

EN USER MANUAL AND ASSEMBLY GUIDE P1-P22

- ***Read and understand all instructions and warnings in this manual.***
  - Keep this manual for future reference.
- The treadmill belt is not locked when stopped. Belt may slide under force.
  - Exercise caution when getting on / off the treadmill.
- ***WARNING: RISK OF INJURY*** - Keep children under age 13 away from equipment.

DE BEDIENUNGSANLEITUNG UND MONTAGEANLEITUNG P23-P45

- ***Lesen und verstehen Sie alle Anweisungen und Warnungen in dieser Anleitung.***
  - Bewahren Sie diese Anleitung zur zukünftigen Nachschlage auf.
- Das Laufband ist im angehaltenen Zustand nicht verriegelt. Es kann bei Kraftanwendung rutschen.
  - Walten Sie Vorsicht walten, wenn Sie auf das Laufband steigen / vom Laufband steigen.
- ***WARNUNG: VERLETZUNGSGEFAHR –*** Halten Sie Kinder unter 13 Jahren von der Einrichtung fern.

Model: HTM150

Version: 25.10.17.YB

Customer Service Support

✉ webestservice4you@outlook.com

If you have any questions about this product, please contact us via the contact information on the left. We will strive to resolve your problem within 24 hours on business days.

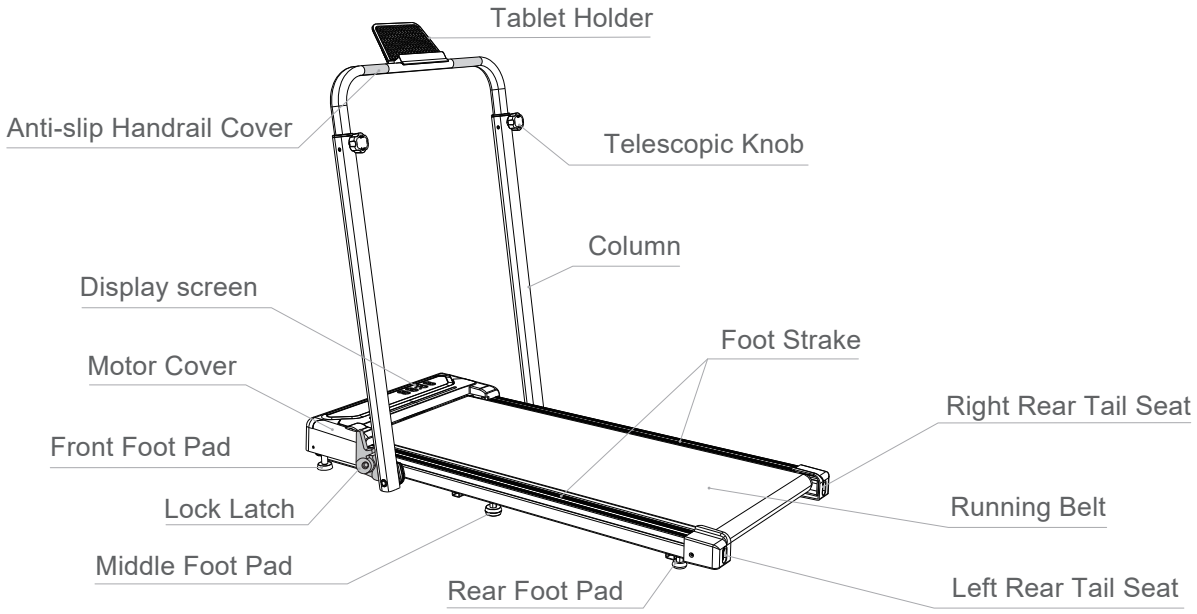
EN

BEFORE YOU BEGIN

Thank you for choosing our treadmill. It offers an impressive range of features designed to make your home workouts more effective and enjoyable.

For your safety and satisfaction, please read this manual thoroughly before using the machine. Should you have any questions after reading, please contact us at: Email: **webestservice4you@outlook.com**

Before proceeding, please take a moment to familiarize yourself with all labeled parts shown in the diagram below.



⚠ WARNING

- **INGESTION HAZARD:** This product contains a button cell or coin battery.
- **DEATH** or serious injury can occur if ingested.
- A swallowed button cell or coin battery can cause **INTERNAL CHEMICAL BURNS** in as little as **2 HOURS.**
- **KEEP** new and used batteries **OUT OF REACH OF CHILDREN**.
- **SEEK IMMEDIATE MEDICAL ATTENTION** if a battery is suspected to be swallowed or inserted inside any part of the body.



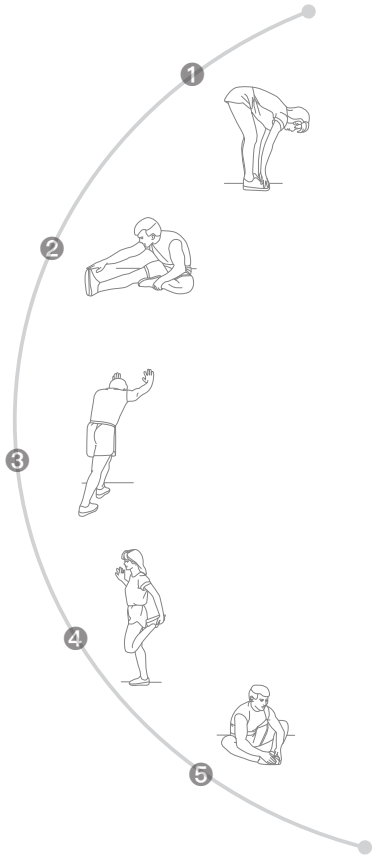
⚠ SPECIAL WARNINGS



- **RISK OF FALLING** – Hold armrests when adjusting speed / incline.
- **STOP IMMEDIATELY** if you feel dizzy, faint, or experience pain.

EN

CONTENTS



Before you begin 1
WARNING 2
Contents 3
01. Safety warning 4-5
02. Packaging list 6
03. Technical parameters 7
04. Assembly instructions 8-9
05. Operation guide 10-16
- A. Power 10
- B. Remote control 11
- C. Display screen 12
- D. Power-saving mode 12
- E. Exercise modes 12-16

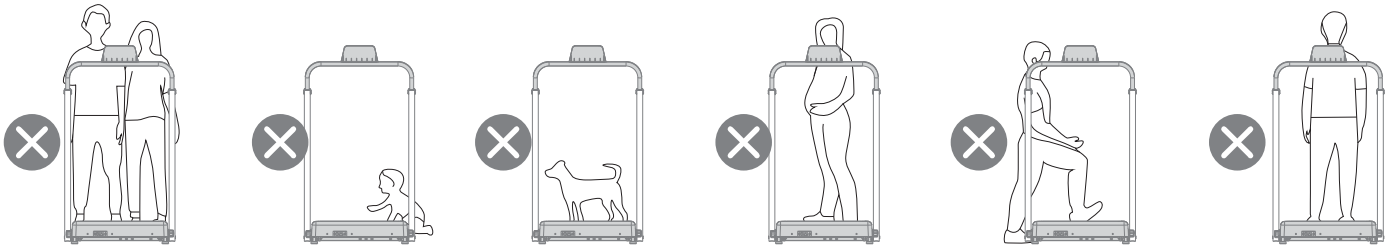
06. Error codes 17
07. FAQS 18
08. Adjustment 19-21
- A. Apply methyl silicone oil 19
- B. Running belt deviation adjustment 19-21
- C. Leveling the treadmill 21

09. Effective warm-up & exercise guidelines 22
- A. Warm up 22
- B. Cool down 22

01 SAFETY WARNING

⚠ To avoid injury, please read this manual carefully before use.

1. **DO NOT** stand on the running belt when starting the treadmill.
2. If you **feel dizzy, nauseous, or unwell** during use, **stop immediately** and slowly adjust the speed to a lower setting.
3. **DO NOT** attempt to adjust belt tension or center the belt while the treadmill is in use.
4. Always wear athletic shoes while using the treadmill.
5. This machine is not intended for use by children, the elderly, pregnant women, or individuals with health conditions.
6. This treadmill is designed **for home use only** and is not suitable for professional training, testing, or medical purposes.

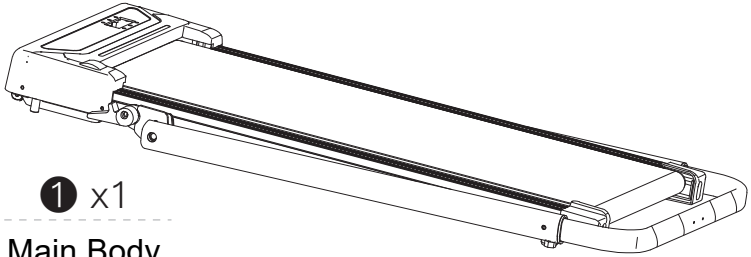


EN

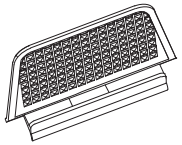
Precautions when using:

- If you feel uncomfortable before use, consult your doctor or instructor.
- The company does not assume any responsibility for physical injury caused by improper use of users.
- Always unplug after use.
- If the machine moves, please unplug or replace the parts.
- Water must not get inside the machine, especially on electrical components such as the motor, power cord, and plug.
- In the process of use, such as wearing long skirts or other inappropriate clothing, may cause danger. It is strictly prohibited to use in closed places, places with no air circulation, and inflammable places.
- If the electric treadmill suddenly accelerates or its speed automatically increases continuously due to a malfunction in the electronic display system, immediately unplug the safety key on the electronic display— the electric treadmill will stop at once.
- DO NOT stand directly on the running belt during startup. DO NOT disassemble the machine without professional operation. DO NOT put anything on the machine.
- Be sure to tether the running belt before use.
- DO NOT jump up or down on the machine while exercising. Injuries may result from a fall.
- The machine must be grounded. In the event of a failure, grounding will provide a path of least resistance for the current to reduce the risk of shock.

