

Heimsport-Trainingsgerät
Elektrisches Laufband

TM 4



D

Montage- und Bedienungsanleitung für Bestell-Nr. 1352

GB

Assembly and exercise instructions for Order No. 1352

1. Wichtige Empfehlungen und Sicherheitshinweise	Seite 2
2. Einzelteileübersicht	Seite 3
3. Stückliste-Ersatzteilliste-Techn. Daten	Seite 4 - 5
4. Montageanleitung mit Explosionsdarstellungen	Seite 6 - 7
5. Reinigung, Wartung und Lagerung	Seite 8 - 9
6. Computeranleitung, Störungsbeseitigung	Seite 10 - 13
7. Trainingsanleitung, Warm up	Seite 14
8. Garantiebestimmungen	Seite 9

Sehr geehrte Kundin, sehr geehrter Kunde

Wir gratulieren Ihnen zum Kauf dieses Heimsport-Trainingsgerätes und wünschen Ihnen viel Vergnügen damit.

Bitte beachten und befolgen Sie die Hinweise und Anweisungen dieser Montage- und Bedienungsanleitung.

Wenn Sie irgendwelche Fragen haben, können Sie sich selbstverständlich jederzeit an uns wenden.

Mit freundlichen Grüßen

Ihre Top-Sports Gilles GmbH
Friedrichstr. 55
42551 Velbert



Achtung:

Vor Benutzung
Bedienungsan-
leitung lesen!

Wichtige Empfehlungen und Sicherheitshinweise

Unsere Produkte sind grundsätzlich TÜV-GS geprüft und entsprechen damit dem aktuellen, höchsten Sicherheitsstandard. Diese Tatsache entbindet aber nicht die nachfolgenden Grundsätze strikt zu befolgen.

1. Das Gerät genau nach der Montageanleitung aufbauen und nur die, für den Aufbau des Gerätes beigefügten und in der Stückliste aufgeführten, gerätespezifischen Einzelteile verwenden. Vor dem eigentlichen Aufbau die Vollständigkeit der Lieferung anhand des Lieferscheins und die Vollständigkeit des Lieferumfanges anhand der Montageschritte grob kontrollieren. Sollte eine Reparaturfall eintreten, holen Sie sich Rat bei Ihrem Händler oder kontaktieren Sie unseren Service.

2. Vor der ersten Benutzung und in regelmässigen Abständen (alle 1-2 Monate) den festen Sitz aller Schrauben, Muttern und sonstigen Verbindungen prüfen, damit der sichere Betriebszustand des Trainingsgerätes gewährleistet ist. Defekte Einzelteile müssen unverzüglich ausgetauscht oder entfernt werden. Gegebenenfalls das Gerät bis zur Instandsetzung sperren.

3. Das Gerät an einem trockenen, ebenen Ort aufstellen und es vor Feuchtigkeit und Nässe schützen. Bodenebenheiten sind durch geeignete Massnahmen am Boden und, sofern bei diesem Gerät vorhanden, durch dafür vorgesehene, justierbare Teile des Gerätes auszugleichen. Der Kontakt mit Feuchtigkeit und Nässe ist auszuschliessen.

4. Sofern der Aufstellort besonders gegen Druckstellen, Verschmutzungen und ähnliches geschützt werden soll, eine geeignete, rutschfeste Unterlage (z.B. Gummimatte, Holzplatte o.ä.) unter das Gerät legen.

5. Vor dem Trainingsbeginn alle Gegenstände in einem Umkreis von 2 Metern um das Gerät entfernen.

6. Für die Reinigung des Gerätes keine aggressiven Reinigungsmittel und zum Aufbau und für eventuelle Reparaturen nur die mitgelieferten bzw. geeignete, eigene Werkzeuge verwenden. Schweissablagerungen am Gerät sind direkt nach Trainingsende zu entfernen.

7. ACHTUNG! Systeme der Herzfrequenzüberwachung können ungenau sein. Übermäßiges Trainieren kann zu ernsthaftem gesundheitlichem Schaden oder zum Tod führen. Vor der Aufnahme eines gezielten Trainings ist daher ein geeigneter Arzt zu konsultieren. Dieser kann definieren welcher maximalen Belastung (Puls, Watt, Trainingsdauer u.s.w.) man sich aussetzen darf und genaue Auskünfte bzgl. der richtigen Körperhaltung beim Training, der Trainingsziele und der Ernährung geben. Es darf nicht nach schweren Malzeiten trainiert werden. Es ist zu beachten, dass dieses Gerät nicht für therapeutische Zwecke geeignet ist.

8. Mit dem Gerät nur trainieren wenn es einwandfrei funktioniert. Für eventuelle Reparaturen nur Original-Ersatzteile verwenden. **ACHTUNG:** Sollten Teile bei Benutzung des Gerätes übermäßig heiss werden ersetzen sie diese umgehend und sichern sie das Gerät gegen Benutzung solange es noch nicht in Stand gesetzt wurde.

9. Bei der Einstellung von verstellbaren Teilen auf die richtige Position bzw. die markierte, maximale Einstellposition und ordnungsgemässe Sicherung der neu eingestellten Position achten. Sollten Hilfsmittel zur Einstellung nötig sein, müssen diese nach dem Einstellvorgang wieder entfernt werden.

10. Sofern in der Anleitung nicht anders beschrieben, darf das Gerät nur immer von einer Person zum Trainieren benutzt werden, und die Trainingsleistung sollte insgesamt 90 Min./tägl. nicht überschreiten.


11. Es sind Trainingskleidung und Schuhe zu tragen die für ein Fitness-Training mit dem Gerät geeignet sind. Die Kleidung muss so beschaffen sein, dass diese aufgrund ihrer Form (z.B. Länge) während des Trainings nicht hängen bleiben kann. Die Trainingsschuhe sollten passend zum Trainingsgerät gewählt werden, grundsätzlich dem Fuss einen festen Halt geben und eine rutschfeste Sohle besitzen.

12. ACHTUNG: Wenn Schwindelgefühle, Übelkeit, Brustschmerzen und andere abnormale Symptome wahrgenommen werden, das Training abbrechen und an einen geeigneten Arzt wenden.

13. Generell gilt, dass Sportgeräte kein Spielzeug sind. Sie dürfen daher nur bestimmungsgemäss und von entsprechend informierten und unterwiesenen Personen benutzt werden.

14. Personen wie Kinder, Invalide und behinderte Menschen sollten, das Gerät nur im Beisein einer weiteren Person, die eine Hilfestellung und Anleitung geben kann, benutzen. Die Benutzung des Gerätes durch unbeaufsichtigte Kinder ist durch geeignete Massnahmen auszuschliessen.

15. Es ist darauf zu achten, dass der Trainierende und andere Personen sich niemals mit irgendwelchen Körperteilen in den Bereich von sich noch bewegenden Teilen begeben oder befinden.

16.  Dieses Produkt darf am Ende seiner Lebensdauer nicht über den normalen Haushaltsabfall entsorgt werden, sondern muss an einem Sammelpunkt für das Recycling von elektrischen und elektronischen Geräten abgegeben werden. Das Symbol auf dem Produkt, der Gebrauchsanleitung oder der Verpackung weist darauf hin.

Die Werkstoffe sind gemäß ihrer Kennzeichnung wiederverwertbar. Mit der Wiederverwendung, der stofflichen Verwertung oder anderen Formen der Verwertung von Altgeräten leisten Sie einen wichtigen Beitrag zum Schutze unserer Umwelt. Bitte erfragen Sie bei der Gemeindeverwaltung die zuständige Entsorgungsstelle.

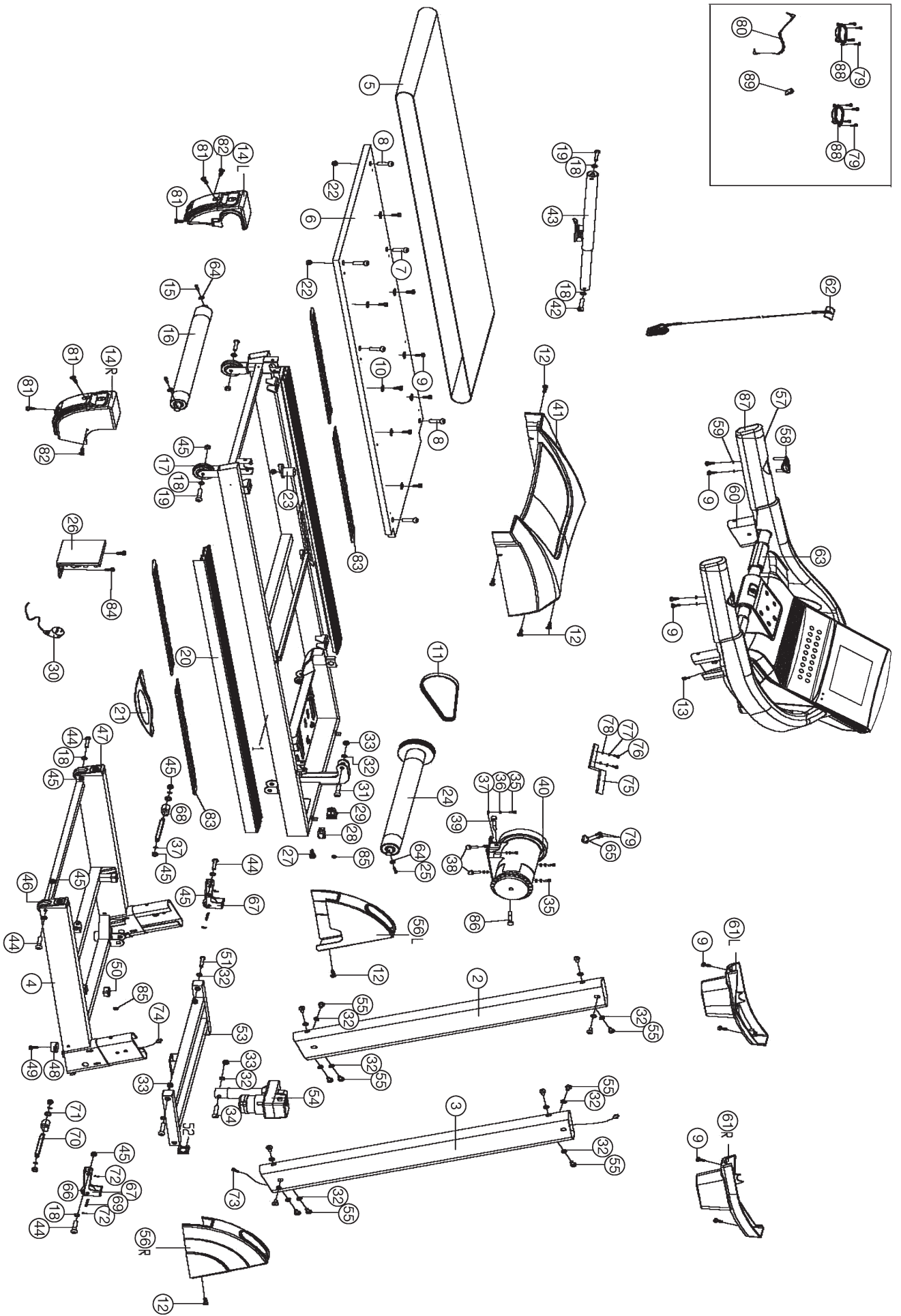
17. Die Verpackungsmaterialien, leere Batterien und Teile des Gerätes im Sinne der Umwelt nicht mit dem Hausmüll entsorgen sondern in dafür vorgesehene Sammelbehälter werfen oder bei geeigneten Sammelstellen abgeben.

18. Bei diesem Gerät handelt es sich um ein geschwindigkeitsabhängiges Gerät, d.h. mit zunehmender Drehzahl nimmt die Leistung zu und umgekehrt. Bitte befolgen Sie die Hinweise für ein korrektes Training in der Trainingsanleitung.

19. Die zulässige maximale Belastung (=Körpergewicht) ist auf 150 kg festgelegt worden. Stellen Sie vor Trainingsbeginn sicher, dass das zulässige Gesamtgewicht nicht überschritten wird.

20. Wenn die Anschlußleitung dieses Gerätes beschädigt ist, muss diese durch den Hersteller oder den Kundendienst oder durch eine elektrisch qualifizierte Person ersetzt werden.

21. Dieses Gerät ist gemäss der EN ISO 20957-1:2013, EN 957-6:2010/A1:2014 + EMC Directive 2014/30/EU geprüft und zertifiziert worden.



Stückliste - Ersatzteilliste

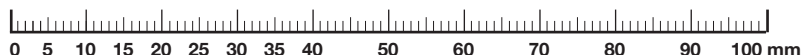
TM 4 Best.-Nr. 1352

Technische Daten: Stand: 01. 05. 2017

Elektrisches Laufband

- Motor Dauerleistung 2,25 PS(1,7kw), maximale Motorleistung 4 PS (3kw)
 - Geschwindigkeit: 1 km/h bis 20 km/h (in 0,1 km/h Schritten einstellbar)
 - 24 vorgegebene Trainingsprogramme mit programmierter Geschwindigkeitsregelung
 - 3 Herzfrequenzprogramme (puls gesteuert)
 - 3 User Programme
 - 1 Körperfettprogramm
 - Direktwahltasten für 2 km/h, 5 km/h, 8 km/h 10 km/h, 14 km/h, 16 km/h und 18km/h
 - Steigung in 15 Stufen elektronisch einstellbar
 - Direktwahltasten für 3, 6, 9, 12 und 15 Stufen Steigung
 - Einstellmöglichkeit an den Handgriffen für Geschwindigkeit und Steigungsverstellung
 - Handpulsmessung
 - Schwingungsgedämpfte Lauffläche (Cushion System)
 - Sicherheitsbandstopp
 - Platz sparend hochklappbar
 - Mit Blue Backlit LCD Display mit Anzeige von: Zeit, Entfernung, Geschwindigkeit, ca. Kalorienverbrauch, Pulsfrequenz und Steigung
 - Vorgabemöglichkeit von persönlichen Grenzwerten wie Zeit, Entfernung und ca. Kalorienverbrauch möglich
 - Überschreitung der Grenzwerte wird angezeigt
 - Anschlussmöglichkeit für MP 3 Player
 - Empfänger für drahtlosen Pulsmessgurt im Computer enthalten
 - Ausklappautomatik Soft-Drop-System für ein leises und sicheres Herablassen der Lauffläche
 - 4 Transportrollen für einen bequemen Standortwechsel
 - Geeignet bis zu einem Körpergewicht von max. 150 kg
 - Abmessung der Lauffläche: ca. L 141 x B 50 cm
- elektrische Daten: 220-240V/50Hz /1.700 Watt
Gerätgewicht: ca. 87 kg

Stellmaße: ca. L 189 x B 82 x H 143 cm
Stellmaße hochgeklappt: ca. L 80 x B 82 x H 160 cm
Trainingsplatzbedarf: ca. 6m²



Wenn ein Bauteil nicht in Ordnung ist oder fehlt, oder wenn Sie in Zukunft ein Ersatzteil benötigen, wenden Sie sich bitte an:

Internet Service- und Ersatzteilportal:
www.christopeit-service.de

Adresse: **Top-Sports Gilles GmbH**
Friedrichstraße 55
42551 Velbert
Telefon: +49 (0) 20 51 / 60 67-0
Telefax: +49 (0) 20 51 / 60 67-44
e-mail: info@christopeit-sport.com
www.christopeit-sport.com

Dieses Laufband ist nur für den privaten Heimsportbereich gedacht und nicht für gewerbliche oder kommerzielle Nutzung geeignet. Heimsportnutzung Klasse H/C

Abbildungs-Nr.	Bezeichnung	Abmessung mm	Menge Stück	Montiert an Abbildungs Nr.	ET-Nummer
1	Laufrahmen		1		33-1352-01-SI
2	Stützrohr links		1	4	33-1352-02-SI
3	Stützrohr rechts		1	4	33-1352-03-SI
4	Grundrahmen		1	1-3	33-1352-04-SI
5	Lauffläche		1	16+24	36-1352-11-BT
6	Gleitbrett		1	1	36-1352-12-BT
7	Schraube	M6x25	2	6	39-9970-SW
8	Schraube	M6x30	4	6	39-10306
9	Schraube	4x16	16	6,60+61	39-10187
10	Seitenleistenhalter		8	9	36-1352-13-BT
11	Flachriemen		1	24+40	36-1352-14-BT
12	Schraube	M5x8	6	41+56	39-9903-SW
13	Computerkabel		1	60+73	36-1352-15-BT
14L	Endkappe links		1	1	36-1352-08-BT
14R	Endkappe rechts		1	1	36-1352-09-BT
15	Schraube	M6x55	2	16	39-10141
16	Hintere Rolle		1	1+5	33-1352-05-SI
17	Stützrolle		2	1	36-1352-16-BT
18	Unterlegscheibe	8//16	8	19,42+44	39-9862-CR
19	Schraube	M8x40	3	17+43	39-10000
20	Seitenleiste		2	6	36-1352-02-BT
21	Dämpfung		2	1+6	36-1352-17-BT
22	Mutter	M6	6	8	39-9891-CR
23	Gummidämpfer		2	1+6	36-1352-18-BT
24	Vordere Rolle		1	1+5	33-1352-06-SI
25	Schraube	M6x45	1	24	39-9976
26	Steuerplatine		1	1	36-1352-19-BT
27	Kabelschutz		1	1	36-1241-19-BT
28	Überlastschutz		1	1	36-1352-20-BT
29	Hauptschalter		1	1	36-1352-21-BT
30	Anschlusskabel		1	29	36-1352-22-BT
31	Schraube	M10x40	1	1+54	39-10131
32	Unterlegscheibe	10//20	18	21,32,51+55	39-9989-CR

