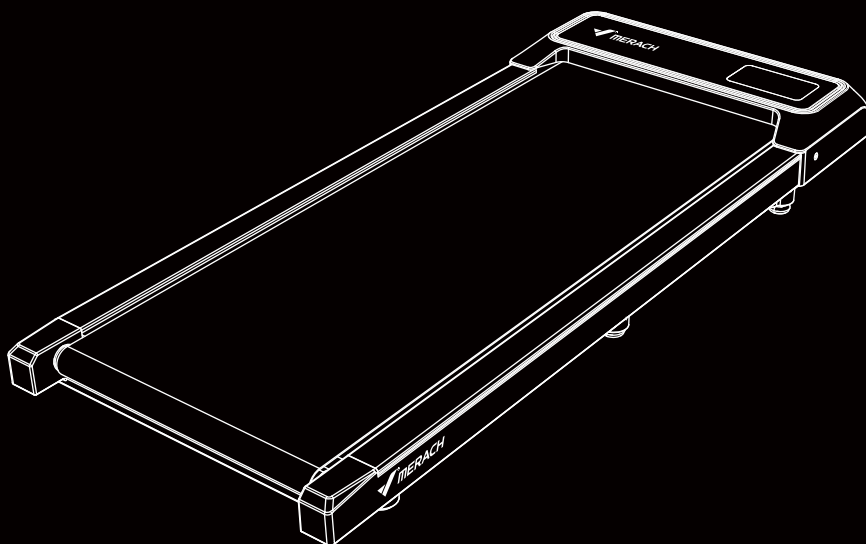


USER MANUAL

MERACH TREADMILL

EN/DE/FR/ES/IT/NL



Questions or Concerns?

IMPORTANT!

Please read all details before use, and keep this user manual for future reference.

PLEASE CONTACT US BEFORE THE RETURN: Mon-Fri, 9:00 am-5:00 pm PST/PDT

Phone: 44-1315070255 Mon-Fri 10am-7pm PST UK/DE/FR/ES/IT/NL

support.eu@merach.com

MODEL: MR-T21

WHO WE ARE

Our customers aren't just important; their health, fitness, and pure enjoyment for life is at the core of everything we do at MERACH. From innovative fitness research and cutting-edge product development, to our exceptional purchasing & after-sales service, we are our customers' life-long partner in crafting a better fitness future.

Through quality fat-burning & muscle-building fitness equipment such as our quality rowing machines and exercise bikes, plus our innovative MERACH APP, and digital courses, we give the opportunity and support to all to pursue their health and fitness goals and discover a new way of healthy living.

Welcome to MERACH





WARRANTY REGISTRATION

Please register your warranty to keep yourself protected !



Register your warranty via
merachfit.com/pages/warranty-europe



Email your item model to
support.eu@merach.com

If purchased outside US/Canada: To register your product warranty, contact your local distributor.

For details regarding product warranty or if you have questions or problems with your product, please contact your local distributor.

CONTENTS • ENGLISH

Safety Instructions	01
Specifications	04
Parts & Accessories List	05
Instructions on Product Usage	06
APP Setup Instruction	09
Warm-up	10
Troubleshooting	11
Maintenance	12
Warranty Information	14

INHALT • DEUTSCH

Sicherheitshinweise	16
Produktspezifikationen	19
Packliste	20
Bedienungsanleitung	21
Anleitung zur APP-Einrichtung	24
Aufwärmen	25
Fehlerbehebung	26
Wartung und Pflege	27
Garantieinformationen	29

CONTENU • FRENCH

Instructions de sécurité	31
Détails techniques	34
Liste d'emballage	35
Instructions d'utilisation	36
Instructions de configuration de l'application	39
Échauffement	40
Dépannage	41
Entretien	42
Informations sur la garantie	44

CONTENIDO • SPANISH

Instrucciones de seguridad	46
Detalles técnicos	49
Lista de embalaje	50
Instrucciones de operación	51
Instrucciones de configuración de la aplicación	54
Calentamiento	55
Resolución de problemas	56
Mantenimiento	57
Información de garantía	59

CONTENUTI • ITALIAN

Istruzioni di sicurezza	61
Dettagli tecnici	64
Lista di imballaggio	65
Istruzioni per l'uso	66
Istruzioni per la configurazione dell'app	69
Riscaldamento	70
Risoluzione dei problemi	71
Manutenzione	72
Informazioni sulla garanzia	74

CATALOGUS • NEDERLANDS

Veiligheidsinstructies	76
Specificaties	79
Lijst met Onderdelen & Accessoires	80
Instructies Productgebruik	81
Instructie Instelling APP	84
Warming-up	85
Probleemoplossing	86
Onderhoud	87
Informatie over Garantie	89



Please read the entire manual carefully before installing and using the machine, and save it for further use.

SAFETY INSTRUCTIONS

To ensure your safety and avoid accidents, please read the manual carefully before use and pay attention to the following safety matters.

- The treadmill must be placed on flat ground, the treadmill is suitable for placing indoors, avoiding moisture and not splashing water onto the treadmill. Do not place any foreign objects on the treadmill, both sides of the treadmill and the front end should be 3.3 ft and the back end should have 6.6*3.3ft of safe use space, so as to facilitate the emergency jump away.
- When not using the treadmill, put the safety lock out of reach of children, if not used for a long time, please disconnect the power cord.
- Accessories package please put in a place where children can not get, to avoid unnecessary accidents.
- This product is not suitable for people with disabilities, or children, such as physical discomfort or mental deficiencies, and lack of common sense is prohibited, except under the supervision or guidance of a person responsible for their safety. If you do not comply, there may be a risk of injury.
- Do not use the treadmill in a dusty space, and keep a certain humidity in the room to avoid strong static electricity, so as not to interfere with the normal work of the electronic meter and controller.
- Please use the original accessories, private replacement is strictly prohibited.
- Avoid all moving parts with both hands, forbid putting hands and feet in the gap under the running belt.
- Do not put the power cord close to hot or moving objects, do not use the product outdoors, under high humidity and sunlight.
- Unplug the treadmill before moving it. Non-professional personnel must not disassemble the machine without permission, otherwise, serious consequences may occur.
- This product should not be used for a long time, long time use is easy to cause the treadmill electrical overheating and lead to electrical failure.
- Use qualified sockets to avoid bringing danger. If the plug and socket are not compatible, please do not move the plug, ask a professional to handle it.

- The product is suitable for home use, not suitable for professional training and testing, and can not be used for medical purposes.
- Do not use in the shell cracked, broken off state (internal structure exposed) or welding parts cracked state.
- Do not jump up or down on the machine during exercise, which may lead to injury due to a fall.
- Do not use after eating and drinking, fatigue, or poor physical condition, which may lead to damage to health.
- The product's maximum load is 120kg/265lbs.

Power Cord Grounding Instructions

- This product must be grounded. If it should malfunction or breakdown, grounding provides a path of least resistance for electric current to reduce the risk of electric shock.
- This product is equipped with a cord having an equipment-grounding conductor and a grounding plug.
- The plug must be plugged into an appropriate outlet that is properly installed and grounded in accordance with all local codes and ordinances.
- DANGER – Improper connection of the equipment-grounding conductor can result in risk of electric shock. Check with a qualified electrician or serviceman if you are in doubt as to whether the product is properly grounded.
- Do not modify the plug provided with the product – if it will not fit the outlet, have a proper outlet installed by a qualified electrician.
- This product is for use on a nominal 220-240volt circuit and has a grounding plug that looks like the plug illustrated in sketch A in following figure. Make that the product is connected to an outlet having the same configuration as the plug. No adapter should be used with this product.



Before starting any training, please consult your physician, especially for those who are over 35 years old or with pre-existing health conditions. Please read all instructions before using the machine.



This symbol stands for "Conformité Européene", which means "Conformity with EU directives". With the CE-marking the manufacturer confirms that this product complies with applicable European directives and regulations.



This symbol stands for "UK Conformity Assessed", which means "Conformity with British Standards 11". With the UKCA-marking the manufacturer confirms that this product complies with applicable British Standards.

SIMPLIFIED EU DECLARATION OF CONFORMITY

- Hereby, Zhejiang Yulu Electronic Technology Co.,Ltd. declares that the fitness equipment MERACH MR-T21 is in compliance with Directive 2014/53/EU.
- The full text of the EU declaration of conformity is available at the following internet address: <https://merachfit.com/pages/declarations-of-conformity>

NOTES ON DISPOSAL



Packaging materials are raw materials and can be recycled. Separate the packaging materials correctly and dispose of them properly in the interest of the environment.

Your local administration can provide additional information.



Used devices do not belong in household waste!

Dispose of used devices properly! Doing so helps fulfill our responsibility to protect the environment. Your local administration can provide information on collection points and opening hours.



Batteries do not belong in household waste!

As the end user, you are legally required to return discharged batteries to a collection point. You can take your old batteries to the public collection points in your community, or you can take them to any place where batteries of that type are being sold.

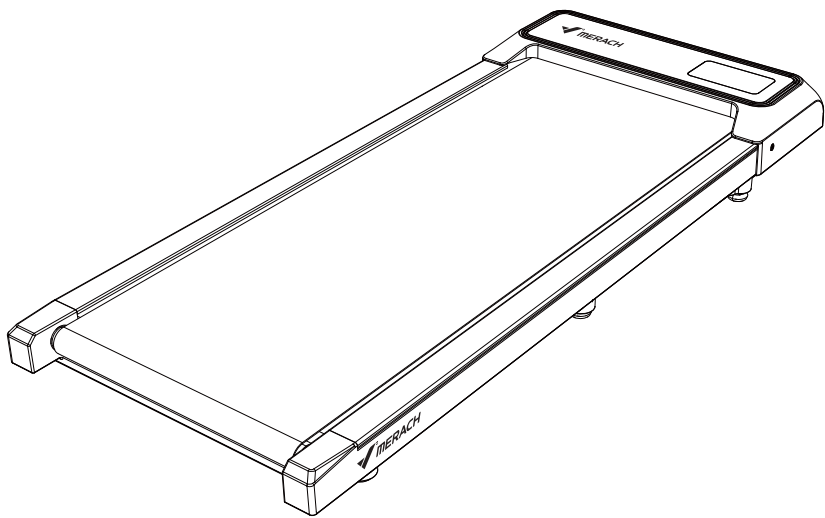
Manufactured by:

Zhejiang Yulu Electronic Technology Co.,Ltd.
Room 805, 8th Floor, Xianfeng Technology Building, 298 Weiye Road, Binjiang District, Hangzhou, Zhejiang Province, China
yulu_mrk@merach.com

Imported by:

HANGZHOU JINGGE E-COMMERCE LTD
Room 1205, Xianfeng Technology Building,
298 Weiye Road, Puyan Subdistrict, Binjiang District, Hangzhou, Zhejiang Province, China
jingge_mrk@163.com

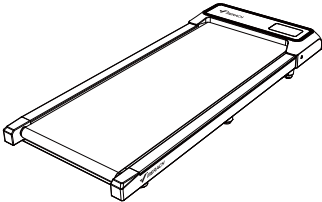
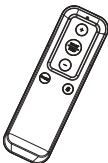
SPECIFICATIONS



Product Name:	Merach Treadmill
Model:	MR-T21
Voltage:	220-240V~ 50/60Hz
Maximum horsepower:	2.5HP
Running area:	380*900mm(15*35.4inch)
Speed range:	2-6km/h
Max. load weight:	120kg(265lbs)
Product size:	1094*470*117.5mm(43.1*18.5*4.6inch)
Net weight:	13kg(28.7lbs)
Radio Frequency:	2,4GHz
Radio Frequency Band:	2402-2480MHz
Maximum RF Power:	1,83dBm

PARTS & ACCESSORIES LIST

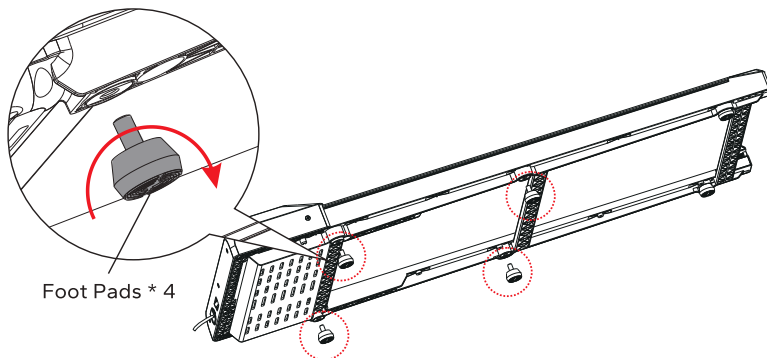
Check if all parts and accessories are in the package.

	
1. Main Machine * 1	2. Foot Pads * 4
	
3. Remote Control * 1	4. Inner Hexagonal Wrench * 1
	
6. User Manual * 1	

INSTRUCTIONS ON PRODUCT USAGE

I. Operation Instructions:

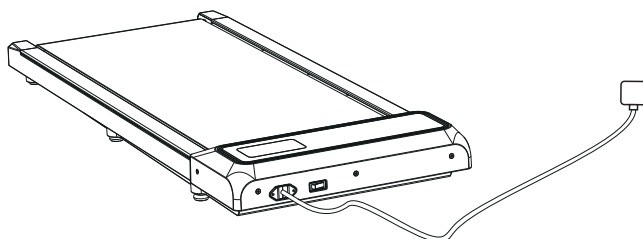
1. As shown in figure, Place the treadmill flat on the ground. Take out the four foot pads in the accessory bag, screw the foot pads into the screw hole at the bottom of the treadmill in a clockwise direction and adjust the foot pads to a suitable position after installation.



Note: As shown in figure, the four foot pads must be in close contact with the ground.



2. As shown in figure, plug the power cord into the front socket of the treadmill, turn on the power, and switch on the power switch at the front of the treadmill. The treadmill enters standby mode.



3. Control the treadmill using the remote control.

Exercise Precautions:

1. Always wear athletic shoes.
2. Do not use on uneven surfaces.
3. Use with caution for the elderly and pregnant women.
4. Only one person should use the treadmill at a time.
5. Do not bring pets on the treadmill.
6. Avoid lateral movements.
7. Children must be supervised when using.
8. Do not move backward.
9. Keep your gaze level to prevent dizziness.
10. Do not step on the treadmill cover.
11. Keep feet, hands, and fingers away from moving parts.

II. Display Instructions:

1. "SPEED": Displays the exercise speed. Speed display range: 2.0-6.0 km/h.
 2. "TIME": Displays the exercise time. Time display range: 0:00-99:59.
 3. "DIST.": Displays the exercise distance. Distance display range: 0.00-99.99 km.
 4. "KCAL.": Displays the exercise calories. Calorie display range: 0-9999 kcal.
- The display alternates every 5 seconds.



III. Remote Control Functionality:

Remote Control Pairing Guide:

1. Pairing:

Long press the "START/STOP" button, turn on the power switch of the treadmill. until you hear a "dididi" sound and treadmill display window displays "0:00", indicating that the pairing is successful.

2. Unpairing:

Long press the "+" button, turn on the power switch of the treadmill, until you hear a "dididi" sound and treadmill display window displays "0" indicating that the pairing is unpaired.

NOTE:

- In the paired state, the treadmill can only be controlled by this remote control.
- In the unpaired state, the treadmill can be controlled by other remote controls.
- After the first pairing is successful, there is no need to pair again when the treadmill is turned on again.

Button Description:**1. "START/STOP" Button:**

- In standby mode, press the "START/STOP" button on the remote control, the treadmill will enter quick start, treadmill display(3333/2222/1111), when 3-second countdown is completed, the treadmill will start running at a speed of 2.0km/h.
- The treadmill is running, short press the "START/STOP" button on the remote control to stop the treadmill.

2. "+" Button:

While the treadmill is running, short press the "+" button on the remote control for a slow acceleration. Long press this button for a fast acceleration, with the speed continuously increasing. The incremental rate is 0.5km/h per press.

3. "-" Button:

While the treadmill is running, short press the "-" button on the remote control for a slow deceleration. Long press this button for a fast deceleration, with the speed continuously decreasing. The decremental rate is 0.5km/h per press.

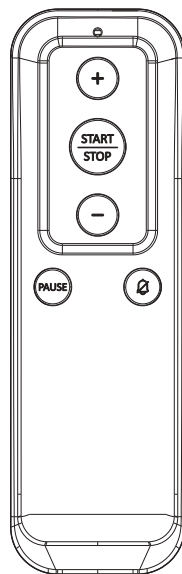
4. "PAUSE" Button:

The treadmill is running, short press the "PAUSE" button on the remote control to pause the treadmill.

5. "Buzzer" Button:**Buzzer function**

Short press the "Buzzer" button to turn off the buzzer function, the treadmill displays "OFF", short press the "Buzzer" button again, turn on the buzzer function, and the treadmill displays "ON".

Note: When the buzzer is turned off, there is no sound for all key operations.

**IV. Moving and Transporting:**

If you need to carry and move, unplug the power cord first, lift the head and tail of the machine and move it (two people are recommended).