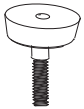
02 PACKAGING LIST



❶ x1
Main Body



❷ x1
Tablet Holder



❸ x2
Front Foot Pad



❹ x2
Telescopic Knob



❺ x1
Power Cord



❻ x1
Remote Control



❼ x1
User Manual



❽ x1 (25ml)
Silicone Oil



❾ x1
Wrench



❿ x2
M4*12 Screw



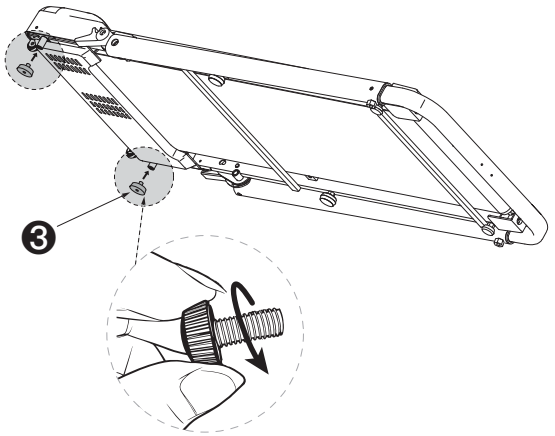
⓫ x1
3V Button Battery

03 TECHNICAL PARAMETERS

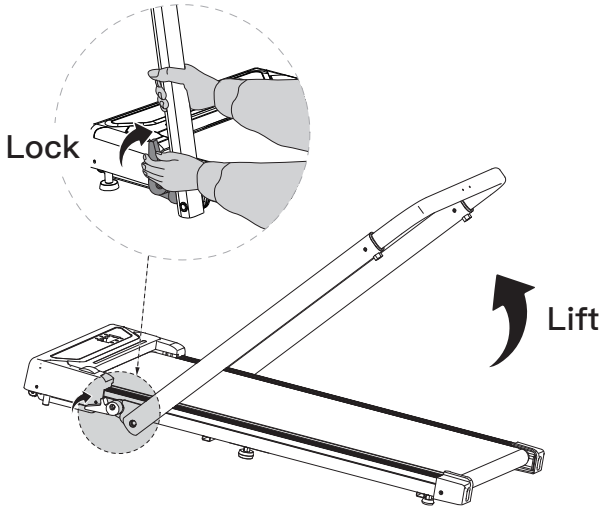
Power Supply	AC 220V / 50/60Hz	Effective Running Area	95*38cm
Rated Power	800W	Motor HP	0.75hp
Load Capacity	90kg	Speed	0.6-5mph, 1-8km/h
Overall Dimensions	111.2*57.7*105.7cm (Unfold) 130*57.7*15.3cm(Fold)	Functions	Walking / Running

04 ASSEMBLY INSTRUCTIONS

1

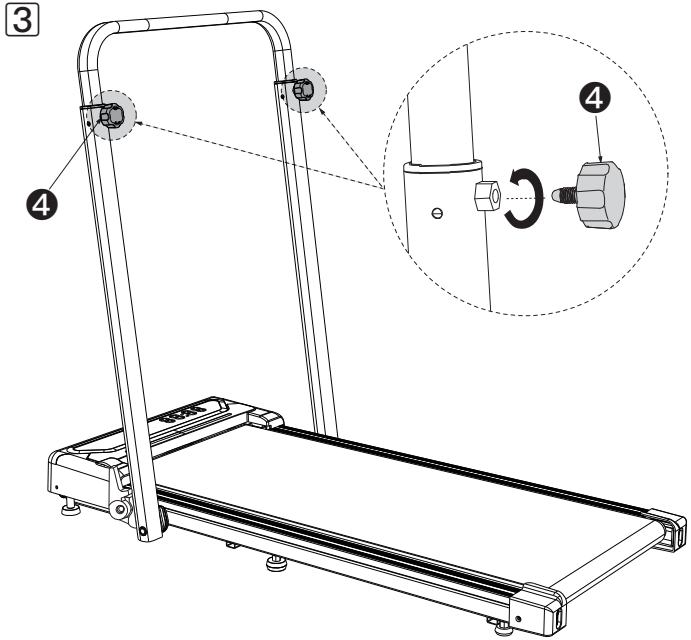


2

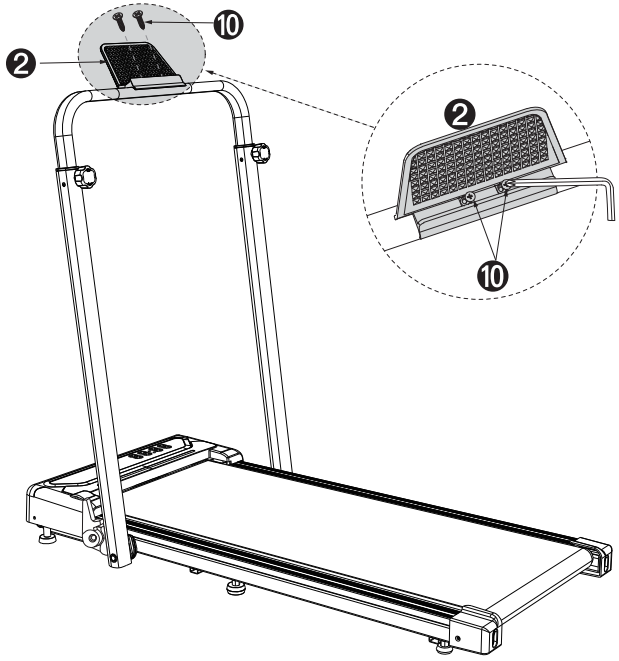


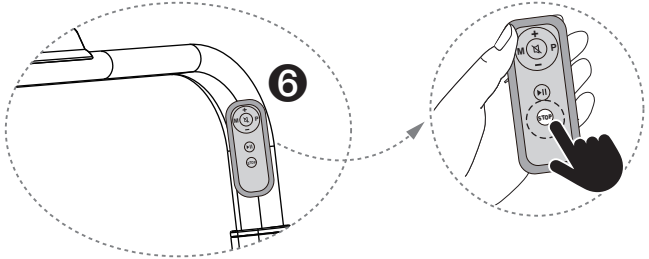
webestservice4you@outlook.com

3



4





⚠ WARNING

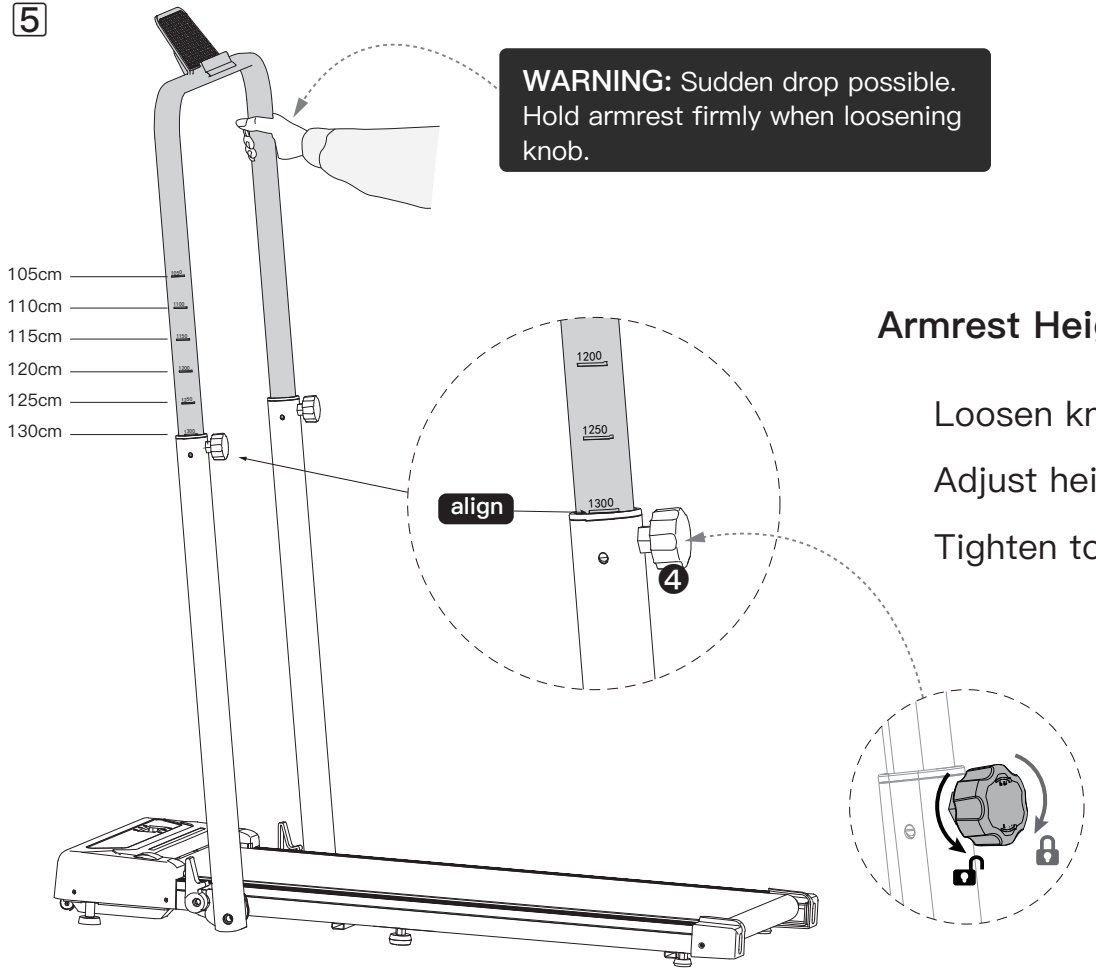
EMERGENCY STOP FUNCTION



- Keep remote with magnetic back within reach.
- Press STOP button to stops if feeling unwell or in emergency.

5

WARNING: Sudden drop possible. Hold armrest firmly when loosening knob.



Armrest Height Adjustment

Loosen knob ❹ →

Adjust height →

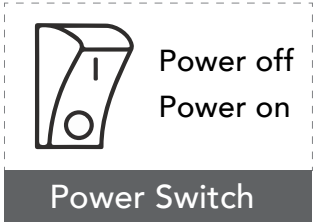
Tighten to lock

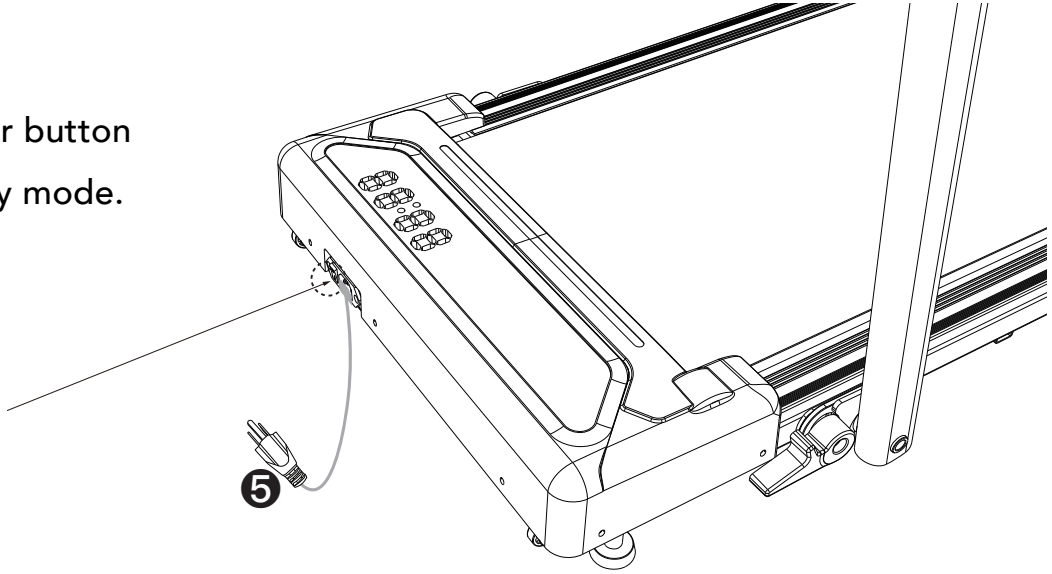
⚠ NOTE: Always stand on the foot strakes / side rails when you start the treadmill, NEVER start the treadmill while you are standing on the running belt.

A.POWER

Plug in → Press power button

→ Unit enters standby mode.





B. REMOTE CONTROL

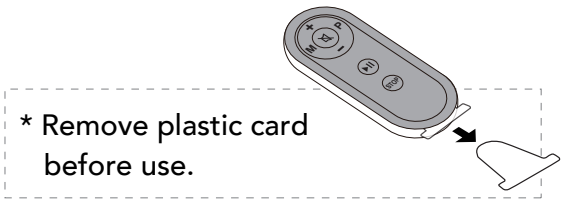
Use the remote control to operate the treadmill.

