento quando il tapis roulant non viene utilizzato.
26. Il tempo continuativo di allenamento non dovrebbe superare i 90 minuti. Non far lavorare il tapis roulant continuativamente per periodi di tempo troppo lunghi, si potrebbe danneggiare il motore e usurare i cuscinetti, la cinghia e la piattaforma.
27. Mantenere l'ambiente pulito, la polvere può ridurre la sensibilità del sensore per il controllo della velocità.
28. Nell'ambiente di utilizzo, mantenere un livello di umidità adeguato, in inverno in particolar modo, per evitare che l'elettricità statica possa influire sul funzionamento del computer e danneggiarlo.

29. Durante lo spostamento o quando si piega il tapis roulant, accertarsi che la chiusura a scatto sia completamente bloccata.
30. Tenere le mani lontane da tutte le parti in movimento. Fare particolare attenzione, mentre si solleva o si sposta l'apparecchiatura.
31. Ispezionare e stringere appropriatamente tutte le parti del tapis roulant regolarmente.
32. Non inserire o far cadere nessun oggetto nelle aperture o fessure.
33. Spegner l'interruttore e staccare sempre il cavo della corrente dopo aver usato il tapis roulant, prima di pulirlo, e prima di eseguire la manutenzione e le procedure di regolazione descritte in questo manuale. Non rimuovere la calotta del motore 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.
34. 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.
35. 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.
36. 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.

## IL PRODOTTO E LE SUE PARTI

Specifiche tecniche:

- Input Voltaggio: 220V  $\pm$ 10% (50H)
- Temperature ambientale ottimale di utilizzo: 0-40°C
- Potenza continua motore: 1.5HP
- corrente elettrica inferiore a 5A
- Velocità: 1.0-12.0 km/h ( $\pm$ 5%)
- Tempo:: 0:00-99.59 (minuti:secondi)
- Distanza: 0.00-99.5 km
- Calorie: 0-995(Calorie)
- Area di corsa: 1230x400 mm.
- Area occupata dall'attrezzatura: 1600x680 mm

1. PROG: tasto selezione programma
2. START
3. DISPLAY LCD
4. SPEED▲: aumento velocità
5. Chiave di sicurezza
6. SPEED▼: riduzione velocità
7. Selezione velocità
8. STOP
9. Mode



Fig. 1

1. Display
2. Corrimano destro e sinistro
3. Montante destro e sinistro
4. Coperchio motore
5. Tappeto corsa
6. Bulloni per regolazione tappeto
7. Sistema inclinazione manuale
8. Telaio
9. Telaio inferiore
10. Cilindro
11. Sistema chiusura

Fig. 2



## 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 a che il montaggio non sia stato completato.



Fig. 3

- Chave Blocco di sicurezza
- 8 x Rondelle
- 12x bulloni
- Brugola
- Cacciavite
- 2 x cilindri con anello
- 2x bulloni lunghi



Fig. 4

- 2 x Montante
- Barra



Fig. 5

- Computer
- Manubrio
- 2 x particolari in plastica



Fig. 6

- Piattaforma

**Fase 1:**

Assemblare i 2 montanti sulla piattaforma. Nel montante di destra far passare all'interno il filo di collegamento del segnale, utilizzando il filo bianco per far passare più agevolmente il cavetto all'interno del montante. Fissare i 2 montanti alla piattaforma con i bulloni in dotazione.

**Fase 2:**

Assemblare il manubrio: collegare il filo di collegamento del segnale al computer e fissare il manubrio ai montanti con i bulloni.

**Fase 3:**

Fissare la barra di supporto: fissare la barra ai montanti utilizzando i bulloni lunghi. Inserire i particolari in plastica sul manubrio in prossimità dei montanti.

**N.B:** Una volta assemblato correttamente, rimuovere definitivamente il blocco laterale della piattaforma, vedi immagine sotto.