VI. Storage:

1. Place the treadmill on a flat surface.
2. Do not store the treadmill upright, inverted, or sideways to prevent damage.

APP SETUP INSTRUCTION

Download and use of MERACH

Our customer can get a 180-day MERACH membership. Please contact us through support.eu@merach.com after receiving the product to get an exclusive redemption code. Please include your order ID and MERACH app Username.

1. To download the MERACH app, scan the QR code or search "MERACH" in the Apple App Store® or Google Play Store.



MERACH APP Download



APP Connection Guide



2. Open the MERACH app. Log In or Sign Up.
3. Follow the in-app instructions to set up your device.

Download and use of KINOMAP



1. To download the Kinomap app, scan the QR code or search "Kinomap" in the Apple App Store® or Google Play Store.
2. Open the Kinomap app. Log In or Sign Up.
3. Select the corresponding fitness equipment.
4. Turn on Bluetooth, and choose Merach.
5. Select "Treadmill", and find your "MRK-T21-XXXX".
6. Start training and explore different workout methods.

WARM-UP

Do stretches before exercising. Warm muscles are easier to stretch, so start with a 5-10 minute warm-up, then do some stretches shown below - 5 times, 10 seconds or more per leg. Do it again after the workout.

1. Stretch down

Bend your knees slightly, slowly bend your body forward, relax your back and shoulders, and try to touch your toes with your hands. Hold for 10-15 seconds, then relax. Repeat 3 times (see Figure 1).



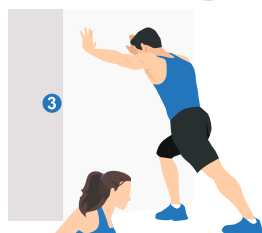
2. Seated hamstring stretch

Sit with one leg straight. Bring the other leg in so that it is snug on the inside of the straightened leg. Try to touch your feet with your hand's toe. Hold for 10-15 seconds, then relax. Repeat 3 times for each leg (see Figure 2).



3. Calf and Achilles tendon stretch

Stand with both hands against the wall or a tree, put one foot behind another. Keep the back leg straight and your heel on the ground, lean toward a wall or a tree. Hold for 10-15 seconds, then relax. Repeat 3 times for each leg (see Figure 3).



4. Quadriceps stretch

Reach back with your right hand, grab your right foot and slowly pull it toward your hips until you feel the muscles in the front of your thigh tense. Hold for 10-15 seconds, then relax. Repeat 3 times for each leg (see Figure 4).



5. Sartorius (inner thigh muscle) stretch

Sit with your feet facing each other and your knees facing out. Grab your feet with both hands and pull toward your groin. Hold for 10-15 seconds, then relax. Repeat 3 times (see Figure 5).



TROUBLESHOOTING

Fault Code	Trubleshooting
E01--The communication between the lower control and the electronic watch is abnormal	1. Check whether the power cord is intact and reliably connected. Unplug it and then plug it back in. 2. If the error persists, replace the power cord or controller. Contact after-sales or professional technicians for assistance.
E02--The main motor is abnormal	1. Check whether the power cord is intact and reliably connected. Unplug it and then plug it back in. 2. If the error persists, replace the power cord or controller. Contact after-sales or professional technicians for assistance.
E05--Overload Protection	1. Reduce the load and try not to exceed the maximum load. 2. Eliminate stuck foreign objects. 3. Add lubricant. 4. If the error persists, replace the controller. Contact after-sales or professional technicians for assistance.
E10--The electronic meter parameter is read incorrectly	Turn off the power switch and turn it back on after 1 minute.
E23/E24 /E28--The controller hardware is abnormal	Turn off the power switch and turn it back on after 10 minute.
Displays an anomaly	Turn off the power switch and turn it back on after 1 minute.

MAINTENANCE

Maintenance Guide

WARNING: Always unplug the motorized treadmill before cleaning or maintaining the product.

CLEANING: A thorough cleaning will extend the life of your motorized treadmill.

Remove dust regularly to keep parts clean. Be sure to sweep the exposed portions of both sides of the treadmill belt, as this will minimize the buildup of impurities under the belt.

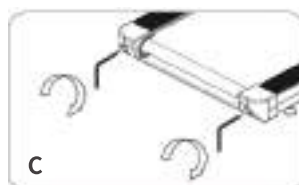
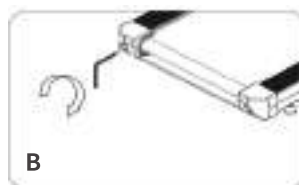
Make sure your sneakers are clean to avoid carrying foreign objects under the running belt that could wear down the running board and running belt. The surface of the running belt should be cleaned with a soapy damp cloth, please be careful not to splash water on the electrical components and under the running belt.

Running belt adjustment

1. To better maintain your motorized treadmill and prolong the life of the machine, it is recommended that you turn off the power after 1.5 hours of continuous use and let the machine rest for 10 minutes before using it again.
2. If the running belt is too loose, there will be slipping phenomenon when running; if it is too tight, over-tightening may reduce the performance of the motor and increase the wear and tear of the roller and running belt. When the running belt is suitable for loosening or tightening, you can lift both sides of the running belt away from the running board by hand about 50 - 75mm.

Treadmill belt centering

1. Place the motorized treadmill on a level surface.
Run the motorized treadmill at about 4-5km/h and observe the running belt deviation.
2. If the running belt is to the right, unplug the safety lock and power switch, turn the right adjusting bolt 1/4 turn in clockwise direction, insert the power switch and safety lock, run the treadmill and observe the running belt deviation. Repeat the above steps until the running belt is centered. Figure A.
3. If the running belt is off to the left, unplug the safety lock and power switch, turn the left adjusting bolt 1/4 turn clockwise, insert the power switch and safety lock, run the treadmill, and observe the running belt deviation. Repeat the above steps until the running belt is centered. Figure B.
4. The treadmill belt will loosen after the above adjustments or after a period of use, and needs to be adjusted. Unplug the safety lock and power switch, turn the left and right adjusting bolts 1/4 turn clockwise, plug in the power switch and safety lock, run the treadmill, and then stand on the running belt to check the tightness. Repeat the above steps until the running belt is at the right level of tightness. Figure C.



WARRANTY INFORMATION

Product Name	MERACH Treadmill
Model	MR-T21
Default Warranty Period	12 Months
For your own reference, we strongly recommend that you record your order number and date of purchase.	
Date of Purchase	
Serial Number	

Terms & Policy

The MERACH products are premium in material, craftsmanship, and service. MERACH 1-year limited warranty is effective from the date of purchase. MERACH will replace defective products based on eligibility. Refunds are available to the original purchasers of our products within the first 30 days of purchase. This warranty extends only to personal use, doesn't apply to the commercial, rental, or any other uses for which the product is not intended for. There are no warranties other than the warranties expressly set forth with each product.

This warranty is non-transferable. MERACH is not responsible for any damages, losses or inconveniences caused by equipment's failure, user's negligence, user's abuse, or improper operation that does not follow the included user manual.

This warranty does not apply to the following situations:

- Damage due to abuse, accident, alteration or vandalism.
- Improper or inadequate maintenance.
- Damage in return transit.
- Unsupervised use by children under 14 years old.

MERACH and its subsidiaries are only responsible for damages caused by the intended use or as instructed in the user manual. Some states do not allow this exclusion or limitation of incidental or consequential losses, so the above disclaimer may not apply to you. This warranty gives you specific legal rights and you may also have other rights, which may vary from state to state.

All expressed and implied warranties, including the warranty of merchantability, are limited to the period of the limited warranty.

Additional 12-month Warranty:

You can enjoy an additional 12-month warranty. Just active your warranty by sending the product's model name via **register@merach.com**, or log onto **merachfit.com/pages/warranty** and enter your order number (i.e. Amazon) within the first 14 days of purchase to register your new product for the extended warranty. If you are unable to provide the order number for your product, please type a short note in the order number field along with the date you received your product.

Defective Products & Returns:

Should your product prove defective within the specified warranty period, please contact the Customer Support via **support.eu@merach.com** with your invoice and order number. **DO NOT** dispose of your product before contacting us. Once our Customer Support team has approved your request, please return the product with a copy of your invoice and order number.

Customer Support

Your satisfaction is our goal! Should you encounter any issues or have any questions about your new product, feel free to contact our Customer Support Team via **support.eu@merach.com** or Phone Support:

 **44-1315070255 Mon-Fri 10am-7pm PST UK/DE/FR/ES/IT/NL**

TikTok shop Exclusive after-sales: **service@merach.com**

*** Please have your Order ID and serial number (usually on the equipment) ready before contacting Customer Support.**

SICHERHEITSHINWEISE

Um Ihre Sicherheit zu gewährleisten und Unfälle zu vermeiden, lesen Sie bitte vor der Verwendung sorgfältig die Anleitung und beachten Sie die folgenden Sicherheitshinweise:

- Das Laufband muss auf einer ebenen Fläche platziert werden. Es sollte drinnen verwendet werden, um Feuchtigkeit zu vermeiden, und es darf kein Wasser auf das Laufband gelangen. Platzieren Sie keine Gegenstände auf dem Laufband, und halten Sie an den Seiten und vorne eine Sicherheitsentfernung von 1 Meter und hinten eine von 6,6*3,3ft ein, um im Notfall sicher abspringen zu können.
- Wenn das Laufband nicht verwendet wird, bewahren Sie das Sicherheitsschloss an einem Ort auf, der für Kinder unzugänglich ist, und ziehen Sie bei längerer Nichtbenutzung den Netzstecker.
- Halten Sie Zubehörteile außerhalb der Reichweite von Kindern, um unnötige Unfälle zu vermeiden.
- Dieses Produkt ist nicht für den Gebrauch durch behinderte Personen oder Kinder geeignet. Personen mit körperlichen Beschwerden oder geistigen Beeinträchtigungen sowie solche, die an Wahrnehmungsstörungen leiden oder keinen gesunden Menschenverstand haben, dürfen es nicht verwenden, es sei denn, sie werden von einer Person beaufsichtigt oder angeleitet, die für ihre Sicherheit verantwortlich ist. Andernfalls besteht Verletzungsgefahr.
- Verwenden Sie das Laufband nicht in staubigen Umgebungen und halten Sie die Raumfeuchtigkeit aufrecht, um die Bildung starker elektrostatischer Aufladungen zu vermeiden, die den ordnungsgemäßen Betrieb des elektronischen Displays und des Controllers stören können.
- Verwenden Sie nur Originalzubehör und tauschen Sie es nicht eigenmächtig aus.
- Halten Sie Ihre Hände von beweglichen Teilen fern und legen Sie sie nicht in die Lücken unter dem Laufband.
- Vermeiden Sie es, das Netzkabel in die Nähe von heißen oder bewegten Gegenständen zu bringen, und verwenden Sie das Produkt nicht im Freien, bei hoher Luftfeuchtigkeit oder direkter Sonneneinstrahlung.
- Ziehen Sie vor dem Bewegen des Laufbands den Stecker aus der Steckdose. Nichtfachleute dürfen das Gerät nicht eigenmächtig auseinandernehmen, da dies schwerwiegende Folgen haben kann.
- Überprüfen Sie vor der Verwendung des Laufbands, ob Ihre Kleidung ordnungsgemäß verschlossen oder festgebunden ist und nicht zu locker sitzt.

- Dieses Produkt sollte nicht über einen längeren Zeitraum verwendet werden, da dies zu Überhitzung und elektrischen Fehlfunktionen führen kann.
- Verwenden Sie zugelassene Steckdosen, um Gefahren zu vermeiden. Wenn der Stecker und die Steckdose nicht kompatibel sind, versuchen Sie nicht, den Stecker zu verändern, sondern lassen Sie dies von einem Fachmann erledigen.
- Dieses Produkt ist für den Heimgebrauch bestimmt und nicht für professionelles Training, Tests oder medizinische Zwecke geeignet.
- Verwenden Sie das Laufband nicht, wenn das Gehäuse beschädigt, gebrochen oder die Schweißnähte gerissen sind und die interne Struktur sichtbar ist.
- Springen Sie während des Trainings nicht auf das Laufband oder springen Sie davon ab, da dies zu Stürzen und Verletzungen führen kann.
- Verwenden Sie das Laufband nicht nach dem Essen, bei Müdigkeit oder wenn Sie sich körperlich unwohl fühlen, da dies Ihre Gesundheit beeinträchtigen kann.
- Die maximale Tragfähigkeit dieses Produkts beträgt 120kg/265lbs.

Erdungsanweisungen für Netzkabel

- Dieses Produkt muss geerdet werden. Bei einer Fehlfunktion oder einem Ausfall bietet die Erdung dem elektrischen Strom den Weg des geringsten Widerstands, um das Risiko eines Stromschlags zu verringern.
- Dieses Produkt ist mit einem Kabel mit einem Erdungsleiter und einem Erdungsstecker ausgestattet.
- Der Stecker muss in eine geeignete Steckdose eingesteckt werden, die ordnungsgemäß installiert und gemäß allen örtlichen Vorschriften und Verordnungen geerdet ist.
- GEFAHR – Ein unsachgemäßer Anschluss des Erdungsleiters kann zu einem Stromschlagrisiko führen. Wenden Sie sich an einen qualifizierten Elektriker oder Servicetechniker, wenn Sie Zweifel haben, ob das Produkt ordnungsgemäß geerdet ist.
- Ändern Sie den mit dem Produkt gelieferten Stecker nicht – wenn er nicht in die Steckdose passt, lassen Sie von einem qualifizierten Elektriker eine geeignete Steckdose installieren.
- Dieses Produkt ist für den Einsatz in einem Stromkreis mit einer Nennspannung von 220-240 Volt vorgesehen. Stellen Sie sicher, dass das Produkt an eine Steckdose mit der gleichen Konfiguration wie der Stecker angeschlossen ist. Mit diesem Produkt darf kein Adapter verwendet werden.



Bevor Sie mit dem Training beginnen, fragen Sie bitte Ihren Arzt, insbesondere wenn Sie über 35 Jahre alt sind oder bereits gesundheitliche Probleme haben. Bitte lesen Sie alle Anweisungen, bevor Sie das Gerät benutzen.



Dieses Symbol steht für „Conformité Européene“, was „Konformität mit EU-Richtlinien“ bedeutet. Mit dem CE-Zeichen bestätigt der Hersteller, dass dieses Produkt mit einschlägigen europäischen Richtlinien und Verordnungen konform ist.



Dieses Symbol steht für „UK Conformity Assessed“, was „Konformität mit britischen Standards“ bedeutet. Mit dem UKCA-Zeichen bestätigt der Hersteller, dass dieses Produkt mit einschlägigen britischen Standards konform ist.

SIMPLIFIED EU DECLARATION OF CONFORMITY

- Hiermit erklärt Zhejiang Yulu Electronic Technology Co.,Ltd., dass der Fitnessgeräte MERACH MR-T21 der Richtlinie 2014/53/EU entspricht.
- Der vollständige Text der EU-Konformitätserklärung ist unter der folgenden Internetadresse verfügbar:
<https://merachfit.com/pages/declarations-of-conformity>

ENTSORGUNGSHINWEISE



Verpackungsmaterialien sind Rohstoffe und können wieder verwendet werden. Trennen Sie die Verpackungen sortenrein und führen Sie diese im Interesse der Umwelt einer ordnungsgemäßen Entsorgung zu. Nähere Informationen erhalten Sie auch bei Ihrer zuständigen Verwaltung.



Altgeräte gehören nicht in den Hausmüll!

Entsorgen Sie auch Altgeräte fachgerecht! Sie tragen damit zum Umweltschutz bei. Über Sammelstellen und Öffnungszeiten informiert Sie Ihre örtliche Verwaltung.



Batterien gehören nicht in den Hausmüll!

Als Endverbraucher sind Sie gesetzlich verpflichtet, gebrauchte Batterien zurückzugeben. Sie können Ihre alten Batterien bei den öffentlichen Sammelstellen in Ihrer Gemeinde oder überall dort abgeben, wo Batterien der betreffenden Art verkauft werden.