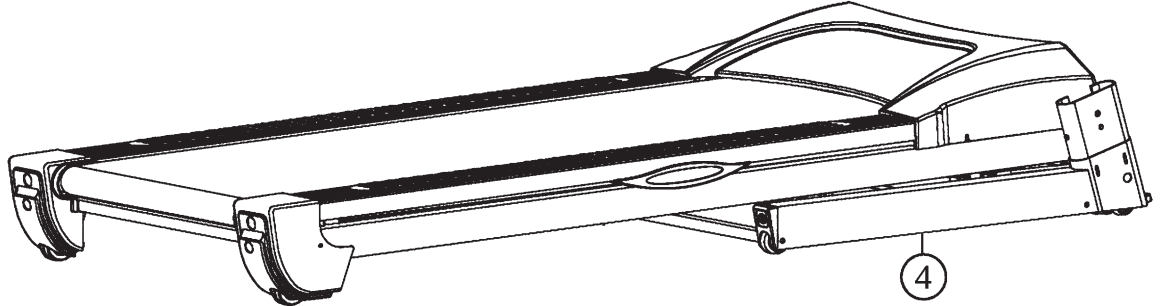
Abbildungs-Nr.	Bezeichnung	Abmessung mm	Menge Stück	Montiert an Abbildungs Nr.	ET-Nummer
33	Mutter	M10	4	31,34+51	39-10032
34	Schraube	M10x55	1	54	39-9976
35	Schraube	M8x18	4	40	39-9823-CR
36	Federring	für M8	6	35	39-9864-VC
37	Unterlegscheibe	8//16	10	35+70	39-9862-CR
38	Schraube	M8x30	2	40	39-9906
39	Schraube	M8x50	1	40	39-9811
40	Motor		1	1	33-1352-07-SI
41	Abdeckung		1	1	36-1352-01-BT
42	Schraube	M8x45	1	42	39-9914-SW
43	Zylinder		1	1+4	33-1352-08-SI
44	Schraube	M8x50	4	4+67	39-9811
45	Mutter	M8	10	19,44+70	39-9818
46	Hintere Transportrolle		2	4	36-1352-23-BT
47	Stopfen		2	4	36-1352-24-BT
48	Gummifuss		2	4	36-1352-25-BT
49	Schraube	M6x15	2	48	39-9911
50	Stopfen		2	4	36-1352-26-BT
51	Schraube	M10x50	2	1+53	39-9976
52	Rechteckstopfen		4	53	36-1352-27-BT
53	Steigungsbügel		1	1+4	33-1352-09-SI
54	Steigungsmotor		1	4+53	33-1352-10-SI
55	Schraube	M10x15	14	2,3+	39-10086
56L	Stützrohrverkleidung links		1	2	36-1352-04-BT
56R	Stützrohrverkleidung rechts		1	3	36-1352-05-BT
57	Griffgummi		2	60	36-1352-28-BT
58L	Ferntasten links		1	57	36-1352-29-BT
58R	Ferntasten rechts		1	57	36-1352-30-BT
59	Unterlegscheibe	6//12	4	9	39-10013-CR
60	Computer		1	2+3	36-1352-03-BT
61L	Computerabdeckung links		1	2+60	36-1352-06-BT
61R	Computerabdeckung rechts		1	3+60	36-1352-07-BT
62	Sicherheits-Clip		1	60	36-1352-31-BT
63	Handpulseinheit		2	60	36-1352-32-BT
64	Unterlegscheibe	6//12	3	15+25	39-10007-CR
65	Geschwindigkeitssensor		1	40	36-1352-33-BT
66	Transportrolle vorne		2	67	36-1352-34-BT
67	Transportrollenhalter		2	66	36-1352-35-BT
68	Transportrollenstop		2	70	36-1352-36-BT
69	Transportrollenachse		2	66	36-1352-37-BT
70	Achsstück		2	67	36-1352-38-BT
71	Distanzstück		2	70	36-1352-39-BT
72	Sicherungsring		4	4	36-1352-40-BT
73	Verbindungskabel		1	69	36-1352-41-BT
74	Steuerkabel		1	26+73	36-1352-42-BT
75	Sensorhalter		1	40+65	36-1352-43-BT
76	Schraube	3x6	2	75	39-10076-SW
77	Federring	for M3	2	76	39-10444-SW
78	Unterlegscheibe	3//6	2	76	39-10510
79	Schraube	3x10	10	65+88	39-10078
80	Audiokabel		1	60	36-1142-30-BT
81	Schraube	M5x16	4	14	39-10165
82	Schraube	4x12	2	14	39-10187
83	Antirutschauflage		4	20	36-1352-10-BT
84	Schraube	M4x8	2	26	39-10188
85	Stopfen		2	1+4	36-1352-44-BT
86	Schraube	M8x75	1	40	39-10272
87	Endkappe		2	60	36-1352-45-BT
88	Lautsprecher		2	60	36-1352-46-BT
89	Audiobuchse		1	60	36-1352-47-BT
90	Werkzeug Set		1		36-1352-48-BT
91	Montage- und Bedienungsanleitung		1		36-1352-49-BT

Montageanleitung

Legen Sie alles übersichtlich auf den Boden und kontrollieren Sie die Vollzähligkeit anhand der Montageschritte. Einige Schrauben befinden sich bereits an den Montagestellen auf zwecks einfacher Zuordnung. Die Montagezeit beträgt ca. 30 min.

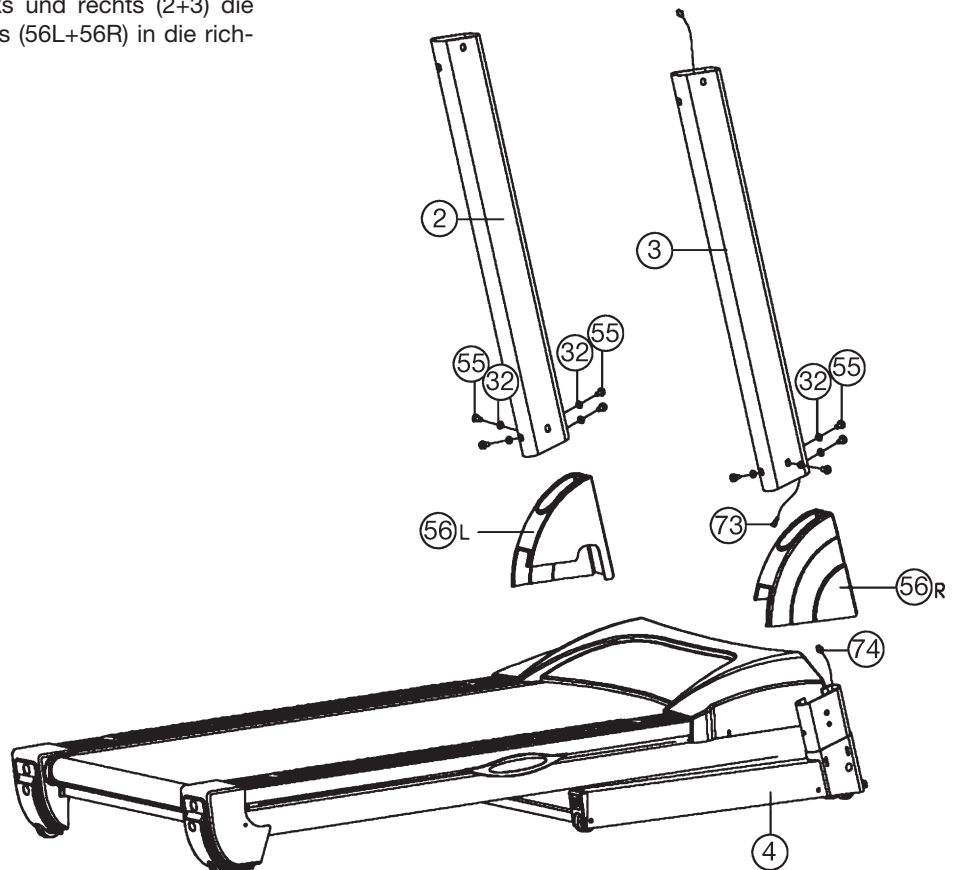
Schritt 1:

1. Entnehmen Sie alle Kleinteile sowie loses Verpackungsmaterial aus dem Karton und holen Sie dann mit Hilfe einer zweiten Person den Grundrahmen (4) heraus. Schneiden Sie die Kabelbinde für die Entnahme noch nicht durch.



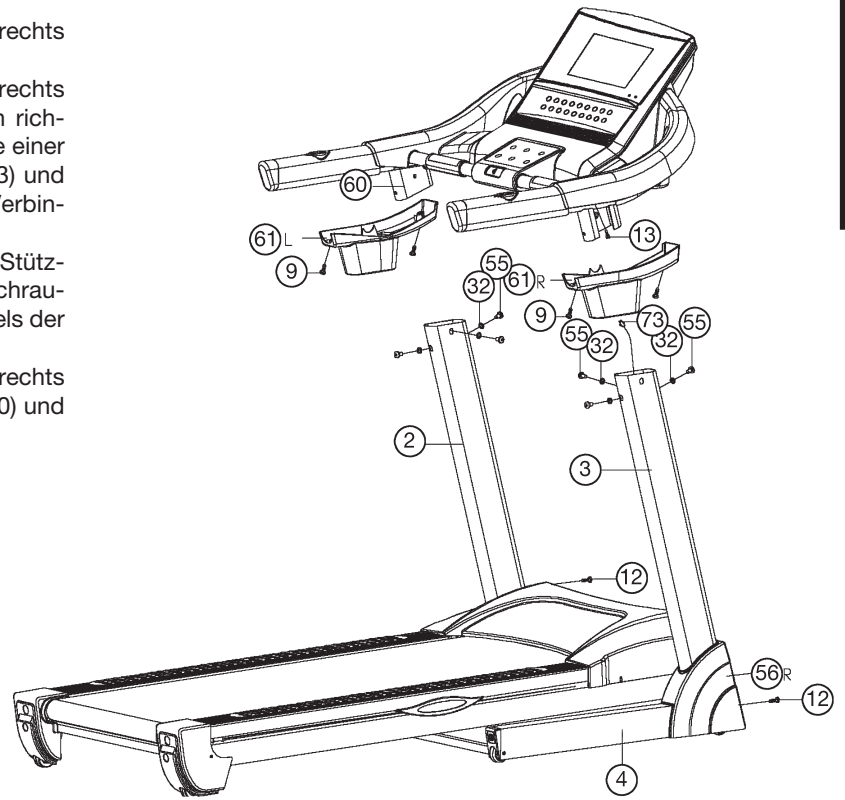
Schritt 2:

1. Führen Sie das rechte Stützrohr (3) mit dem eingelegten Verbindungskabel (73) zur rechten Seite des Grundrahmens (4) und verbinden Sie die Stecker von Steuerkabel (74) und Verbindungskabel (73). (Evtl. das Verbindungskabel (74) in das Stützrohr einlegen.)
2. Stecken Sie das rechte und linke Stützrohr (2+3) auf den Grundrahmen (4) (ohne ein Kabel dabei einzuquetschen), sodass die Bohrungen übereinander stehen und verschrauben Sie diese Verbindung mit den Schrauben (55) und Unterlegscheiben (32).
3. Schieben Sie über die Stützrohre links und rechts (2+3) die Stützrohrverkleidungen links und rechts (56L+56R) in die richtige Position.



Schritt 3:

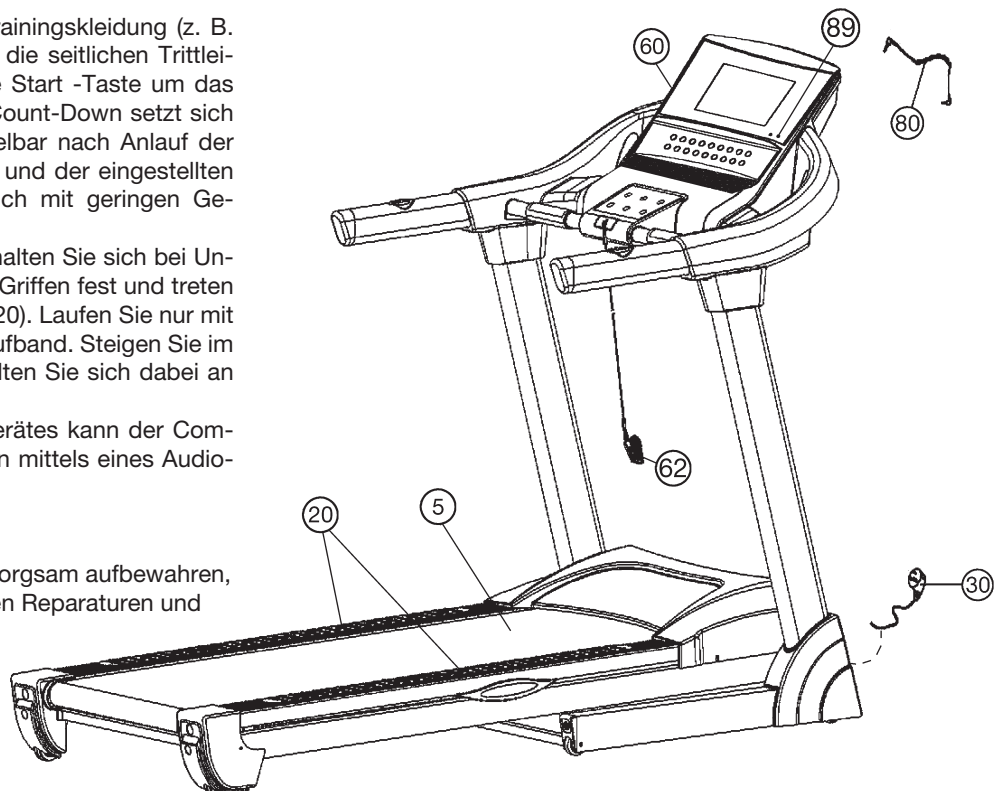
1. Sichern Sie die Stützrohrverkleidungen links und rechts (56L+56R) mit jeweils einer Schraube (12).
2. Schieben Sie die Computerverkleidungen links und rechts (61L+61R) über die Stützrohre links und rechts (2+3) in richtiger Position auf. Führen Sie den Computer (60) mit Hilfe einer zweiten Person zu den Stützrohren links und rechts (2+3) und verbinden Sie die Stecker von Computerkabel (13) und Verbindungskabel (73).
3. Stecken Sie den Computer (60) mit den Aufnahmen in die Stützrohre (2+3) (ohne ein Kabel dabei einzuquetschen) und schrauben Sie den Computer (60) an den Stützrohren (2+3) mittels der Schrauben (55) und Unterlegscheiben (32) fest.
4. Schieben Sie die Computerverkleidungen links und rechts (61L+61R) in die richtige Position unter den Computer (60) und befestigen Sie diese mittels der Schrauben (9).

**Schritt 4:****Kontrolle und Inbetriebnahme**

1. Alle Verschraubungen und Steckverbindungen auf ordnungsgemäße Montage und Funktion prüfen.
2. Wenn alles soweit in Ordnung ist, stecken Sie den Netzkabel (30) in eine vorschriftsmäßig installierte Steckdose (220-240V~50-60Hz) ein und schalten Sie den Hauptschalter unten vorne am Grundgerät ein.
3. Legen Sie dann den Sicherungsclip (62) auf die entsprechende Stelle am Computer und der Computer signalisiert die Betriebsbereitschaft.
Legen sie den Sicherheitsclip an Ihre Trainingskleidung (z. B. Hosenbund) an und stellen Sie sich auf die seitlichen Trittleisten (20) am Laufband. Drücken Sie die Start-Taste um das Laufband zu starten. Nach einem Sek. Count-Down setzt sich die Lauffläche (5) in Bewegung. Unmittelbar nach Anlauf der Lauffläche (5) treten und der eingestellten Geschwindigkeit folgen. Machen Sie sich mit geringen Geschwindigkeiten mit dem Gerät vertraut.
4. Laufen Sie mittig auf der Lauffläche (5), halten Sie sich bei Unsicherheit beim Laufen an den seitlichen Griffen fest und treten Sie nicht auf die seitlichen Trittauflagen (20). Laufen Sie nur mit Blickrichtung zum Computer auf dem Laufband. Steigen Sie im Notfall seitlich vom Laufband ab und halten Sie sich dabei an den seitlichen Griffen fest.
5. Bei Verwendung eines externen Audiogerätes kann der Computer mit den eingebauten Lautsprechern mittels eines Audiokabels (80) verbunden werden.