Prima dell'uso,

- **Posizionare la chiave del blocco di sicurezza nell'apposito cerchio in metallo presente su display.**
- Prima di collegare l'apparecchio alla rete, verificare che il voltaggio indicato sull'apposita targhetta corrisponda a quello della vostra presa di corrente.

### ISTRUZIONI D'USO

**N.B:** Non salire sul nastro scorrevole prima di aver avviato il tapis roulant, ma salire sulle pedane in plastica a lato del nastro e tenersi al corrimano. Iniziare l'allenamento dopo aver verificato che il tapis roulant funziona correttamente.

Il tapis roulant può raggiungere alte velocità. Regolare la velocità in piccoli incrementi. Durante l'allenamento, fissare la clip di plastica sul vostro abbigliamento.

1. Inserire la spina in una presa di corrente domestica 220V AC.
2. Verificare che i cavi siano ben collegati, quindi accendere l'interruttore posto sulla parte frontale del tapis roulant, vedi foto sotto, il display visualizza "----" in blu. Inserire la chiave di sicurezza, il sistema entra in modalità stand-by, il display visualizza: P (pulsazioni) e 0 (per gli altri valori).



3. Premere il tasto "START" del computer in modalità standby (o premere START sul lato sinistro del manubrio), il sistema entra in modalità di funzionamento manuale, la macchina inizia a muoversi a velocità 1,0 km/h dopo 3 secondi di conto alla rovescia, visualizzato sul display. Premere SPEED ▲ o ▼ per verificare che la velocità cambia

regolarmente e il tapis roulant funziona correttamente (o premere SPEED sul lato destro del manubrio). Premere e tenere premuto il tasto SPEED per più di 2 secondi per aumentare/diminuire la velocità in maniera continuativa. La velocità massima è 12km/h e il tempo massimo visualizzabile è 99.59 minuti.

4. Premere il tasto STOP o togliere la chiave di sicurezza per fermare l'apparecchio.
5. Premere MODE in modalità stand-by per selezionare uno dei 3 parametri sportivi: TEMPO/DISTANZA/CALORIE (che cominceranno a lampeggiare in ciascuna finestra), premere SPEED ▲ o ▼ per fissare un valore target per uno dei parametri e START per impostarlo. Raggiunto il valore target, il display visualizzerà velocità 1.0 e il sistema + emetterà un "Bi" allarme sonoro, la velocità si ridurrà a 1.0.
6. In modalità STAND BY premere il tasto PROGRAM per selezionare uno dei 12 programmi.

P1: (colore bianco) è il programma manuale, premere i tasti SPEED per fissare la durata dell'allenamento, poi premere START per iniziare a correre.

P2-P12 sono programmi pre-impostati, P2/3/4 (colore arancione) sono adatti per ragazzi di età superiore ai 12 anni, P5/6/7 (colore verde) sono adatti per adulti che conducono una vita sedentaria e per gli anziani, P11/12 sono adatti per gli atleti.

P1: lavora con una velocità di 1 km/h, premere i tasti SPEED per variare la velocità, TEMPO/DISTANZA/CALORIE partono da zero e mano a mano visualizzano i valori raggiunti.

P2: la finestra del display relativo alla DISTANZA visualizza 1,5KM, il tempo pre-impostato è 12:00 minuti, il display visualizza come velocità 7,5 km/h. Premere SPEED ▲ per aumentare la velocità, quando il sistema emetterà l'allarme sonoro "Bi", la velocità ritornerà sempre a 7,5km/h.

P3: la finestra del display relativo alla DISTANZA visualizza 3KM, il tempo pre-impostato è 26:00 minuti, il display visualizza come velocità 7,0 km/h. Premere SPEED ▲ per aumentare la velocità, quando il sistema emetterà l'allarme sonoro "Bi", la velocità ritornerà sempre a 7,0km/h.

P4: la finestra del display relativo alla DISTANZA visualizza 5KM, il tempo pre-impostato è 50:00 minuti, il display visualizza come velocità 6,0 km/h. Premere SPEED ▲ per aumentare la velocità, quando il sistema emetterà l'allarme sonoro "Bi", la velocità ritornerà sempre a 6,0km/h.