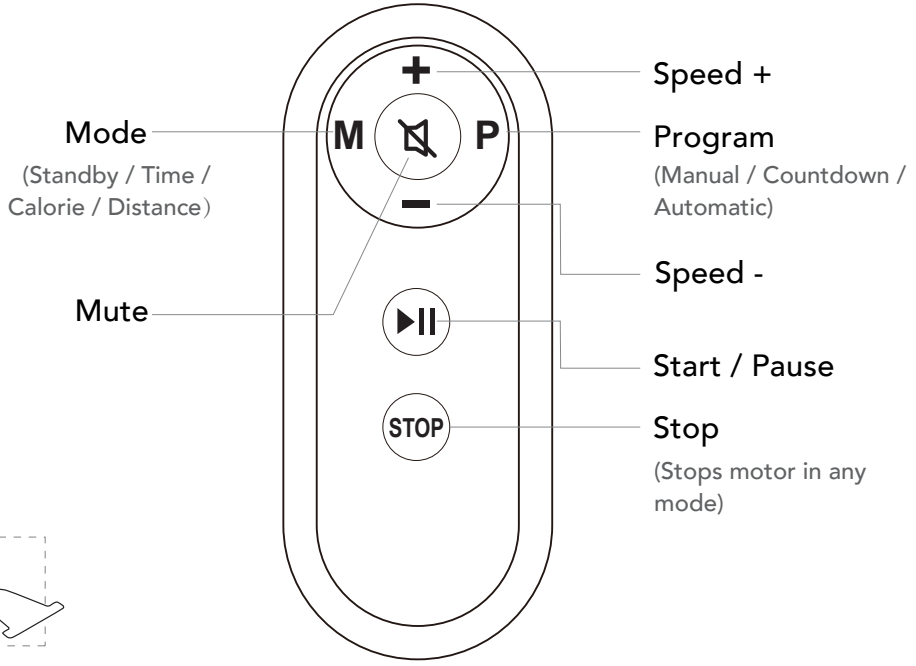
* TIPS: The remote control has been paired with the treadmill before delivery and can be used immediately without the need for re-pairing.

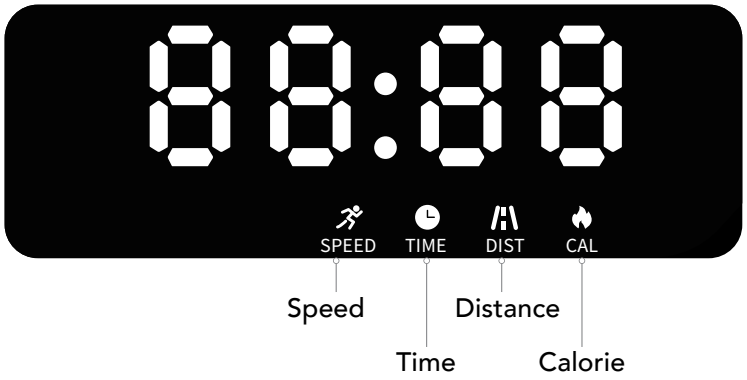


EMERGENCY STOP:

- Keep magnetic remote within reach.
- Press **STOP** if unwell or in emergency.







C. DISPLAY SCREEN

Speed	0.6-5mph 1-8km/h
Time	8-99 min
Distance	1- 99 km
Calorie	20 - 990 kacl

D. Power-Saving Mode

If no keys are pressed for 10 minutes in standby mode, it will enter power-saving mode and automatically turn off the display. Press any key to wake the system.

E. Exercise Modes

1. **Manual:** Free-form operation without pre-set exercise goals.
2. **Countdown:** Set a specific exercise target (time, distance, or calories).
3. **Automatic (Programmed) :** Follows a pre-set sequence of time periods and speed levels.

EN

1. Manual Operation

(1). In **standby mode**, press the ⏯ Start / Pause button to enter **manual operation**. The machine will initiate a 3-second countdown, then begin running at 0.6mph (1.0 km/h) .

(2). Press the **Speed +** or **Speed –** buttons to adjust the speed. A beep will confirm each press. For rapid adjustment, press and hold either speed button for 2 seconds.

(3). System Limits:

Maximum Speed: 7.46mph (12 km/h) .

Maximum Time: 99 minutes, 59 seconds (Cyclic timing)

(4). Stopping the System

To stop, either press the **Stop** button during operation. The system will decelerate smoothly to a complete stop.

2. Countdown Operation

(1). In **standby mode**, press the **M** Mode button to select and **set a target:** Time, Distance, or Calorie (The corresponding display will blink). Press the **Speed + / –** buttons to set your target value.

(2). Time Countdown Mode: Press **M** Mode button to select time. The display shows 30 minutes and blinks. Adjust with **SPEED +/-** (Range: 8-99 min).

Distance Countdown Mode: Press **M** Mode button to select distance. The display shows 1.0 km and blinks. Adjust with **SPEED +/-** (Range: 1-99 km).

Calorie Countdown Mode: Press **M** Mode button to select calories. The display shows 50 kcal and blinks. Adjust with **SPEED +/-** (Range: 20-990 kcal).

(3). Press ⏯ START to begin the workout.

(4). Setting Range:
Initial Speed: 0.6mph (1.0 km/h) .
Time Setting Range: 8 – 99 minutes
Distance Range: 0.6 – 62 miles (1.0 – 99 km)
Calorie Range: 20–990 kcal

(5). When your target countdown reaches zero, the system will decelerate smoothly to a complete stop.

(6). Stopping the System
To stop, either press the **Stop** button during operation.

3. Automatic Operation

(1). In manual operation or mode setting status, press the **P** PROGRAM button to enter program selection. The time display will show 30:00 (flashing) as the default time setting. Use **SPEED+ / -** to adjust the duration (8 - 99 minutes), then press ⏯ START to begin the programmed workout.

(2). Program Overview:

- The program contains 20 equal segments
- Each segment runs at pre-set speed values
- Segment duration = Total time ÷ 20
- Time counts down while distance and calories count up
- Speed can be temporarily adjusted during segments
- Speed automatically resets to the next segment's preset value at transitions
- The system gradually stops when the countdown reaches zero

* Note: All temporary speed adjustments will reset to the program's preset values at each segment transition.

(3). For programs P1–P12: Any segment speed preset above 5 mph (8 km/h) will be automatically limited to 5 mph (8 km/h) during operation.

program \ segment		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
Speed (mph km/h)	P1	1.2 2	1.8 3	1.8 3	2.4 4	3.1 5	1.8 3	2.4 4	3.1 5	3.1 5	1.8 3	2.4 4	3.1 5	2.4 4	2.4 4	2.4 4	1.2 2	1.8 3	1.8 3	3.1 5	1.8 3
	P2	1.2 2	2.4 4	2.4 4	3.1 5	3.7 6	2.4 4	3.7 6	3.7 6	3.7 6	2.4 4	3.1 5	3.7 6	2.4 4	2.4 4	2.4 4	1.2 2	1.2 2	3.1 5	2.4 4	0.6 1
	P3	1.2 2	2.4 4	2.4 4	3.7 6	3.7 6	2.4 4	4.3 7	4.3 7	4.3 7	2.4 4	4.3 7	4.3 7	2.4 4	2.4 4	2.4 4	1.2 2	2.4 4	3.1 5	1.8 3	1.2 2
	P4	1.8 3	3.1 5	3.1 5	3.7 6	4.3 7	4.3 7	3.1 5	4.3 7	4.3 7	4.9 8	4.9 8	3.1 5	5.5 9	3.1 5	3.1 5	3.7 6	3.7 6	2.4 4	2.4 4	1.8 3
	P5	1.2 2	2.4 4	2.4 4	3.1 5	3.7 6	4.3 7	4.3 7	3.1 5	3.7 6	4.3 7	4.9 8	4.9 8	3.1 5	2.4 4	1.8 3	1.8 3	3.7 6	3.1 5	2.4 4	1.2 2
	P6	1.2 2	2.4 4	1.8 3	2.4 4	3.1 5	2.4 4	4.9 8	4.3 7	3.7 6	4.3 7	4.9 8	1.8 3	3.7 6	2.4 4	2.4 4	1.2 2	3.1 5	2.4 4	1.8 3	1.2 2
	P7	1.2 2	1.8 3	1.8 3	1.8 3	2.4 4	3.1 5	1.8 3	2.4 4	3.1 5	1.8 3	2.4 4	3.1 5	1.8 3	1.8 3	1.8 3	3.7 6	3.7 6	3.1 5	1.8 3	1.8 3
	P8	1.2 2	1.8 3	1.8 3	3.7 6	4.3 7	4.3 7	2.4 4	3.7 6	4.3 7	2.4 4	3.7 6	4.3 7	2.4 4	2.4 4	2.4 4	1.2 2	1.8 3	2.4 4	2.4 4	1.2 2
	P9	1.2 2	2.4 4	2.4 4	4.3 7	4.3 7	2.4 4	4.3 7	4.9 8	2.4 4	4.9 8	5.5 9	5.5 9	2.4 4	2.4 4	2.4 4	3.1 5	3.7 6	1.8 3	1.8 3	1.2 2
	P10	1.2 2	2.4 4	3.1 5	3.7 6	4.3 7	3.1 5	2.4 4	3.7 6	4.9 8	4.9 8	3.7 6	3.7 6	3.1 5	2.4 4	2.4 4	1.2 2	2.4 4	2.4 4	1.8 3	1.8 3
	P11	1.8 3	2.4 4	3.1 5	5.5 9	3.1 5	5.5 9	3.1 5	3.1 5	3.1 5	5.5 9	3.1 5	3.1 5	3.1 5	3.1 5	5.5 9	5.5 9	4.9 8	4.3 7	3.7 6	1.8 3
	P12	1.2 2	3.1 5	4.9 8	6.2 10	4.3 7	4.3 7	6.2 10	6.2 10	4.3 7	4.3 7	6.2 10	6.2 10	3.7 6	3.7 6	5.5 9	5.5 9	3.1 5	3.1 5	2.4 4	1.8 3

06 ERROR CODES

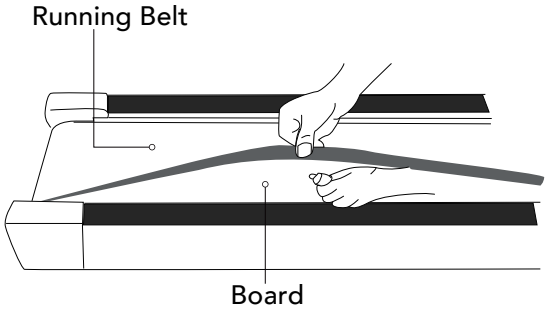
Error Code	Illustrate	Solution
E01	Indicates abnormal communication between the electronic meter and the electronic control unit.	
	Communication cable of the electronic meter is poorly connected, broken, or has poor contact.	Reconnect the communication cable.
	Electronic meter has no signal output.	Replace the electronic meter or repair it.
	Lower control has no signal output.	Replace the lower control or repair it.
E02	E02: Indicates abnormal voltage measurement between lower control and motor	
	Motor cable is poorly connected.	Check motor cable connection.
	Lower control has no voltage output or abnormal voltage output to the motor.	Replace the lower control or repair it.
	Motor is defective.	Replace the motor.
E03	E03: Indicates abnormal speed detection by lower control	
	Lower control PWM drive circuit fails.	Replace the lower control or repair it.
E04	E04: Indicates motor overvoltage protection detected by lower control	
	Treadmill load greatly exceeds the motor's rated operating voltage.	Use within the motor's rated operating voltage range.
	Treadmill motor is abnormal.	Replace the motor.
	Lower control motor overvoltage detection circuit fails.	Replace the lower control or repair it.
E05	E05: Indicates motor overcurrent protection detected by lower control	
	Treadmill load exceeds the motor's rated operating current.	Use within the motor's rated operating current range.
	Treadmill and motor assembly structure is faulty, causing motor resistance or stalling.	Check if the treadmill structure is normal.
	Lower control current limiting system fails.	Replace the lower control or repair it.
E06	E06: Indicates abnormally low drive power supply voltage detected by lower control	
	Supply voltage is too low.	Check if the power supply circuit is normal.
	Lower control board detection circuit fails.	Replace the lower control or repair it.