Anmerkung:

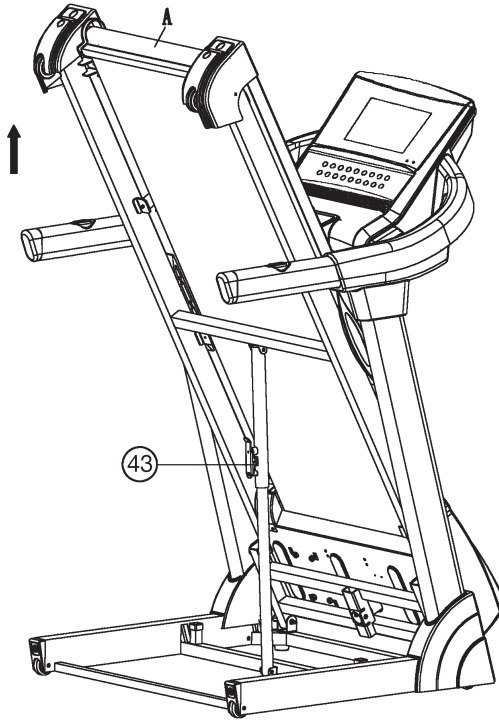
Bitte das Werkzeug-Set und die Anleitung sorgsam aufbewahren, da diese bei ggf. später einmal erforderlichen Reparaturen und Ersatzteilbestellungen benötigt werden.



Ein- / Ausklappen und transportieren des Laufbandes

1. Zum Training ausklappen:

Halten Sie das Laufband an Position „A“ fest und drücken Sie den Sicherungsknopf (43) hinein. Lassen Sie dann das Laufband los damit der Laufrahmen sich ganz ausklappen kann.

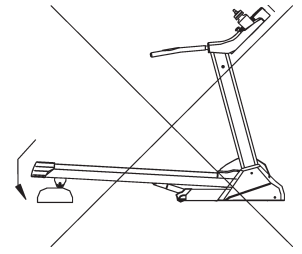
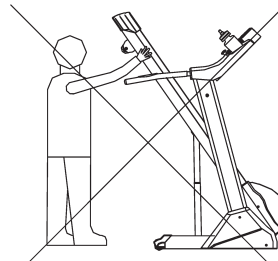
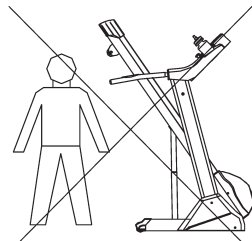
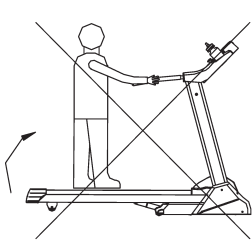
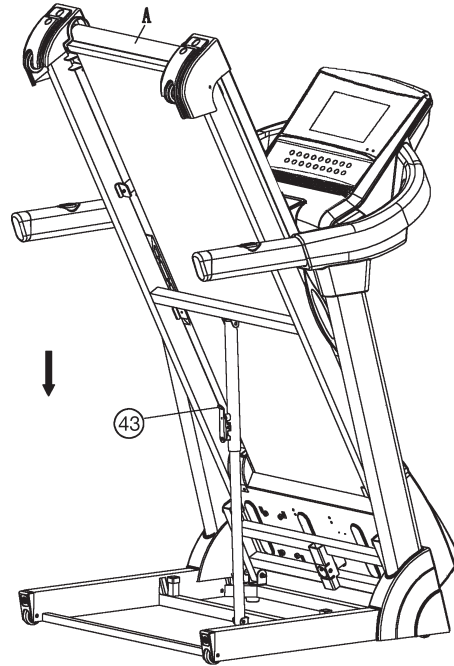


2. Platz sparend einklappen und Standortwechsel:

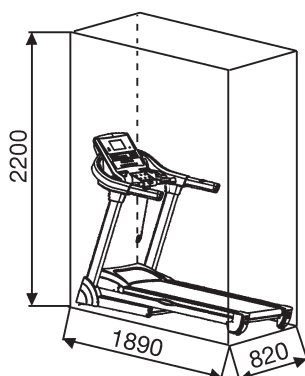
Heben Sie den Laufrahmen an Position „A“ an und klappen Sie das Laufband durch Anheben hochkant zusammen bis der Sicherungsknopf (43) einrastet. Durch vollständiges Einklappen werden automatisch die Transportrollen vorne in Funktion gebracht, sodass ein Standortwechsel leicht ermöglicht wird.

Achtung:

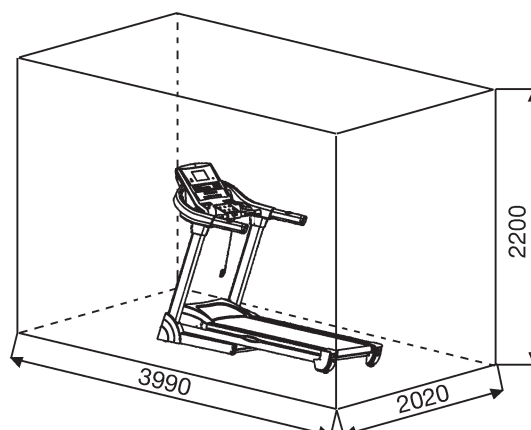
Vor dem Zusammenklappen des Laufbandes das Laufband ausschalten und warten bis die Lauffläche steht. Das Laufband im zusammen geklappten Zustand nicht in Betrieb nehmen!



Trainingsfläche in mm
(für Gerät und Benutzer)



Freifläche in mm
(Trainingsfläche und Sicherheitsfläche
(umlaufend 60 cm))



Anmerkungen zur Wartung und Einstellung

1. Pflegen der Lauffläche:

Damit das Laufband dauerhaft leicht und gut läuft, sollte immer nach 50 Betriebsstunden die Unterseite der Lauffläche, welche auf dem Gleitbrett liegt auf Ihre Gleitfähigkeit geprüft werden und ggf. mit Siliconspray (*Kein Schmierstoff auf ÖL- oder Petroleum Basis verwenden*) nachbehandelt werden. Dazu hebt man die Lauffläche etwas von Gleitbrett an und sprüht das Siliconöl zwischen Unterseite der Lauffläche und Oberseite vom Gleitbrett. (Achtung: Zuviel Schmiermittel kann ein Rutschen der Lauffläche zur Folge haben.)

2. Einstellen des Laufbandes :

1. Stellen Sie das Laufband im manuellen Programm auf 3 -5km/h ein.
2. Benutzen Sie den Innensechskantschlüssel (90) um an den Endkappen das Band mittig auszurichten.
3. Um die Lauffläche nach Links auszurichten, drehen Sie die rechte Seite im Uhrzeigersinn.
4. Um die Lauffläche nach Rechts auszurichten, drehen Sie die linke Seite im Uhrzeigersinn
5. Sollte eine dauerhafte Ausrichtung der Lauffläche wie o. g. nicht möglich sein liegt eine Beschädigung der Lauffläche vor, welche dann ausgetauscht werden sollte.

Hinweis: Achten Sie darauf, dass die Lauffläche möglichst mittig läuft. Sobald sich diese zu weit aus der Mitte schiebt (über 10mm) sollte die Lauffläche wieder mittig nachjustiert werden.

3. Durchrutschen des Bandes:

1. Die Lauffläche ist nicht richtig gespannt. Beide Schrauben an den Endkappen etwas fester schrauben.
2. Der Keilriemen ist nicht richtig gespannt.
3. Zuviel Schmiermittel mit einem Tuch entfernen.

4. Keine Anzeige :

1. Überprüfen ob Stecker in der Steckdose und ob die Steckdose Strom hat.
2. Überprüfen ob Hauptschalter am Grundrahmen eingeschaltet und Sicherheits-Clip richtig am Computer positioniert ist.
3. Überprüfen ob die Steckverbindungen im Standrohr rechts zusammengesteckt sind.

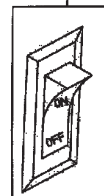
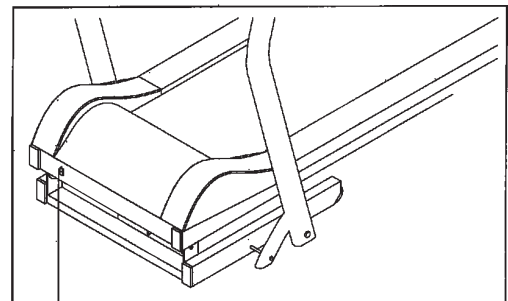
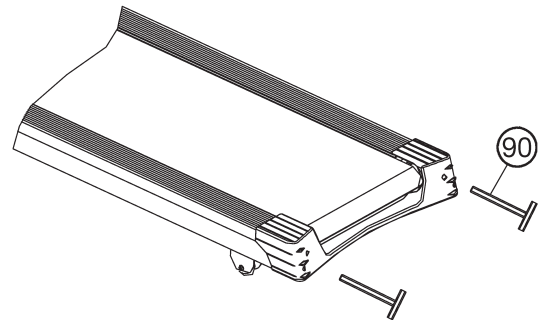
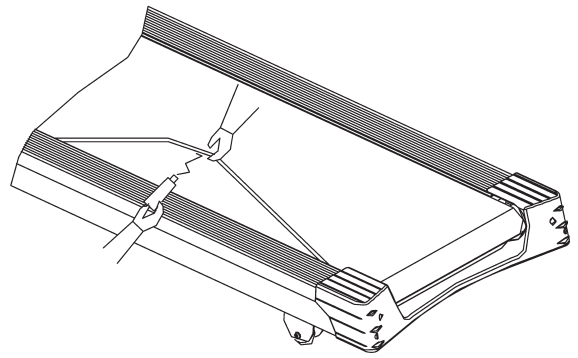
ACHTUNG ! Bei Überprüfung der Computer-Steckverbindungen grundsätzlich den Netzstecker ziehen.

5. Fremde Betriebsgeräusche

1. Überprüfung aller Schraubverbindungen auf festen Sitz.
2. Überprüfen ob der Flachriemen in Ordnung ist.
3. Überprüfen ob die Lauffläche in Ordnung ist.

Bemerkung:

Sollten Sie den Fehler nicht anhand der beschriebenen Hilfen finden, kontaktieren Sie den Verkäufer oder Hersteller.



Garantiebestimmungen

Die Garantie beginnt mit dem Rechnungs- bzw. Auslieferdatum und beträgt 24 Monate. Während der Garantiezeit werden eventuelle Mängel kostenlos beseitigt.

Bei Feststellung eines Mangels sind Sie verpflichtet diesen unverzüglich dem Hersteller zu melden. Es steht im Ermessen des Herstellers die Garantie durch Ersatzteilversand oder Reparatur zu erfüllen. Bei Ersatzteilversand besteht die Befugnis des Austausches ohne Garantieverlust. Eine Instandsetzung am Aufstellort ist ausgeschlossen.

Heimsportgeräte sind nicht für eine kommerzielle oder gewerbliche Nutzung geeignet. Eine Zuwiderhandlung in der Nutzung hat eine Garantieverkürzung oder Garantieverlust zur Folge.

Die Garantieleistung gilt nur für Material oder Fabrikationsfehler. Bei Verschleißteilen oder Beschädigungen durch missbräuchliche oder unsach-

gemäße Behandlung, Gewaltanwendung und Eingriffen die ohne vorherige Absprache mit unserer Service Abteilung vorgenommen werden, erlischt die Garantie.

Bitte bewahren Sie, falls möglich, die Originalverpackung für die Dauer der Garantiezeit auf, um im Falle einer Rücksendung die Ware ausreichend zu schützen und senden Sie keine Ware unfrei zur Service Abteilung ein!

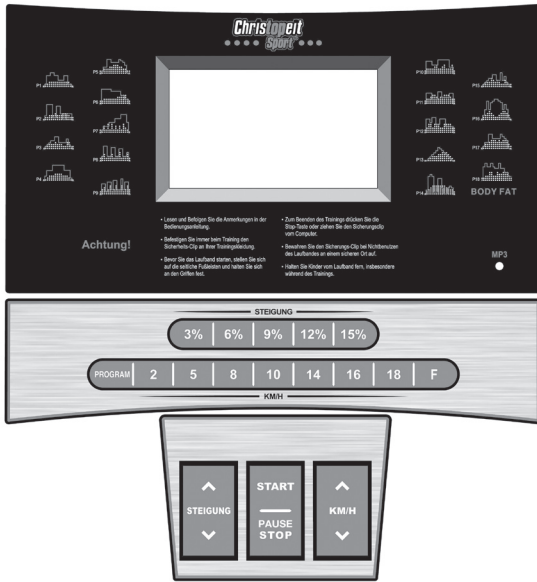
Eine Inanspruchnahme von Garantieleistungen erwirkt keine Verlängerung der Garantiezeit.

Ansprüche auf Ersatz von Schäden welche evtl. außerhalb des Gerätes entstehen (sofern eine Haftung nicht zwingend gesetzlich geregelt ist) sind ausgeschlossen.

Hersteller:

Top-Sports Gilles GmbH
Friedrichstr. 55
42551 Velbert

Computeranleitung für 1352



1.1. Start

Das Laufband startet nach einem Countdown (Abwärtszählen) von 3 Sekunden.

1.2. Programme

Manuelles Programm, 18 Trainingsprogramme, 3 individuelle Benutzerprogramme, Körperfettprogramm und 3 Herzfrequenzprogramme.

1.3. Sicherheitssystem

Entfernen des Sicherheits-Clip vom Computer bedeutet, dass das Laufband schneller stoppt. Es erscheint in der Anzeige "----" und ein Signalton ertönt intervallartig. In dieser Situation sind die Tasten ohne Funktion außer die Umstellung von Meilen und Kilometer. Diese kann man in dieser Situation umstellen wenn man die Tasten „PROGRAM“ + „F“ gleichzeitig für 3 Sekunden gedrückt hält. Wenn Sie den Sicherheits-Clip am Computer auflegen so erscheint für 2 Sekunden eine volle Anzeige und danach befindet sich die Anzeige betriebsbereit.

1.4. Tasten-Funktionen

START, STOP, PROGRAM, F, KM/H +/-, STEIGUNG +/-, DIREKTWAHL-TASTEN für Geschwindigkeit: 2, 5, 8, 10, 14, 16 und 18km/h. DIREKTWAHLTASTEN für Steigung 3, 6, 9, 12 und 15%.

1 "START" -Taste: Drücken Sie die "START" Taste wenn die Lauffläche steht um das ausgewählte Trainingsprogramm zu beginnen.

2 Stop/Pause -Taste: Drücken dieser Taste während des Trainings unterbricht das ausgewählte Programm und die Lauffläche läuft verzögert aus. Innerhalb von 5 Min. kann das Programm durch Drücken der Start-Taste fortgesetzt werden oder durch erneutes Drücken der Stop/Pause -Taste beendet werden.

3 "PROGRAM" -Taste: Wählen Sie mit dieser Taste eines der verschiedenen Programme aus.

4 „F“ -Taste : Drücken Sie diese Taste um die Funktionen Zeit, Entfernung oder Kalorien aufzurufen und um einen Vorgabewert einzustellen. Mittels der +/- km/h Tasten kann der Vorgabewert eingestellt werden. Von diesem Wert wird nach Drücken der Start/Stop -Taste (Trainingsbeginn) dann rückwärts bis gegen "0" gezählt.

5 +/- für KM/H - Tasten: Mit diesen Tasten kann während des Laufbandbetriebs die Geschwindigkeit in 0,1km/h Schritten schneller oder langsamer eingestellt werden. Möchte man einen Vorgabewert in den Funktionen Zeit, Entfernung oder Kalorien einstellen, so sind diese Tasten ebenso dazu zu verwenden. Bei den individuellen Programmen kann man mittels dieser Tasten die Geschwindigkeit im Trainingsprofil eingestellt werden. Durch 2 Sekunden langes Drücken der Tasten wird ein Schnellvorlauf ausgelöst, welcher durch Loslassen der Taste wieder beendet werden kann.

6 +/- Steigungs -Tasten: Mit diesen Tasten kann während des Laufbandbetriebes die Steigung in 1% Schritten höher oder niedriger eingestellt werden. Möchte man einen Vorgabewert in den Funktionen Zeit, Entfernung oder Kalorien einstellen, so sind diese Tasten ebenso dazu zu verwenden. Bei den individuellen Programmen kann man mittels dieser Tasten die Steigung im Trainingsprofil eingestellt werden. Durch 2 Sekunden langes Drücken der Tasten wird ein Schnellvorlauf ausgelöst, welcher durch Loslassen der Taste wieder beendet werden kann.

7 Direktwahl-tasten km/h: Mit diesen Tasten kann während des Trainings eine direkte Geschwindigkeitsänderung in 2, 5, 8, 10, 14, 16 oder 18km/h vorgenommen werden.

8 Direktwahl-tasten Steigung: Mit diesen Tasten kann während des Trainings eine direkte Steigungsveränderung in 3, 6, 9, 12 und 15% vorgenommen werden.

1.5. Anzeige- Funktionen

1.5.1. km/h -Anzeige

Zeigt die aktuelle Geschwindigkeit in Kilometer pro Stunde an (km/h).

1.5.2. Zeit -Anzeige

Zeigt die Trainingszeit ohne Vorgabewert aufsteigen an. Bei vorgegebener Trainingszeit wird diese absteigen angezeigt.

1.5.3. Entfernung -Anzeige

Zeigt die Entfernung in Kilometer ohne Vorgabewert aufsteigen an. Bei vorgegebene Distanz wird diese absteigen angezeigt.

1.5.4. Kalorien -Anzeige

Zeigt den ca. Verbrauch in Kilokalorien ohne Vorgabewert aufsteigen an. Bei vorgegebenem Verbrauchswert wird diese absteigen angezeigt.

1.5.5 Puls-Anzeige

Zeigt den aktuellen gemessenen Puls an. Ein blinkendes Herzsymbol zeigt an, dass eine Messung durchgeführt wird.