P5: la finestra del display relativo alla DISTANZA visualizza 1KM, il tempo pre-impostato è 7:00 minuti, il display visualizza come velocità 8,6 km/h. Premere SPEED ▲ per aumentare la velocità, quando il sistema emetterà l'allarme sonoro "Bi", la velocità ritornerà sempre a 8,6km/h.

P6: la finestra del display relativo alla DISTANZA visualizza 1KM, il tempo pre-impostato è 9:00 minuti, il display visualizza come velocità 4,2 km/h. Premere SPEED ▲ per aumentare la velocità, quando il sistema emetterà l'allarme sonoro "Bi", la velocità ritornerà sempre a 4,2km/h.

P7-12: selezionando uno di questi programmi, la finestra sul display relativo al tempo TIME lampeggia e il display visualizza 30:00, premere i tasti SPEED per impostare la durata dell'allenamento nel range che va da 5:00 a 99:59, premere START per avviare

il programma. Ciascun programma è costituito da 20 intervalli, ciascun intervallo è un ventesimo della durata totale dell'allenamento ed è caratterizzato da una velocità prefissata. Se durante l'intervallo si modifica la velocità, questa all'intervallo successivo verrà comunque re-impostata alla velocità prevista per quell' intervallo.

Le velocità pre-impostate per ciascun programma e intervallo sono visualizzate nella tabella qui di seguito in grassetto:

intervallo n.	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
P7	2	4	6	2	4	6	2	4	6	2	2	4	6	2	4	6	2	4	6	2
P8	3	5	7	3	5	7	8	5	7	8	5	7	8	3	5	7	3	5	7	3
P9	2	3	3	5	6	9	9	10	10	6	6	8	8	3	5	8	6	6	6	2
P10	4	5	6	7	8	9	10	10	10	9	9	9	8	8	8	9	9	8	6	4
P11	9	10	11	12	12	12	10	10	9	9	12	9	9	12	9	9	10	11	12	12
P12	3	8	3	8	4	9	4	9	12	12	6	6	10	10	4	12	4	12	10	10

7. TEST Cardiofrequenzimetro: afferrare i corrimano posizionando le mani sui sensori in ferro per alcuni secondi, dopo alcuni secondi, il display visualizzerà la frequenza cardiaca attuale. Questo valore serve solo come riferimento ed è privo di alcuna valenza medica.

Il sistema emetterà un allarme sonoro "B i- B i..." per 15 volte, quando finisce un programma, il sistema passerà automaticamente alla modalità manuale e continuerà ad operare a 2 km/h, premendo STOP, si resetta il sistema e si passa alla modalità STAND- BY.

8. Se non si preme alcun tasto per 10 minuti nella modalità stand-by, il display si spegne automaticamente, premere qualsiasi tasto per riavviare il computer.
9. Togliendo la chiave di sicurezza dalla consolle, il tapis roulant si blocca e il display visualizza "---"; ed emette dei "Bi Bi" continui. È necessario spegnere il tapis roulant. Il sistema si riaccenderà ed entrerà in modalità stand by quando viene riposizionata la chiave di sicurezza.
10. Per inclinare la pedana, sollevare i piedini arancioni e fissare i due bulloni con anello nel foro corrispondente all'inclinazione desiderata, vedi immagine sotto.



11. Per piegare verticalmente il tapis roulant: sollevare la piattaforma fino a fine corsa fino a ch  si bloccher  in posizione verticale. Per riportare il tapis roulant nella posizione originale, premere con un piede il cilindro idraulico e la pedana torner  in posizione orizzontale automaticamente.



12. Durante l'allenamento, fissare la clip della chiave di sicurezza su un indumento. In caso di malessere, tirare la chiave di sicurezza per bloccare il funzionamento del tapis roulant.