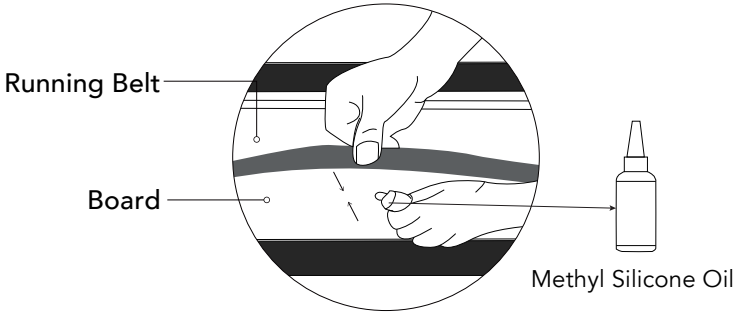
Questions	Possible Situations	Solution
Treadmill is not working	No connection	Plug into socket.
	No power	Press the power switch to the ON position.
	The safety lock has fallen off.	Put the safety lock in correct position.
	The circuit signal system is broken.	Check the controller input and signal circuit.
	The fuse blew.	Replace the fuse.
The running belt is not smooth	Insufficient lubrication	Add silicone oil lubricant.
	The belt is too tight.	Adjust the belt tightness.
The running belt slips	The running belt is too loose.	Adjust the running belt tightness.
	The running belt is too tight.	Adjust the running belt tightness.

A. Apply methyl silicone oil

The running belt/deck plays a major role in the function and life of your treadmill, thus requiring methyl silicone oil.

* DO NOT apply methyl silicone oil to the running deck.





B. Running belt deviation adjustment

The treadmill needs adjustment of the running belt before delivery or after installation. The running belt may deviate after a period of use, which could be caused by the following reasons:

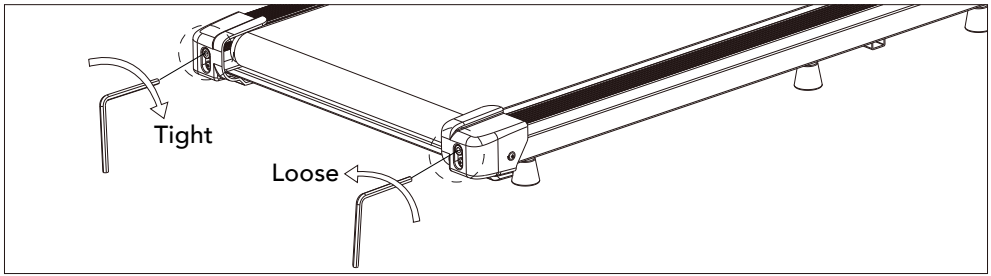
1. The main body is placed unevenly.

2. The user's feet are not centered on the running belt.

3. Uneven force between the user's feet.

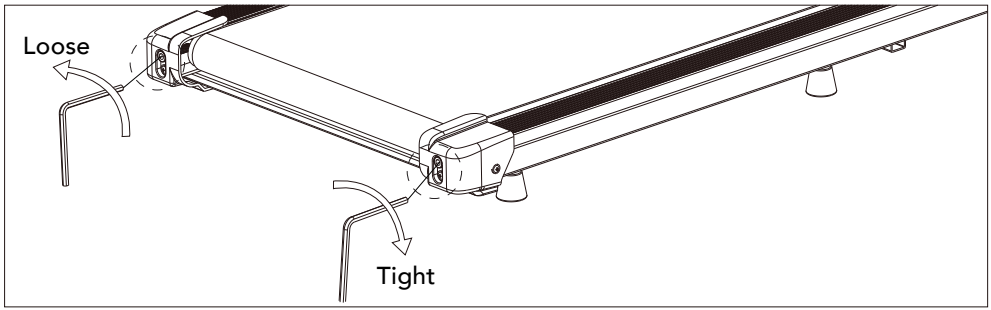
B-1 The running belt is left deviation.

Adjust the left screw clockwise and / or right screw counterclockwise in turns until the belt is centered.



B-2 The running belt is right deviation.

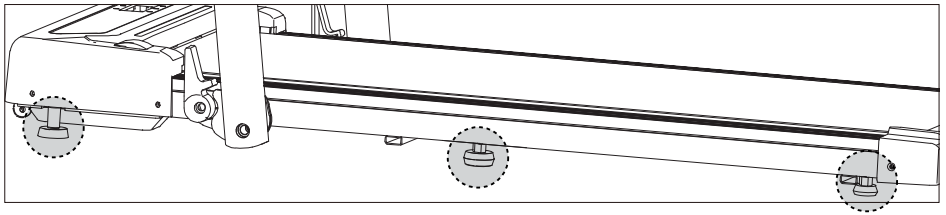
Adjust the left screw counterclockwise and / or right screw clockwise in turns until the belt is centered.



EN NOTE: The deviation of the treadmill running belt is not covered by the warranty. Please refer to this manual for specific warranty terms. Running belt deviation can cause significant wear, so promptly correct the running belt to its central position.

C. Leveling the treadmill

This machine features adjustable leveling feet. Ensure the deck remains level during use. While the feet can be adjusted to improve stability on uneven surfaces, they may not fully compensate for highly uneven flooring.

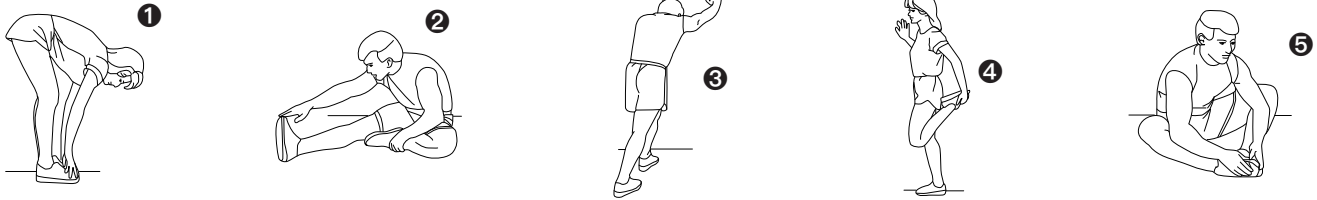


09 EFFECTIVE WARM-UP & EXERCISE GUIDELINES

A. Warm Up

Begin each workout with 5-10 minutes of light stretching, then gradually increase to your target intensity while maintaining steady breathing throughout your session.

❶. **Inner Thigh Stretch-** Sit with the soles of your feet together and your knees outward.
❷. **Hamstring Stretch-** Sit with one leg extended and bring the sole of the opposite foot toward you.
❸. **Calf/Achilles Stretch-** With one leg in front of the other, place your hands forward against a wall.
❹. **Quadriceps Stretch-** With one hand against a wall for balance, grasp one foot with the other hand.
❺. **Toe Touch Stretch-** Stand with your knees bent slightly and slowly bend forward from your hips.



B. Cool Down

Always conclude your workout with a light jog or walk for at least 1 minute, followed by 5–10 minutes of stretching to improve muscle flexibility and prevent post-exercise discomfort.

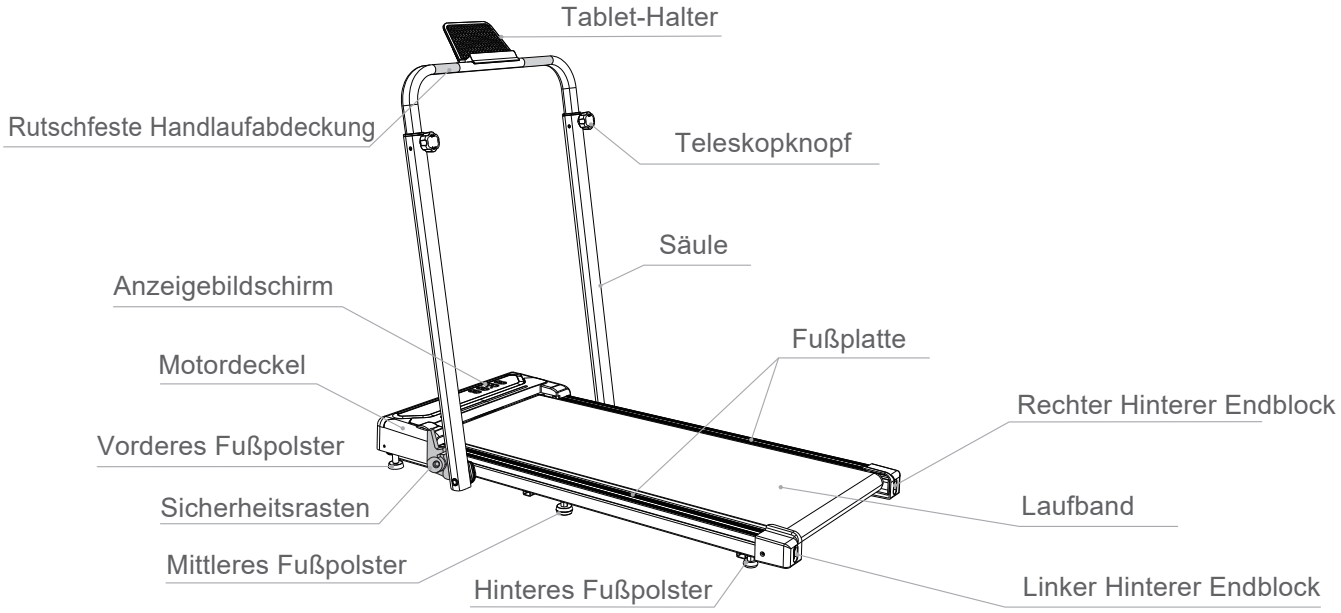
This is how your pulse should behave during general fitness exercise. Remember to warm up and cool down for a few minutes.

VOR BEGINN

Vielen Dank für die Wahl unseres Laufbandgerätes. Es bietet eine beeindruckende Reihe von Funktionen, die entwickelt wurden, um Ihre Home-Trainings effektiver und angenehmer zu gestalten.

Für Ihre Sicherheit und Zufriedenheit lesen Sie bitte diese Anleitung gründlich durch, bevor Sie das Gerät verwenden. Falls Sie nach dem Lesen Fragen haben, kontaktieren Sie uns bitte unter: **E-Mail: webestservice4you@outlook.com**

Bevor Sie fortfahren, nehmen Sie bitte einen Moment Zeit, um sich mit allen beschrifteten Teilen vertraut zu machen – diese sind im untenstehenden Diagramm dargestellt.