1.5.6 Anzeigemöglichkeiten der Funktionen

Zeit: 0:00 – 99.59(Min.)

Entfernung: 0.00 – 99.9(Km)

Kalorien: 0.0 – 999 (Kcal)

Geschwindigkeit: 1.0 – 20.0(Km/h)

PULS: 50 – 200 (Herzfrequenz)

Steigung: 0 – 15(%)

1.6. Pulsmessfunktion

Umfassen Sie mit beiden Händen die Handpulsensoren am Computer an damit eine Pulsmessung durchgeführt werden kann. Alternativ legen Sie einen kompatiblen Pulsgurt (un -codiert mit Übertragungsfrequenz von 5.0-5,5kHz) um. Der gemessene Pulswert wird mit einem gleichzeitig blinkenden Herzsymbol in der Geschwindigkeitsanzeige angezeigt.

Achtung: Die Pulsmessung ist nicht für medizinische Zwecke geeignet.

1.7. Manuelles Programm

1.7.1. Auswählen des manuellen Programmes

A. Schalten Sie den Hauptschalter ein und legen Sie den Sicherheits-Clip auf entsprechende Stelle am Computer auf und befestigen Sie diesen an Ihrer Trainingskleidung.

B. Das Laufband befindet sich im manuellen Programm. Drücken Sie die F-Taste um im manuellen Programm eine Zeitvorgabe (in Min.) oder Entfernungsvorgabe (in Km) oder Verbrauchsvorgabe (in ca. Kcal) einzustellen.

(Es kann nur ein Vorgabewert eingestellt werden.)

1.7.2. Einstellen einen Vorgabewertes im manuellen Programm

A. Nach Auswahl des manuellen Programmes wird die Zeit mit 0:00 angezeigt

B. Drücken Sie einmal die F-Taste damit die Zeit-Anzeige blinkt und verstellt werden kann. Diese zeigt dann einen Wert von 30:00 an, welchen Sie mittels der +/- km/h -Tasten oder +/- Steigungs -Tasten ändern können. Jeder Tastendruck auf den +/- -Tasten wählt 1.00 Minute höher oder niedriger. Die Trainingszeit kann von 5:00 – 99:00 eingestellt werden.

C. Drücken Sie erneut die F-Taste damit die Entfernungs-Anzeige blinkt und verstellt werden kann. Diese zeigt dann einen Wert von 1:00 an, welchen Sie mittels der +/- km/h Tasten oder +/- Steigungs -Tasten ändern können. Jeder Tastendruck auf den +/- -Tasten wählt 1.00 Minute höher oder niedriger. Die Entfernung kann von 1:00 – 99:00 eingestellt werden.

D. Drücken Sie erneut die F-Taste damit die ca. Kalorien Anzeige blinkt und verstellt werden kann. Diese zeigt dann einen Wert von 50:00 an, welchen Sie mittels der +/- km/h -Tasten oder +/- Steigungs -Tasten ändern können. Jeder Tastendruck auf den +/- Tasten wählt 10.00 kcal. höher oder niedriger. Der ca. Kalorienverbrauch kann von 20:00 – 990:00 eingestellt werden.

1.7.3. Trainieren im manuellen Programm:

A. Drücken Sie die START -Taste um das Laufband in Betrieb zu setzen. Nach einem Countdown von 3 Sekunden setzt sich das Laufband in Bewegung und die Geschwindigkeit liegt bei 1.0km/h (0.6meilen/h)

B. Drücken Sie die +/- km/h -Tasten um die Geschwindigkeit höher oder niedriger einzustellen.

C. Drücken Sie die +/- Steigungs -Tasten um die Steigung höher oder niedriger einzustellen.

D. Drücken Sie die Direktwahl-tasten der Geschwindigkeit um direkt eine gewisse Geschwindigkeit einzustellen.

E. Drücken Sie die Direktwahl-taste der Steigung um direkt eine gewisse Steigung einzustellen.

F. Um das Training zu beenden drücken Sie die STOP -Taste.

G. Entnehmen Sie den Sicherheits-Clip um das Laufband schnell zu stoppen. Im Display wird dann "----" angezeigt und ein Signalton ertönt intervallartig bis der Sicherheits-Clip wieder aufgelegt wurde.

H. Wenn mit einem Vorgabewert (Zeit/Entfernung/Kalorien) trainiert wurde und dieser wird erreicht, dann wird das Training automatisch beendet. Im Display wird dann "END" angezeigt und eine Signalton ertönt 3 Mal. Nach 5 Sekunden erscheint das Startbild in der Anzeige und ein langer Signalton zeigt die erneute Betriebsbereitschaft auf.

I. Wenn ohne Vorgaben trainiert wird dann zählen die Anzeigen (Zeit, Entfernung und Kalorien) aufwärts und bei Erreichen der max. Zeit von 99:59Minuten schaltet sich das Laufband automatisch aus.

1.8. Trainingsprogramme

Jedes dieser 18 Trainingsprogramme ist in 16 Segmente unterteilt. Jedes Segment steht für eine gewisse Geschwindigkeit und Steigung. Folgende Tabelle zeigt die Geschwindigkeit und Steigung der 18 festen Trainingsprogramme auf:

Nr.		Einteilung des Trainingsprofils in 16 Segmente															
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
P1	Km/h	1	3	3	7	7	5	5	5	7	7	5	5	5	5	3	2
	Steigung%	0	2	6	6	8	8	6	6	4	4	4	6	6	2	2	0
P2	Km/h	2	3	3	6	5	5	8	5	5	6	8	8	8	5	4	3
	Steigung%	0	3	9	9	9	2	2	8	8	4	1	1	4	4	4	0
P3	Km/h	2	3	5	5	7	7	8	5	5	5	3	3	8	8	4	3
	Steigung%	0	2	3	4	5	5	7	7	4	4	4	4	6	3	2	0
P4	Km/h	2	2	3	5	5	5	8	8	8	8	5	5	5	3	2	2
	Steigung%	0	3	6	6	6	9	9	9	9	9	9	6	6	6	2	0
P5	Km/h	3	4	5	6	7	8	9	10	10	10	9	8	7	5	4	3
	Steigung%	0	2	4	4	8	8	6	6	6	6	8	7	6	5	1	0
P6	Km/h	3	4	5	5	6	6	7	7	7	9	9	10	10	11	5	3
	Steigung%	0	8	8	8	8	8	7	7	7	7	7	5	5	3	3	0
P7	Km/h	3	4	9	4	11	4	10	4	9	4	8	4	11	5	3	2
	Steigung%	0	1	4	4	4	6	6	6	8	8	8	10	10	10	6	0
P8	Km/h	3	5	8	3	5	7	9	3	5	7	10	3	5	7	11	5
	Steigung%	0	3	8	8	3	3	7	7	3	3	6	6	3	3	5	0
P9	Km/h	3	7	9	4	7	10	4	7	11	5	7	12	4	7	12	5
	Steigung%	0	6	6	3	7	7	3	8	8	3	9	9	3	3	7	0
P10	Km/h	3	5	6	6	6	9	10	6	6	9	10	6	6	6	11	3
	Steigung%	0	7	7	7	5	5	5	8	8	8	8	8	8	4	4	0
P11	Km/h	4	5	7	9	10	11	9	6	8	9	10	10	11	9	6	5
	Steigung%	0	6	6	6	3	3	3	7	7	4	4	4	4	6	6	0
P12	Km/h	4	6	10	10	7	10	10	10	7	7	10	10	10	10	6	5
	Steigung%	0	8	8	6	9	9	5	5	8	8	8	4	4	4	4	0
P13	Km/h	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	12	10	8	6	4	2
	Steigung%	0	1	2	3	4	5	6	8	7	6	5	4	3	2	1	0
P14	Km/h	2	4	6	8	10	12	12	11	12	11	10	9	8	7	5	3
	Steigung%	0	3	9	10	9	2	2	8	8	4	1	1	4	5	4	0
P15	Km/h	2	3	5	5	7	12	8	5	9	5	3	3	8	6	4	3
	Steigung%	0	2	3	4	5	5	7	7	4	4	8	4	6	3	2	0
P16	Km/h	2	4	6	8	10	8	6	4	4	6	8	10	12	8	6	2
	Steigung%	0	3	6	10	6	9	10	11	11	10	9	6	8	6	2	0
P17	Km/h	1	3	5	7	9	11	11	11	9	11	9	11	10	10	6	3
	Steigung%	0	2	4	4	8	8	6	6	6	6	8	7	6	5	1	0
P18	Km/h	3	4	5	5	10	11	7	7	10	9	9	10	12	11	5	3
	Steigung%	1	8	10	8	8	10	7	7	10	7	7	5	5	3	3	0

1.9. Individuelle Benutzerprogramme:

Es gibt 3 Benutzerprogramme U1, U2 und U3 die individuell mit Geschwindigkeit und Steigung programmiert werden können.

1. Erstellen der Benutzerprogramme:

Um eines der Benutzerprogramme auszuwählen drücken Sie sofort auf die "PROGRAM"-Taste bis im Display U1, U2 oder U3 angezeigt werden. Nach Programmauswahl blinkt die Zeit-Anzeige und diese kann somit als erstes mittels der +/- km/h -Tasten oder +/- Steigungs -Tasten eingegeben werden. Um die gewünschte Zeit zu speichern Drücken Sie die "F"-Taste. Danach blinkt das erste Segment des Trainingsprofils und es kann die Geschwindigkeit mittels der +/- km/h -Tasten oder der km/h Direktwahl-tasten eingegeben werden und auch die gewünschte Steigung durch die +/- Steigungs -Tasten oder Steigungs Direktwahl-tasten Drücken Sie die "F"-Taste um die Daten des ersten Segmentes abzuspeichern. Stellen Sie so alle 16 Segmente ein. Die Benutzerprogramme bleiben gespeichert auch wenn das Laufband vom Netz genommen wird. Eine Veränderung (Überschreiben) ist durch eine Neuerstellung eines Profils möglich.

2. Trainieren mit Benutzerprogrammen:

- Schalten Sie den Hauptschalter ein und legen Sie den Sicherheits-Clip auf die entsprechende Stelle am Computer auf und befestigen Sie diesen an Ihrer Trainingskleidung.
- Drücken Sie sofort auf die "PROGRAM" -Taste bis das gewünschte Programm U1, U2 oder U3 angezeigt wird.
- Drücken Sie die START -Taste um das Laufband in Betrieb zu setzen. Nach einem Countdown von 3 Sekunden setzt sich das Laufband in Bewegung und beginnt mit den im ersten Segment gespeicherten Daten.

1.10. Pulsgesteuerte Programme:

- Es gibt 3 Pulsprogramme HRC 1, HRC 2 und HRC 3 welche mit unterschiedlicher Maximalgeschwindigkeit arbeiten.
HRC 1 hat als allerhöchste Geschwindigkeit 16km/h
HRC 2 hat als allerhöchste Geschwindigkeit 18km/h
HRC 3 hat als allerhöchste Geschwindigkeit 20km/h
Allen diesen Pulsprogrammen kann man einen Trainingspuls (Pulsvorgabe) zuordnen.

2. Einstellung der Pulsprogramme:

Drücken Sie die Programm Taste bis zum gewünschten Pulsprogramm HRC1, HRC 2 oder HRC 3. Drücken Sie dann die F-Taste und verwenden Sie die +/- km/h –Tasten oder +/- Steigung Tasten zur Einstellung des Alters und des Vorgabewertes.

A: Alterseingabe: von 13 bis 80 Jahre einstellbar, Voreingestellter Wert: 30 Jahre

B: Vorgabewert für Pulsobergrenze: von 0.45 (45%) bis 0.75 (75%) des Maximalpulses (220-Alter) einstellbar, Voreingestellter Wert: 0.6 (60% des Maximalpuls)

C: Maximalpulsberechnung (220-Alter)

3. Geschwindigkeitsveränderung in den Pulsprogrammen:

A: Der gemessene Pulswert wird alle 30 Sekunden für das Pulsprogramm verwendet

B: Ist der gemessene Pulswert geringer, aber mehr als 30 Pulsschläge vom Vorgabewert entfernt so erhöht sich die Geschwindigkeit jeweils um 2km/h.

C: Ist der gemessene Pulswert geringer, aber weniger als 30 Pulsschläge vom Vorgabewert entfernt so erhöht sich die Geschwindigkeit jeweils um 1km/h.

D: Ist der gemessene Pulswert höher, aber weniger als 30 Pulsschläge vom Vorgabewert entfernt so verringert sich die Geschwindigkeit jeweils um 1km/h.

E: Ist der gemessene Pulswert höher, aber mehr als 30 Pulsschläge vom Vorgabewert entfernt so verringert sich die Geschwindigkeit jeweils um 2km/h.

4. In folgenden Situationen schaltet sich das Laufband nach 15 Sekunden auf 1km/h Geschwindigkeit zurück und ein Signalton ertönt im Sekunden-takt.

A: Wenn länger als 1 Minute keine Pulsmessung mehr erscheint.

B: Wenn die Pulsmessung einen Maximalpuls von 220-Alter ermittelt.

1.11. Körperfettanalyse:

Wählen Sie mit der "PROGRAMM" -Taste das Körperfettanalyse-Programm (FAT) aus. Drücken Sie die "F" Taste um nacheinander die Werte: F1=Geschlecht, F2=Alter, F3=Größe und F4=Gewicht aufzurufen, mittels der +/- km/h -Tasten oder +/- Steigungs -Tasten die Werte einzugeben und mittels der "F" Taste zu bestätigen. Nachdem der letzte Wert bestätigt wurde drücken Sie die "START" -Taste um die Analyse durchzuführen und umgreifen Sie mit beiden Händen die Handpulssensoren ca. 6-8 Sekunden damit ein Körperfettanteil in % angezeigt werden kann. Vergleichen Sie den ermittelten Wert mit der nachfolgenden Tabelle F5. Der Körperfettanteil hängt im wesentlichen von den Körperproportionen Größe und Gewicht ab. Körperfett ist ein wichtiger Grundversorger des Menschen. Die richtige Körperfettmenge (20-24%) hilft die Gesundheit zu erhalten wogegen ein zu geringer oder zu hoher Körperfettanteil (<19 // >25) zu gesundheitlichen Beeinträchtigungen oder Leistungsverminderung führen können.

F--1	Geschlecht	01(Männlich)	02(Weiblich)
F--2	Alter	10-----99	
F--3	Größe	100-----200	
F--4	Gewicht	20-----200	
F--5	Fett %	≤19	Untergewicht
	Fett %	=(20--24)	Normalgewicht
	Fett %	=(25--29)	Übergewicht
	Fett %	≥ 30	Adipös

1.12. Verschiedenes

1.12.1. Wenn das Laufband nach einem intervallartigen Signalton stoppt und im Display wird "END" angezeigt dann wurde ein Vorgabewert erreicht. Nach 5 Sekunden ertönt erneut ein Signalton und das Laufband schaltet sich wieder Betriebsbereit.

1.12.2. Bei den Vorgabewerten wird durch weiteres Erhöhen der maximalen Einstellung wieder der geringste Wert aufgerufen. z.B. Zeitvorgabe 5:00—99:00, nach Erhöhen der Wertes 99:00 kommt wieder die Anzeige 5:00.

1.12.3. Bei dem manuellen Programm kann immer nur ein Wert von Zeit, Entfernung oder ca. Verbrauch zurückgezählt werden. Es wird der zuletzt eingegebene Wert berücksichtigt.

1.12.4. Als Standardverbrauch beim Laufen gilt grob das Daumenmaß: 70kcal/km.

1.12.5. Die Erhöhung/Reduzierung der Geschwindigkeitsverstellung beträgt 0.5km/S.

1.12.6. Ein Anschluss für ein Audiogerät (z.B. MP3 Player/Smartphone) für das im Computer integrierte Soundsystem befindet sich direkt am Computer.

1.12.7. Ohne Vorgabewerte wird in den Funktion aufsteigend gezählt. Nach Erreichen des Höchstwertes in der Funktion wird wieder von vorne aufsteigend gezählt. Bei Erreichen der max. Zeit 99:59Min. im manuellen Programm stoppt das Laufband.

1.13. Fehlercodes und Fehlerdiagnose

Bei Funktionsstörungen kann nebenstehende Auflistung von Fehlermeldungen eine Hilfe für versierte Personen sein.

Grundsätzlich gilt, dass elektrische Reparaturarbeiten nur unter Einhaltung der einschlägigen Sicherheitsvorschriften durchzuführen sind.

Nähere Informationen und Hilfestellung bei Funktionsstörungen gibt unsere Service-Abteilung (Kontakt Daten siehe letzte Seite).