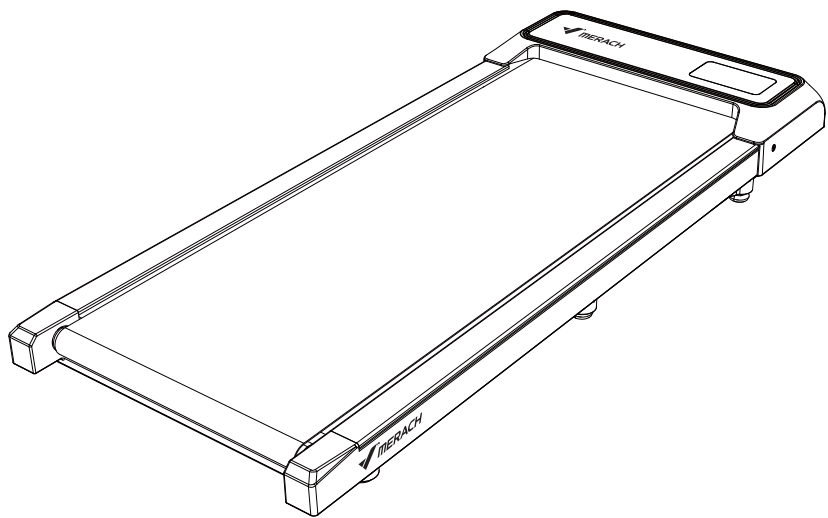
Manufactured by:

Zhejiang Yulu Electronic Technology Co.,Ltd.
 Room 805, 8th Floor, Xianfeng Technology Building, 298 Weiye Road, Binjiang District, Hangzhou, Zhejiang Province, China
yulu_mrk@merach.com

Imported by:

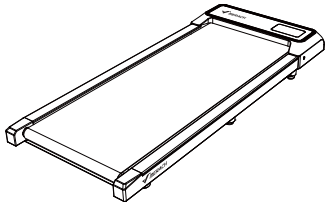
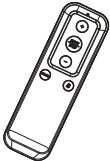
HANGZHOU JINGGE E-COMMERCE LTD
 Room 1205, Xianfeng Technology Building,
 298 Weiye Road, Puyan Subdistrict, Binjiang District, Hangzhou, Zhejiang Province, China
jingge_mrk@163.com

PRODUKTSPEZIFIKATIONEN



Produktname:	MERACH Laufband
Modell:	MR-T21
Spannung:	220-240V~50/60Hz
Maximale Leistung:	2.5HP
Laufbereich:	380*900mm
Geschwindigkeitsbereich:	2-6km/h
Max.Lastgewicht:	120kg
Produktgröße:	1094*470*117.5mm
Nettogewicht:	13kg
Funkfrequenz:	2,4GHz
Funkfrequenzband:	2402-2480MHz
Maximale HF-Leistung:	1,83dBm

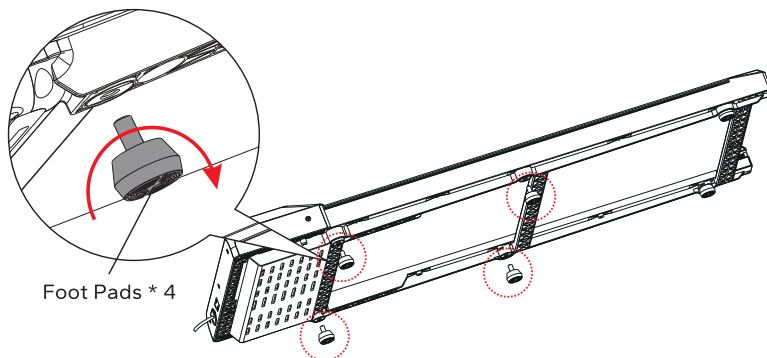
PACKLISTE

 Hauptmaschine * 1	 Fußpads * 4
 Fernbedienung * 1	 Innensechskantschlüssel * 1
 Bedienungsanleitung * 1	

BEDIENUNGSANLEITUNG

I. Bedienungsanleitung:

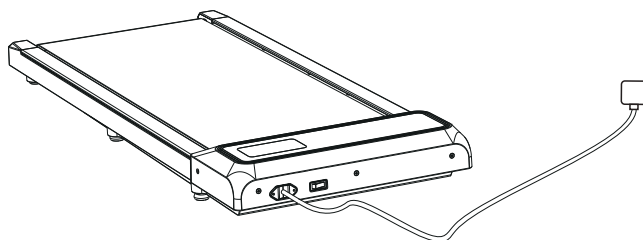
1. Wie in der Abbildung gezeigt, wird das Laufband flach auf den Boden gelegt. Nehmen Sie die vier Fußpads aus der Zubehörtasche, schrauben Sie die Fußpads im Uhrzeigersinn in das Schraubenloch an der Unterseite des Laufbands und bringen Sie die Fußpads nach der Installation in eine geeignete Position.



Hinweis: Wie in der Abbildung gezeigt, müssen die vier Fußpads in engem Kontakt mit dem Boden stehen.



2. Stecken Sie das Netzkabel wie im folgenden Bild gezeigt in die Steckdose am vorderen Ende des Laufbands, schalten Sie das Gerät ein und betätigen Sie den Netzschalter am vorderen Ende des Geräts, um das Laufband in den Bereitschaftsmodus zu versetzen.



3. Steuern Sie das Gerät mit der Fernbedienung.

Hinweise zum Training:

1. Tragen Sie immer Sportschuhe.
2. Verwenden Sie das Gerät nicht auf unebenem Untergrund.
3. Senioren und Schwangere sollten vorsichtig sein.
4. Nur eine Person sollte gleichzeitig auf dem Laufband laufen.
5. Begleiten Sie keine Haustiere auf dem Laufband.
6. Verlagern Sie Ihr Gewicht nicht seitlich.
7. Kinder müssen beim Gebrauch überwacht werden.
8. Bewegen Sie sich nicht rückwärts.
9. Halten Sie Ihren Blick horizontal, um Schwindel zu vermeiden.
10. Treten Sie nicht auf das Laufbandgehäuse.
11. Halten Sie Ihre Füße, Hände und Finger von beweglichen Teilen fern.

II. Bildschirmanweisungen:

- 1."SPEED": Zeigt die Trainingsgeschwindigkeit an. Anzeigebereich der Geschwindigkeit: 2.0-6.0 km/h.
- 2."TIME": Zeigt die Trainingszeit an. Zeitanzeigebereich: 0:00-99:59.
- 3."DIST.": Zeigt die Trainingsstrecke an. Anzeigebereich für die Entfernung: 0.00-99.99 km.
- 4."KCAL.": Zeigt die verbrannten Kalorien an. Anzeigebereich der Kalorien: 0-9999 kcal

Die Anzeige wechselt alle 5 Sekunden.



III. Fernbedienungsfunktion:

Anleitung zur Kopplung von Fernbedienungen:

1. Kopplung:

Drücken Sie lange auf die „“-Taste und schalten Sie den Netzschalter des

Laufbands ein, bis Sie ein „dididi“-Geräusch hören und im Anzeigefenster des Laufbands „0:00“ angezeigt wird, was bedeutet, dass die Kopplung erfolgreich war.

2. Entkoppeln:

Halten Sie die „“-Taste gedrückt und schalten Sie das Laufband ein, bis Sie ein „dididi“-Geräusch hören und im Anzeigefenster des Laufbands eine „0“ angezeigt wird, was bedeutet, dass die Kopplung aufgehoben wurde.

HINWEIS:

- * Im gekoppelten Zustand kann das Laufband nur über diese Fernbedienung gesteuert werden.
- * Im ungekoppelten Zustand kann das Laufband über andere Fernbedienungen gesteuert werden.
- * Nach der ersten erfolgreichen Kopplung ist keine erneute Kopplung erforderlich, wenn das Laufband wieder eingeschaltet wird.

Tastenbeschreibung:

1. „“-Taste:

Drücken Sie im Standby-Modus die Taste „“ auf der Fernbedienung. Das Laufband geht in den Schnellstartmodus über, Laufbandanzeige (3333/2222/1111). Nach Ablauf des 3-Sekunden-Countdowns beginnt das Laufband mit einer Geschwindigkeit von 2,0 km/h zu laufen.

Das Laufband läuft. Drücken Sie kurz die Taste „“ auf der Fernbedienung, um das Laufband anzuhalten.

2. „“ Taste:

Drücken Sie bei laufendem Laufband kurz die Taste „“ auf der Fernbedienung, um eine langsame Beschleunigung zu erzielen. Drücken Sie diese Taste lange, um eine schnelle Beschleunigung zu erzielen, bei der die Geschwindigkeit kontinuierlich zunimmt. Die Geschwindigkeitssteigerung beträgt 0,5 km/h pro Tastendruck.

3. „“ Taste:

Drücken Sie bei laufendem Laufband kurz die Taste „“ auf der Fernbedienung, um die Geschwindigkeit langsam zu verringern. Drücken Sie diese Taste lange, um die Geschwindigkeit schnell zu verringern, wobei die Geschwindigkeit kontinuierlich abnimmt. Die Verringerungsrate beträgt 0,5 km/h pro Tastendruck.

4. „“ Taste:

Das Laufband läuft. Drücken Sie kurz die Taste „“ auf der Fernbedienung, um das Laufband anzuhalten.

5. „“-Taste:

Summerfunktion

Drücken Sie kurz auf die „“-Taste, um die Summerfunktion auszuschalten. Auf dem Laufband wird „OFF“ angezeigt. Drücken Sie erneut kurz auf die „“-Taste, um die Summerfunktion einzuschalten. Auf dem Laufband wird „ON“ angezeigt.

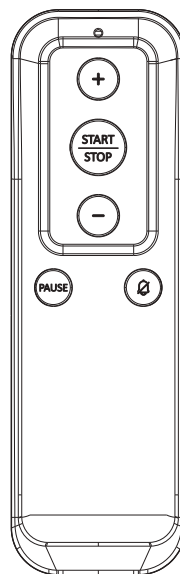
Hinweis: Wenn der Summer ausgeschaltet ist, ist bei allen Tastenbetätigungen kein Ton zu hören.

IV. Bewegen und Transportieren:

Wenn Sie das Gerät transportieren müssen, ziehen Sie zuerst das Netzkabel ab, heben Sie die Vorder- und Rückseite des Geräts an und transportieren Sie es (es wird empfohlen, dass dies zu zweit geschieht).

VI. Sieben. Aufbewahrung:

1. Stellen Sie das Laufband auf eine ebene Fläche.
2. Lagern Sie das Gerät nicht aufrecht, umgedreht oder gekippt, um Schäden zu vermeiden.



ANLEITUNG ZUR APP-EINRICHTUNG

Herunterladen und Verwenden von MERACH

Unsere Kunden erhalten eine 180-tägige MERACH-Mitgliedschaft. Bitte kontaktieren Sie uns nach Erhalt des Produkts über die E-Mail support.eu@merach.com und geben Sie Ihre Bestellnummer sowie Ihren Benutzernamen in der MERACH-App an, um das Passwort zu erhalten.

1. Um die MERACH-App herunterzuladen, scannen Sie den QR-Code oder suchen Sie "MERACH" im Apple App Store® oder Google Play Store.



MERACH APP Download



APP Connection Guide



2. Öffnen Sie die MERACH-App. Melden Sie sich an oder registrieren Sie sich.
3. Befolgen Sie die Anweisungen in der App, um Ihr Gerät einzurichten.
4. Aktualisieren Sie die App auf die neueste Version. In naher Zukunft werden wir die App-Funktionen aktualisieren und einen kostenlosen Übungsmodus, Kurse und verschiedene Trainingsmodi hinzufügen. Wenn Sie eine Upgrade-Benachrichtigung beim Verbinden erhalten, aktualisieren Sie bitte die App auf die neueste Version.

Herunterladen und Verwenden von KINOMAP



1. Um die Kinomap-App herunterzuladen, scannen Sie den QR-Code oder suchen Sie "Kinomap" im Apple App Store® oder Google Play Store.
2. Öffnen Sie die Kinomap-App. Melden Sie sich an oder registrieren Sie sich.
3. Auswahl des entsprechenden Fitnessgeräts
4. Schalten Sie Bluetooth ein und wählen Sie MERACH aus.
5. Wählen Sie "Laufband" aus und suchen Sie Ihr "MRK-T21-XXXX"

AUFWÄRMEN

Dehnen Sie sich, bevor Sie trainieren. Warme Muskeln lassen sich leichter dehnen. Beginnen Sie also mit einer 5-10-minütigen Aufwärmphase und führen Sie dann einige der unten aufgeführten Dehnungen aus: 5 Mal, 10 Sekunden oder länger pro Bein. Wiederholen Sie sie nach dem Training.

1. Abwärts strecken

Beugen Sie Ihre Knie leicht, lehnen Sie Ihren Körper langsam nach vorne, entspannen Sie Ihren Rücken und Ihre Schultern und versuchen Sie, Ihre Zehen mit den Händen zu berühren. Halten Sie die Position für 10-15 Sekunden und entspannen Sie sich dann. Wiederholen Sie die Übung 3 Mal (siehe Abbildung 1).



2. Kniesehne im Sitzen dehnen

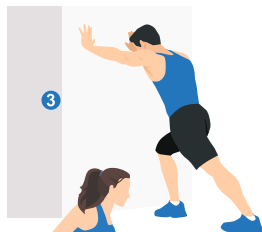
Setzen Sie sich mit einem Bein gerade hin. Positionieren Sie das andere Bein so, dass es eng an der Innenseite des geraden Beins anliegt. Versuchen Sie, Ihre Füße mit Ihrer Hand zu berühren. Halten Sie die Position für 10-15 Sekunden und entspannen Sie sich dann.

Wiederholen Sie dies 3 Mal mit jedem Bein (siehe Abbildung 2).



3. Achillessehne dehnen

Stellen Sie sich mit beiden Händen gegen eine Wand oder einen Baum und stellen Sie einen Fuß hinter den anderen. Halten Sie Ihr hinteres Bein gerade und die Ferse auf dem Boden und lehnen Sie sich gegen eine Wand oder einen Baum. Halten Sie die Position für 10-15 Sekunden und entspannen Sie sich dann. Wiederholen Sie dies 3 Mal mit jedem Bein (siehe Abbildung 3).



4. Quadrizeps dehnen

Greifen Sie mit der rechten Hand nach hinten, fassen Sie Ihren rechten Fuß und ziehen Sie ihn langsam zur Hüfte, bis Sie spüren, wie sich die Muskeln an der Vorderseite Ihres Oberschenkels anspannen. Halten Sie die Spannung für 10-15 Sekunden und entspannen Sie dann. Wiederholen Sie dies 3 Mal mit jedem Bein (siehe Abbildung 4).



5. Sartorius dehnen (innerer Oberschenkelmuskel)

Setzen Sie sich mit den Füßen zueinander und den Knien nach außen. Greifen Sie Ihre Füße mit beiden Händen und ziehen Sie sie in Richtung Leiste. Halten Sie die Position für 10-15 Sekunden und entspannen Sie sich dann. Wiederholen Sie die Übung 3 Mal (siehe Abbildung 5).



FEHLERBEHEBUNG

Fehlercode	Fehlerbehebung
E01--Die Kommunikation zwischen der unteren Steuerung und der elektronischen Uhr ist abnormal	1. Prüfen Sie, ob das Netzkabel intakt und ordnungsgemäß angeschlossen ist. Ziehen Sie den Stecker ab und stecken Sie ihn wieder ein. 2. Wenn der Fehler weiterhin besteht, ersetzen Sie das Netzkabel oder den Controller. Wenden Sie sich an den Kundendienst oder an professionelle Techniker, um Hilfe zu erhalten.
E02---Der Hauptmotor läuft nicht normal	1. Prüfen Sie, ob das Netzkabel intakt und ordnungsgemäß angeschlossen ist. Ziehen Sie den Stecker ab und stecken Sie ihn wieder ein. 2. Wenn der Fehler weiterhin besteht, ersetzen Sie das Netzkabel oder den Controller. Wenden Sie sich an den Kundendienst oder an professionelle Techniker, um Hilfe zu erhalten.
E05--Überlastungs-schutz	1. Reduzieren Sie die Belastung und versuchen Sie, die maximale Belastung nicht zu überschreiten. 2. Beseitigen Sie festsitzende Fremdkörper. 3. Fügen Sie Schmiermittel hinzu. 4. Wenn der Fehler weiterhin besteht, tauschen Sie das Steuergerät aus. Wenden Sie sich an den Kundendienst oder an professionelle Techniker, um Hilfe zu erhalten.
E10--Der Parameter des elektronischen Zählers wird falsch abgelesen	Schalten Sie den Netzschalter aus und nach 1 Minute wieder ein.
E23/E24 /E28--Die Hardware des Controllers ist fehlerhaft	Schalten Sie den Netzschalter aus und nach 10 Minuten wieder ein.
Zeigt eine Anomalie an	Schalten Sie den Netzschalter aus und nach 1 Minute wieder ein.

WARTUNG UND PFLEGE

Wartungsanleitung

WARNUNG: Trennen Sie immer den Netzstecker des motorisierten Laufbands, bevor Sie das Produkt reinigen oder warten.

REINIGUNG: Eine gründliche Reinigung verlängert die Lebensdauer Ihres motorisierten Laufbands. Entfernen Sie regelmäßig Staub, um die Teile sauber zu halten. Achten Sie darauf, die freiliegenden Teile beider Seiten des Laufbandes zu reinigen, da dies die Ansammlung von Verunreinigungen unter dem Band minimiert. Stellen Sie sicher, dass Ihre Turnschuhe sauber sind, um das Unterbringen von Fremdkörpern unter dem Laufband zu vermeiden, die die Laufplatte und das Laufband abnutzen könnten. Die Oberfläche des Laufbands sollte mit einem feuchten Tuch und Seifenwasser gereinigt werden. Achten Sie darauf, dass keine Wasser auf die elektrischen Komponenten und unter das Laufband spritzt.