#### **ATTENZIONE:**

- Quando si usa il tapis roulant per la prima volta, iniziare con un livello di velocit  bassa e poi incrementare gradualmente.
- Adattare la propria andatura alla velocit  del nastro. Non calpestare con forza la pedana, non saltare sul nastro.
- Non usare la chiave di sicurezza come tasto di spegnimento, si pu  danneggiare il tapis roulant. Utilizzare a chiave di sicurezza solo in casi di emergenza.
- Determinare velocit  e durata dell'esercizio in base alle proprie condizioni fisiche.
- Bambini, anziani e donne in stato di gravidanza possono usare il tapis roulant solo dopo aver consultato il medico. Questo apparecchio non   un giocattolo. Questo prodotto non   concepito per essere utilizzato dai bambini senza la diretta supervisione di un adulto.
- Lasciar passare almeno un'ora dai pasti, prima di utilizzare il tapis roulant.
- Non usare il tapis roulant dopo aver assunto eccessive quantit  di alcohol.

#### **MANUTENZIONE**

**Attenzione: assicurarsi che il tapis roulant sia spento e la spina sia stata disinserita dalla presa di corrente, prima di procedere con qualsiasi operazione di manutenzione e/o pulizia.**

##### **1. PULIZIA:**

Mantenere il tapis roulant pulito, scollegarlo sempre dalla rete elettrica prima di pulirlo. Eliminare la polvere dal nastro e dalla piattaforma, la polvere, aumentando l'attrito del nastro, pu  danneggiare il sistema.

##### **2. LUBRIFICAZIONE:**

la frequenza con cui lubrificare il tappeto, dipende dalla frequenza di utilizzo. Maggiore

è la frequenza di utilizzo, minore è l'intervallo di tempo che dovrebbe intercorrere tra una lubrificazione e l'altra. In ogni caso, se l'utilizzatore avverte un maggiore attrito del nastro sulla pedana durante l'uso, è necessario lubrificare il tappeto con olio al silicone. Sollevare il nastro scorrevole e versare alcune gocce direttamente sulla pedana in un lato e nell'altro. Riposizionare il nastro e farlo aderire bene alla pedana.

Si consiglia di far trascorre 1-3 mesi tra una lubrificazione e l'altra. Lubrificare troppo spesso il tappeto e usare quantità eccessive di olio, possono danneggiare il motore e il pannello di controllo e ridurre la vita utile del prodotto.

### 3. SE IL NASTRO NON E' CENTRATO

Dopo un periodo di utilizzo, il nastro potrebbe non essere più al centro della piattaforma. Questo potrebbe essere dovuto alla diversa forza esercitata dalle gambe. Far muovere il tapis roulant libero, senza salirci, il tapis roulant dovrebbe riportare automaticamente il nastro al centro.

Se il nastro scorrevole continua ad essere decentrato, prima di tutto rimuovere la chiave e **DISINSERIRE IL CAVO ELETTRICO**. Se il nastro scorrevole si fosse spostato sulla destra, utilizzare la chiave esagonale per tirare il bullone nella parte posteriore destra o svitare quello nella parte sinistra; viceversa nel caso il nastro sia spostato a sinistra.

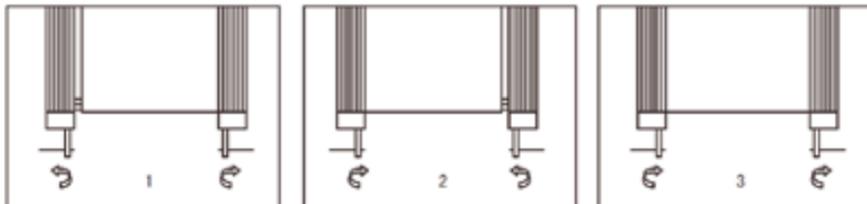
Fare attenzione a non stringere troppo il nastro scorrevole. Inserire il cavo elettrico nella presa, inserire la chiave e far funzionare il tapis roulant per alcuni minuti. Ripetere fino a che il nastro scorrevole non sia centrato.