Problem	Mögliche Ursache	Lösungsmöglichkeit
-----	Sicherheitsclip nicht in Position	1. Legen Sie den Sicherungs-Clip auf die entsprechende Stelle am Computer. 2. Prüfen Sie ob der Magnet in dem Sicherungsclip vorhanden ist. Ersetzen Sie den Sicherungs-Clip wenn der Magnet fehlt.
E01	Zeigt eine Störung der Motorsteuerung auf durch evtl. nicht verbundene Stecker-Verbindungen oder defekte anderer Komponenten.	1. Überprüfen Sie die Steckverbindungen von der Computeranzeige zur Steuerung, sowie alle abgehenden und ankommenden Steckverbindungen der Steuerplatine auf ordnungsgemäßen Sitz und Unversehrtheit der Anschlusskabel. 2. Auf der Steuerplatine sitzende IC Chip sind nicht ordnungsgemäß aufgesteckt. 3. Der Transformator ist evtl. defekt und müsste ausgetauscht werden. 4. Die Steuerplatine ist evtl. defekt und müsste ausgetauscht werden.
E02	Motorstörung oder Spannungsproblem	1. Überprüfen Sie ob die Spannungsversorgung über die entsprechende Leistung verfügt und in Ordnung ist. 2. Überprüfen Sie die Anschlusskabel vom Motor auf ordnungsgemäßen Sitz und auf evtl. Beschädigungen. Tauschen Sie ggf. den Motor aus. 3. Überprüfen Sie die Steuerplatine auf evtl. verbrannte Bauteile oder Brandgeruch welche aufgrund eines Kurzschlusses verursacht worden ein kann. Tauschen Sie dazu die Steuerplatine aus.
E03	Problem des Sensors für Geschwindigkeit	1. Überprüfen Sie den Sensor am Motor auf ordnungsgemäßen Sitz an der Lochscheibe, sodass die Drehzahlimpulse ordnungsgemäß erzeugt werden können. 2. Prüfen Sie die Steckverbindung des Sensors an der Steuerplatine und das Kabel auf Unversehrtheit.
E04	Problem in der Steigungsverstellung oder Selbstkontrolle	1. Überprüfen Sie die Anschlusskabel vom Motor auf ordnungsgemäßen Sitz und auf evtl. Beschädigungen. 2. Überprüfen Sie das Kabel für die Steigungsverstellung auf ordnungsgemäßen Sitz und auf evtl. Beschädigungen. 3. Überprüfen Sie die Steckverbindungen an der Steuerplatine auf ordnungsgemäßen Sitz und evtl. Beschädigungen. 4. Ersetzen Sie die Steuerplatine 5. Evtl. Taste auf der Platine drücken um die Steuerung neu einzulernen.
E05	Überlastungsschutz	1. Evtl. wurde eine Überspannung festgestellt. Das Laufband muss am Hauptschalter Aus und wieder erneut Ein geschaltet werden. 2. Evtl. ist die Lauffläche eingeklemmt und hat den Motor überlastet. Prüfen Sie ob die Lauffläche abrollen kann und pflegen Sie die Laufflächenunterseite regelmäßig mit Silicon-Öl. 3. Überprüfen Sie den Motor auf evtl. Brandgeruch oder abnormale Betriebsgeräusche. Tauschen Sie den Motor ggf. aus. 4. Überprüfen Sie die Steuerplatine auf evtl. verbrannte Bauteile oder Brandgeruch welche aufgrund einer Überlastung verursacht worden sein kann. Tauschen Sie dazu die Steuerplatine aus.
E06	Problem des Sensors für die Steigungsverstellung	1. Überprüfen Sie das Kabel des Sensors für die Steigung auf Unversehrtheit. 2. Überprüfen Sie die Steckverbindung des Sensors für die Steigung an der Steuerplatine auf ordnungsgemäßen Sitz. 3. Überprüfen Sie das Kabel für die Steigungsverstellung auf Unversehrtheit. 4. Überprüfen Sie die Steckverbindung des Kabels für die Steigung an der Steuerplatine auf ordnungsgemäßen Sitz
Gar keine Anzeige	Hauptschalter aus oder Spannungsversorgung defekt	1. Überprüfen Sie ob der Hauptschalter eingeschaltet wurde. 2. Überprüfen Sie ob die Netzspannung ausreichend und in Ordnung ist. Überprüfen Sie ob der Überlastschutz ausgelöst hat. Warten Sie eine Abkühlphase von 30 Minuten ab. Überprüfen Sie die Steckverbindungen am Hauptschalter und zur Steuerplatine auf ordnungsgemäßen Sitz. 3. Überprüfen Sie die Steckverbindungen von der Computeranzeige zur Steuerung sowie die Kabel auf Unversehrtheit. Defekt Kabel sollten ausgetauscht werden. 4. Der Transformator ist evtl. defekt und müsste ausgetauscht werden.

Trainingsanleitung

Um spürbare körperliche und gesundheitliche Verbesserungen zu erreichen, müssen für die Bestimmung des erforderlichen Trainingsaufwandes die folgenden Faktoren beachtet werden:

1. Intensität:

Die Stufe der körperlichen Belastung beim Training muß den Punkt der normalen Belastung überschreiten, ohne dabei den Punkt der Atemlosigkeit und /oder der Erschöpfung zu erreichen. Ein geeigneter Richtwert für ein effektives Training kann dabei der Puls sein. Dieser sollte sich während des Trainings in dem Bereich zwischen 70% und 85% des Maximalpulses befinden (Ermittlung und Berechnung siehe Tabelle und Formel).

Während der ersten Wochen sollte sich der Puls während des Trainings im unteren Bereich von 70% des Maximalpulses befinden. Im Laufe der darauffolgenden Wochen und Monate sollte die Pulsfrequenz langsam bis zur Obergrenze von 85% des Maximalpulses gesteigert werden. Je größer die Kondition des Trainierenden wird, desto mehr müssen die Trainingsanforderungen gesteigert werden, um in den Bereich zwischen 70% und 85% des Maximalpulses zu gelangen. Dieses ist durch eine Verlängerung der Trainingsdauer und/oder einer Erhöhung der Schwierigkeitsstufen möglich.

Wird die Pulsfrequenz nicht in der Computeranzeige angezeigt oder wollen Sie sicherheitshalber Ihre Pulsfrequenz, die durch eventuelle Anwendungsfehler o.ä. falsch angezeigt werden könnte, kontrollieren, können Sie zu folgenden Hilfsmitteln greifen:

- Puls-Kontroll-Messung auf herkömmliche Weise (Abtasten des Pulsschlages z.B. am Handgelenk und zählen der Schläge innerhalb einer Minute).
- Puls-Kontroll-Messung mit entsprechend geeigneten und geeichten Puls-Mess-Geräten (im Sanitäts- Fachhandel erhältlich).

2. Häufigkeit:

Die meisten Experten empfehlen die Kombination einer gesundheitsbewußten Ernährung, die entsprechend dem Trainingsziel abgestimmt werden muß, und körperlicher Ertüchtigungen drei- bis fünfmal in der Woche.

Ein normaler Erwachsener muß zweimal pro Woche trainieren, um seine derzeitige Verfassung zu erhalten. Um seine Kondition zu verbessern und sein Körpergewicht zu verändern, benötigt er mindestens drei Trainingseinheiten pro Woche. Ideal bleibt natürlich eine Häufigkeit von fünf Trainingseinheiten pro Woche.

3. Gestaltung des Trainings

Jede Trainingseinheit sollte aus drei Trainingsphasen bestehen:

„Aufwärm-Phase“, „Trainings-Phase“ und „Abkühl-Phase“.

In der „Aufwärm-Phase“ soll die Körpertemperatur und die Sauerstoffzufuhr langsam gesteigert werden. Dieses ist durch gymnastische Übungen über eine Dauer von fünf bis zehn Minuten möglich.

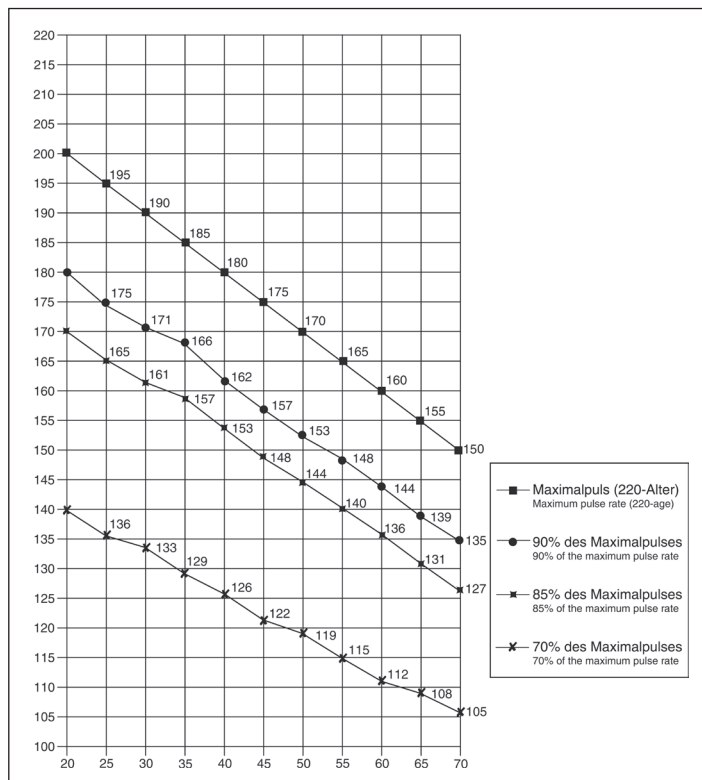
Danach sollte das eigentliche Training („Trainings-Phase“) beginnen. Die Trainingsbelastung sollte erst einige Minuten gering sein und dann für eine Periode von 15 bis 30 Minuten so gesteigert werden, daß sich der Puls im Bereich zwischen 70% und 85% des Maximalpulses befindet.

Um den Kreislauf nach der „Trainings-Phase“ zu unterstützen und einem Muskelkater oder Zerrungen vorzubeugen, muß nach der „Trainings-Phase“ noch die „Abkühl-Phase“ eingehalten werden. In dieser sollten, fünf bis zehn Minuten lang, Dehnungsübungen und/oder leichte gymnastische Übungen durchgeführt werden.

Weitere Informationen zum Thema Aufwärmübungen, Dehnungsübungen oder allgemeine Gymnastikübungen finden Sie in unserem Downloadbereich unter www.christopeit-sport.com

4. Motivation

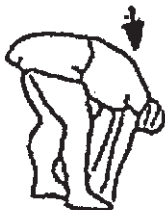
Der Schlüssel für ein erfolgreiches Programm ist ein regelmäßiges Training. Sie sollten sich einen festen Zeitpunkt und Platz pro Trainingstag einrichten und sich auch geistig auf das Training vorbereiten. Trainieren Sie nur gut gelaunt und halten Sie sich stets Ihr Ziel vor Augen. Bei kontinuierlichem Training werden Sie Tag für Tag feststellen, wie Sie sich weiterentwickeln und Ihrem persönlichen Trainingsziel Stück für Stück näher kommen.



Berechnungsformeln: Maximalpuls = 220 - Alter
 90% des Maximalpuls = (220 - Alter) x 0,9
 85% des Maximalpuls = (220 - Alter) x 0,85
 70% des Maximalpuls = (220 - Alter) x 0,7

Aufwärmübungen (Warm Up)

Starten Sie Ihre Aufwärmphase durch Gehen auf der Stelle für mind. 3 Minuten und führen Sie danach folgende gymnastische Übungen durch um den Körper auf die Trainingsphase entsprechend vorzubereiten. Bei den Übungen nicht übertreiben und nur soweit ausführen bis ein leichtes Ziehen zu spüren ist. Diese Position dann etwas halten.



Greifen Sie mit der linken Hand hinter den Kopf an die rechte Schulter und ziehen Sie mit der rechten Hand etwas an der linken Armbeuge. Nach 20Sek. Arm wechseln.

Beugen Sie sich soweit wie möglich nach vorn und lassen Sie die Beine fast durchgestreckt. Zeigen Sie dabei mit den Fingern in Richtung Fußspitze. 2 x 20Sek.

Setzen sie sich mit einem Bein gestreckt auf den Boden und beugen Sie sich vor und versuchen Sie den Fuß mit den Händen zu erreichen. 2 x 20Sek.

Knien Sie sich in weitem Ausfallschritt nach vorn und stützen Sie sich mit den Händen auf dem Boden ab. Drücken Sie das Becken nach unten. Nach 20 Sek. Bein wechseln.

Nach den Aufwärmübungen durch etwas schütteln die Arme und Beine lockern.

Hören Sie nach der Trainingsphase nicht abrupt auf, sondern radeln Sie gemütlich noch etwas ohne Widerstand aus um wieder in die normale Puls-Zone zu gelangen. (Cool down) Wir empfehlen die Aufwärmübungen zum Abschluss des Trainings erneut durchzuführen und das Training mit Ausschütteln der Extremitäten zu beenden.

1. Summary of Parts	Page 3
2. Important Recommendations and Safety Information	Page 15
3. Parts List (List of spare parts)	Page 16 - 17
4. Assembly Instructions With Exploded Diagrams	Page 18 - 19
5. Cleaning, Checks and Storage of the Ergometer bike mount, Use & Dismount, Warm up	Page 20 - 21
6. Computer instructions	Page 22 - 25
7. Training Instructions	Page 26

Dear customer,

We congratulate you on your purchase of this home training sports unit and hope that we will have a great deal of pleasure with it. Please take heed of the enclosed notes and instructions and follow them closely concerning assembly and use.

Please do not hesitate to contact us at any time if you should have any questions.

Top-Sports Gilles GmbH
Friedrichstr. 55
42551 Velbert



Important Recommendations and Safety Instructions

Our products are all TÜV-GS tested and therefore represent the highest current safety standards. However, this fact does not make it unnecessary to observe the following principles strictly.

1. Assemble the machine exactly as described in the installation instructions and use only the enclosed, specific parts of the machine contained in the parts list. Before assembling, verify the completeness of the delivery against the delivery notice and the completeness of the carton against the montage steps in the installation and operating instructions. In case of repair please ask your dealer for advice.

2. Check the firm seating off all screws, nuts and other connections before using the machine for the first time and at regular intervals (every 1-2 months) to ensure that the trainer is in a safe condition. Replace defective components immediately and/or keep the equipment put of the use until repair.

3. Set up the machine in a dry, level place and protect it from moisture and water. Uneven parts of the floor must be compensated by suitable measures and by the provided adjustable parts of the machine if such are installed. Ensure that no contact occurs with moisture or water.

4. Place a suitable base (e.g. rubber mat, wooden board etc.) beneath the machine if the area of the machine must be specially protected against indentations, dirt etc.

5. Before beginning training, remove all objects within a radius of 2 metres from the machine.

6. Do not use aggressive cleaning agents to clean the machine and employ only the supplied tools or suitable tools of your own to assemble the machine and for any necessary repairs. Remove drops of sweat from the machine immediately after finishing training.

7. WARNING! Systems of the heart frequency supervision can be inexact. Excessive training can lead to serious health damage or to the death. Consult a doctor before beginning a planned training programme. He can define the maximum exertion (pulse, Watts, duration of training etc.) to which you may expose yourself and can give you precise information on the correct posture during training, the targets of your training and your diet. Never train after eating large meals.

8. Only train on the machine when it is in correct working order. Use original spare parts only for any necessary repairs. **WARNING:** Replace the worn parts immediately and keep this equipment out of use until repaired.

9. When setting the adjustable parts, observe the correct position and the marked, maximum setting positions and ensure that the newly adjusted position is correctly secured. Please remove the Tools you need to adjust after adjusting a new position.

10. Unless otherwise described in the instructions, the machine must only be used for training by one person at a time. The exercise time should not overtake 90 min./daily.


11. Wear training clothes and shoes which are suitable for fitness training with the machine. Your clothes must be such that they cannot catch during training due to their shape (e.g. length). Your training shoes should be appropriate for the trainer, must support your feet firmly and must have non-slip soles.

12. WARNING! If you notice a feeling of dizziness, sickness, chest pain or other abnormal symptoms, stop training and consult a doctor.

13. Never forget that sports machines are not toys. They must therefore only be used according to their purpose and by suitably informed and instructed persons.

14. People such as children, invalids and handicapped persons should only use the machine in the presence of another person who can give aid and advice. Take suitable measures to ensure that children never use the machine without supervision.

15. Ensure that the person conducting training and other people never move or hold any parts of their body into the vicinity of moving parts.

16.  At the end of its life span this product is not allowed to dispose over the normal household waste, but it must be given to an assembly point for the recycling of electric and electronic components. You may find the symbol on the product, on the instructions or on the packing.

The materials are reusable in accordance with their marking. With the re-use, the material utilization or the protection of our environment. Please ask the local administration for the responsible disposal place.

17. To protect the environment, do not dispose of the packaging materials, used batteries or parts of the machine as household waste. Put these in the appropriate collection bins or bring them to a suitable collection point.

18. This machine is a speed-dependant machine, i.e. the power increases with increasing speed, and the reverse.

19. The maximum permissible load (=body weight) is specified as 150 kg. Evaluate your body weight before you starting the exercise.

20. If the connecting cable of this item is damaged, this must be replaced by the manufacturer or the customer service or with an electrically certified person.

21. This machine has been tested and certified in compliance with EN ISO 20957-1:2013, EN 957-6:2010/A1:2014 + EMC Directive 2014/30/EU.