Laufbandjustierung:

1. Zur besseren Wartung Ihres motorisierten Laufbands und zur Verlängerung der Lebensdauer der Maschine wird empfohlen, die Stromversorgung nach 1,5 Stunden kontinuierlicher Nutzung auszuschalten und die Maschine 10 Minuten ruhen zu lassen, bevor Sie sie erneut verwenden.
2. Ist das Laufband zu locker, kann es beim Laufen zu Schluphänomenen kommen; ist es zu straff, kann eine Überstraffung die Leistung des Motors verringern und den Verschleiß der Rolle und des Laufbands erhöhen. Wenn das Laufband für das Lockern oder Straffen geeignet ist, können Sie beide Seiten des Laufbands von der Laufplatte mit der Hand etwa 50 - 75mm anheben.

Laufbandzentrierung

1. Platzieren Sie das motorisierte Laufband auf einer ebenen Fläche. Führen Sie das motorisierte Laufband mit etwa 4-5km/h aus und beobachten Sie die Abweichung des Laufbands.

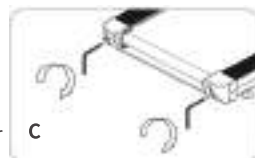
2. Wenn das Laufband nach rechts abweicht, ziehen Sie den Sicherheitsriegel und den Netzschalter ab, drehen Sie die rechte Einstellschraube um 1/4 Umdrehung im Uhrzeigersinn, stecken Sie den Netzschalter und den Sicherheitsriegel ein, führen Sie das Laufband aus und beobachten Sie die Abweichung des Laufbands. Wiederholen Sie die oben genannten Schritte, bis das Laufband zentriert ist. Abbildung A.



3. Wenn das Laufband nach links abweicht, ziehen Sie den Sicherheitsriegel und den Netzschalter ab, drehen Sie die linke Einstellschraube um 1/4 Umdrehung im Uhrzeigersinn, stecken Sie den Netzschalter und den Sicherheitsriegel ein, führen Sie das Laufband aus und beobachten Sie die Abweichung des Laufbands. Wiederholen Sie die oben genannten Schritte, bis das Laufband zentriert ist. Abbildung B.



4. Das Laufband wird nach den oben genannten Einstellungen oder nach einer gewissen Nutzungsdauer locker und muss justiert werden. Ziehen Sie den Sicherheitsriegel und den Netzschalter ab, drehen Sie die linke und rechte Einstellschraube um 1/4 Umdrehung im Uhrzeigersinn, stecken Sie den Netzschalter und den Sicherheitsriegel ein, führen Sie das Laufband aus und stellen Sie sich dann auf das Laufband, um die Spannung zu überprüfen. Wiederholen Sie die oben genannten Schritte, bis das Laufband die richtige Spannung aufweist. Abbildung C.



GARANTIEINFORMATIONEN

Produktname	MERACH Laufband
Modell	MR-T21
Standard-Garantiezeit	12 Monate
Wir empfehlen Ihnen dringend, zu Ihrer eigenen Information die Bestellnummer und das Kaufdatum zu notieren.	
Kaufdatum	
Seriennummer	

Bedingungen & Richtlinien

Die MERACH-Produkte zeichnen sich durch hochwertige Materialien, Verarbeitung und Service aus.

Die 1-jährige beschränkte Garantie von MERACH gilt ab dem Kaufdatum.

MERACH wird defekte Produkte je nach Anspruchsberechtigung ersetzen. Rückerstattungen sind für Erstkäufer unserer Produkte innerhalb der ersten 30 Tage nach dem Kauf möglich.

Diese Garantie erstreckt sich nur auf den persönlichen Gebrauch und gilt nicht für den kommerziellen, den Miet- oder einen anderen Gebrauch, für den das Produkt nicht vorgesehen ist.

Es gibt keine anderen Garantien als die, die ausdrücklich mit jedem Produkt gegeben werden.

Diese Garantie ist nicht übertragbar. MERACH haftet nicht für Schäden, Verluste oder Unannehmlichkeiten, die durch Geräteausfall, Fahrlässigkeit des Benutzers, Missbrauch durch den Benutzer oder unsachgemäße Bedienung, die nicht dem beiliegenden Benutzerhandbuch entspricht, entstehen.

Diese Garantie gilt nicht in den folgenden Fällen:

- Schäden aufgrund von Missbrauch, Unfall, Umbau oder Vandalismus.
- Unsachgemäße oder unzureichende Wartung.
- Beschädigung beim Rücktransport.
- Unbeaufsichtigte Benutzung durch Kinder unter 14 Jahren.

MERACH und seine Tochtergesellschaften sind nur für Schäden verantwortlich, die durch den bestimmungsgemäßen Gebrauch oder gemäß den Anweisungen im Benutzerhandbuch verursacht wurden.

In einigen Staaten ist der Ausschluss oder die Beschränkung von zufälligen oder Folgeschäden nicht zulässig, sodass der obige Haftungsausschluss möglicherweise nicht für Sie gilt.

Diese Garantie gibt Ihnen bestimmte gesetzliche Rechte, und Sie können auch andere Rechte haben, die von Staat zu Staat variieren können.

Alle ausdrücklichen und stillschweigenden Garantien, einschließlich der Garantie der Marktgängigkeit, sind auf den Zeitraum der beschränkten Garantie beschränkt.

Zusätzliche 12-Monats-Garantie:

Sie können eine zusätzliche 12-monatige Garantie in Anspruch nehmen. Aktivieren Sie einfach Ihre Garantie, indem Sie die Modellbezeichnung des Produkts an **register@merach.com** senden oder sich auf **merachfit.com/pages/warranty-europe** und innerhalb der ersten 14 Tage nach dem Kauf Ihre Bestellnummer (z.B. Amazon) eingeben, um Ihr neues Produkt für die erweiterte Garantie zu registrieren.

Wenn Sie die Bestellnummer für Ihr Produkt nicht angeben können, geben Sie bitte eine kurze Notiz in das Feld für die Bestellnummer ein, zusammen mit dem Datum, an dem Sie Ihr Produkt erhalten haben.

Defekte Produkte und Rückgabe:

Wenn Ihr Produkt innerhalb der angegebenen Garantiezeit defekt sein sollte, wenden Sie sich bitte unter Angabe Ihrer Rechnungs- und Bestellnummer an den Kundendienst unter **support.eu@merach.com**

Entsorgen Sie Ihr Produkt NICHT, bevor Sie sich mit uns in Verbindung gesetzt haben. Sobald unser Kundendienst Ihre Anfrage genehmigt hat, senden Sie das Produkt bitte mit einer Kopie Ihrer Rechnung und Bestellnummer zurück.

Kundendienst

Ihre Zufriedenheit ist uns wichtig! Sollten Sie Probleme oder Fragen zu Ihrem neuen Produkt haben, können Sie sich gerne über **support.eu@merach.com** an unser Kundendienstteam wenden.

🕒 44-1315070255 Mon-Fri 10am-7pm PST UK/DE/FR/ES/IT/NL

TikTok Shop Exklusiver Kundendienst: **service@merach.com**

*** Bitte halten Sie Ihre Bestell-ID und die Seriennummer (normalerweise auf dem hinteren Fußrohr) bereit, bevor Sie sich an den Kundendienst wenden.**

INSTRUCTIONS DE SÉCURITÉ

Pour assurer votre sécurité et éviter les accidents, veuillez lire attentivement le manuel avant utilisation et prêter attention aux consignes de sécurité suivantes.

- Le tapis de course doit être placé sur un sol plat, le tapis de course convient à une utilisation en intérieur, en évitant l'humidité et en ne faisant pas éclabousser d'eau sur le tapis de course. Ne placez aucun objet étranger sur le tapis de course, les deux côtés du tapis de course et l'extrémité avant doivent avoir 1 mètre et l'extrémité arrière doit disposer de 6,6*3,3 pieds d'espace de sécurité, afin de faciliter le saut d'urgence.
- Lorsque le tapis de course n'est pas utilisé, placez le verrou de sécurité hors de portée des enfants ; s'il n'est pas utilisé pendant une longue période, veuillez débrancher le cordon d'alimentation.
- Le paquet d'accessoires doit être placé dans un endroit inaccessible aux enfants, pour éviter les accidents inutiles.
- Ce produit n'est pas adapté aux personnes handicapées ni aux enfants, en cas d'inconfort physique ou de déficiences mentales, et en l'absence de bon sens, son utilisation est interdite, sauf sous la supervision ou la direction d'une personne responsable de leur sécurité. En cas de non-respect, il peut y avoir un risque de blessure.
- N'utilisez pas le tapis de course dans un espace poussiéreux, et maintenez une certaine humidité dans la pièce pour éviter une forte électricité statique, afin de ne pas perturber le fonctionnement normal du compteur électronique et du régulateur.
- Veuillez utiliser les accessoires d'origine, le remplacement privé est strictement interdit.
- Évitez tout contact avec les parties mobiles avec les deux mains, interdisez de mettre les mains et les pieds dans l'espace sous la bande de roulement.
- Ne placez pas le cordon d'alimentation à proximité d'objets chauds ou en mouvement ; n'utilisez pas le produit à l'extérieur, par temps de forte humidité et en plein soleil.
- Débranchez le tapis de course avant de le déplacer. Le personnel non professionnel ne doit pas démonter la machine sans autorisation, sinon, des conséquences graves peuvent survenir.
- Ce produit ne doit pas être utilisé pendant une longue période, une utilisation prolongée peut entraîner une surchauffe électrique du tapis de course et provoquer une défaillance électrique.
- Utilisez des prises qualifiées pour éviter les dangers. Si la fiche et la prise ne sont pas compatibles, ne déplacez pas la fiche, demandez à un professionnel de s'en occuper.

- Le produit est adapté à un usage domestique, ne convient pas à la formation et aux tests professionnels, et ne peut pas être utilisé à des fins médicales.
- Ne pas utiliser en cas de coquille fissurée, d'état cassé (structure interne exposée) ou d'état de fissure des parties de soudure.
- Ne sautez pas sur ou hors de la machine pendant l'exercice, ce qui pourrait entraîner des blessures en cas de chute.
- Ne pas utiliser après avoir mangé ou bu, en cas de fatigue ou de mauvaise condition physique, ce qui pourrait entraîner des dommages pour la santé.
- La charge maximale du produit est de 120kg/265lbs.

Instructions de mise à la terre du cordon d'alimentation

- Ce produit doit être mis à la terre. En cas de dysfonctionnement ou de panne, la mise à la terre fournit un chemin de moindre résistance au courant électrique afin de réduire le risque de choc électrique.
- Ce produit est équipé d'un cordon doté d'un conducteur de mise à la terre et d'une fiche de mise à la terre.
- La fiche doit être branchée dans une prise appropriée qui est correctement installée et mise à la terre conformément à tous les codes et ordonnances locaux.
- DANGER – Une mauvaise connexion du conducteur de mise à la terre de l'équipement peut entraîner un risque de choc électrique. Vérifiez auprès d'un électricien ou d'un réparateur qualifié si vous avez des doutes quant à savoir si le produit est correctement mis à la terre.
- Ne modifiez pas la fiche fournie avec le produit – si elle ne s'adapte pas à la prise, faites installer une prise appropriée par un électricien qualifié.
- Ce produit est destiné à être utilisé sur un circuit nominal de 220 à 240 volts. Assurez-vous que le produit est connecté à une prise ayant la même configuration que la fiche. Aucun adaptateur ne doit être utilisé avec ce produit.





Ce symbole signifie « Conformité Européenne ». En apposant le marquage CE, le fabricant confirme que ce produit est conforme aux directives et réglementations européennes en vigueur.



Ce symbole signifie « Conformité britannique vérifiée », ce qui signifie « Conformité aux normes britanniques », En apposant le marquage UKCA, le fabricant confirme que ce produit est conforme aux normes britanniques en vigueur.

Déclaration UE de Conformité Simplifiée

- Le soussigné, Zhejiang Yulu Electronic Technology Co.,Ltd., déclare que l'équipement fitness du type MERACH MR-T21 est conforme à la directive 2014/53/UE.
- Le texte complet de la déclaration UE de conformité est disponible à l'Adresse internet suivante : <https://merachfit.com/pages/declarations-of-conformity>

CONSIGNES POUR LA MISE AU REBUT

Information des consommateurs sur la règle de tri (pour la France)



All paper can be sorted and recycled, including user manual, QSG.

Les appareils usagés ne doivent pas être jetés dans les ordures ménagères !



Mettez au rebut les appareils usagés en respectant la réglementation concernant le recyclage ! Vous contribuez ainsi à protéger l'environnement. Renseignez-vous auprès des autorités locales sur les points de collecte et leurs horaires d'ouverture.

Les piles ne doivent pas être jetées dans les ordures ménagères.



En tant qu'utilisateur final, vous êtes obligés par la loi à déposer les piles usagées pour leur recyclage. Vous pouvez déposer les piles usagées dans les lieux de collecte publics dans votre commune ou partout où les piles de ce type sont vendues.

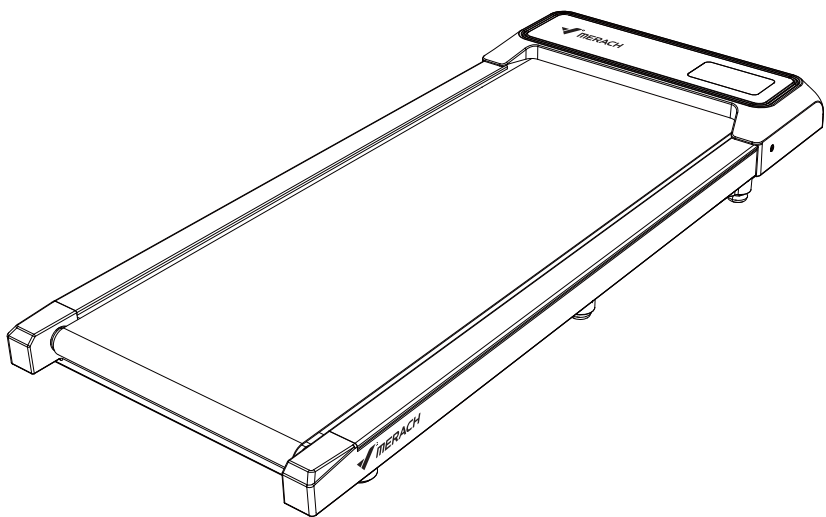
Manufactured by:

Zhejiang Yulu Electronic Technology Co.,Ltd.
Room 805, 8th Floor, Xianfeng Technology Building, 298 Weiye Road, Binjiang District, Hangzhou, Zhejiang Province, China
yulu_mrk@merach.com

Imported by:

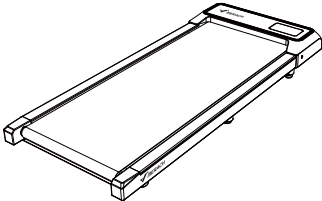
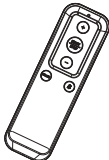
HANGZHOU JINGGE E-COMMERCE LTD
Room 1205, Xianfeng Technology Building,
298 Weiye Road, Puyan Subdistrict, Binjiang District, Hangzhou, Zhejiang Province, China
jingge_mrk@163.com

DÉTAILS TECHNIQUES



Nom du produit :	Tapis de course MERACH
Modèle :	MR-T21
Tension :	220-240V~50/60Hz
Puissance maximale :	2.5HP
Surface de course :	380*900mm
Plage de vitesse :	2-6km/h
Poids max. de la charge :	120kg
Dimensions du produit :	1094*470*117.5mm
Poids net :	13kg

LISTE D'EMBALLAGE

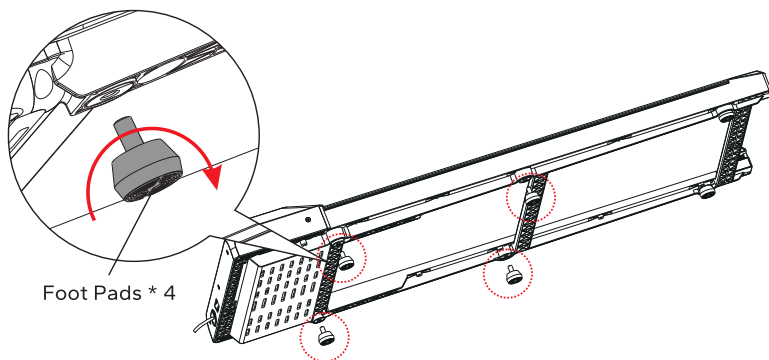
	
Machine principale * 1	Coussinets de pied * 4
	
Télécommande * 1	Clé hexagonale intérieure * 1
	
Manuel de l'utilisateur * 1	



INSTRUCTIONS D'UTILISATION

I. Instructions d'utilisation :

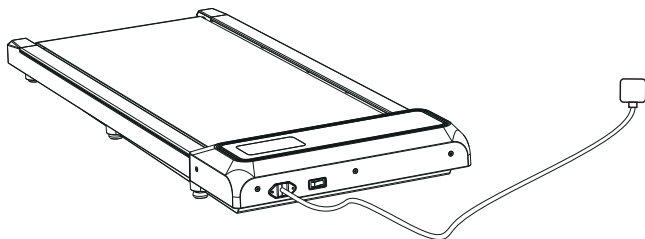
1. Ainsi qu'indiqué sur le schéma, placer le tapis de course à plat sur le sol. Sortir les quatre coussinets de pied du sac d'accessoires, visser les coussinets de pied dans le trou de vis au bas du tapis de course dans le sens des aiguilles d'une montre et ajuster les coussinets de pied dans une position appropriée après l'installation.