### 4. SE IL NASTRO SCIVOLA QUANDO CI CAMMINATE SOPRA

Rimuovere la chiave e **STACCARE LA SPINA**. Usando la chiave esagonale, girare entrambi i bulloni regolazione rullo posteriore in senso orario, mezzo giro. Quando il nastro scorrevole è teso correttamente, dovrete poter sollevare ogni suo lato da 8 a 10 cm dalla piattaforma. Fare attenzione a tenere il nastro scorrevole centrato.

Attaccare la spina, inserire la chiave e far funzionare il tapis roulant per pochi minuti. Ripetere finché il nastro scorrevole è centrato correttamente.

#### Bulloni regolazione rullo:



## ETICHETTA DATI:

**innoliving**Innoliving Spa  
Via Merloni, 9 60131 Ancona Italy**FIT-806 motorized treadmill**

Input Voltage: 220V      Frequency: 50/60Hz

Input Power: 1,5HP      Input Current: 5A

MADE IN CHINA

LOT n.



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.

## USER MANUAL

*Thank you for purchasing INNOLIVING motorized treadmill, it will allow you to train and get fit in the privacy and comfort of your home.*

*Before using the product, read the instructions in this manual. Please keep this user manual as reference for future use.*

## IMPORTANT SAFETY INSTRUCTIONS

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 120 kg or less.
13. Do not allow to use more than one person at a time on the treadmill.
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 attempt to raise, lower, or move the treadmill until it is properly assembled.
16. You must be able to safely lift 20 kg, to raise, lower, or move the treadmill.
17. Insert the plug directly into a circuit with ground connection with capacity to 12 or more amps. Before connecting to the mains, check that the voltage indicated on the nameplate corresponds with that of your electrical outlet.
18. Do not change the incline of the treadmill by placing objects under the treadmill.
19. Avoid contact of the power cord and the surge protection device with hot surfaces.
20. Never move the walking belt while the unit is not powered by electricity.
21. Do not operate the treadmill if the power cord or plug is damaged, or if the treadmill is not working properly. Contact the service center.
22. Do not stand on the walking belt when turn on the treadmill, but climb on the platforms plastic side of the belt and keep the handrail. Run the treadmill and start exercising if the treadmill is operating properly. During training, always hold the handrails.
23. The treadmill can reach high speeds. Adjust the speed in small increments.
24. The pulse sensors supplied are not medical devices. Various factors, including the movement, may affect the accuracy of heart rate. These sensors to detect pulsations are intended only as an aid in determining heart rate trends during training.
25. Never leave the treadmill unattended while it is running. Remove the key and unplug the power cord and press the off switch when the treadmill is not in use.
26. The continuous time training should not exceed 90 minutes. Do not operate the treadmill continuously for periods of time too long, you can damage the engine and wear on the bearings, the belt and the platform.
27. Keep the environment clean, dust may reduce the sensitivity of the sensor for the speed control.
28. In the environment of use, maintain a proper level of humidity, in winter in particular, to prevent static electricity that can affect the operation of the computer and damage it.
29. When moving or when you fold the treadmill, make sure the locking shutter is fully closed.
30. Keep hands away from all moving parts. Be especially careful while lifting or moving the equipment.
31. Inspect and properly tighten all parts of the treadmill regularly.
32. Do not insert or drop any object into slots or openings.
33. Turn off the switch and unplug the power cord after using the treadmill before cleaning and before the maintenance and the adjustment procedures described in this manual. Never

remove the motor hood unless instructed by trained staff. Any other type of maintenance is the exclusive competence of authorized service only.

34. The treadmill is intended for in-home use only. Do not use the treadmill in a commercial, rental, or institutional setting.
35. If during exercise you experience dizziness, lightheadedness, nausea, chest pain, back pain or pain of any kind, stop immediately and consult your doctor.
36. 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.