Parts List – Spare Parts List TM 4 Order No. 1352

Technical data: Issue: 01. 11. 2014

- 2,25 HP Motor continuous (1,7kw), maximum 4 HP Motor Peak (3kW)
- Speed from 1 km/h - 20 km/h (adjustable in 0,1 km/h steps)
- 24 installed programs with different speed
- 3 target HRC programs (pulse controlled)
- 3 User programs
- 1 Body fat porogramm
- Quick speed buttons for 2 km/h, 5 km/h, 8km/h, 10 km/h, 14 km/h. 16km/h and 18 km/h
- Power Incline 0-15%, electronically adjustable
- Quick incline buttons for 3, 6, 9, 12 and 15 incline level
- Speed and incline adjustable at hand rail
- Hand pulse measurement
- Vibration absorbing running surface (Cushion System)
- Safety pin for emergency stop
- Foldable for save space
- Blue Backlit LCD Display showing: Time, Speed, Distance, approx Calories consumption, Inclination and pulse
- Inputs of limits: Time, Speed and approx Calories
- Announcement of higher limits
- Possible connection for MP 3 Player
- Receiver for wireless pulse belt
- Fold-out automatic (Soft-Drop-System) for a safety and easy let down of the tread
- 4 transport rollers for an easy and comfortable move to location
- Walking surface approx. L 140 x W 50 cm
- Electrical data: 220-240V/50-60Hz /1.700 Watt
- Load max. 150 kg (Body weight)

- Weight approx. 87 kg
- Space requirement approx: L 189 x W 82 x H 143 cm
- Space requirement foldable approx: L 80 x W 85 x H 160 cm
- Exercise space : approx. 6m²

Please contact us if any components are defective or missing, or if you need any spare parts or replacements in future:

Internet service- and spare parts data base:
www.christopeit-service.de

Adresse: Top-Sports Gilles GmbH
Friedrichstraße 55
42551 Velbert
Telefon: +49 (0) 20 51 / 60 67-0
Telefax: +49 (0) 20 51 / 60 67-44
e-mail: info@christopeit-sport.com
www.christopeit-sport.com

This treadmill is created only for private Home sports activity and not allowed to us in a commercial or professional area.
Home Sport use class H/C

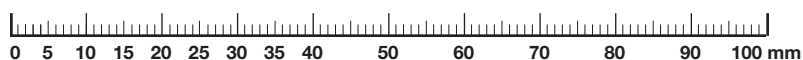


Illustration No.	Designation	Dimension mm	Quantity	Attached to Illustration No.	ET-Number
1	Main frame		1		33-1352-01-SI
2	Left upright tube		1	4	33-1352-02-SI
3	Right upright tube		1	4	33-1352-03-SI
4	Bottom frame		1	1-3	33-1352-04-SI
5	Running belt		1	16+24	36-1352-11-BT
6	Running board		1	1	36-1352-12-BT
7	Screw	M6x25	2	6	39-9970-SW
8	Screw	M6x30	4	6	39-10306
9	Screw	4x16	16	6,60+61	39-10187
10	Side step toggle		8	9	36-1352-13-BT
11	Belt		1	24+40	36-1352-14-BT
12	Screw	M5x8	6	41+56	39-9903-SW
13	Computer connecting wire		1	60+73	36-1352-15-BT
14L	End cap left		1	1	36-1352-08-BT
14R	End cap right		1	1	36-1352-09-BT
15	Screw	M6x55	2	16	39-10141
16	Rear belt roller		1	1+5	33-1352-05-SI
17	Rear roller		2	1	36-1352-16-BT
18	Washer	8//16	8	19,42+44	39-9862-CR
19	Screw	M8x40	3	17+43	39-10000
20	Side step		2	6	36-1352-02-BT
21	Absorb cushion		2	1+6	36-1352-17-BT
22	Nut	M6	6	8	39-9891-CR
23	Running board bumper		2	1+6	36-1352-18-BT
24	Front roller		1	1+5	33-1352-06-SI
25	Screw	M6x45	1	24	39-9976
26	Power controlling circuit board		1	1	36-1352-19-BT
27	Power wire buckle		1	1	36-1241-19-BT
28	Circuit breaker		1	1	36-1352-20-BT
29	switch		1	1	36-1352-21-BT
30	Power wire		1	29	36-1352-22-BT
31	Screw	M10x40	1	1+54	39-10131
32	Washer	10//20	18	21,32,51+55	39-9989-CR
33	Nut	M10	4	31,34+51	39-10032
34	Screw	M10x55	1	54	39-9976
35	Screw	M8x18	4	40	39-9823-CR
36	Spring washer	for M8	6	35	39-9864-VC

Illustration No.	Designation	Dimension mm	Quantity	Attached to Illustration No.	ET-Number
37	Flat washer	8//16	10	35+70	39-9862-CR
38	Screw	M8x30	2	40	39-9906
39	Screw	M8x50	1	40	39-9811
40	Motor		1	1	33-1352-07-SI
41	Motor cover		1	1	36-1352-01-BT
42	Screw	M8x45	1	42	39-9914-SW
43	Cylinder		1	1+4	33-1352-08-SI
44	Screw	M8x50	4	4+67	39-9811
45	Nut	M8	10	19,44+70	39-9818
46	Rear moving roller		2	4	36-1352-23-BT
47	End cap		2	4	36-1352-24-BT
48	Flat foot pad		2	4	36-1352-25-BT
49	Screw	M6x15	2	48	39-9911
50	Square end cap		2	4	36-1352-26-BT
51	Screw	M10x50	2	1+53	39-9976
52	Square end cap		4	53	36-1352-27-BT
53	Incline frame		1	1+4	33-1352-09-SI
54	Incline motor		1	4+53	33-1352-10-SI
55	Screw	M10x15	14	2,3+	39-10086
56L	Protective guard left		1	2	36-1352-04-BT
56R	Protective guard right		1	3	36-1352-05-BT
57	Foam grip		2	60	36-1352-28-BT
58L	Remote buttons left		1	57	36-1352-29-BT
58R	Remote buttons right		1	57	36-1352-30-BT
59	Flat washer	6//12	4	9	39-10013-CR
60	Computer frame		1	2+3	36-1352-03-BT
61L	Upright tube cover left		1	2+60	36-1352-06-BT
61R	Upright tube cover right		1	3+60	36-1352-07-BT
62	Safety clip		1	60	36-1352-31-BT
63	Hand pulse		2	60	36-1352-32-BT
64	Washer	6//12	3	15+25	39-10007-CR
65	Optical flame detector		1	40	36-1352-33-BT
66	Front moving roller		2	67	36-1352-34-BT
67	Moving roller frame		2	66	36-1352-35-BT
68	Moving roller stop-pin		2	70	36-1352-36-BT
69	Moving roller axle		2	66	36-1352-37-BT
70	D shape axle		2	67	36-1352-38-BT
71	Spacer		2	70	36-1352-39-BT
72	C shape buckle		4	4	36-1352-40-BT
73	Connection cable		1	69	36-1352-41-BT
74	Controller cable		1	26+73	36-1352-42-BT
75	Bracket		1	40+65	36-1352-43-BT
76	Screw	3x6	2	75	39-10076-SW
77	Spring washer	for M3	2	76	39-10444-SW
78	Flat washer	3//6	2	76	39-10510
79	Screw	3x10	10	65+88	39-10078
80	MP3 Cable		1	60	36-1142-30-BT
81	Screw	M5x16	4	14	39-10165
82	Screw	4x12	2	14	39-10187
83	Anti-slip pad		4	20	36-1352-10-BT
84	Screw	M4x8	2	26	39-10188
85	Plug		2	1+4	36-1352-44-BT
86	Screw	M8x75	1	40	39-10272
87	End cap		2	60	36-1352-45-BT
88	Speaker		2	60	36-1352-46-BT
89	Audio socket		1	60	36-1352-47-BT
90	Tool set		1		36-1352-48-BT
91	Assembly and exercise instructions		1		36-1352-49-BT

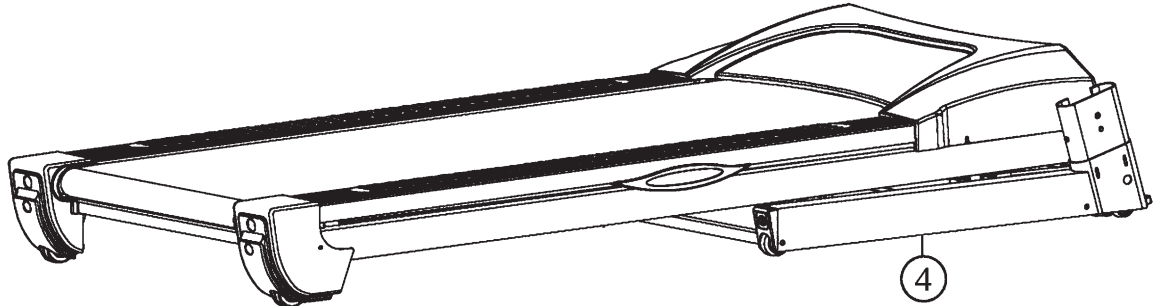
Installation instructions

Put everything clearly on the ground and control the completeness based on the assembly steps.

Some screws are already at the mounting locations for an easy assignment. Assembly time is approximately 30 min.

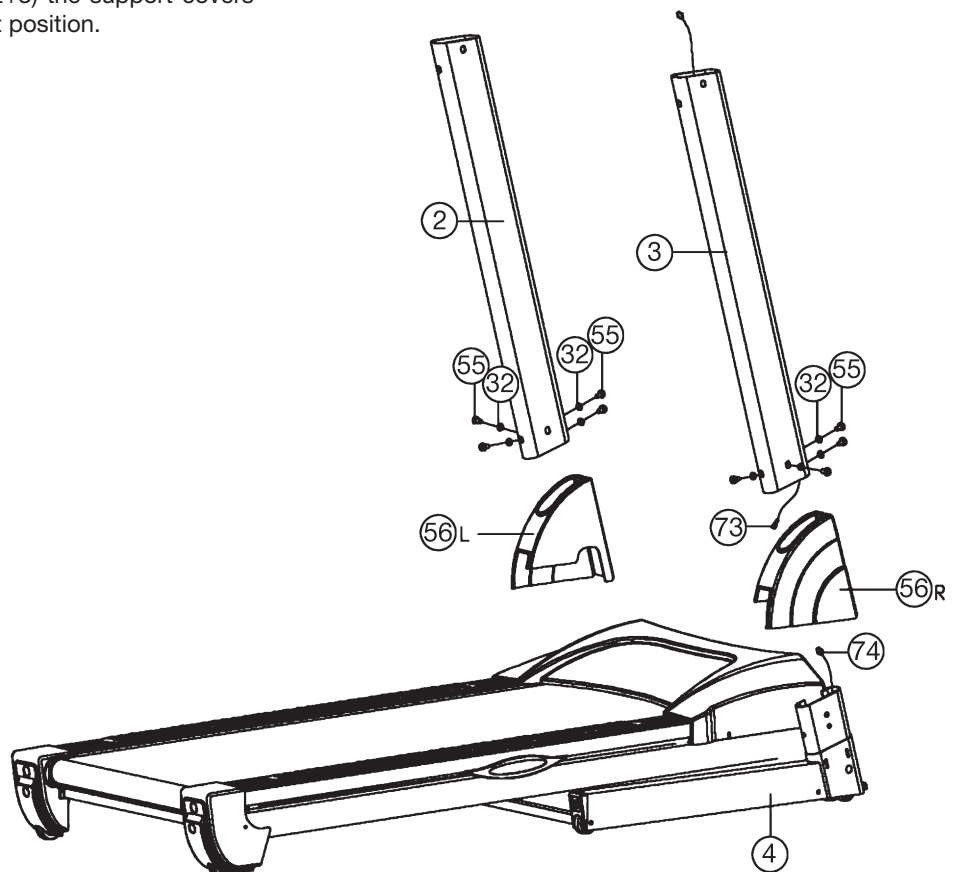
Step 1:

1. Remove all small parts, loose packing material out of the box and then take out with help of a second person the base frame (4) of packaging. Cut the cable ties for removal not yet.



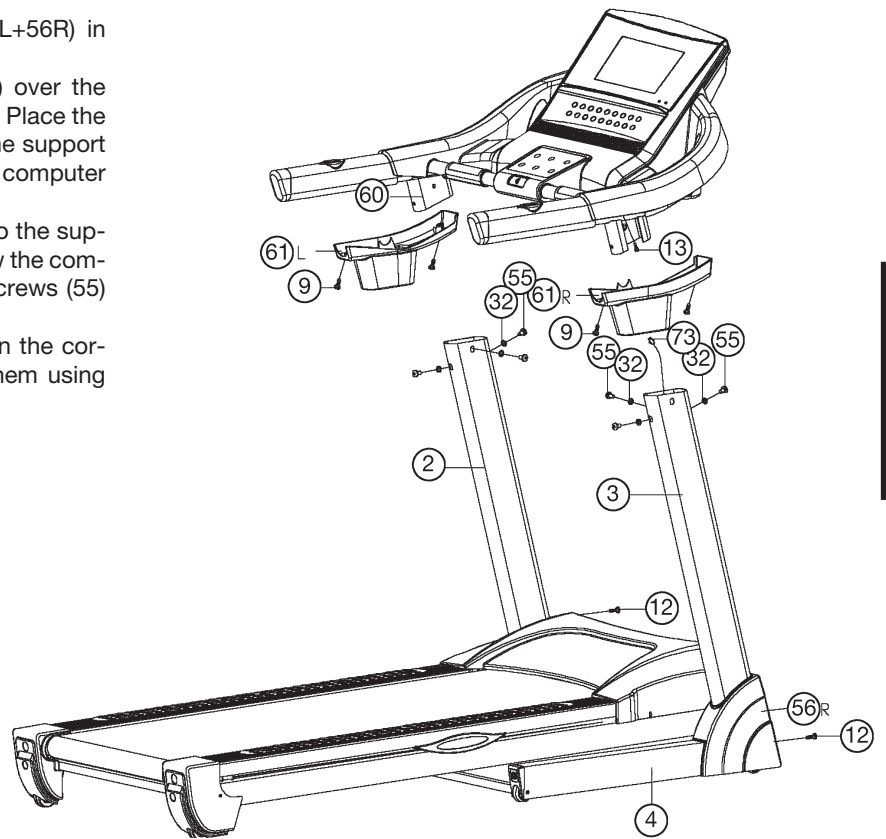
Step 2:

1. Put the right support tube (3) with the inserted connection cable (73) to the right side of base frame (4) and connect the plug of the control cable (74) and connecting cable (73). (Possibly the connector cable (74) has to insert into the support tube.)
2. Insert the right and left support tubes (2+3) to the base frame (4) (without squeezing a cable) so that the holes pattern and screw the connection tightly with screws (55) and washers (32).
3. Slide onto the support left and right (2+3) the support covers left and right (56L+56R) into the correct position.



Step 3:

1. Backup the support tube covers left and right (56L+56R) in each case with screw (12).
2. Slide the computer panels left and right (61L+61R) over the support tubes left and right (2+3) in a proper position. Place the computer (60) with the help of a second person to the support tubes left and right (2+3) and connect the plug of computer cable (13) and connecting cable (73).
3. Push the computer (60) with the computer holder into the support tubes (2+3) (without a cable to pinch it) and screw the computer (60) to the support tubes (2+3) by means of screws (55) and washers (32) firmly.
4. Slide the computer panels left and right (61L+61R) in the correct position under the computer (60) and attach them using screws (9).



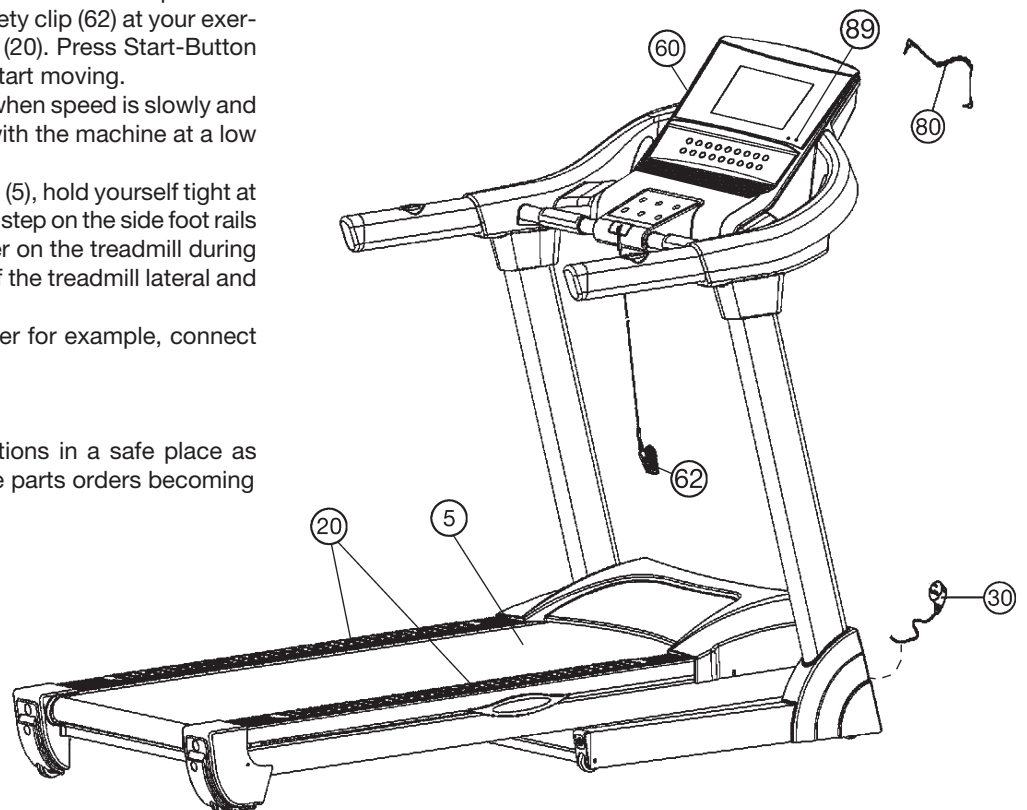
Step 4:

Checks

1. Check the correct installation and function of all screwed and plug connections.
2. When everything is in order, connect the power supply cable (18) with wall power (220-240V~50-60Hz) and switch (30) on the main switch below the front frame.
3. Put the safety key (62) onto the computer and the computer will show normal manual mode. Put the safety clip (62) at your exercising cloth and stand on the side rails (20). Press Start-Button and after a Count Down the treadmill start moving. Start walking onto the walk surface (5) when speed is slowly and follow the speed. Familiarize yourself with the machine at a low speed settings.
4. Run in the middle of the running surface (5), hold yourself tight at hand grips if you feel insecure and don't step on the side foot rails (20). Only run with look at the Computer on the treadmill during the running. In emergency case, step of the treadmill lateral and hold on to the hand grips.
5. If you like to use an external MP3 player for example, connect with cable (80) and computer.