Remarque : Comme le montre le schéma, les quatre pieds parfaitement en contact avec le sol.



2. Comme indiqué sur le schéma, branchez le cordon d'alimentation dans la prise avant du tapis roulant, mettez sous tension et allumez l'interrupteur d'alimentation situé à l'avant du tapis roulant. Le tapis roulant passe en mode veille.



3. Contrôlez le tapis roulant à l'aide de la télécommande.

Précautions lors de l'Exercice :

1. Portez toujours des chaussures de sport.
2. Ne pas utiliser sur des surfaces inégales.
3. Utilisez avec prudence pour les personnes âgées et les femmes enceintes.
4. Une seule personne doit utiliser le tapis roulant à la fois.
5. Ne pas amener d'animaux domestiques sur le tapis roulant.
6. Évitez les mouvements latéraux.
7. Les enfants doivent être surveillés lorsqu'ils utilisent l'appareil.
8. Ne pas reculer.
9. Gardez votre regard à niveau pour éviter les vertiges.
10. Ne pas marcher sur le couvercle du tapis roulant.
11. Gardez les pieds, les mains et les doigts loin des pièces en mouvement.

II. Instructions concernant l'affichage :

1. "SPEED" : Affiche la vitesse d'exercice. Plage d'affichage de la vitesse : 2,0-6,0 km/h.
2. "TIME" : Affiche la durée de l'exercice. Plage d'affichage du temps : 0:00- 99:59.
3. "DIST." : Affiche la distance d'exercice. Plage d'affichage de la distance : 0.00-99,99 km.
4. "KCAL." : Indique les calories dépensées lors de l'activité. Plage d'affichage des calories : 0-9999 kcal.

L'affichage alterne toutes les 5 secondes.

**III. Fonctionnalité de la télécommande :****Guide d'appairage de la télécommande :****1. Appairage :**

Appuyer longuement sur le bouton «  », mettre le tapis de course sous tension jusqu'à ce que le signal sonore « dididi » retentisse et que la fenêtre d'affichage du tapis de course affiche « 0:00 », ce qui indique que l'appairage est réussi.

2. Désappairage:

Appuyer longuement sur le bouton «  », mettre le tapis roulant sous tension, jusqu'à ce que le signal sonore « dididi » retentisse et que la fenêtre d'affichage du tapis de course affiche « 0 », ce qui indique que l'appairage est annulé.

NOTE :

*Lorsqu'il est appairé, le tapis de course ne peut être contrôlé que par cette télécommande.

*S'il n'est pas appairé, le tapis de course peut être contrôlé par d'autres télécommandes.

*Une fois le premier appairage réussi, il n'est pas nécessaire de procéder à un nouvel appairage lors de la remise en route du tapis de course.

Description des boutons :

1. Bouton « » :

– En mode veille, le tapis de course se met en marche rapidement en appuyant sur la touche «  » de la télécommande, l'écran du tapis roulant s'affiche (3333/2222/1111), lorsque le compte à rebours de 3 secondes est terminé, le tapis roulant commence à fonctionner à une vitesse de 2,0 km/h.

– Lorsque le tapis de course est en marche, appuyez brièvement sur la touche «  » de la télécommande pour l'arrêter.

2. Bouton « » :

Pendant que le tapis de course est en marche, appuyez brièvement sur le bouton «  » de la télécommande pour obtenir une accélération lente. Appuyez longuement sur ce bouton pour une accélération rapide, la vitesse augmentant continuellement. La vitesse augmente de 0,5 km/h par pression.

3. Bouton « » :

Lorsque le tapis de course est en marche, appuyez brièvement sur la touche «  » de la télécommande pour obtenir une décélération lente. Appuyez longuement sur ce bouton pour obtenir une décélération rapide, la vitesse diminuant continuellement. La vitesse diminue de 0,5 km/h par pression.

4. Bouton « » :

Lorsque le tapis de course est en marche, appuyez brièvement sur la touche «  » de la télécommande pour mettre le tapis de course en pause.

5. Bouton « » :

Fonction buzzer (avertisseur sonore)

Appuyez brièvement sur le bouton «  » pour désactiver la fonction buzzer, le tapis de course affiche « OFF », appuyez à nouveau brièvement sur le bouton «  » pour activer la fonction buzzer, le tapis de course affiche « ON ».

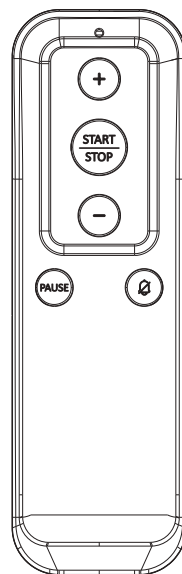
Remarque : Lorsque l'avertisseur est désactivé, aucun son n'est émis lors de l'utilisation des touches.

IV. Déplacement et transport :

Si vous devez transporter et déplacer l'appareil, débranchez d'abord le câble d'alimentation, soulevez la tête et la queue de l'appareil et déplacez-le (il est recommandé de le faire à deux).

VI. Stockage :

1. Placez le tapis de course sur une surface plane.
2. Ne stockez pas la machine debout, renversée ou sur le côté pour éviter les dommages.



INSTRUCTIONS DE CONFIGURATION DE L'APPLICATION

Téléchargement et utilisation de MERACH

Nos clients peuvent bénéficier d'une adhésion MERACH de 180 jours. Veuillez nous contacter via support.eu@merach.com après avoir reçu le produit pour obtenir un code de récupération exclusif. Veuillez inclure votre ID de commande et le nom d'utilisateur de l'application MERACH.

1. Pour télécharger l'application MERACH, scannez le code QR ou recherchez "MERACH" dans l'Apple App Store® ou Google Play Store.



MERACH APP Download



APP Connection Guide



2. Ouvrez l'application MERACH. Connectez-vous ou inscrivez-vous.
3. Suivez les instructions de l'application pour configurer votre appareil.
4. Mettez à jour l'application vers la dernière version. Dans un avenir proche, nous allons améliorer les fonctionnalités de l'application en ajoutant un mode d'exercice gratuit, des cours et divers modes d'entraînement à l'application. Si vous recevez une notification de mise à jour lors de la connexion, veuillez mettre à jour l'application vers la dernière version.

Téléchargement et utilisation de KINOMAP



1. Pour télécharger l'application Kinomap, scannez le code QR ou recherchez "Kinomap" dans l'App Store® d'Apple ou le Google Play Store.
2. Ouvrez l'application Kinomap. Connectez-vous ou inscrivez-vous.
3. Sélectionnez l'équipement de fitness correspondant.
4. Allumez le Bluetooth et sélectionnez MERACH.
5. Sélectionnez "Treadmill" et trouvez votre "MRK-T21-XXXX".

ÉCHAUFFEMENT

Faites des étirements avant de vous entraîner. Les muscles chauds sont plus faciles à étirer, alors commencez par un échauffement de 5 à 10 minutes, puis faites les étirements indiqués ci-dessous - 5 fois, 10 secondes ou plus par jambe. Recommencez après l'entraînement.

1. Étirement vers le bas

Pliez légèrement les genoux, penchez lentement votre corps vers l'avant, détendez votre dos et vos épaules, et essayez de toucher vos orteils avec vos mains. Maintenez cette position pendant 10 à 15 secondes, puis relâchez. Répétez 3 fois (voir figure 1).



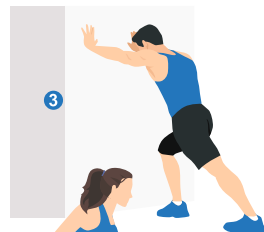
2. Étirement des ischio-jambiers en position assise

Asseyez-vous avec une jambe tendue. Amenez l'autre jambe de manière à ce qu'elle soit bien calée sur l'intérieur de la jambe tendue. Essayez de toucher vos pieds avec votre main. Maintenez la position pendant 10 à 15 secondes, puis relâchez. Répétez 3 fois pour chaque jambe (voir figure 2).



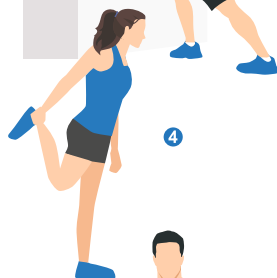
3. Étirement du mollet et du tendon d'Achille

Tenez-vous debout, les deux mains contre le mur ou un arbre, et mettez un pied derrière l'autre. Gardez la jambe arrière droite et le talon sur le sol, et penchez-vous vers le mur ou l'arbre. Maintenez cette position pendant 10 à 15 secondes, puis relâchez. Répétez 3 fois pour chaque jambe (voir figure 3).



4. Étirement des quadriceps

Tendez la main droite vers l'arrière, attrapez votre pied droit et tirez-le lentement vers vos hanches jusqu'à ce que vous sentiez les muscles de l'avant de votre cuisse se tendre. Maintenez cette position pendant 10 à 15 secondes, puis relâchez. Répétez 3 fois pour chaque jambe (voir figure 4).



5. Étirement du muscle sartorius (muscle intérieur de la cuisse)

Asseyez-vous, les pieds face à face et les genoux vers l'extérieur. Saisissez vos pieds à deux mains et tirez-les vers votre aine. Maintenez cette position pendant 10 à 15 secondes, puis relâchez. Répétez 3 fois (voir figure 5).



DÉPANNAGE

Code d'erreur	Dépannage
E01--La communication entre le contrôle inférieur et la montre électronique est anormale	1. Vérifier si le câble d'alimentation est intact et s'il est bien branché. Débranchez-le et rebranchez-le. 2. Si l'erreur persiste, remplacez le câble d'alimentation ou le contrôleur. Contactez le service après-vente ou des techniciens professionnels pour obtenir de l'aide.
E02---Le moteur principal a des anomalies	1. Vérifier si le câble d'alimentation est intact et s'il est bien branché. Débranchez-le et rebranchez-le. 2. Si l'erreur persiste, remplacez le câble d'alimentation ou le contrôleur. Contactez le service après-vente ou des techniciens professionnels pour obtenir de l'aide.
E05--Protection contre la surcharge	1. Réduisez la charge et essayez de ne pas dépasser la charge maximale. 2. Éliminer les corps étrangers coincés. 3. Ajouter du lubrifiant. 4. Si l'erreur persiste, remplacez le contrôleur. Contactez le service après-vente ou des techniciens professionnels pour obtenir de l'aide.
E10--Le compteur électronique affiche des informations incorrectes	Éteindre l'interrupteur et le rallumer au bout d'une minute.
E23/E24 /E28--Le matériel du contrôleur a des anomalies	Éteindre l'interrupteur et le rallumer après 10 minutes.
Affiche une anomalie	Éteindre l'interrupteur et le rallumer au bout d'une minute.

ENTRETIEN

Guide d'Entretien

AVERTISSEMENT: Toujours débrancher le tapis roulant motorisé avant de le nettoyer ou de l'entretenir.

NETTOYAGE: Un nettoyage complet prolongera la durée de vie de votre tapis roulant motorisé. Enlevez régulièrement la poussière pour garder les pièces propres. Assurez-vous de balayer régulièrement les parties exposées des deux côtés de la courroie du tapis roulant, car cela réduira l'accumulation d'impuretés sous la courroie. Assurez-vous que vos baskets sont propres pour éviter de transporter des objets étrangers sous la courroie de course qui pourraient user la planche et la courroie de course. La surface de la courroie de course doit être nettoyée avec un chiffon humide savonneux, veuillez faire attention de ne pas éclabousser d'eau sur les composants électriques et sous la courroie de course.

Réglage de la courroie de course

1. Pour mieux entretenir votre tapis roulant motorisé et prolonger sa durée de vie, il est recommandé d'éteindre l'alimentation après 1,5 heures d'utilisation continue et de laisser le tapis reposer pendant 10 minutes avant de l'utiliser à nouveau.

2. Si la courroie de course est trop lâche, il y aura un phénomène de glissement lors de la course ; si elle est trop serrée, un serrage excessif peut réduire les performances du moteur et augmenter l'usure du rouleau et de la courroie de course. Lorsque la courroie de course est prête à être desserrée ou resserrée, vous pouvez soulever les deux côtés de la courroie de course loin de la planche de course à la main d'environ 50 à 75 mm..

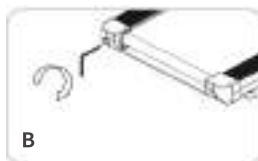
Recentrage de la courroie du tapis roulant

1. Placez le tapis roulant motorisé sur une surface plane. Faites fonctionner le tapis roulant motorisé à environ 4-5km/h et observez le décalage de la courroie de course.

2. Si la courroie de course est décalée vers la droite, débranchez le verrou de sécurité et l'interrupteur d'alimentation, tournez le boulon de réglage droit d'un quart de tour dans le sens des aiguilles d'une montre, insérez l'interrupteur d'alimentation et le verrou de sécurité, faites fonctionner le tapis roulant et observez le décalage de la courroie de course. Répétez les étapes ci-dessus jusqu'à ce que la courroie de course soit centrée. Figure A.



3. Si la courroie de course est décalée vers la gauche, débranchez le verrou de sécurité et l'interrupteur d'alimentation, tournez le boulon de réglage gauche d'un quart de tour dans le sens des aiguilles d'une montre, insérez l'interrupteur d'alimentation et le verrou de sécurité, faites fonctionner le tapis roulant et observez le décalage de la courroie de course. Répétez les étapes ci-dessus jusqu'à ce que la courroie de course soit centrée. Figure B.



4. La courroie du tapis roulant se desserrera après les ajustements ci-dessus ou après une période d'utilisation, et doit être ajustée. Débranchez le verrou de sécurité et l'interrupteur d'alimentation, tournez les boulons de réglage gauche et droit d'un quart de tour dans le sens des aiguilles d'une montre, branchez l'interrupteur d'alimentation et le verrou de sécurité, faites fonctionner le tapis roulant, puis montez sur la courroie de course pour vérifier la tension. Répétez les étapes ci-dessus jusqu'à ce que la courroie de course soit à la bonne tension. Figure C.



INFORMATIONS SUR LA GARANTIE

Nom du produit	Tapis de course MERACH
Modèle	MR-T21
Période de garantie par défaut	12 mois
Pour votre propre référence, nous vous recommandons fortement d'enregistrer votre numéro de commande et la date d'achat.	
Date d'achat	
Numéro de série	

Conditions et politique

Les produits MERACH sont des produits de qualité supérieure en termes de matériaux, de fabrication et de service.

La garantie limitée d'un an de MERACH prend effet à la date d'achat.

MERACH remplacera les produits défectueux en fonction de leur éligibilité. Les remboursements sont disponibles pour les acheteurs de produits originaux dans les 30 premiers jours de l'achat.

Cette garantie s'applique uniquement à l'usage personnel et ne s'applique pas à l'usage commercial, à la location ou à tout autre usage pour lequel le produit n'est pas prévu.

Il n'y a pas d'autres garanties que celles qui sont expressément énoncées avec chaque produit.

Cette garantie n'est pas transférable. MERACH n'est pas responsable des dommages, pertes ou inconvénients causés par une défaillance de l'équipement, une négligence de l'utilisateur, un abus de l'utilisateur ou une utilisation incorrecte qui ne suit pas le manuel d'utilisation inclus.

Cette garantie ne s'applique pas aux situations suivantes :

- Dommages dus à un abus, un accident, une altération ou un acte de vandalisme.
- Entretien inapproprié ou inadéquat.
- Dommages lors du transport de retour.
- Utilisation non supervisée par des enfants de moins de 14 ans.

MERACH et ses filiales sont uniquement responsables des dommages causés par l'utilisation prévue ou selon les instructions du manuel d'utilisation.

Certains États n'autorisent pas l'exclusion ou la limitation des pertes accidentelles ou consécutives, de sorte que la clause de non-responsabilité ci-dessus peut ne pas s'appliquer à vous.

Cette garantie vous donne des droits légaux spécifiques et vous pouvez également avoir d'autres droits, qui peuvent varier d'un état à l'autre.

Toutes les garanties explicites et implicites, y compris la garantie de qualité marchande, sont limitées à la période de la garantie limitée.

Garantie supplémentaire de 12 mois:

Vous pouvez bénéficier d'une garantie supplémentaire de 12 mois. Il vous suffit d'activer votre garantie en envoyant le nom du modèle du produit via **register@merach.com**, ou de vous connecter à **merachfit.com/pages/warranty-europe** et d'entrer votre numéro de commande (par exemple Amazon) dans les 14 premiers jours de l'achat pour enregistrer votre nouveau produit pour la garantie prolongée. Si vous n'êtes pas en mesure de fournir le numéro de commande de votre produit, veuillez saisir une brève note dans le champ du numéro de commande ainsi que la date de réception de votre produit.