⚠ WARNUNG

- **VERSUCHEN ZU FRESSEN GEFAHR:** Dieses Produkt enthält eine Knopfzelle oder eine Münzelle.
- **TOD** oder schwere Verletzungen können auftreten, wenn es eingenommen wird.
- Eine verschluckte Knopfzelle oder Münzelle kann **INNERE CHEMISCHE VERBRENNUNGEN** bereits in nur **2 STUNDEN** verursachen.
- HALTE neue und gebrauchte Batterien **jugendlich unfassbar.**
- SUCHEN SIE **SOFORT MEDIZINISCHE HILFE,** wenn vermutet wird, dass eine Batterie verschluckt oder in einen Körperteil eingeführt wurde.



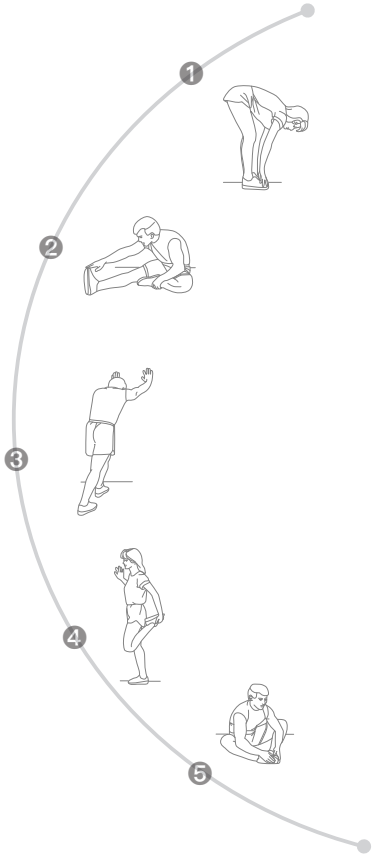
⚠ SPEZIELLE WARNUNGEN



- **STURZGEFAHR –** Halten Sie sich an den Armlehnen fest, wenn Sie Geschwindigkeit / Neigung einstellen.
- **SOFORT ANHALTEN,** wenn Sie schwindelig, ohnmächtig oder schmerzhaft empfinden.

DE

INHALT



Vor Beginn 23
WARNUNG 24
Inhalt 25
01. Sicherheitswarnung 26-27
02. Verpackungsliste 28
03. Technische Parameter 29
04. Montageanweisungen 30-31
05. Bedienungsanleitung 32-38
- A. Stromversorgung 32
- B. Fernbedienung 33
- C. Anzeigebildschirm 34
- D. Energiesparmodus 34
- E. Trainingsmodi 34-38

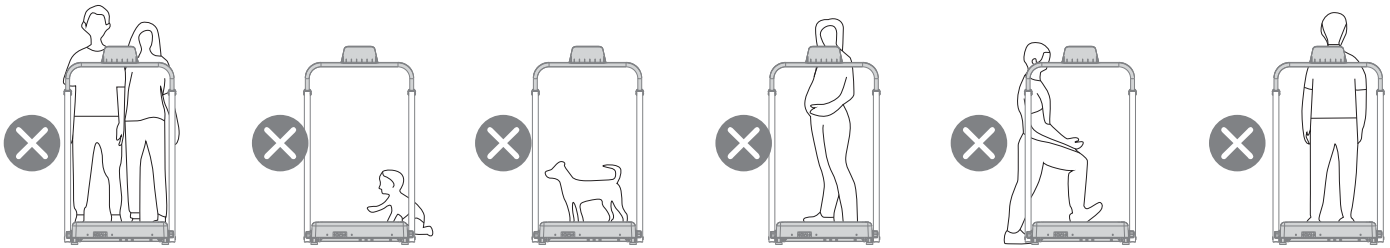
06. Fehlercodes 39
07. Häufig gestellte Fragen (FAQS) 40
08. Einstellungen 41-43
- A. Auftragen von Methylsilikonöl 41
- B. Einstellung der Laufgurtabweichung 42-43
- C. Ausrichten des Laufbands 43

09. Wirksames aufwärmen & Trainingsrichtlinien 44-45
- A. Aufwärmen 44
- B. Abkühlen 45

01 SICHERHEITSWARNUNG

⚠ Um Verletzungen zu vermeiden, lesen Sie bitte diese Bedienungsanleitung sorgfältig durch, bevor Sie das Gerät verwenden.

1. **STEHEN SIE NICHT** auf dem Laufband, wenn Sie das Laufbandgerät starten.
2. Wenn Sie während des Gebrauchs schwindelig, kotzlig oder unwohl fühlen, stoppen Sie sofort und stellen Sie die Geschwindigkeit langsam auf einen niedrigeren Wert ein.
3. **VERSUCHEN SIE NICHT,** die Spannung des Laufbandes einzustellen oder das Laufband zu zentrieren, während das Laufbandgerät in Benutzung ist.
4. Tragen Sie immer Sportschuhe, wenn Sie das Laufbandgerät benutzen.
5. Diese Einrichtung ist nicht für die Benutzung durch Kinder, Senioren, schwangere Frauen oder Personen mit Gesundheitsbeschwerden vorgesehen.
6. Dieses Laufbandgerät ist nur für den privaten Gebrauch konzipiert und eignet sich nicht für professionelles Training, Tests oder medizinische Zwecke.

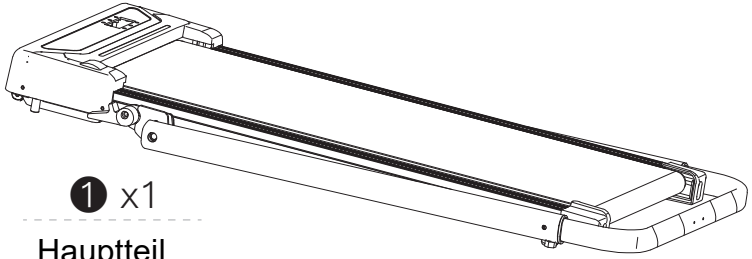


DE

- Vorsichtsmaßnahmen bei der Benutzung:

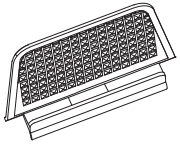
- Wenn Sie sich vor der Verwendung unwohl fühlen, konsultieren Sie bitte Ihren Arzt oder Trainer.
- Das Unternehmen übernimmt keine Verantwortung für körperliche Verletzungen, die durch unsachgemäße Verwendung verursacht werden.
- Ziehen Sie nach der Verwendung immer den Netzstecker.
- Wenn sich das Gerät bewegt, ziehen Sie bitte den Stecker oder ersetzen Sie die Teile.
- Wasser darf nicht in das Gerät eindringen, insbesondere nicht in elektrische Komponenten wie Motor, Netzkabel und Stecker.
- Das Tragen von langen Röcken oder anderer ungeeigneter Kleidung während der Benutzung kann gefährlich sein. Die Verwendung in geschlossenen Räumen, Räumen ohne Luftzirkulation oder in leicht entflammbaren Bereichen ist strengstens verboten.
- Wenn sich das Laufband aufgrund eines Defekts im elektronischen Anzeigesystem plötzlich beschleunigt oder seine Geschwindigkeit kontinuierlich erhöht, ziehen Sie sofort den Sicherheitsschlüssel an der elektronischen Anzeige ab – das Laufband wird sofort anhalten.
- Stellen Sie sich NICHT direkt auf das Laufband, wenn Sie das Gerät starten. Zerlegen Sie das Gerät NICHT ohne fachgerechte Kenntnisse. Legen Sie KEINE Gegenstände auf das Gerät.
- Achten Sie darauf, dass das Laufband vor der Verwendung richtig gespannt ist.
- Springen Sie NICHT während des Trainings auf das Gerät oder von ihm herunter. Es besteht Verletzungsgefahr durch Stürze.
- Das Gerät muss geerdet sein. Im Falle einer Fehlfunktion bietet die Erdung einen Weg mit geringstem Widerstand für den elektrischen Strom, um das Risiko eines Stromschlags zu verringern.

02 VERPACKUNGSLISTE



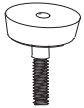
❶ x1

Hauptteil



❷ x1

Tablet-Halter



❸ x2

Vordere Fußpolster



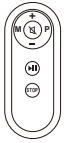
❹ x2

Teleskopknopf



❺ x1

Netzkabel



❻ x1

Fernbedienung



❼ x1

Bedienungsanleitung



❽ x1 (25ml)

Silikonöl



❾ x1

Schraubenschlüssel



❿ x2

M4*12 Schraube



⓫ x1

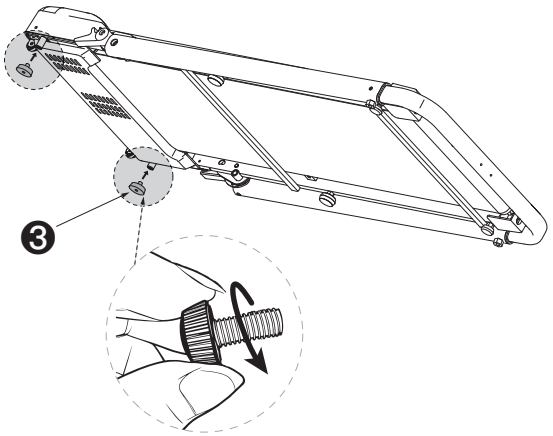
3V Knopfzelle

03 TECHNISCHE PARAMETER

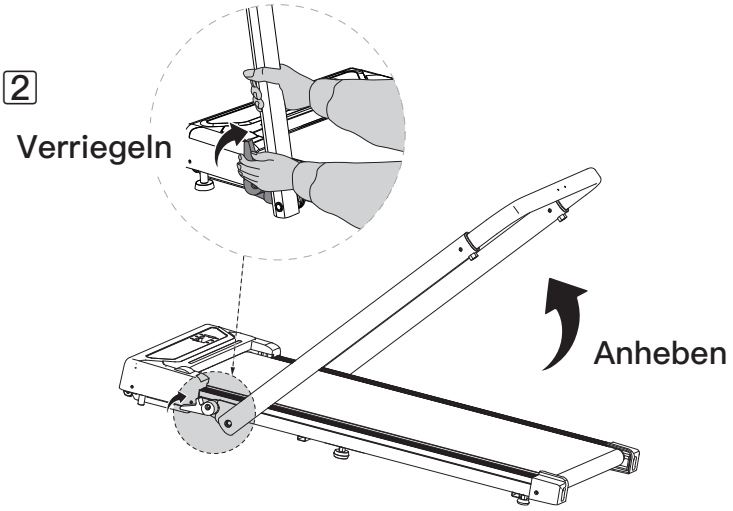
Stromversorgung	AC 220V， 50/60Hz	Effektive Lauffläche	95*38cm
Nennleistung	800W	Motorleistung	0,75 PS
Tragfähigkeit	90kg	Geschwindigkeit	0,6-5 mph, 1-8 km/h
Gesamtmaße	111,2*57,7*105,7cm (Aufgefaltet) 130*57,7*15,3cm (Gefaltet)	Funktionen	Gehen / Laufen