Note:

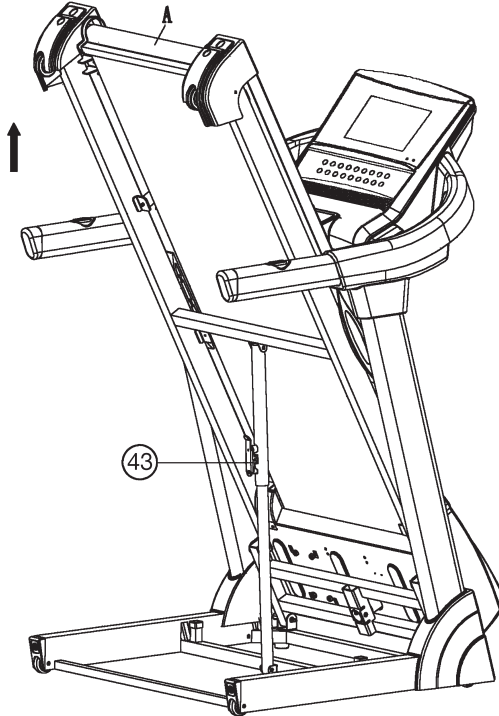
Please keep the tool set and the instructions in a safe place as these may be required for repairs or spare parts orders becoming necessary later.



Folding / unfolding and transport of the treadmill

1. Fold down for exercising:

Put your hands at the treadmills position „A“ and press the safety button (43) to unlock it. Let the treadmill going down until is unfolded completely.



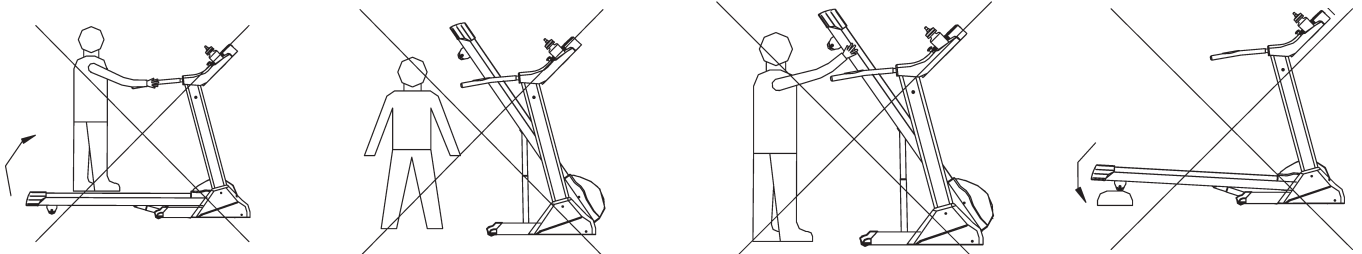
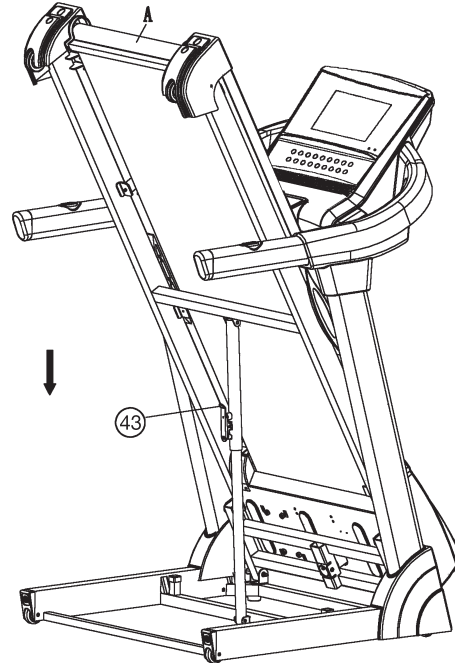
2. Fold up for saving space and move:

Raise the treadmill at position „A“ and push the treadmill into vertically position until the locking knob (43) locks up.

By completely folding out, the front transport rollers automatically come into function, so that you can easy move to another location.

Warning:

Before folding up the treadmill switch off and wait until the running surface totally stopped. Don't start the treadmill in fold up position!



Warm up exercises (Warm Up)

Start your warm up by walking on the spot for at least 3 minutes and then perform the following gymnastic exercises to the body for the training phase to prepare accordingly. The exercises do not overdo it and only as far run until a slight drag felt. This position will hold a while.



Reach with your left hand behind your head to the right shoulder and pull with the right hand slightly to the left elbow. After 20sec. switch arm.

Bend forward as far forward as possible and let your legs almost stretched. Show it with your fingers in the direction of toe. 2 x 20sec.

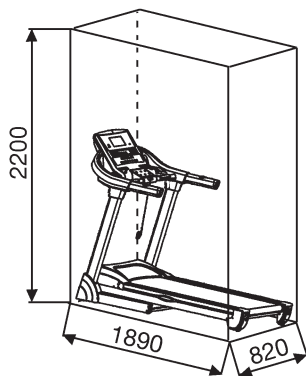
Sit down with one leg stretched out on the floor and bend forward and try to reach the foot with your hands. 2 x 20sec.

Kneel in a wide lunge forward and support yourself with your hands on the floor. Press the pelvis down. Change after 20 sec leg.

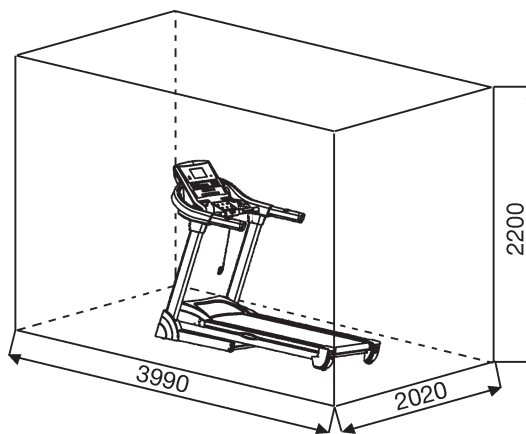
After the warm-up exercises by some arms and legs shake loose.

Don't finish the exercise phase abruptly, but will cycle leisurely something without resistance from to return to the normal pulse-zone. (Cool down) We recommend the warm-up exercises at the end of the training be conducted and to end your workout with shaking of the extremities.

Training area in mm
(for home trainer and user)



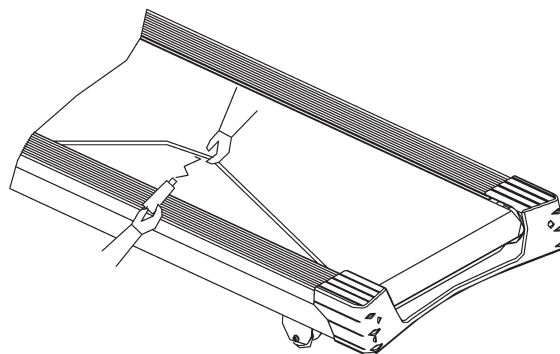
Free area in mm
(Training area and security area
(rotating 60cm))



Maintenance and adjusting

1. Lubrication for the running belt:

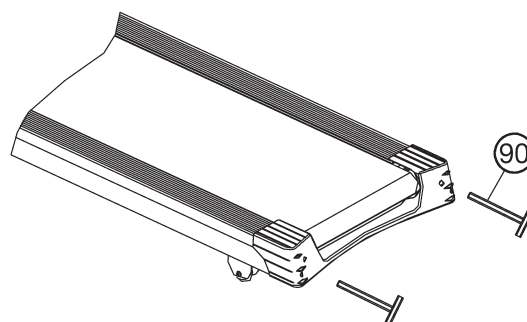
In order to keep the machine in the best condition, please add some Silicone oil between the running belt and the running board after 50 hours or 1 to 2 month of use. But the running belt may slip, if you lubricate too much. To lubricate the belt please pull the walking belt up and injection the silicone oil into the gap between belt and walking deck.



2. Adjusting running belt:

You need to adjust the walking belt to the normal position, per the following steps if it is off.

1. Set speed at 3-5km.
2. Using the Allen key to adjust the belt tension bolt on the end cap of the system frame.
3. If you want to move the belt towards left, turn the right tension bolt clockwise.
4. If you want to move the belt towards right, turn the left tension bolt clockwise.
5. If you have already done according to the steps above and it is still not at the good range, then the running belt should be damaged already, please contact your local dealer for replacement.



Note: Make sure that the running surface is as centered as possible. Once these moves too far from the center, (about 10 mm) it should be readjusted into the center.

3. Running belt slips:

1. Make sure the walking belt is not too loose.
2. Make sure the motor belt is not too loose.

4. No light on the Display:

1. Check if the power plug is properly connected.
2. Check if the safety key on the computer is in place.
3. Check if the wire in the right post is properly connected.

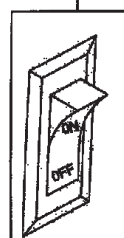
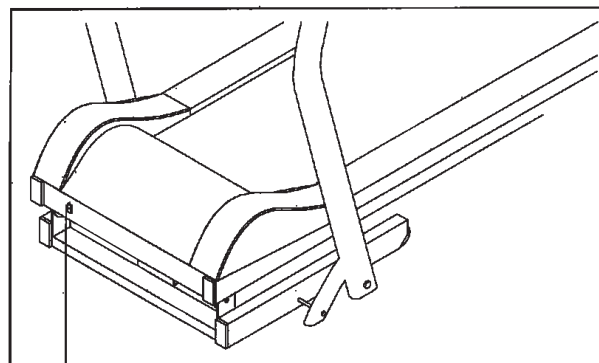
Remind ! Before you inspect any wire or electrician part, please ensure that the Power supply has been turned off.

5. Abnormal noise from the machine

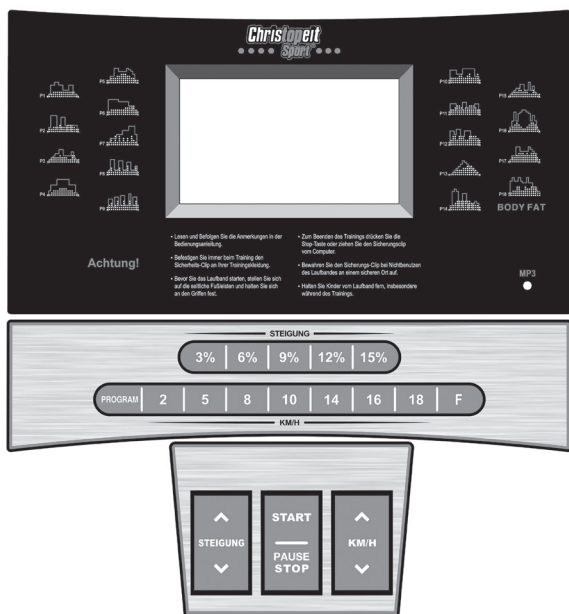
1. Check if any screw of machine is loose.
2. Check if the motor belt is off.
3. Check if the running belt is off.

Note:

Please contact your local dealer if you have checked all the above listed things but the problem is still there.



8 Incline shortcut keys: Incline can be directly adjusted to grade 3, 6, 9, 12 or 15 by incline shortcut keys when the treadmill is running.



1.5. Display function

1.5.1. Speed display

Display the current running speed.

1.5.2. Time display

Display the running time under manual mode or the countdown running time under mode and programmed mode.

1.5.3. Distance display

Display the accumulated distance under manual and programmed mode or the countdown distance under mode running state.

1.5.4. Calorie display

Display the accumulated calorie under manual and programmed mode or the countdown calorie under mode running state.

1.5.5 Heart rate display

Detect heart rate signals and display the pulse value.

1.5.6 Data display range of various parameters:

TIME: 0:00 – 99.59(MIN)
 DISTANCE: 0.00 – 99.9(KM)
 CALORIES: 0.0 – 999 (KC)
 SPEED: 1.0 – 20.0(KM/H)
 PULSE: 50 – 200 (BPM)
 INCLINE: 0 – 15%

1.6. Heart rate measurement function

While the treadmill is connected to the power, hold the pulse tester for 5s and the heart rate value will be displayed. The initial value is the actually measured heart rate, and its display range is: 50-200 times/ minutes. In the heartbeat measurement process, there will be a heart shaped icon flashing.

Heart rate displayed is for reference only and can not be used as medical data.

1.7. Manual Modes

1.7.1.

How to enter manual mode:

- Switch on the power supply; then, directly enter normal mode under the manual mode.
- In stop state, press F to select Normal mode, Time Countdown, Calorie Countdown and Distance Countdown modes under the manual mode.

1.7.2.

Setting functions under manual mode: Time, Distance and Calorie Setting

- When entering the manual mode, the time is displayed as 0:00;
- In manual mode, press F to enter Time Countdown mode; the time window will display the time and flicker; the initial time is 30:00; set countdown time by KM/H +/ KM/H - and STEIGUNG +/ STEIGUNG -. Time setting range: 5:00-99:00; each time of increase/ decrease will be 1: 00.
- In time countdown mode, press F to enter Distance Countdown mode; the initial distance will be displayed as 1.00 km; set the distance by KM/H +/ KM/H - and STEIGUNG +/ STEIGUNG - in the range of 1.0-99.0 km/mi; each time of increase/ decrease will be 1 km.
- In distance countdown mode, press F to enter Calorie Countdown mode; the initial distance will be displayed as 50.0kcal; set the calorie by KM/H +/ KM/H - and STEIGUNG +/ STEIGUNG - in the range of 20.0-990.0 kcal; each time of increase/ decrease will be 10.0 kcal.

1.7.3.

Operation in manual mode:

- Press START and the motor will start operating after 3s of countdown; the initial speed will be 1.0km/h for metric system or 0.6mile/h for imperial system;
- Press KM/H +/ KM/H - to adjust speed;
- Press STEIGUNG +/ STEIGUNG - to adjust the incline;
- Press speed shortcuts to quickly set up to the speed marked on the key;
- Press incline shortcuts to quickly set up to the incline marked on the key;
- When the motor is running, press STOP and the motor will slow down and stop finally;
- Remove the safety lock to urgently stop motor running; then, LCD window will display “---” and the buzzer will make short sound of Bi-Bi-Bi.
- When the set time reduces to zero or when the set calorie reduces to zero, or the set distance reduces to zero, the speed will gradually reduce till the stop of the machine, the buzzer will make short alarm “Bi-Bi-Bi”, and the speed window will display END; 5s later, the machine will return to the standby state and the buzzer will make long alarm “Bi-Bi”;
- Parameters not set will increase forwards, and will be reset after reaching the upper limit of the display range; in manual mode, the machine will stop when the time accumulates to be more than 99: 59 (100min).

1.1. Start

Normal startup after 3s counting backwards.

1.2. Number of programs

Manual Modes, 18 Preset programs, 3 User setting programs, FAT. Three kinds of HRC mode .(3HRC)

1.3. Safe lock function

Remove the safety lock in any modes could rapidly slow down the treadmill till stop. “---” will be instantly displayed on the window, the buzzer buzz “Bi, Bi” sound continuously. Buttons are invalid in this condition. When the safety lock is off, at the same time press „program“ + „F“ key for 3s, the display switches between imperial and metric systems.

Restore the safety lock, the window will display for 2s and then get into standby state, wait for inputting commands.

1.4. Key function

START, STOP, PROGRAM,F, KM/H+/-, STEIGUNG+/-, SPEED SHORTCUT KEY: 2, 5, 8, 10, 14, 16 and 18. INCLINE SHORTCUT KEYS: 3, 6, 9, 12 und 15.

1 Start-key: Press Start-key to start exercise program (motor starts running) .

2 Stop/Pause -Key: Press Stop/Pause-key during exercise to interrupt the program (motor stops running). Within 5 min. you can press Start-Key to continue this exercise program or press Stop/Pause -key again to finish this program.

3 “PROGRAM” stands for program key: in standby mode , press the key you can select manual mode „1.0“ to „P1-P18“ and „U1-U3“ and “HRC1-HRC3”different programs ; manual mode is the default mode, the default speed is 1.0KM/H, the max operating speed is 20km/h.

4 „F“ stands for mode key, in standby mode, press the key you can loop set H-1 to H-3 different countdown modes. H-1 is time countdown mode, H-2 is distance countdown mode, H-3 is calorie countdown mode; all mode parameter can be setted by KM/H +/- key, and press „start“ key to start the treadmill.

5 Speed keys: “KM/H+” and “KM/H -” are accelerating and decelerating keys: They may be used to adjust parameter setting when setting up parameters of the treadmill. When the treadmill is running, they are used to adjust the speed for 0.1km/time; after holding for more than 2s, automatic continuous acceleration and deceleration will be realized.