Produits défectueux et retours :

Si votre produit s'avère défectueux pendant la période de garantie spécifiée, veuillez contacter le service d'assistance à la clientèle via **support.eu@merach.com** en indiquant votre facture et votre numéro de commande. NE vous Débarrassez PAS de votre produit avant de nous avoir contactés. Une fois que notre équipe d'assistance à la clientèle a approuvé votre demande, veuillez renvoyer le produit avec une copie de votre facture et de votre numéro de commande.

Assistance à la clientèle

Votre satisfaction est notre objectif ! Si vous rencontrez des problèmes ou si vous avez des questions sur votre nouveau produit, n'hésitez pas de contacter notre équipe d'assistance à la clientèle à l'adresse **support.eu@merach.com**

📞 44-1315070255 Mon-Fri 10am-7pm PST UK/DE/FR/ES/IT/NL

Boutique TikTok Service Après-Vente Exclusif : **service@merach.com**

*** Avant de contacter le service clientèle, veuillez vous munir de votre numéro de commande et de votre numéro de série (généralement inscrit sur le tube de pied arrière).**

INSTRUCCIONES DE SEGURIDAD

Para garantizar su seguridad y evitar accidentes, lea detenidamente el manual antes de usarlo y preste atención a los siguientes aspectos de seguridad.

- La cinta de correr debe colocarse en un suelo plano, es adecuado para su uso en interiores, evite la humedad y no salpique agua sobre la cinta de correr. No coloque objetos extraños en la cinta de correr; los lados y el extremo frontal de la cinta de correr deben tener 1 metro de espacio seguro, y el extremo trasero debe tener un espacio de uso seguro de 6.6*3.3 pies, para facilitar el salto de emergencia.
- Cuando no esté utilizando la cinta de correr, coloque el bloqueo de seguridad fuera del alcance de los niños; si no se utiliza durante mucho tiempo, desconecte el cable de alimentación.
- Guarde el paquete de accesorios en un lugar donde los niños no puedan alcanzarlo, para evitar accidentes innecesarios.
- Este producto no es adecuado para personas con discapacidades o niños; como molestias físicas o deficiencias mentales, y falta de sentido común están prohibidos, excepto bajo la supervisión o guía de una persona responsable de su seguridad. Si no cumple, puede haber riesgo de lesiones.
- No use la cinta de correr en un espacio polvoriento y mantenga cierta humedad en la habitación para evitar la estática fuerte, para no interferir con el trabajo normal del medidor electrónico y el controlador.
- Utilice los accesorios originales, está estrictamente prohibido el reemplazo privado.
- Evite todas las partes móviles con ambas manos, prohíba poner manos y pies en la brecha debajo de la cinta de correr.
- No coloque el cable de alimentación cerca de objetos calientes o en movimiento; no use el producto al aire libre, bajo alta humedad y luz solar.
- Desconecte la cinta de correr antes de moverla. No desmonte la máquina sin permiso si no es personal profesional, de lo contrario, pueden ocurrir consecuencias graves.
- Este producto no debe usarse durante mucho tiempo, el uso prolongado es fácil de causar sobrecalentamiento eléctrico de la cinta de correr y provocar fallas eléctricas.
- Use enchufes calificados para evitar peligros. Si el enchufe y el tomacorriente no son compatibles, por favor no mueva el enchufe, pida a un profesional que lo maneje.
- El producto es adecuado para uso doméstico, no es adecuado para entrenamiento y pruebas profesionales, y no puede usarse con fines médicos.

- No lo use si la carcasa está agrietada, rota (estructura interna expuesta) o si las partes soldadas están agrietadas.
- No salte arriba o abajo de la máquina durante el ejercicio, lo que puede provocar lesiones por una caída.
- No lo use después de comer y beber, estando fatigado o en mal estado físico, lo que puede provocar daños en la salud.
- La carga máxima del producto es de 120 kg/265 libras.

Instrucciones de conexión a tierra del cable de alimentación

- Este producto debe estar conectado a tierra. Si funciona mal o se avería, la conexión a tierra proporciona un camino de menor resistencia para la corriente eléctrica para reducir el riesgo de descarga eléctrica.
- Este producto está equipado con un cable que tiene un conductor de conexión a tierra del equipo y un enchufe de conexión a tierra.
- El enchufe debe enchufarse a un tomacorriente apropiado que esté correctamente instalado y conectado a tierra de acuerdo con todos los códigos y ordenanzas locales.
- PELIGRO – La conexión inadecuada del conductor de puesta a tierra del equipo puede provocar un riesgo de descarga eléctrica. Consulte con un electricista o técnico calificado si tiene dudas sobre si el producto está conectado a tierra correctamente.
- No modifique el enchufe proporcionado con el producto; si no encaja en el tomacorriente, haga que un electricista calificado instale un tomacorriente adecuado.
- Este producto es para uso en un circuito nominal de 220-240 voltios. Asegúrese de que el producto esté conectado a una toma de corriente que tenga la misma configuración que el enchufe. No se debe utilizar ningún adaptador con este producto.



Antes de comenzar cualquier entrenamiento, consulte a su médico, especialmente para aquellos que tienen más de 35 años o con condiciones de salud preexistentes. Lea todas las instrucciones antes de usar la máquina.



Este símbolo corresponde a "Conformité Européene" que significa "Conformidad con las directivas europeas". Con el marcaje CE, el fabricante confirma que este producto cumple con las normas y directivas europeas aplicables.



Este símbolo corresponde al marcaje "UK Conformity Assessed", que significa "De conformidad con los estándares británicos". Con el marcaje UKCA, el fabricante confirma que este producto cumple con los estándares británicos aplicables.

DECLARACIÓN UE DE CONFORMIDAD SIMPLIFICADA

- Por la presente, Zhejiang Yulu Electronic Technology Co.,Ltd. declara que el tipo de equipo fitness MERACH MR-T21 es con forme con la Directiva 2014/53/UE.
- El texto complete de la declaración UE de conformidad está disponible en la dirección Internet siguiente:

<https://merachfit.com/pages/declarations-of-conformity>

INDICACIONES DE ELIMINACIÓN



Los materiales de embalaje son materias primas y se pueden volver a usar.

Separe los embalajes según su tipo y elimínelos de forma adecuada por interés medioambiental. Póngase en contacto con su administración competente si desea más información.



¡No tire a la basura doméstica los aparatos antiguos!

¡Elimine los aparatos antiguos de forma profesional! Contribuya con ello a proteger el medio ambiente. Infórmese de los puntos de recogida y horarios en su administración local.



¡No tire las pilas a los residuos domésticos!

Como consumidor, está obligado por ley a devolver las pilas usadas. Podrá entregar sus pilas gastadas en los centros de recolección de su comunidad o en aquellos puntos, donde se vendan las pilas en cuestión.

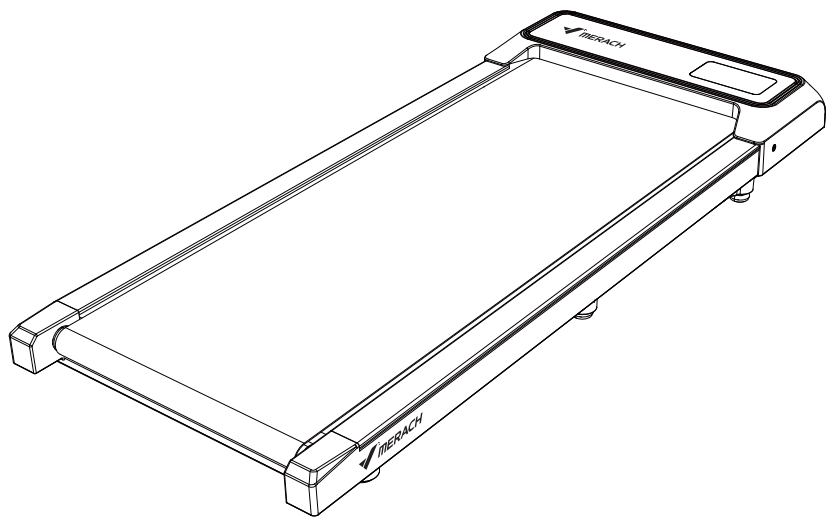
Manufactured by:

Zhejiang Yulu Electronic Technology Co.,Ltd.
Room 805, 8th Floor, Xianfeng Technology Building, 298 Weiye Road, Binjiang District, Hangzhou, Zhejiang Province, China
yulu_mrk@merach.com

Imported by:

HANGZHOU JINGGE E-COMMERCE LTD
Room 1205, Xianfeng Technology Building,
298 Weiye Road, Puyan Subdistrict, Binjiang District, Hangzhou, Zhejiang Province, China
jingge_mrk@163.com

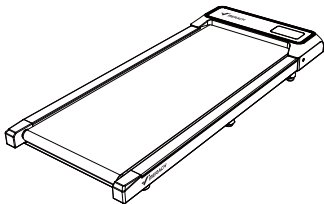
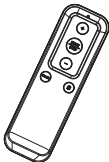
DETALLES TÉCNICOS



Nombre del producto:	Cinta de correr MERACH
Modelo:	MR-T21
Voltaje:	220-240V~50/60Hz
Potencia máxima:	2.5HP
Espacio para correr:	380*900mm
Rango de velocidad:	2-6km/h
Max. Peso de carga:	120kg
Tamaño del producto:	1094*470*117.5mm
Peso neto:	13kg



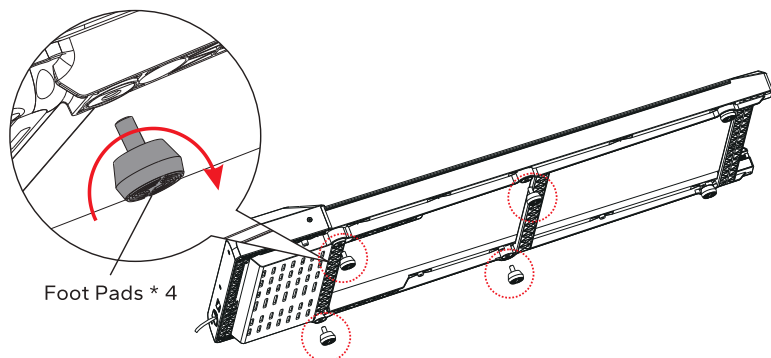
LISTA DE EMBALAJE

	
Máquina principal * 1	Protectores para los pies * 4
	
Mando a distancia * 1	Llave Allen * 1
	
Instrucciones de uso * 1	

INSTRUCCIONES DE OPERACIÓN

I. Instrucciones de uso:

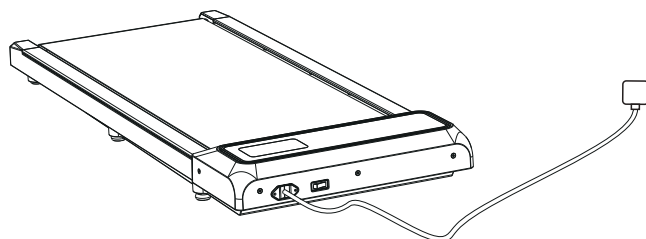
1. Como se muestra en la ilustración, la cinta de correr se coloca plana sobre el suelo. Saque los cuatro protectores de pies de la bolsa de accesorios, atornillelos en el sentido de las agujas del reloj en el orificio roscado de la parte inferior de la cinta de correr y coloque los protectores de pies en una posición adecuada tras su instalación.



Nota: Como se muestra en la ilustración, los cuatro protectores de pies deben estar en estrecho contacto con el suelo.



2. Como se muestra en el diagrama, enchufe el cable de alimentación en el enchufe frontal de la máquina para correr, encienda la alimentación y encienda el interruptor de encendido en la parte delantera de la máquina para correr. La caminadora entra en modo de espera.



3. Controle la máquina para correr usando el control remoto.

Precauciones para el Ejercicio:

1. Siempre use zapatos deportivos.
2. No use en superficies irregulares.
3. Úselo con precaución para personas mayores y mujeres embarazadas.
4. Solo una persona debe usar la cinta rodante a la vez.
5. No lleve mascotas en la cinta.
6. Evite movimientos laterales.
7. Los niños deben ser supervisados cuando usen la máquina.
8. No retroceda.
9. Mantenga la mirada nivelada para evitar mareos.
10. No pise la cubierta de la cinta.
11. Mantenga pies, manos y dedos alejados de las partes móviles.

II. Instrucciones de la pantalla:

- 1."SPEED": Muestra la velocidad de entrenamiento. Rango de visualización de la velocidad: 2.0-6.0 km/h
- 2."TIME": Muestra el tiempo de entrenamiento. Zona de visualización del tiempo: 0:00-99:59.
- 3."DIST.": Muestra la distancia de entrenamiento. Rango de visualización de la distancia: 0.00-99.99 km.
- 4."KCAL.": Muestra las calorías quemadas. Rango de visualización de calorías: 0-9999 kcal.

La pantalla cambia cada 5 segundos.

**III. Función de mando a distancia:****Instrucciones para emparejar mandos a distancia:****1. Emparejar:**

Mantenga pulsado el botón «» y conecte el interruptor de alimentación de la cinta hasta que oiga un sonido «dididi» y aparezca «0:00» en la ventana de visualización de la cinta, lo que significa que el emparejamiento se ha realizado correctamente.

2. Desacoplar:

Mantenga pulsado el botón «» y encienda la cinta hasta que oiga un sonido «dididi» y aparezca un «0» en la ventana de visualización de la cinta, lo que significa que se ha cancelado el emparejamiento.

NOTA:

- * Cuando está emparejada, la cinta de correr sólo puede controlarse con este mando a distancia.
- * Cuando no está emparejada, la cinta de correr puede controlarse mediante otros mandos a distancia.
- * Después del primer emparejamiento con éxito, no se requiere un nuevo emparejamiento cuando se vuelva a encender la cinta de correr.

Descripción de los botones:

1. Botón « »:

· En el modo de espera, pulse el botón «  » del mando a distancia. La cinta de correr pasa al modo de inicio rápido, pantalla de cinta de correr (3333/2222/1111). Una vez transcurrida la cuenta atrás de 3 segundos, la cinta empieza a correr a una velocidad de 2,0 km/h.

· La cinta está en marcha. Pulse brevemente el botón «  » del mando a distancia para detener la cinta de correr.

2. Botón « »:

Mientras la cinta está en marcha, pulse brevemente el botón «  » del mando a distancia para conseguir una aceleración lenta.

Mantenga pulsado este botón para conseguir una aceleración rápida, en la que la velocidad aumenta continuamente. El aumento de velocidad es de 0,5 km/h por cada pulsación del botón.

3. Botón « »:

Mientras la cinta está en marcha, pulse brevemente el botón «  » del mando a distancia para reducir lentamente la velocidad. Mantenga pulsado este botón para reducir la velocidad rápidamente, con lo que la velocidad disminuirá de forma continua. La velocidad de reducción es de 0,5 km/h por cada pulsación del botón.

4. Botón « »:

La cinta está en marcha. Pulse brevemente el botón «  » del mando a distancia para detener la cinta rodante odante.

5. rodante « »:

Función zumbador

Pulse brevemente el botón «  » para desactivar la función de zumbador. En la cinta de correr aparece «OFF». Pulse de nuevo brevemente el botón «  » para activar la función de zumbador. En la cinta de correr aparece «ON».

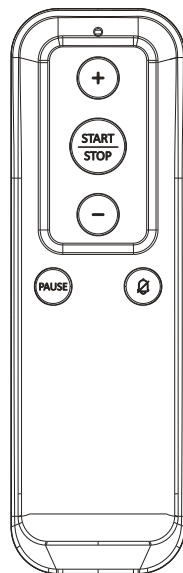
Nota: Cuando el zumbador está desactivado, no se oye ningún sonido al pulsar un botón.

IV. Mover y transportar:

Si necesita transportar el aparato, desconecte primero el cable de alimentación, levante la parte delantera y trasera del aparato y téngalo (se recomienda que lo hagan dos personas).

VI. Almacenamiento:

1. Coloca la cinta de correr sobre una superficie plana.
2. No almacenes la máquina en posición vertical, invertida o de lado para evitar daños.



INSTRUCCIONES DE CONFIGURACIÓN DE LA APLICACIÓN

Descarga y uso de MERACH

Nuestros clientes pueden obtener una membresía MERACH de 180 días. Por favor, contáctanos a través de support.eu@merach.com después de recibir el producto para obtener un código exclusivo de canje. Por favor, incluye tu ID de pedido y nombre de usuario de la aplicación MERACH.

1. Para descargar la aplicación MERACH, escanea el código QR o busca "MERACH" en la App Store® de Apple o en Google Play Store.



MERACH APP Download



APP Connection Guide



2. Abre la aplicación MERACH. Inicia sesión o Regístrate.
3. Sigue las instrucciones dentro de la aplicación para configurar tu dispositivo.
4. Actualiza la aplicación a la última versión. En un futuro cercano, actualizaremos la función de la aplicación, agregando un modo de ejercicios gratuitos, cursos y varios modos de entrenamiento a la aplicación. Si recibes una notificación de actualización al conectar, por favor, actualiza la aplicación a la última versión.