### THE PRODUCT AND ITS PARTS

Specifications:

- Input Voltage: 220V  $\pm$  10% (50H)
- Optimal environmental temperature range: 0-40 °C
- Continuous output power: 1.5HP
- Electric current less than 5A
- Speed: 1.0-12.0 km / h ( $\pm$  5%)
- Time :: 0:00-99.59 (minutes: seconds)
- Distance: 0.00-99.5 km
- Calories: 0-995 (Calories)
- Area of race: 1230  $\times$  400 mm
- Area occupied by the equipment: 1600  $\times$  680 mm

1. PROG: program selection button
2. START
3. DISPLAY LCD
4. SPEED ▲ : speed increase
5. Security key
6. SPEED ▼ : speed reduction
7. Speed selection
8. STOP
9. Mode



Pic. 1

1. Display
2. Left and right handrail
3. Left and right uprights
4. Motor cover
5. Belt
6. Bolts for adjusting the belt
7. Manual tilting
8. Frame
9. Lower frame
10. Barrel
11. Locking system

Pic. 2



## ASSEMBLY

Place all parts of the treadmill, see pictures below, in a cleared area and remove all packing materials. Do not dispose of the packing materials until assembly is completed.



Pic. 3

- Security key lock
- 8 x washers
- 12x bolts
- Allen key
- Screwdriver
- 2 x cylinders with ring
- 2x long bolts



Pic. 4

- 2 x uprights
- Bar



Pic. 5

- Computer
- Handlebars
- 2 x plastic parts



Pic. 6

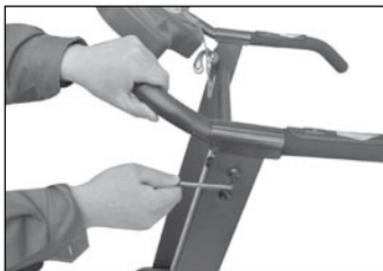
- Platform

**Step 1:**

Assemble the two uprights onto the platform. Pass through the right upright the connecting wires of the signal, to pass more easily the cable inside the upright use the white wire. Fix the 2 uprights to the platform with the supplied bolts.

**Step 2:**

Assemble the handlebar: Connect the power cord of the signal to the computer and attach the handle to the uprights with bolts.

**Step 3:**

Attach the support bar: Fix the bar to the uprights using the long bolts. Insert the plastic parts on the handlebars near to the uprights.

**Note:** Once you have assembled correctly, removes the lock side of the platform, see image below.



Before use,

- Place the key into the security metal lock rim present on display.
- Before connecting the appliance to the mains, check that the voltage indicated on the rating label corresponds with electrical outlet.

### INSTRUCTIONS FOR USE

**Remarks:** Do not stand on the walking belt before you have booted the treadmill, but climb up on the plastic platforms on the side of the belt and keep the handrail. Start exercising after verifying that the treadmill is working properly.

The treadmill can reach high speeds. Adjust the speed in small increments.

During the exercise, attach the plastic clips on your clothing.

1. Insert the plug into a household power socket 220V AC.
2. Make sure the cables are connected properly, and then turn the switch located on the front of the treadmill, see picture below, the display shows "----" in blue. Enter the security key, the system goes into standby mode, the display shows: P (pulse) and 0 (for other values).



3. Press the "START" button of the computer in standby mode (or press START on the left side of the handlebar), the system is in manual mode, the machine begins to move at speed 1.0 km / h after 3 seconds of the countdown shown on the display. Press SPEED ▲ or ▼ to verify that the speed is changed regularly and the treadmill is

working properly (or press SPEED on the right side of the handlebar). Press and hold the SPEED button for more than 2 seconds to increase / decrease the speed continuously. The maximum speed is 12km/h and the maximum time displayed is 99.59 minutes.