6 Incline key: “STEIGUNG+” and “STEIGUNG-” are incline increasing and incline reducing keys: They may be used to adjust parameter setting when setting up parameters of the treadmill. When the treadmill is running, they are used to adjust the incline for 1 grade/time; after holding for more than 2s, automatic continuous increasing or reducing will be realized.

7 Speed shortcut keys: Speed can be directly adjusted to 2km/h, 5km/h, 8km/h, 10km/h, 14km/h, or 16km/h by speed shortcut keys when the treadmill is running.

1.8. Preset Programs

Each program is divided into 16 sections; the operation time will be evenly distributed to each program section. Here below is a 18section program running diagram.

No.		Setup time / 16 = each segment of the running time															
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
P1	SPEED	1	3	3	7	7	5	5	5	7	7	5	5	5	3	2	
	INCLINE	0	2	6	6	8	8	6	6	4	4	4	6	6	2	2	0
P2	SPEED	2	3	3	6	5	5	8	5	5	6	8	8	8	5	4	3
	INCLINE	0	3	9	9	9	2	2	8	8	4	1	1	4	4	4	0
P3	SPEED	2	3	5	5	7	7	8	5	5	5	3	3	8	8	4	3
	INCLINE	0	2	3	4	5	5	7	7	4	4	4	4	6	3	2	0
P4	SPEED	2	2	3	5	5	5	8	8	8	8	5	5	5	3	2	2
	INCLINE	0	3	6	6	6	9	9	9	9	9	9	6	6	6	2	0
P5	SPEED	3	4	5	6	7	8	9	10	10	10	9	8	7	5	4	3
	INCLINE	0	2	4	4	8	8	6	6	6	6	8	7	6	5	1	0
P6	SPEED	3	4	5	5	6	6	7	7	7	9	9	10	10	11	5	3
	INCLINE	0	8	8	8	8	8	7	7	7	7	7	5	5	3	3	0
P7	SPEED	3	4	9	4	11	4	10	4	9	4	8	4	11	5	3	2
	INCLINE	0	1	4	4	4	6	6	6	8	8	8	10	10	10	6	0
P8	SPEED	3	5	8	3	5	7	9	3	5	7	10	3	5	7	11	5
	INCLINE	0	3	8	8	3	3	7	7	3	3	6	6	3	3	5	0
P9	SPEED	3	7	9	4	7	10	4	7	11	5	7	12	4	7	12	5
	INCLINE	0	6	6	3	7	7	3	8	8	3	9	9	3	3	7	0
P10	SPEED	3	5	6	6	6	9	10	6	6	9	10	6	6	6	11	3
	INCLINE	0	7	7	7	5	5	5	8	8	8	8	8	8	8	4	0
P11	SPEED	4	5	7	9	10	11	9	6	8	9	10	10	11	9	6	5
	INCLINE	0	6	6	6	3	3	3	7	7	4	4	4	4	6	6	0
P12	SPEED	4	6	10	10	7	10	10	10	7	7	10	10	10	10	6	5
	INCLINE	0	8	8	6	9	9	5	5	8	8	8	4	4	4	4	0
P13	SPEED	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	12	10	8	6	4	2
	INCLINE	0	1	2	3	4	5	6	8	7	6	5	4	3	2	1	0
P14	SPEED	2	4	6	8	10	12	12	11	12	11	10	9	8	7	5	3
	INCLINE	0	3	9	10	9	2	2	8	8	4	1	1	4	5	4	0
P15	SPEED	2	3	5	5	7	12	8	5	9	5	3	3	8	6	4	3
	INCLINE	0	2	3	4	5	5	7	7	4	4	8	4	6	3	2	0
P16	SPEED	2	4	6	8	10	8	6	4	4	6	8	10	12	8	6	2
	INCLINE	0	3	6	10	6	9	10	11	11	10	9	6	8	6	2	0
P17	SPEED	1	3	5	7	9	11	11	11	9	11	9	11	10	10	6	3
	INCLINE	0	2	4	4	8	8	6	6	6	6	8	7	6	5	1	0
P18	SPEED	3	4	5	5	10	11	7	7	10	9	9	10	12	11	5	3
	INCLINE	1	8	10	8	8	10	7	7	10	7	7	5	5	3	3	0

1.9. User-setting programs:

Beside the 18 inner systems, the treadmill setup 3 user-defined programs: U1, U2, U3.

1. Setting the user-defined program:

Continuously press „program“ key until the expected program (U1/U2/U3) display in the standby condition, while the „time“ window flash, display the setting time, press „STEIGUNG+“, „STEIGUNG -“, „KM/H+“, „KM/H -“ to set up expected run time, press „F“ key to enter program parameter, then set up the first time period parameter, by „KM/H +“ /“ KM/H -“ key or shortcut key to set the speed; by „STEIGUNG +“ /“ STEIGUNG -“ key or shortcut key to set slope; press „mode“ key to finish the first time period setting, and entering the next time period setting, until all 16 time period setting. The parameter will be kept permanently until resetting, and all parameter will not be lost when power off.

2. Selection and start the user-defined program:

In the standby condition, continuously press „program“ key until the expected user-defined program U1/U2/U3 display, set up the run time, press „start“ key to turn on the treadmill.

1.10. HRC Programs:

1. There are 3 HRC programs (HRC 1, HRC 2 und HRC 3) with different max. speed.

HRC 1 max. speed 16km/h, HRC 2 max. speed 18km/h, HRC 3 max. speed 20km/h

These programs you can pre-enter your own target H.R.

2. Adjusting the HRC programs:

Press program-key to select one of the target H.R. programs HRC 1, HRC 2 or HRC 3. Then press F-key to enter this program and adjust with +/- km/h speed or +/- % incline keys the age and target H.R.

A. Age: adjustable 13 - 80 years, the default age is 30 years.

B. Target H.R.: adjustable 0.45 (45%) - 0.75 (75%) of the max. H.R. (220-Age), the default value is 0.6 (60%) of max. H.R.

C. The maximum pulse is: (220-Alter)

3. Speed variation:

- A. The actually pulse will measure all 30sec. pulse and use for target H.R. programs.
- B. If the actually pulse is more than 30 beats/min lower than target H.R. the speed increases in steps of 2km/h.
- C. If the actually pulse is less than 30 beats/min. lower than target H.R. the speed increases in steps of 1km/h.
- D. If the actually pulse is less than 30 beats/min. higher than target H.R. the speed decreases in steps of 1km/h.
- E. If the actually pulse is more than 30 beats higher than target H.R. the speed decreases in steps of 2km/h.

4. If there are following situations, the treadmill stop after running 15 seconds according to 1km/h and ring every 1 second.

- A. It cannot detect the heart rate for 1 minute.
- B. The heart rate exceeds 220-age.

1.11. Body Fat Test:

In standby state, press PROGRAM to enter FAT (Physical fitness test) program. Press F to enter the program of F—1, F—2, F—3, F—4, F—5 (F—1:gender, F—2:age, F—3:height, F—4:weight, F—5:physical test), Press KM/H +/- KM/H - or STEIGUNG +/- STEIGUNG to set the parameter of 01-04(see below detailed table), then press F to enter the program of F—5 for physical test. At this state, hold the handle pulse board for 5-6 seconds and it will display the FAT, check if the weight matches with your height. FAT is to measure the relevance between height and weight, not the body proportion. FAT is suitable for every man and woman, it provide the important grounds for adjusting the weight with other health indicators. The perfect FAT is between 20-24, which means if less than 19 is too thin, and if between 25-29 is overweight and if more than 30 is obesity.

F--1	Gender	01(man)	02(woman)
F--2	Age	10-----99	
F--3	Height	100-----200	
F--4	Weight	20-----200	
F--5	FAT	≤19	Underweight
	FAT	=(20--24)	Normalweight
	FAT	=(25--29)	Overweight
	FAT	≥ 30	Obesity

1.12. Others

- 1.12.1. When a countdown parameter run off, display „END“, the alarm rings 0.5s every 2s, until the treadmill full stop, then return to manual mode.
- 1.12.2. In setting a parameter, it can be roop-setting, for example, time range is 5:00--99:00, when set at 99:00, press „+“ key, the time return to 5:00, and so on recirculation, add or reduce by “+”“—”symbol.
- 1.12.3. Countdown time, countdown calorie and countdown distance can only be set up for one of them. The last time setting will be implemented. The parameter set will be counted backwards while other parameters will be counted forwards.
- 1.12.4. The standard calorie is about 70kcal/km.
- 1.12.5. The acceleration is 0.5Km/S and the deceleration is 0.5Km/S.
- 1.12.6. MP3 music audio amplification, input from the enter hole by the side.
- 1.12.7. In the process the un-set parameter will be up cumulative, the display clear when up to the max range; in the manual mode when the time accumulation excess 99:59(100min) the treadmill stops.

1.13. Meanings of error message codes

In case of malfunctions may adjoining list of error messages help for people to get function back. Basically, electrical repairs only in compliance with the relevant safety rules which exists. For more information and assistance in case of malfunctions with our service department (contact details see last page.)

Problem	Potential reasons	Solutions
-----	Safe lock falls down	<ol style="list-style-type: none"> 1. Place back the safe lock; 2. Replace safe lock switch or magnetic sensor in the electronic meter; if the problem still fails to be solved, replace the electronic meter;
E01	After powering on, the electronic meter displays E01 Communication failure from the electronic meter to the driver, The electronic meter displays E01 in the operating process Communication failure from the driver to the electronic meter	<ol style="list-style-type: none"> 1. Check whether the connecting joint between the electronic meter and the core wire of the controller is loose; whether wires are damaged; whether the core wires are in correct connecting order. 2. The controller may be defective. Check and replace a good one. 3. The electronic controller's IC may not be plugged to the place. Check and ensure good plugging. 4. The transformer may be damaged. Check and replace a good one.
E02	Explosion-proof protection or motor abnormality	<ol style="list-style-type: none"> 1. Check whether the power supply voltage is less than 50% of the normal value; please ensure correct voltage and test again; 2 Check whether motor wires are well connected; re-connect motor wires, or, if the problem still fails to be solved, replace the motor; 3. Check whether there is peculiar odor generated by the controller; if yes, it means that IGBT has been broken down to cause short circuit; then, replace the controller.
E03	No sensory signal	Check whether the photoelectric sensor directs to the hole on CD; check whether wires of photoelectric sensor are damaged and whether terminals of the photoelectric sensor and speed terminals on the controller are firmly connected.
E04	Lifting learning or self-inspection fails	<ol style="list-style-type: none"> 1. Check whether motor signal wires are well inserted; re-insert the signal wire joint to ensure that it is reliable; 2. Check whether lifting motor's AC wires are properly connected; lifting motor shall be correctly plugged according to marks on its AC controller; 3. Check whether motor wiring is damaged to form open circuit; if yes, replace wires or replace the lifting motor; 4. Replace the controller; 5. After all of these inspections, press the learning key for learning again.
E05	Over-current protection	<ol style="list-style-type: none"> 1. It may be the system's self-protection against excessive current when the load exceeds the rated value; restart the machine; 2. Some part of the treadmill is jammed so that the motor can not rotate, thus triggering the self-protection of the system against excessive current under excessive load; adjust the treadmill and restart it, or add lubricant. 3. Check whether there is over-current sound or burning odor when the motor is running; replace the motor; 4. Check whether the controller emits the odor of burning; if yes, replace the controller.
E06	Lifting sensor has no signal	<ol style="list-style-type: none"> 1. Check whether lifting signal wires are damaged. 2. Check whether lifting signal terminals and the controller's lifting terminals are firmly connected. 3. Check whether lifting power cords are damaged. 4. Check whether lifting power cord terminals and the controller's lifting terminals are firmly connected.
No display on the electronic meter	The controller is not powered on or is damaged	<ol style="list-style-type: none"> 1. First of all, check whether the over-load protector has tripped off; if yes, press it; 2. Check the power supply switch, over-load protector and the controller's power cord and transformer to ensure well connection; 3. Check whether the power cords from the electronic meter to the controller are well collected; dismantle the pillar to check connecting joints on each section of the wiring from the electronic meter to the controller; ensure that each wire core is well connected; or the reason may be the communication power cord defect (damaged or broke down); in such case, re-connect or replace wires. 4. The transformer is damaged; replace the transformer

Training instructions

You must consider the following factors in determining the amount of training effort required in order to attain tangible physical and health benefits:

1. Intensity:

The level of physical exertion in training must exceed the level of normal exertion without reaching the point of breathlessness and / or exhaustion. A suitable guideline for effective training can be taken from the pulse rate. During training this should rise to the region of between 70% to 85% of the maximum pulse rate (see the table and formular for determination and calculation of this).

During the first weeks, the pulse rate should remain at the lower end of this region, at around 70% of the maximum pulse rate. In the course of the following weeks and months, the pulse rate should be slowly raised to the upper limit of 85% of the maximum pulse rate. The better the physical condition of the person doing the exercise, the more the level of training should be increased to remain in the region of between 70% to 85% of the maximum pulse rate. This should be done by lengthening the time for the training and / or increasing the level of difficulty.

If the pulse rate is not shown on the computer display or if for safety reasons you wish to check your pulse rate, which could have been displayed wrongly due to error in use, etc., you can do the following:

- Pulse rate measurement in the conventional way (feeling the pulse at the wrist, for example, and counting the number of beats in one minute).
- Pulse rate measurement with a suitable specialised device (available from dealers specialising in health-related equipment).

2. Frequency

Most experts recommend a combination of health-conscious nutrition, which must be determined on the basis of your training goal, and physical training three times a week. A normal adult must train twice a week to maintain his current level of condition. At least three training sessions a week are required to improve one's condition and reduce one's weight. Of course the ideal frequency of training is five sessions a week.

3. Planning the training

Each training session should consist of three phases: the warm-up phase, the training phase, and the cool-down phase. The body temperature and oxygen intake should be raised slowly in the warm-up phase. This can be done with gymnastic exercises lasting five to ten minutes.

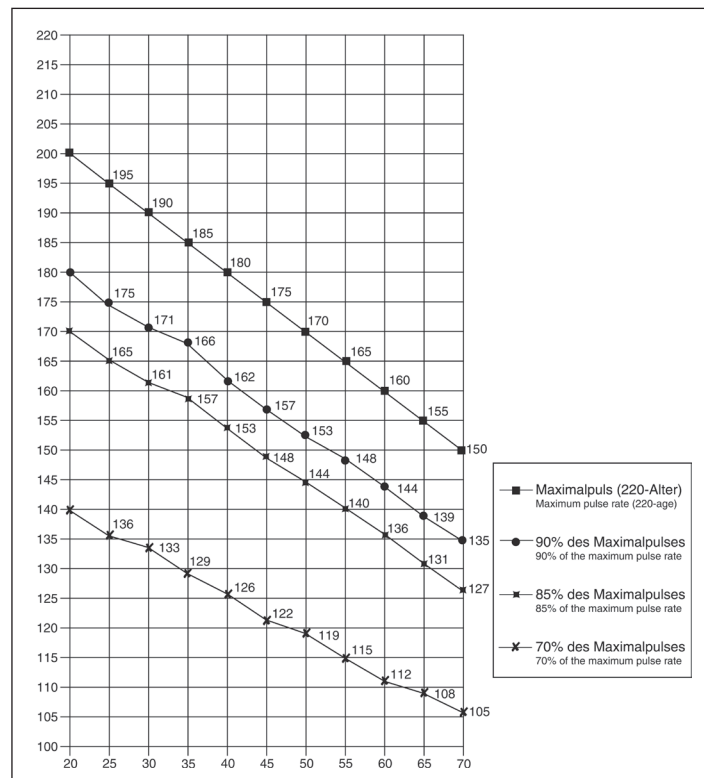
Then the actual training (training phase) should begin. The training exertion should be relatively low for the first few minutes and then raised over a period of 15 to 30 minutes such that the pulse rate reaches the region of between 70% to 85% of the maximum pulse rate.

In order to support the circulation after the training phase and to prevent aching or strained muscles later, it is necessary to follow the training phase with a cool-down phase. This should be consist of stretching exercises and / or light gymnastic exercises for a period of five to ten minutes.

You find further information on the subject warm-up exercises, stretch exercises or general gymnastics exercises in our download area under www.christopeit-sport.com

4. Motivation

The key to a successful program is regular training. You should set a fixed time and place for each day of training and prepare yourself mentally for the training. Only train when you are in the mood for it and always have your goal in view. With continuous training you will be able to see how you are progressing day by day and are approaching your personal training goal bit by bit.



Calculation formula: Maximum pulse rate	= 220 - age
	(220 minus your age)
90% of the maximum pulse rate	= (220 - age) x 0.9
85% of the maximum pulse rate	= (220 - age) x 0.85
70% of the maximum pulse rate	= (220 - age) x 0.7

Service / Hersteller

Bei Reklamationen, notwendigen Ersatzteilbestellungen oder Reparaturen wenden Sie sich bitte an unsere Service Abteilung.



© by Top-Sports Gilles GmbH
D-42551 Velbert (Germany)

Service:

Top-Sports Gilles GmbH

Tel.: +49 (0)2051/6067-0

Friedrichstrasse 55

info@christopeit-sport.com

Fax: +49 (0)2051/6067-44

D - 42551 Velbert

http://www.christopeit-sport.com