Descarga y uso de KINOMAP



1. Para descargar la aplicación Kinomap, escanea el código QR o busca "Kinomap" en la App Store® de Apple o en Google Play Store.
2. Abre la aplicación Kinomap. Inicia sesión o regístrate.
3. Selecciona el equipo de fitness correspondiente.
4. Enciende el Bluetooth y elige MERACH.
5. Selecciona "Cinta de correr" y encuentra tu "MRK-T21-XXXX".

CALENTAMIENTO

Haga estiramientos antes de hacer ejercicio. Los músculos calientes son más fáciles de estirar, así que empiece con un calentamiento de 5 a 10 minutos, y luego haga algunos de los estiramientos que se muestran a continuación: 5 veces, 10 segundos o más por pierna. Vuelva a hacerlo después del entrenamiento.

1. Estiramiento hacia abajo

Doble ligeramente las rodillas, incline lentamente el cuerpo hacia delante, relaje la espalda y los hombros e intente tocar los dedos de los pies con las manos. Mantenga la posición durante 10-15 segundos y luego relájese. Repita el ejercicio 3 veces (véase la figura 1).



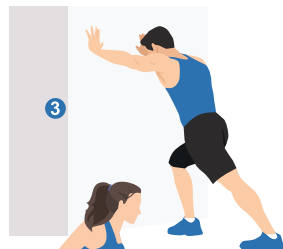
2. Estiramiento de los tendones sentado

Siéntese con una pierna estirada. Coloque la otra pierna de forma que quede ajustada a la parte interior de la pierna estirada. Intente tocar los pies con la mano. Mantenga la posición durante 10-15 segundos y luego relájese. Repita 3 veces con cada pierna (véase la figura 2).



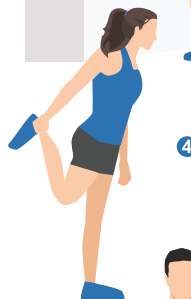
3. Estiramiento del tendón de Aquiles

Póngase de pie con las dos manos contra la pared o un árbol, y ponga un pie detrás de otro. Mantenga la pierna de atrás recta y el talón en el suelo, e inclínese hacia la pared o un árbol. Mantenga la posición durante 10-15 segundos y luego relájese. Repita 3 veces con cada pierna (véase la figura 3).



4. Estiramiento de cuádriceps

Extienda la mano derecha hacia atrás, agarre el pie derecho y tire lentamente de él hacia las caderas hasta que sienta que los músculos de la parte delantera del muslo se tensan. Mantenga la tensión durante 10-15 segundos y luego relájese. Repita 3 veces con cada pierna (véase la figura 4).



5. Estiramiento del sartorio (músculo interno del muslo)

Siéntese con los pies enfrentados y las rodillas hacia fuera. Agarre los pies con ambas manos y tire hacia la ingle. Mantenga la posición durante 10-15 segundos y luego relájese. Repita el ejercicio 3 veces (véase la figura 5).



RESOLUCIÓN DE PROBLEMAS

Código de error	Resolución de problemas
E01--La comunicación entre la unidad de control inferior y el reloj electrónico es anormal	1. Compruebe que el cable de alimentación está intacto y correctamente conectado. Desconéctelo y vuelva a conectarlo. 2. Si el fallo persiste, sustituya el cable de red o el programador. Póngase en contacto con el servicio de atención al cliente o con técnicos profesionales para obtener ayuda.
E02---El motor principal no funciona normalmente	1. Compruebe que el cable de alimentación está intacto y correctamente conectado. Desconéctelo y vuelva a conectarlo. 2. Si el fallo persiste, sustituya el cable de red o el programador. Póngase en contacto con el servicio de atención al cliente o con técnicos profesionales para obtener ayuda.
E05--Protección contra sobrecargas	1 Reduzca la carga e intente no superar la carga máxima. 2. Retire cualquier objeto extraño que esté atascado. 3 Añada lubricante. 4 Si el fallo persiste, sustituya la unidad de control. Póngase en contacto con el servicio de atención al cliente o con técnicos profesionales para obtener ayuda.
E10--El parámetro del contador electrónico se lee incorrectamente	Apague el interruptor principal y vuelva a encenderlo al cabo de 1 minuto.
E23/E24 /E28--El hardware del controlador está defectuoso	Apague el interruptor principal y vuelva a encenderlo al cabo de 10 minutos.
Indica una anomalía	Apague el interruptor principal y vuelva a encenderlo al cabo de 1 minuto.



MANTENIMIENTO

****Guía de Mantenimiento****

ADVERTENCIA: Siempre desconecte la cinta de correr motorizada antes de limpiar o realizar mantenimiento en el producto.

LIMPIEZA: Una limpieza exhaustiva prolongará la vida útil de su cinta de correr motorizada. Retire el polvo regularmente para mantener las piezas limpias. Asegúrese de barrer las porciones expuestas de ambos lados de la correa de la cinta de correr, ya que esto minimizará la acumulación de impurezas debajo de la correa. Asegúrese de que sus zapatillas estén limpias para evitar llevar objetos extraños debajo de la correa de carrera que podrían desgastar la tabla de carrera y la correa de la cinta de correr. La superficie de la correa de carrera debe limpiarse con un paño húmedo y jabonoso, tenga cuidado de no salpicar agua sobre los componentes eléctricos y debajo de la correa de carrera.

"Ajuste de la correa de carrera:

1. Para mantener mejor su cinta de correr motorizada y prolongar la vida útil de la máquina, se recomienda apagar la energía después de 1.5 horas de uso continuo y dejar descansar la máquina durante 10 minutos antes de volver a usarla.
2. Si la correa de carrera está demasiado suelta, habrá fenómenos de deslizamiento al correr; si está demasiado apretada, un ajuste excesivo puede reducir el rendimiento del motor y aumentar el desgaste de los rodillos y la correa de carrera. Cuando la correa de carrera esté lista para aflojarse o apretarse, puede levantar ambos lados de la correa de carrera lejos de la tabla de correr con las manos unos 50-75 mm.

Centrado de la correa de la cinta de correr

1. Coloque la cinta de correr motorizada sobre una superficie nivelada. Haga funcionar la cinta de correr motorizada a aproximadamente 4-5km/h y observe la desviación de la correa de carrera.
2. Si la correa de carrera está hacia la derecha, desenchufe el bloqueo de seguridad y el interruptor de encendido, gire el perno de ajuste derecho 1/4 de vuelta en sentido horario, inserte el interruptor de encendido y el bloqueo de seguridad, haga funcionar la cinta de correr y observe la desviación de la correa de carrera. Repita los pasos anteriores hasta que la correa de carrera esté centrada. Figura A.
3. Si la correa de carrera está hacia la izquierda, desenchufe el bloqueo de seguridad y el interruptor de encendido, gire el perno de ajuste izquierdo 1/4 de vuelta en sentido horario, inserte el interruptor de encendido y el bloqueo de seguridad, haga funcionar la cinta de correr y observe la desviación de la correa de carrera. Repita los pasos anteriores hasta que la correa de carrera esté centrada. Figura B.
4. La correa de la cinta de correr se aflojará después de los ajustes anteriores o después de un período de uso, y necesitará ser ajustada. Desenchufe el bloqueo de seguridad y el interruptor de encendido, gire los pernos de ajuste izquierdo y derecho 1/4 de vuelta en sentido horario, enchufe el interruptor de encendido y el bloqueo de seguridad, haga funcionar la cinta de correr, y luego párese sobre la correa de carrera para verificar la tensión. Repita los pasos anteriores hasta que la correa de carrera esté en el nivel correcto de tensión. Figura C."



INFORMACIÓN DE GARANTÍA

Nombre del producto	Cinta de correr MERACH
Modelo	MR-T21
Período de garantía estándar	12 meses
Para su propia referencia, le recomendamos encarecidamente que registre su número de pedido y la fecha de compra.	
Fecha de compra	
Número de serie	

Condiciones y directrices

Los productos MERACH destacan por la calidad de los materiales, la fabricación y el servicio. La garantía limitada de 1 año de MERACH es válida desde la fecha de compra.

MERACH sustituirá los productos defectuosos en función de su elegibilidad. Las devoluciones están disponibles para los compradores iniciales de nuestros productos dentro de los primeros 30 días de la compra.

Esta garantía cubre únicamente el uso personal y no se aplica al uso comercial, de alquiler o cualquier otro uso para el que el producto no esté destinado.

No hay más garantías que las que se dan expresamente con cada producto.

Esta garantía no es transferible. MERACH no se responsabiliza de los daños, pérdidas o inconvenientes causados por un fallo del equipo, una negligencia del usuario, un mal uso del mismo o un funcionamiento inadecuado que no se ajuste al manual de instrucciones adjunto.

Esta garantía no se aplica en los siguientes casos:

- Daños debidos a un mal uso, accidente, alteración o vandalismo.
- Mantenimiento incorrecto o inadecuado.
- Daños durante el transporte de devolución.
- Uso no supervisado por menores de 14 años.

MERACH y sus filiales sólo son responsables de los daños causados por el uso previsto o de acuerdo con las instrucciones del manual del propietario.

Algunos estados no permiten la exclusión o limitación de los daños incidentales o consecuentes, por lo que es posible que la exención de responsabilidad anterior no se aplique en su caso. Esta garantía le otorga derechos legales específicos, y también puede tener otros derechos que varían de un estado a otro.

Todas las garantías, expresas e implícitas, incluida la garantía de comerciabilidad, están limitadas al período de la garantía limitada.

Garantía adicional de 12 meses:

Puede beneficiarse de una garantía adicional de 12 meses. Sólo tiene que activar su garantía enviando el nombre del modelo del producto a **register@merach.com** o entrando en **merachfit.com/pages/warranty-europe** e introduciendo su número de pedido (por ejemplo, de Amazon) dentro de los primeros 14 días de la compra para registrar su nuevo producto para la garantía adicional. Si no puede proporcionar el número de pedido de su producto, introduzca una breve nota en el campo del número de pedido junto con la fecha en que recibió su producto.

Productos defectuosos y devoluciones:

Si su producto resulta defectuoso dentro del periodo de garantía indicado, póngase en contacto con el Servicio de Atención al Cliente en **support.eu@merach.com** indicando su factura y número de pedido. NO tire el producto hasta que se haya puesto en contacto con nosotros. Una vez que nuestro servicio de atención al cliente haya aprobado su solicitud, devuelva el producto con una copia de su factura y número de pedido.

Servicio de atención al cliente

Su satisfacción es importante para nosotros. Si tiene algún problema o pregunta sobre su nuevo producto, no dude en ponerse en contacto con nuestro equipo de atención al cliente en **support.eu@merach.com**.

📞 44-1315070255 Mon-Fri 10am-7pm PST UK/DE/FR/ES/IT/NL

Tienda exclusiva de TikTok Servicio postventa: **service@merach.com**

Por favor, tenga a mano la identificación de su pedido y el número de serie (normalmente en el tubo del pie trasero) antes de ponerse en contacto con el servicio de atención al cliente.

ISTRUZIONI DI SICUREZZA

Per garantire la tua sicurezza e evitare incidenti, leggi attentamente il manuale prima dell'uso e presta attenzione ai seguenti aspetti di sicurezza.

- Il tapis roulant deve essere posizionato su una superficie piana, il tapis roulant è adatto per essere posizionato al chiuso, evitando l'umidità e non schizzando acqua sul tapis roulant. Non mettere oggetti estranei sul tapis roulant, entrambi i lati del tapis roulant e l'estremità anteriore dovrebbero avere 1 metro e l'estremità posteriore dovrebbe avere uno spazio di utilizzo sicuro di 6,6*3,3 piedi, per facilitare il salto di emergenza.
- Quando non si utilizza il tapis roulant, mettere il blocco di sicurezza fuori dalla portata dei bambini; se non utilizzato per lungo tempo, scollegare il cavo di alimentazione.
- Mettere il pacchetto degli accessori in un luogo dove i bambini non possono raggiungerlo, per evitare incidenti non necessari.
- Questo prodotto non è adatto per persone con disabilità o bambini; come disagio fisico o carenze mentali, e la mancanza di senso comune è proibita, tranne sotto la supervisione o la guida di una persona responsabile della loro sicurezza. Se non si rispetta, può esserci un rischio di lesioni.
- Non utilizzare il tapis roulant in uno spazio polveroso e mantenere una certa umidità nella stanza per evitare forti scariche elettriche, in modo da non interferire con il normale funzionamento del contachilometri e del controller elettronico.
- Utilizzare gli accessori originali, è strettamente vietata la sostituzione privata.
- Evitare tutte le parti in movimento con entrambe le mani, vietare di mettere mani e piedi nello spazio sotto il nastro trasportatore.
- Non mettere il cavo di alimentazione vicino a oggetti caldi o in movimento, non utilizzare il prodotto all'aperto, in condizioni di alta umidità e alla luce diretta del sole.
- Scollegare il tapis roulant prima di spostarlo. Il personale non professionale non deve smontare la macchina senza permesso, altrimenti possono verificarsi conseguenze gravi.
- Questo prodotto non dovrebbe essere utilizzato per lungo tempo, l'uso prolungato è facile causare il surriscaldamento elettrico del tapis roulant e portare a guasti elettrici.
- Utilizzare prese qualificate per evitare pericoli. Se la spina e la presa non sono compatibili, non spostare la spina, chiedere a un professionista di occuparsi.
- Il prodotto è adatto per uso domestico, non adatto per addestramento e test professionale e non può essere utilizzato per scopi medici.

- Non utilizzare in caso di guscio rotto, stato di distacco (struttura interna esposta) o parti saldate rotte.
- Non saltare su e giù sulla macchina durante l'esercizio, il che può portare a lesioni dovute a una caduta.
- Non utilizzare dopo aver mangiato e bevuto, affaticamento o cattive condizioni fisiche, il che può portare a danni alla salute.
- Il carico massimo del prodotto è di 120 kg/265 libbre

Istruzioni per la messa a terra del cavo di alimentazione

- Questo prodotto deve essere collegato a terra. In caso di malfunzionamento o guasto, la messa a terra fornisce un percorso di minima resistenza alla corrente elettrica per ridurre il rischio di scosse elettriche.
- Questo prodotto è dotato di un cavo con conduttore di messa a terra dell'apparecchiatura e spina di messa a terra.
- La spina deve essere inserita in una presa adeguata, correttamente installata e messa a terra in conformità con tutti i codici e le ordinanze locali.
- PERICOLO – Un collegamento improprio del conduttore di messa a terra dell'apparecchiatura può comportare il rischio di scosse elettriche. Consultare un elettricista o un tecnico qualificato in caso di dubbi sulla corretta messa a terra del prodotto.
- Non modificare la spina fornita con il prodotto: se non si adatta alla presa, fare installare una presa adeguata da un elettricista qualificato.
- Questo prodotto è destinato all'uso su un circuito nominale da 220-240 volt. Assicurarsi che il prodotto sia collegato ad una presa avente la stessa configurazione della spina. Con questo prodotto non deve essere utilizzato alcun adattatore.



Prima di iniziare qualsiasi allenamento, consulta il tuo medico, soprattutto se hai più di 35 anni o se hai condizioni di salute preesistenti. Leggi tutte le istruzioni prima di utilizzare la macchina.



Questo simbolo indica la "Conformité Européene", che corrisponde alla "Conformità alle direttive UE". Con il marchio CE il produttore conferma che questo prodotto è conforme alle direttive e ai regolamenti europei in vigore.



Questo simbolo indica l'attestazione "UK Conformity Assessed", che corrisponde alla "Conformità alle norme inglesi". Con il marchio UKCA il produttore conferma che questo prodotto è conforme alle norme inglesi in vigore.

DICHIARAZIONE DI CONFORMITÀ UE SEMPLIFICATA

- Il fabbricante, Zhejiang Yulu Electronic Technology Co.,Ltd., dichiara che il tipo di apparecchiatura fitness MERACH MR-T21 e con forme alla direttiva 2014/53/UE.
- Il testo completo della dichiarazione di conformità UE è disponibile al seguente indirizzo Internet: <https://merachfit.com/pages/declarations-of-conformity>

ISTRUZIONI PER LO SMALTIMENTO



I materiali di imballaggio sono materie prime e possono essere riutilizzati. Isolare il materiale di imballaggio e smaltire nel rispetto dell'ambiente. Ulteriori informazioni sono disponibili anche presso l'amministrazione locale.



Non smaltire i dispositivi usati insieme ai normali rifiuti domestici!

Smaltire i dispositivi usati responsabilmente! Questo consente di contribuire alla tutela dell'ambiente.

Per informazioni relative ai punti di raccolta e agli orari di apertura, rivolgersi all'amministrazione locale.



Non smaltire le batterie insieme ai normali rifiuti domestici!

L'utente finale ha l'obbligo legale di restituire le batterie usate. Le batterie usate possono essere consegnate presso i punti di raccolta locali o ovunque vengano vendute batterie dello stesso tipo.