4. Press STOP button or remove the safety key to stop the treadmill.
5. Press MODE in standby mode to select one of the 3 parameters: TIME / DISTANCE / CALORIES (which will begin to flash in each window), press SPEED ▲ or ▼ to set a target value for one of the parameters and press START to set. Reached the target value, the display will show speed 1.0 and the system will emit a “Bi” sound alarm, the speed will be reduced to 1.0.
6. In STAND BY mode, press the PROGRAM button to select one of the 12 programs.

P1: (white) is the manual program, press SPEED to set the duration, then press START to start running.

P2-P12 are pre-set programs, P2/3/4 (orange) are suitable for children over the age of 12 years, P5/6/7 (green) are suitable for adults who lead a sedentary life and for elderly, P11/12 are suitable for athletes.

P1: working with a speed of 1 km / h, press SPEED to change the speed, TIME / DISTANCE / CALORIES start at zero and gradually display the values achieved.

P2: the display window DISTANCE display 1.5KM, the pre-set time is 12:00 minutes, the display shows how speed 7.5 km/h. Press SPEED ▲ to increase the speed, when the system will sound the alarm “Bi”, the speed will always return to 7.5 km / h.

P3: the display window DISTANCE display 3KM, the pre-set time is 26:00 minutes, the display will show how speed 7.0 km/h. Press SPEED ▲ to increase the speed, when the system will sound the alarm “Bi”, the speed will always return to 7.0 km/h.

P4: the display window DISTANCE display 5KM, the pre-set time is 50:00 minutes, the display will show how speed 6.0 km/h. Press SPEED ▲ to increase the speed, when the system will sound the alarm “Bi”, the speed will always return to 6.0 km/h.

P5: the display window DISTANCE display 1KM, the pre-set time is 7:00 minutes, the display will show how speed 8.6 km/h. Press SPEED ▲ to increase the speed, when the system will sound the alarm “Bi”, the speed will always return to 8.6 km/h.

P6: the display window DISTANCE display 1KM, the pre-set time is 9:00 minutes, the display will show how speed 4.2 km/h. Press SPEED ▲ to increase the speed, when the system will sound the alarm “Bi”, the speed will always return to 4.2 km/h.

P7-12: Selecting one of these programs, the window on the display relative to the time TIME will flash and the display shows 30:00, press SPEED to set the duration in the range from 5:00 to 99:59 , press START to start the program. Each program consists of 20 intervals, each interval is one-twentieth of the total exercise duration and is characterized by a predetermined speed. If during the interval the speed is changed, this will be re-set in the next interval to the speed provided for that range.

The speed pre-set for each program and range are displayed in the table below in bold:

intervallo n.	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
P7	2	4	6	2	4	6	2	4	6	2	2	4	6	2	4	6	2	4	6	2
P8	3	5	7	3	5	7	8	5	7	8	5	7	8	3	5	7	3	5	7	3
P9	2	3	3	5	6	9	9	10	10	6	6	8	8	3	5	8	6	6	6	2
P10	4	5	6	7	8	9	10	10	10	9	9	9	8	8	8	9	9	8	6	4
P11	9	10	11	12	12	12	10	10	9	9	12	9	9	12	9	9	10	11	12	12
P12	3	8	3	8	4	9	4	9	12	12	6	6	10	10	4	12	4	12	10	10

7. TEST Heart Rate Monitor: hold the handrails placing your hands on the sensors in iron for a few seconds, after a few seconds, the display will show the current heart rate. This value is for reference only and must be free of any medical value.

The system will emit an alarm “B i-B i ...” 15 times, when a program ends, the system will automatically switch to manual mode and will continue to operate at 2 km / h, pressing STOP will reset the system and switch STAND-BY mode.

8. If you do not press any buttons for 10 minutes in standby mode, the display automatically turns off, press any key to restart your computer.
9. Removing the safety key from the console, the treadmill stops and the display shows “---” and emits the continue “Bi Bi”. You must turn off the treadmill. The system will restart and will go into standby mode when the safety key is repositioned.
10. To tilt the platform, lift the orange legs and fasten the two bolts in the hole corresponding to the desired ring, see image below.