04 MONTAGEANWEISUNGEN

1

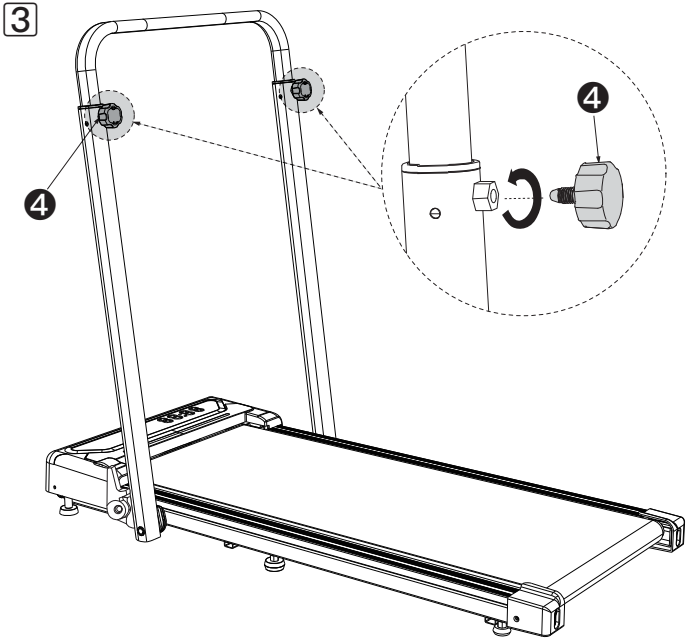


2

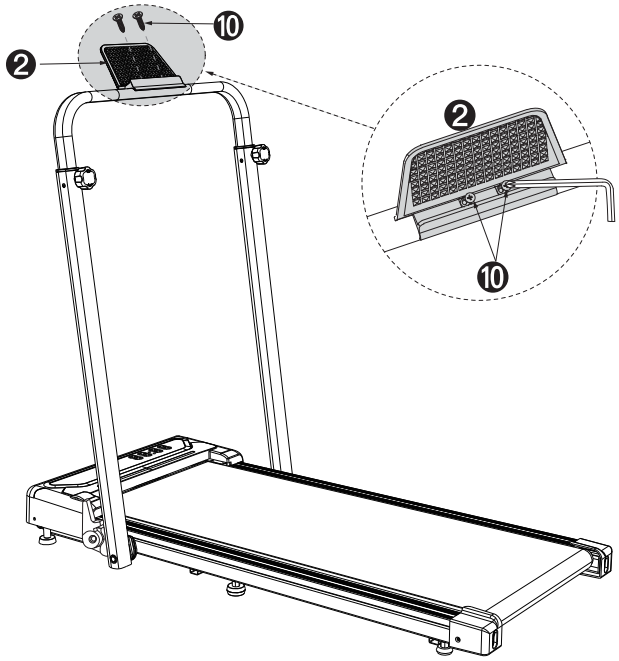


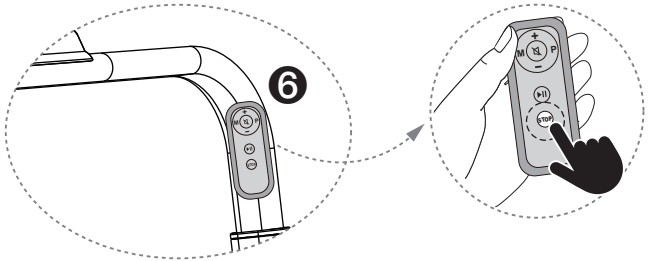
webestservice4you@outlook.com

3



4





⚠ WARNUNG

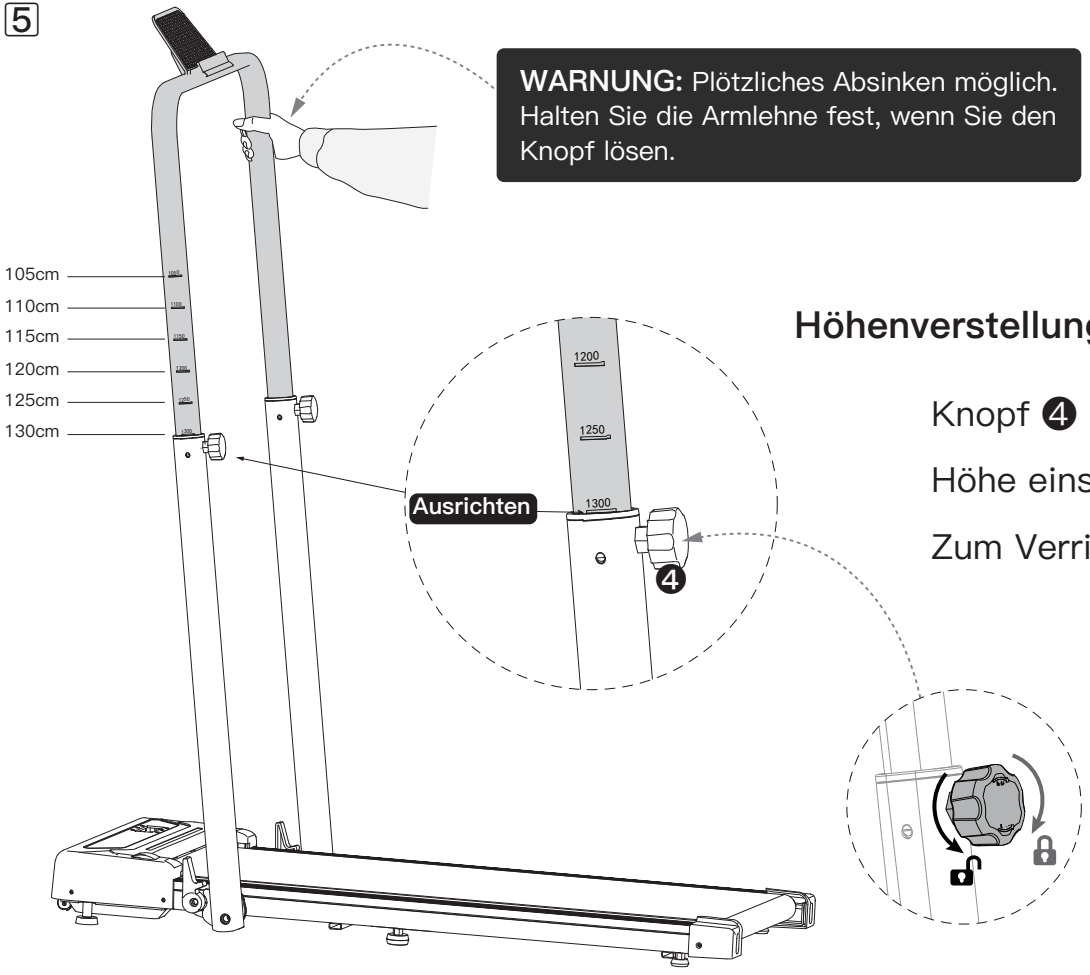
NOT-STOP-FUNKTION



- Halten Sie die Fernbedienung mit magnetischer Rückseite in Reichweite.
- Drücken Sie die STOP–Taste, um das Gerät anzuhalten, wenn Sie sich unwohl fühlen oder im Notfall.

5

WARNUNG: Plötzliches Absinken möglich. Halten Sie die Armlehne fest, wenn Sie den Knopf lösen.



Höhenverstellung der Armlehne

Knopf ❹ lösen →

Höhe einstellen →

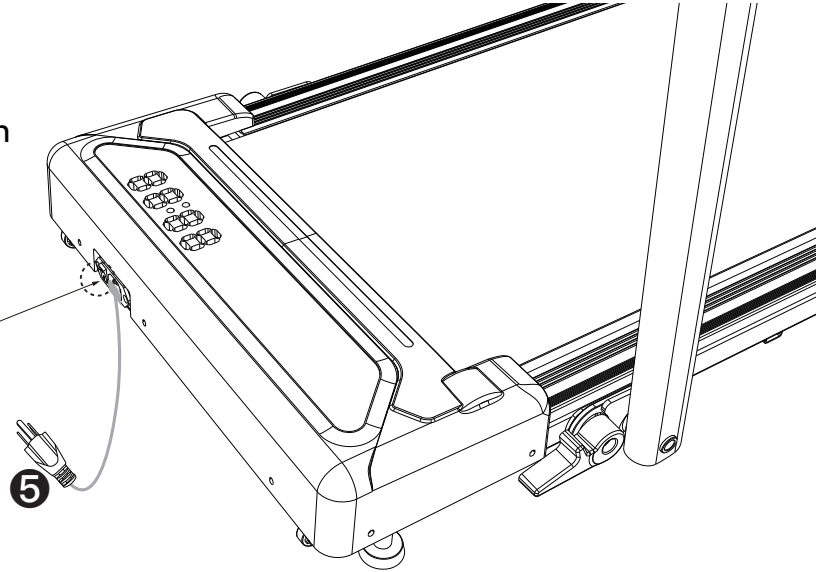
Zum Verriegeln festziehen

⚠ **HINWEIS: Stellen Sie sich beim Starten des Laufbands immer auf die Fußleisten / Seitenstreben.Starten Sie niemals das Laufband, während Sie auf dem Laufgurt stehen.**

A.STROMVERSORGUNG

Einstecken → Einschalttaste drücken → Das Gerät wechselt in den Standby-Modus.



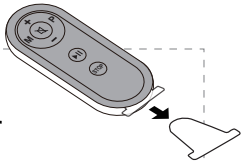


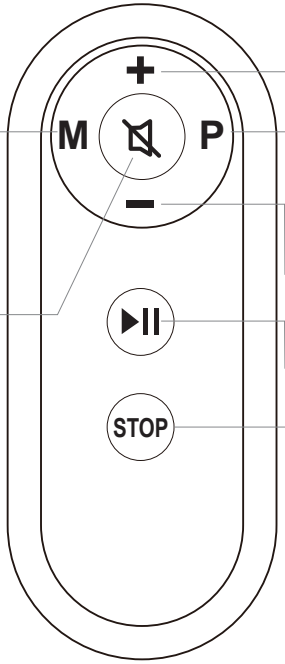
B. FERNBEDIENUNG

Verwenden Sie die Fernbedienung, um das Laufband zu bedienen.

* TIPP: Die Fernbedienung wurde vor der Auslieferung bereits mit dem Laufband gekoppelt und kann sofort verwendet werden, ohne dass ein erneutes Koppeln erforderlich ist.

* Entfernen Sie die Plastikkarte vor der Benutzung.





Modus
(Standby / Zeit / Kalorien / Strecke)

Stummschalten

Geschwindigkeit +

Programm
(Manuell / Countdown / Automatisch)

Geschwindigkeit -

Start / Pause

Stop
(Stoppt den Motor in jedem Modus)



NOT-STOP:

- Halten Sie die magnetische Fernbedienung gut erreichbar.
- Drücken Sie **STOP**, wenn Sie sich unwohl fühlen oder es einen Notfall gibt.



C. ANZEIGEBILDSCHIRM

Geschwindigkeit	0.6-5mph 1-8km/h
Zeit	8-99 min
Distanz	1- 99 km
Kalorien	20 - 990 kacl

D. ENERGIESPARMODUS

Wenn im Standby-Modus 10 Minuten lang keine Taste gedrückt wird, wechselt das Gerät in den Energiesparmodus und schaltet die Anzeige automatisch aus. Drücken Sie eine beliebige Taste, um das System zu aktivieren.

E. TRAININGSMODI

1. **Manuell:** Freier Betrieb ohne voreingestellte Trainingsziele.
2. **Countdown:** Festlegen eines bestimmten Trainingsziels (Zeit, Strecke oder Kalorien).
3. **Automatisch (Programmiert):** Folgt einer voreingestellten Abfolge von Zeitintervallen und Geschwindigkeitsstufen.

DE

1.Manuelle Bedienung

(1). Im **Standby-Modus drücken** Sie die Taste ⏯ Start / Pause, um in den manuellen Betrieb zu gelangen. Die Maschine startet einen 3-Sekunden-Countdown und beginnt anschließend mit einer Geschwindigkeit von 0,6 mph (1,0 km/h) zu laufen.

(2). Drücken Sie die Tasten **Geschwindigkeit +** oder **Geschwindigkeit –**, um die Geschwindigkeit anzupassen. Jeder Druck wird durch ein Piepton bestätigt. Zum schnellen Anpassen drücken Sie eine der Geschwindigkeitstasten 2 Sekunden lang und halten sie gedrückt.

(3). Systemgrenzen:
Maximale Geschwindigkeit: 7,46 mph (12 km/h)
Maximale Zeit: 99 Minuten, 59 Sekunden (zyklische Zeiterfassung)

(4). Stoppen des Systems
Zum Anhalten drücken Sie während des Betriebs die **Stop-Taste**. Das System bremst sanft bis zum Stillstand aus.

2. Countdown-Betrieb

(1). Im **Standby-Modus drücken** Sie die M-Modus-Taste, um ein Ziel auszuwählen und einzustellen: Zeit, Strecke oder Kalorien (die entsprechende Anzeige blinkt). Drücken Sie die Tasten **Geschwindigkeit + / –**, um Ihren Zielwert einzustellen.

(2). Zeit-Countdown-Modus: Drücken Sie die **M-Modus-Taste**, um die Zeit auszuwählen. Die Anzeige zeigt 30 Minuten an und blinkt. Passen Sie mit den **Geschwindigkeit +/-** Tasten an (Bereich: 8–99 min).

Strecke-Countdown-Modus: Drücken Sie die **M-Modus-Taste**, um die Strecke auszuwählen. Die Anzeige zeigt 1,0 km an und blinkt. Passen Sie mit den **Geschwindigkeit +/-** Tasten an (Bereich: 1–99 km).

Kalorien-Countdown-Modus: Drücken Sie die **M-Modus-Taste**, um die Kalorien auszuwählen. Die Anzeige zeigt 50 kcal an und blinkt. Passen Sie mit den **Geschwindigkeit +/-** Tasten an (Bereich: 20–990 kcal).

(3). Drücken Sie ⏯ START, um das Training zu beginnen.

(4). Einstellbereiche:
Anfangsgeschwindigkeit: 0,6 mph (1,0 km/h)
Zeit-Einstellbereich: 8 – 99 Minuten
Streckenbereich: 0,6 – 62 Meilen (1,0 – 99 km)
Kalorienbereich: 20–990 kcal

(5). Wenn Ihr Ziel-Countdown Null erreicht, bremst das System sanft bis zum Stillstand aus.

(6). Stoppen des Systems
Zum Anhalten drücken Sie während des Betriebs die **Stop-Taste.**

3. Automatischer Betrieb

(1). Im manuellen Betrieb oder Modus-Einstellstatus drücken Sie die **P-PROGRAMM-Taste**, um zur Programmauswahl zu gelangen. Die Zeitanzeige zeigt 30:00 (blinkend) als Standardzeiteinstellung an. Nutzen Sie die **Geschwindigkeit+ / -** Tasten, um die Dauer anzupassen (8 – 99 Minuten), dann drücken Sie ⏯ START, um das programmgesteuerte Training zu beginnen.

(2). Programmübersicht:

- Das Programm enthält 20 gleich lange Segmente.
- Jedes Segment läuft mit voreingestellten Geschwindigkeitswerten.
- Segmentdauer = Gesamtdauer ÷ 20
- Die Zeit zählt ab, während Strecke und Kalorien aufzählen.
- Die Geschwindigkeit kann während der Segmente vorübergehend angepasst werden.
- Die Geschwindigkeit setzt sich automatisch beim Übergang auf den voreingestellten Wert des nächsten Segments zurück.
- Das System hält allmählich an, wenn der Countdown Null erreicht.

* Hinweis: Alle vorübergehenden Geschwindigkeitsanpassungen setzen sich bei jedem Segmentübergang auf die voreingestellten Werte des Programms zurück.

(3). Für Programme P1–P12: Jede voreingestellte Segmentsgeschwindigkeit über 5 mph (8 km/h) wird während des Betriebs automatisch auf 5 mph (8 km/h) begrenzt.

Zeitspanne / program		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
Geschw. (mph km/h)	P1	1.2 2	1.8 3	1.8 3	2.4 4	3.1 5	1.8 3	2.4 4	3.1 5	3.1 5	1.8 3	2.4 4	3.1 5	2.4 4	2.4 4	2.4 4	1.2 2	1.8 3	1.8 3	3.1 5	1.8 3
	P2	1.2 2	2.4 4	2.4 4	3.1 5	3.7 6	2.4 4	3.7 6	3.7 6	3.7 6	2.4 4	3.1 5	3.7 6	2.4 4	2.4 4	2.4 4	1.2 2	1.2 2	3.1 5	2.4 4	0.6 1
	P3	1.2 2	2.4 4	2.4 4	3.7 6	3.7 6	2.4 4	4.3 7	4.3 7	4.3 7	2.4 4	4.3 7	4.3 7	2.4 4	2.4 4	2.4 4	1.2 2	2.4 4	3.1 5	1.8 3	1.2 2
	P4	1.8 3	3.1 5	3.1 5	3.7 6	4.3 7	4.3 7	3.1 5	4.3 7	4.3 7	4.9 8	4.9 8	3.1 5	5.5 9	3.1 5	3.1 5	3.7 6	3.7 6	2.4 4	2.4 4	1.8 3
	P5	1.2 2	2.4 4	2.4 4	3.1 5	3.7 6	4.3 7	4.3 7	3.1 5	3.7 6	4.3 7	4.9 8	4.9 8	3.1 5	2.4 4	1.8 3	1.8 3	3.7 6	3.1 5	2.4 4	1.2 2
	P6	1.2 2	2.4 4	1.8 3	2.4 4	3.1 5	2.4 4	4.9 8	4.3 7	3.7 6	4.3 7	4.9 8	1.8 3	3.7 6	2.4 4	2.4 4	1.2 2	3.1 5	2.4 4	1.8 3	1.2 2
	P7	1.2 2	1.8 3	1.8 3	1.8 3	2.4 4	3.1 5	1.8 3	2.4 4	3.1 5	1.8 3	2.4 4	3.1 5	1.8 3	1.8 3	1.8 3	3.7 6	3.7 6	3.1 5	1.8 3	1.8 3
	P8	1.2 2	1.8 3	1.8 3	3.7 6	4.3 7	4.3 7	2.4 4	3.7 6	4.3 7	2.4 4	3.7 6	4.3 7	2.4 4	2.4 4	2.4 4	1.2 2	1.8 3	2.4 4	2.4 4	1.2 2
	P9	1.2 2	2.4 4	2.4 4	4.3 7	4.3 7	2.4 4	4.3 7	4.9 8	2.4 4	4.9 8	5.5 9	5.5 9	2.4 4	2.4 4	2.4 4	3.1 5	3.7 6	1.8 3	1.8 3	1.2 2
	P10	1.2 2	2.4 4	3.1 5	3.7 6	4.3 7	3.1 5	2.4 4	3.7 6	4.9 8	4.9 8	3.7 6	3.7 6	3.1 5	2.4 4	2.4 4	1.2 2	2.4 4	2.4 4	1.8 3	1.8 3
	P11	1.8 3	2.4 4	3.1 5	5.5 9	3.1 5	5.5 9	3.1 5	3.1 5	3.1 5	5.5 9	3.1 5	3.1 5	3.1 5	3.1 5	5.5 9	5.5 9	4.9 8	4.3 7	3.7 6	1.8 3
	P12	1.2 2	3.1 5	4.9 8	6.2 10	4.3 7	4.3 7	6.2 10	6.2 10	4.3 7	4.3 7	6.2 10	6.2 10	3.7 6	3.7 6	5.5 9	5.5 9	3.1 5	3.1 5	2.4 4	1.8 3

06 FEHLERCODES

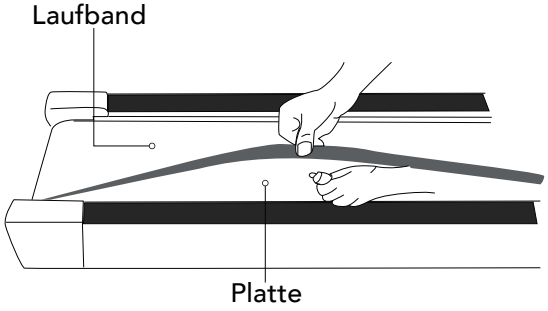
Fehlercode	Erläuterung	Lösung
E01	Gibt eine abnormale Kommunikation zwischen dem elektronischen Zähler und der elektronischen Steuereinheit an.	
	Die Kommunikationskabel des elektronischen Zählers sind schlecht angeschlossen, defekt oder haben schlechte Kontaktierung.	Das Kommunikationskabel neu verbinden.
	Der elektronische Zähler hat keinen Signalaustritt.	Den elektronischen Zähler austauschen oder reparieren.
	Die Untersteuerung hat keinen Signalaustritt.	Die Untersteuerung austauschen oder reparieren.
E02	E02: Gibt eine abnormale Spannungsmessung zwischen Untersteuerung und Motor an	
	Das Motorkabel ist schlecht angeschlossen.	Überprüfen Sie die Motorkabelverbindung.
	Die Untersteuerung hat keinen Spannungsausgang oder einen abnormalen Spannungsausgang zum Motor.	Die Untersteuerung austauschen oder reparieren.
	Der Motor ist defekt.	Den Motor austauschen.
E03	E03: Gibt eine abnormale Geschwindigkeitserkennung durch die Untersteuerung an	
	Der PWM-Antriebskreis der Untersteuerung ist defekt.	Die Untersteuerung austauschen oder reparieren.
E04	E04: Gibt einen Motorfrequenzschutz (Überspannungsschutz) durch die Untersteuerung an	
	Die Belastung des Laufbands übersteigt die Nennbetriebsspannung des Motors erheblich.	Innerhalb des Nennbetriebsspannungsbereichs des Motors verwenden.
	Der Laufbandmotor ist abnormal.	Den Motor austauschen.
	Der Überspannungserkennungskreis des Motors der Untersteuerung ist defekt.	Die Untersteuerung austauschen oder reparieren.
E05	E05: Gibt einen Motorüberstromschutz durch die Untersteuerung an	
	Die Belastung des Laufbands übersteigt den Nennbetriebsstrom des Motors.	Innerhalb des Nennbetriebsstrombereichs des Motors verwenden.
	Die Montagestruktur des Laufbands und des Motors ist defekt, was zu Motorwiderstand oder Blockierung führt.	Überprüfen Sie, ob die Laufbandstruktur normal ist.
	Das Strombegrenzungssystem der Untersteuerung ist defekt.	Die Untersteuerung austauschen oder reparieren.
E06	E06: Gibt eine abnormale niedrige Antriebsnetzspannung durch die Untersteuerung an	
	Die Netzspannung ist zu niedrig.	Überprüfen Sie, ob der Netzkreis normal ist.
	Der Erkennungskreis der Untersteuerungsplatine ist defekt.	Die Untersteuerung austauschen oder reparieren.