11. To fold the treadmill vertically, lift the platform until it locks into a vertical position. To return the treadmill to its original position, press with a foot the hydraulic cylinder and the platform will go back in a horizontal position automatically.



12. During the exercise, attach the clip of the safety key on clothing. If you are not fine, pull the safety key to block the functioning of the treadmill.

**ATTENTION:**

- When using the treadmill for the first time, start with a low speed level and then gradually increase.
- Adjust your running to the speed of the treadmill. Do not step on the platform with force, do not jump on the tape.
- Do not use the security key as the switch off button, you may damage the treadmill. Use a security key only in cases of emergency.
- Calculate the speed and duration of the exercise according to your physical condition.
- Children, elderly and pregnant women can use the treadmill only after consulting your doctor. This appliance is not a toy. This product is not intended to be used by children without direct adult supervision.
- Allow at least one hour after meals, before using the treadmill.
- Do not use the treadmill after taking excessive amounts of alcohol.

## MAINTENANCE

**Attention: Make sure the treadmill is switched off and the plug has been disconnected from the power outlet before proceeding with any maintenance and / or cleaning.**

### 1. CLEANING:

Keep the treadmill clean, always unplug it from the mains before cleaning. Remove dust from the belt and platform; the dust increasing the friction of the tape may damage the system.

### 2. LUBRICATION:

the frequency with which lubricate the carpet, depends on the frequency of use. The higher is the frequency of use, the lower is the amount of time that should elapse between one lubrication and the other. In any case, if the user feels a greater friction of the belt on the platform during use, it is necessary to lubricate the belt with silicone oil. Lift the belt and pour a few drops directly on the platform on one side and then on the other. Replace the tape and make it adhere well to the platform.

It is advisable to spend 1-3 months between one lubrication and the other. Lubricate too often the carpet and using an excessive amount of oil can damage the engine and the control panel and reduce the useful life of the product.

### 3. IF THE BELT IS NOT CENTERED

After a period of use, the belt could be no longer at the center of the platform. This could be due to differences in the force exerted by the legs. Switch on the treadmill without climb on, the treadmill should automatically return the tape at the center.

If the belt continues to be off-center, first remove the key and **UNPLUG THE POWER CORD**. If the walking belt has shifted to the right, use the hex wrench to pull the bolt on the rear right side or unscrew to the left; conversely if the tape is moved to the left.

Be careful not to over tighten the walking belt. Plug the power cord into the socket, insert the key and run the treadmill for a few minutes. Repeat until the walking belt is centered.

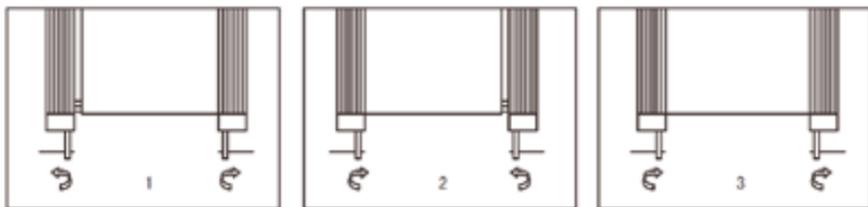
### 4. IF THE BELT SLIPS WHEN WALK ON

Remove the key and **UNPLUG THE POWER CORD**. Using the hex key, turn both rear roller bolts clockwise half a turn. When the walking belt is correctly tightened, you should be able to lift each side 8 to 10 cm from the platform.

Be careful to keep the walking belt centered.

Attach the power cord, insert the key and run the treadmill for a few minutes. Repeat until the walking belt is properly tightened.

#### Roller adjustment bolts:



## RATING LABEL:



This product complies with all the applicable EU directives.



**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





**innoliving**  
*easy tech, easy life*

Innoliving Spa  
Via Merloni, 9  
60131 Ancona Italy  
Tel 199.188.335  
[www.innoliving.it](http://www.innoliving.it)

MADE IN CHINA