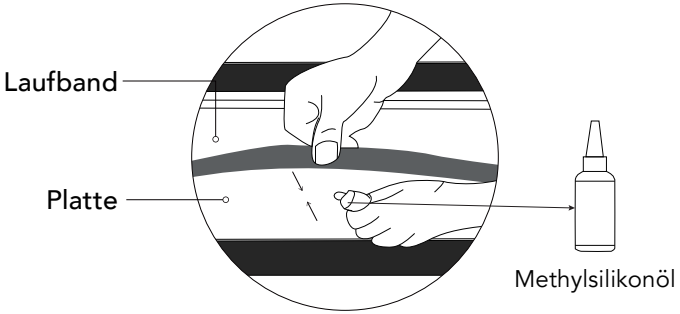
Fragen	Mögliche Situationen	Lösung
Laufband läuft nicht	Keine Verbindung	In die Steckdose stecken.
	Kein Strom	Den Hauptschalter in die EIN-Stellung drücken.
	Die Sicherheitsverriegelung ist abgebrochen.	Die Sicherheitsverriegelung an die richtige Stelle setzen.
	Das Schaltungs-Signalsystem ist defekt.	Überprüfen Sie den Controller-Eingang und die Signalschaltung.
	Die Sicherung ist durchgebrannt.	Die Sicherung austauschen.
Laufriemen läuft unruhig	Unzureichende Schmierung	Silikonöl-Schmiermittel zufügen.
	Der Laufriemen ist zu straff.	Die Spannung des Laufriemens anpassen.
Laufriemen rutscht	Der Laufriemen ist zu locker.	Die Spannung des Laufriemens anpassen.
	Der Laufriemen ist zu straff.	Die Spannung des Laufriemens anpassen.

A. Auftragen von Methylsilikonöl

Der Laufgurt bzw. das Laufdeck spielt eine wichtige Rolle für die Funktion und Lebensdauer Ihres Laufbands und erfordert daher Methylsilikonöl.

* Wenden Sie Methylsilikonöl NICHT auf dem Laufdeck an.





B. Einstellung der Laufgurtabweichung

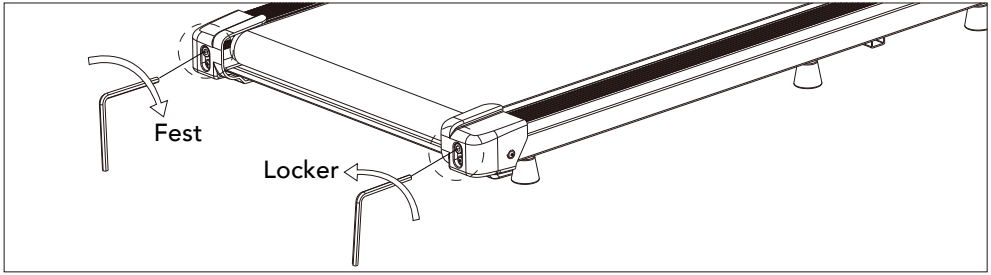
Das Laufband muss vor der Auslieferung oder nach der Installation hinsichtlich der Laufgurtposition eingestellt werden. Der Laufgurt kann sich nach einer gewissen Nutzungszeit verschieben. Dies kann durch folgende Gründe verursacht werden:

1. Das Hauptgerät steht uneben.

2. Die Füße des Benutzers befinden sich nicht in der Mitte des Laufgurts.
3. Ungleichmäßiger Druck bzw. ungleichmäßige Kraftverteilung zwischen den Füßen des Benutzers.

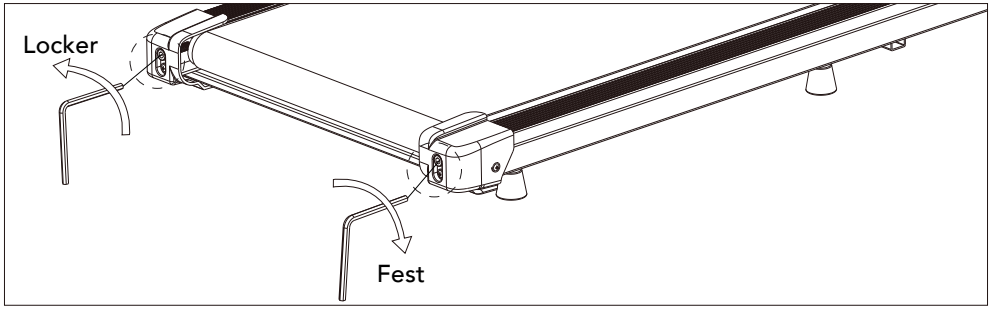
B-1. Der Laufgurt weicht nach links ab.

Drehen Sie die linke Schraube im Uhrzeigersinn und/oder die rechte Schraube gegen den Uhrzeigersinn abwechselnd, bis der Laufgurt wieder zentriert ist.



B-2. Der Laufgurt weicht nach rechts ab.

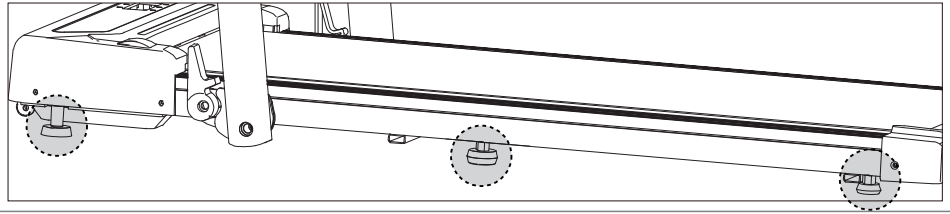
Drehen Sie die linke Schraube gegen den Uhrzeigersinn und/oder die rechte Schraube im Uhrzeigersinn abwechselnd, bis der Laufgurt wieder zentriert ist.



HINWEIS: Die Abweichung des Laufgurts des Laufbands fällt nicht unter die Garantie. Bitte lesen Sie dieses Handbuch für die spezifischen Garantiebedingungen. Eine Laufgurtabweichung kann erheblichen Verschleiß verursachen, daher sollte der Laufgurt umgehend wieder in die zentrale Position gebracht werden.

C. Ausrichten des Laufbands

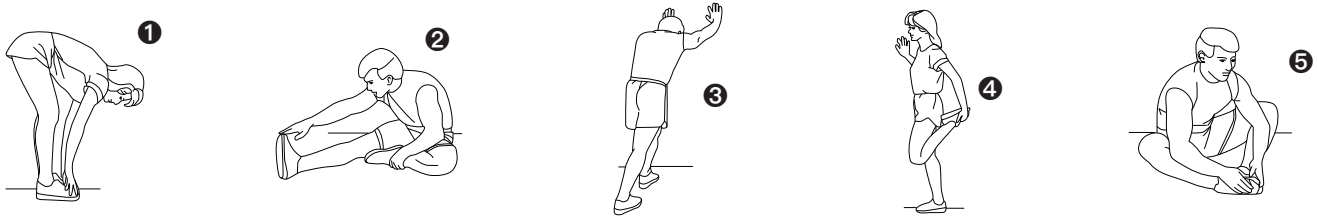
Dieses Gerät verfügt über verstellbare Stellfüße. Stellen Sie sicher, dass das Laufdeck während des Gebrauchs eben bleibt. Die Stellfüße können angepasst werden, um die Stabilität auf unebenen Oberflächen zu verbessern, sie können jedoch starke Unebenheiten des Bodens möglicherweise nicht vollständig ausgleichen.



A. Aufwärmen

Beginnen Sie jedes Training mit 5–10 Minuten leichtem Dehnen und steigern Sie dann allmählich die Intensität, bis Sie Ihr Zielniveau erreichen. Achten Sie während der gesamten Trainingseinheit auf eine gleichmäßige Atmung.

❶. **Innenschenkeldehnung-** Setzen Sie sich mit den Fußsohlen aneinander und den Knien nach außen.
❷. **Dehnung der hinteren Oberschenkelmuskulatur (Hamstrings) –** Setzen Sie sich mit einem ausgestreckten Bein und ziehen Sie die Fußsohle des anderen Beins zu sich heran.
❸. **Waden-/Achillessehnendehnung –** Stellen Sie ein Bein vor das andere und lehnen Sie sich mit den Händen gegen eine Wand.
❹. **Vorderer Oberschenkel (Quadrizeps) Dehnung –** Stützen Sie sich mit einer Hand an einer Wand ab und fassen Sie mit der anderen Hand Ihren Fuß.
❺. **Zehenberührung-Dehnung –** Stehen Sie mit leicht gebeugten Knien und beugen Sie sich langsam aus der Hüfte nach vorn.



B. Abkühlen

Beenden Sie jedes Training mit einem leichten Joggen oder Gehen von mindestens 1 Minute, gefolgt von 5–10 Minuten Dehnübungen, um die Muskelflexibilität zu verbessern und Muskelbeschwerden nach dem Training zu vermeiden.

So sollte sich Ihr Puls während eines allgemeinen Fitnesstrainings verhalten. Denken Sie daran, sich vor dem Training aufzuwärmen und danach abzukühlen.

Liebe*r Kund*in,
Vielen Dank, dass Sie uns gewählt haben.

Für eine sichere Nutzung lesen Sie bitte dieses Handbuch vor der Installation durch und bewahren Sie es zur späteren Referenz auf. Wenn Sie Fragen zum Produkt haben, wenden Sie sich gerne per E–Mail an uns. Wir werden innerhalb von 24 Stunden antworten.

Um Ihnen im Falle von Problemen während der Installation oder Nutzung effektiv helfen zu können, beachten Sie Folgendes:
- Wenn das Produkt aufgrund der Handhabung durch den Kurier beschädigt ist, wenden Sie sich bitte unverzüglich an unseren Kundenservice zur Überprüfung.
- Wir werden das Problem so schnell wie möglich bearbeiten.
- Wir bieten eine 2–jährige Qualitätsgarantie.
- Wir bieten einen 30–tägigen Rückgabeservice ohne Angabe von Gründen (Bitte beachten Sie, dass das zurückgesendete Produkt den sekundären Verkauf nicht beein trächtigen darf).

Wir bieten detaillierte Produktinformationen, Installationsanweisungen sowie Anleitungen zur Pflege und Wartung.
Wenn Sie mit unserem Produkt und Service zufrieden sind:
- Fügen Sie unseren Shop zu Ihren Favoriten hinzu;
- Empfehlen Sie unsere Produkte Ihren Freunden;
- Teilen Sie Ihre Einkaufserfahrung in unserem Shop oder auf der Produktseite.

Ihr Feedback und Ihre Bewertungen helfen uns, stetig zu verbessern und eine bessere Dienstleistung für Kunden weltweit zu bieten.

Mit freundlichen Grüßen!

Kundenservice
✉ webestservice4you@outlook.com

Wenn Sie Fragen zum Produkt haben, kontaktieren Sie uns bitte über die Kontaktdaten auf der linken Seite.Wir bemühen uns, Ihr Anliegen an Werktagen innerhalb von 24 Stunden zu lösen.

EN

Dear Customer,
Thank you for choosing us.

For safe use, please read this manual before installation and keep it for future reference.
If you have any questions about the product, please feel free to contact us via email. We will reply within 24 hours.

To help us assist you effectively in case you encounter any issues during installation or usage, please note the following:

- If the product is damaged due to courier handling, please contact our customer service promptly for verification.
- We will address the issue as quickly as possible.
- We give a 2-year quality assurance.
- We provide a 30-day no-reason return service
  (Note that the returned product will not affect the secondary sales).

We provide detailed product information, installation instructions, and guidance on care and maintenance.

If you are satisfied with our product and service:

- Please add our store to your favorites;
- Recommend our products to your friends;
- Share your shopping experience in our store or on the product page.

Your feedback and reviews help us continually improve and offer better service to customers worldwide.

Best regards!

Customer Service Support
✉ webestservice4you@outlook.com

If you have any questions about the product, please contact us through the contact information on the left. We will strive to resolve your problem within 24 hours on business days.