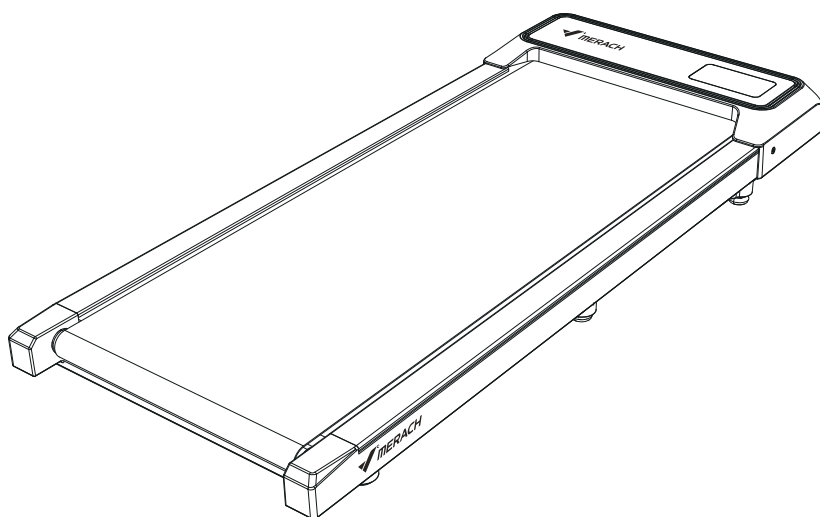
Manufactured by:

Zhejiang Yulu Electronic Technology Co.,Ltd.
Room 805, 8th Floor, Xianfeng Technology Building, 298 Weiye Road, Binjiang District, Hangzhou, Zhejiang Province, China
yulu_mrk@merach.com

Imported by:

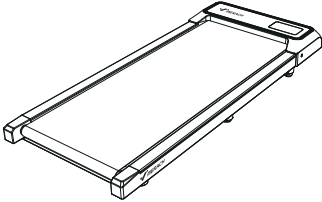
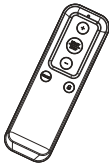
HANGZHOU JINGGE E-COMMERCE LTD
Room 1205, Xianfeng Technology Building, 298 Weiye Road, Puyan Subdistrict, Binjiang District, Hangzhou, Zhejiang Province, China
jingge_mrk@163.com

DETTAGLI TECNICI



Nome prodotto:	Tapis roulant MERACH
Modello:	MR-T21
Tensione:	220-240V~50/60Hz
Potenza massima:	2.5HP
Area di corsa:	380*900mm
Gamma di velocità:	2-6km/h
Peso massimo del carico:	120kg
Dimensione del prodotto:	1094*470*117.5mm
Peso netto:	13kg

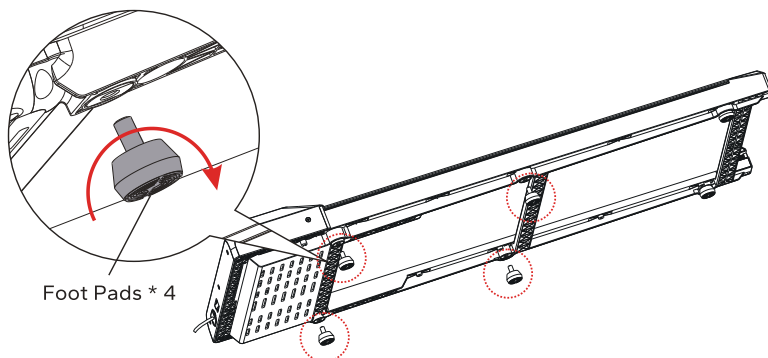
LISTA DIIMBALLAGGIO

 Macchina principale * 1	 Cuscinetti del piede * 4
 Telecomando * 1	 Chiave esagonale interna * 1
 Manuale d'uso * 1	

ISTRUZIONI PER L'USO

I. Istruzioni per il funzionamento:

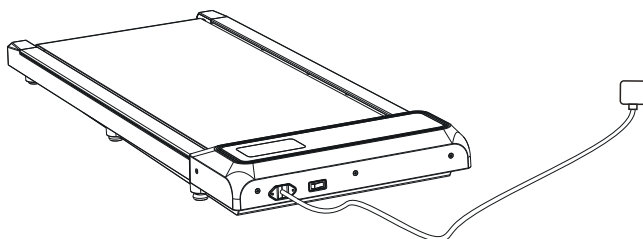
1. Come mostrato in figura, posizionare il tapis roulant in piano sul terreno. Estrarre i quattro cuscinetti del piede contenuti nella borsa degli accessori, avvitare i cuscinetti del piede nel foro della vite sul fondo del tapis roulant in senso orario e regolare i cuscinetti del piede in una posizione adeguata dopo l'installazione.



Nota: come mostrato in figura, i quattro cuscinetti del piede devono essere a stretto contatto con il terreno.



2. Come mostrato nel diagramma, inserire il cavo di alimentazione nella presa anteriore del tapis roulant, accendere l'alimentazione e attivare l'interruttore di alimentazione nella parte anteriore del tapis roulant. Il tapis roulant entra in modalità standby.



3. Controllare la tapis roulant utilizzando il telecomando.

Precauzioni per l'Esercizio:

1. Indossare sempre scarpe da ginnastica.
2. Non utilizzare su superfici irregolari.
3. Utilizzare con cautela per anziani e donne in gravidanza.
4. Solo una persona alla volta dovrebbe utilizzare il tapis roulant.
5. Non portare animali domestici sul tapis roulant.
6. Evitare movimenti laterali.
7. I bambini devono essere supervisionati durante l'uso.
8. Non muoversi all'indietro.
9. Mantenere lo sguardo a livello per evitare vertigini.
10. Non mettere i piedi sul coperchio del tapis roulant.
11. Mantenere piedi, mani e dita lontani dalle parti in movimento.

II. Istruzioni per la visualizzazione:

- 1."SPEED": Visualizza la velocità di esercizio. Intervallo di visualizzazione della velocità: 2,0-6,0 km/h
- 2."TIME": Visualizza il tempo di esercizio. Intervallo di visualizzazione dell'ora: 0:00-99:59.
- 3."DIST.": Visualizza la distanza dell'esercizio. Intervallo di visualizzazione della distanza: 0,00-99,99 km.
- 4."KCAL": Visualizza le calorie dell'esercizio. Intervallo di visualizzazione delle calorie: 0-9999 kcal.

Il display si alterna ogni 5 secondi.

**III. Funzionalità del telecomando:****Guida all'accoppiamento del telecomando:****1. Accoppiamento:**

Premere a lungo il pulsante "⏻", accendere l'interruttore di alimentazione del tapis roulant, finché non si sente un suono "dididi" e la finestra del display del tapis roulant visualizza "0:00", a indicare che l'accoppiamento è riuscito.

2. Disaccoppiamento:

Premere a lungo il pulsante "⊕", accendere l'interruttore di alimentazione del tapis roulant, finché non si sente un suono "dididi" e la finestra del display del tapis roulant visualizza "0", a indicare che l'associazione è stata annullata.

NOTA:

*Nello stato di accoppiamento, il tapis roulant può essere controllato solo da questo telecomando.

*Nello stato non accoppiato, il tapis roulant può essere controllato da altri telecomandi.

*Dopo che il primo accoppiamento è riuscito, non è necessario accoppiarlo di nuovo quando il tapis roulant viene riacceso.

Descrizione dei pulsanti:

1. Pulsante " ":

In modalità standby, premere il pulsante "  " sul telecomando, il tapis roulant entrerà in modalità di avvio rapido, con visualizzazione del tapis roulant (3333/2222/1111); al termine del conto alla rovescia di 3 secondi, il tapis roulant inizierà a funzionare a una velocità di 2,0 km/h.

Quando il tapis roulant è in funzione, premere brevemente il tasto "  " del telecomando per arrestarlo.

2. Pulsante " ":

Mentre il tapis roulant è in funzione, premere brevemente il pulsante "  " sul telecomando per un'accelerazione lenta. Premere a lungo questo pulsante per un'accelerazione rapida, con la velocità che aumenta continuamente.

velocità aumenta continuamente. Il tasso di incremento è di 0,5 km/h per pressione.

3. Pulsante " ":

Mentre il tapis roulant è in funzione, premere brevemente il pulsante "  " sul telecomando per una decelerazione lenta. Premendo a lungo questo pulsante si ottiene una decelerazione rapida, con la velocità che diminuisce continuamente. La velocità decrescente è di 0,5 km/h per pressione.

4. Pulsante " ":

Il tapis roulant è in funzione, premere brevemente il pulsante "  " sul telecomando per mettere in pausa il tapis roulant.

5. Pulsante " ":

Funzione cicalino

Premere brevemente il pulsante "  " per disattivare la funzione cicalino, il tapis roulant visualizza "OFF", premere nuovamente brevemente il pulsante "  " per attivare la funzione cicalino e il tapis roulant visualizza "ON".

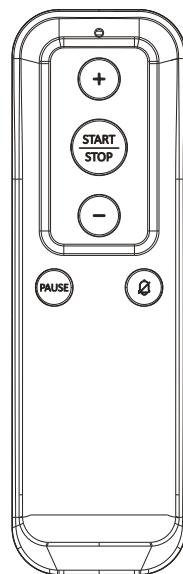
Nota: quando il cicalino è spento, tutti i tasti non emettono alcun suono.

IV. Spostamento e trasporto:

In caso di trasporto e spostamento, scollegare prima il cavo di alimentazione, sollevare la testa e la coda della macchina e spostarla (si consiglia l'intervento di due persone).

VI. Conservazione:

1. Posizionare il tapis roulant su una superficie piana.
2. Non conservare la macchina in posizione verticale, capovolta o di lato per evitare danni.



ISTRUZIONI PER LA CONFIGURAZIONE DELL'APP

Scarica l'utilizzo di MERACH

Il nostro cliente può ottenere una membership MERACH di 180 giorni. Si prega di contattarci tramite support.eu@merach.com aver ricevuto il prodotto per ottenere un codice di riscatto esclusivo. Si prega di includere il proprio ID ordine e l'username dell'app MERACH."

1. Per scaricare l'app MERACH, scannerizza il codice QR o cerca "MERACH" nell'Apple App Store® o nel Google Play Store.



MERACH APP Download



APP Connection Guide



2. Aprire l'applicazione MERACH. Accedere o registrarsi.
3. Seguire le istruzioni dell'applicazione per configurare il dispositivo.
4. Aggiorna l'app all'ultima versione disponibile. In futuro prossimo, aggiorneremo la funzionalità dell'app, aggiungendo la modalità di esercizio gratuita, corsi e vari modi di allenamento all'app. Se ricevi una notifica di aggiornamento durante la connessione, ti preghiamo di aggiornare l'app all'ultima versione disponibile.

Scarica l'utilizzo di KINOMAP



1. Per scaricare l'app Kinomap, scannerizza il codice QR o cerca "Kinomap" sull'Apple App Store® o Google Play Store.
2. Apri l'app Kinomap. Accedi o Registrati.
3. Seleziona l'attrezzatura fitness corrispondente.
4. Attiva il Bluetooth e scegli MERACH.
5. Seleziona "Tapis roulant" e trova il tuo "MRK-T21-XXXX".

RISCALDAMENTO

Fai stretching prima di allenarti. I muscoli caldi sono più facili da allungare, quindi inizia con un riscaldamento di 5-10 minuti, poi esegui gli allungamenti mostrati qui sotto - 5 volte, 10 secondi o più per gamba. Ripetili dopo l'allenamento.

1. Allungamento verso il basso

Piega leggermente le ginocchia, piega lentamente il corpo in avanti, rilassa la schiena e le spalle e cerca di toccare le dita dei piedi con le mani. Tienilo per 10-15 secondi, poi rilassati. Ripeti 3 volte (vedi Figura 1).



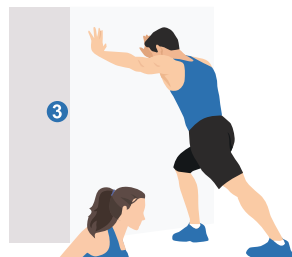
2. Stiramento dei tendini del ginocchio da seduti

Siediti con una gamba dritta. Porta l'altra gamba in modo che sia aderente all'interno della gamba dritta. Cerca di toccare i piedi con la mano. Tieni premuto per 10-15 secondi, poi rilassati. Ripeti 3 volte per ogni gamba (vedi Figura 2).



3. Stiramento del polpaccio e del tendine d'Achille

Mettiti in piedi con entrambe le mani contro il muro o un albero e metti un piede dietro l'altro. Tieni la gamba posteriore dritta e il tallone a terra e appoggiati al muro o a un albero. Tieni premuto per 10-15 secondi, poi rilassati. Ripeti 3 volte per ogni gamba (vedi Figura 3).



4. Allungamento dei quadricipiti

Allunga la mano destra all'indietro, afferra il piede destro e tiralo lentamente verso i fianchi fino a sentire i muscoli della parte anteriore della coscia in tensione. Tieni per 10-15 secondi, poi rilassati. Ripeti 3 volte per ogni gamba (vedi Figura 4).



5. Stiramento del sartorio (muscolo interno della coscia)

Siediti con i piedi uno di fronte all'altro e le ginocchia rivolte verso l'esterno. Afferra i piedi con entrambe le mani e tira verso l'inguine. Tieni premuto per 10-15 secondi, poi rilassati. Ripeti 3 volte (vedi Figura 5).



RISOLUZIONE DEI PROBLEMI

Codice di guasto	Risoluzione dei problemi
E01--La comunicazione tra il controllo inferiore e l'orologio elettronico è anormale	1. Controllare che il cavo di alimentazione sia intatto e collegato in modo affidabile. Scollegarlo e ricollegarlo. 2. Se l'errore persiste, sostituire il cavo di alimentazione o il controller. Contattare il servizio di assistenza post-vendita o un tecnico professionista per ricevere assistenza.
E02--Il motore principale è anormale	1. Controllare che il cavo di alimentazione sia intatto e collegato in modo affidabile. Scollegarlo e ricollegarlo. 2. Se l'errore persiste, sostituire il cavo di alimentazione o il controller. Contattare il servizio di assistenza post-vendita o un tecnico professionista per ricevere assistenza.
E05--Protezione da sovraccarico	1. Ridurre il carico e cercare di non superare il carico massimo. 2. Eliminare i corpi estranei incastrati. 3. Aggiungere lubrificante. 4. Se l'errore persiste, sostituire il controllore. Contattare l'assistenza post-vendita o tecnici professionisti.
E10--Il parametro del contatore elettronico è letto in modo errato	Spegnere l'interruttore e riaccenderlo dopo 1 minuto.
E23/E24/E28: l'hardware del controller è anormale	Spegnere l'interruttore e riaccenderlo dopo 10 minuti.
Visualizza un'anomalia	Spegnere l'interruttore e riaccenderlo dopo 1 minuto.

MANUTENZIONE

Guida alla Manutenzione

AVVERTENZA: Prima di pulire o eseguire la manutenzione del tapis roulant motorizzato, scollegare sempre la spina.

PULIZIA: Una pulizia accurata prolungherà la durata del tuo tapis roulant motorizzato. Rimuovi regolarmente la polvere per mantenere pulite le parti. Assicurati di spazzare regolarmente le porzioni esposte di entrambi i lati della cinghia del tapis roulant, poiché ciò ridurrà al minimo l'accumulo di impurità sotto la cinghia. Assicurati che le tue scarpe da ginnastica siano pulite per evitare di trasportare corpi estranei sotto la cinghia di corsa che potrebbero usurare la tavola di corsa e la cinghia di corsa. La superficie della cinghia di corsa deve essere pulita con un panno umido saponato, facendo attenzione a non spruzzare acqua sui componenti elettrici e sotto la cinghia di corsa.

Regolazione della cinghia di corsa:

1. Per mantenere meglio il tuo tapis roulant motorizzato e prolungarne la durata, si consiglia di spegnere l'alimentazione dopo 1,5 ore di utilizzo continuo e far riposare la macchina per 10 minuti prima di utilizzarla di nuovo.
2. Se la cinghia di corsa è troppo allentata, ci sarà un fenomeno di scivolamento durante la corsa; se è troppo stretta, un'eccessiva tensione potrebbe ridurre le prestazioni del motore e aumentare l'usura del rullo e della cinghia di corsa. Quando la cinghia di corsa è adatta per allentarsi o stringersi, è possibile sollevare entrambi i lati della cinghia di corsa dalla tavola di corsa manualmente di circa 50 - 75mm.

Centrata della cinghia del tapis roulant

1. Posizionare il tapis roulant motorizzato su una superficie livellata. Far funzionare il tapis roulant motorizzato a circa 4-5km/h e osservare la deviazione della cinghia di corsa.
2. Se la cinghia di corsa è a destra, scollegare il blocco di sicurezza e l'interruttore di alimentazione, girare il bullone di regolazione destro di 1/4 di giro in senso orario, inserire l'interruttore di alimentazione e il blocco di sicurezza, far funzionare il tapis roulant e osservare la deviazione della cinghia di corsa. Ripetere i passaggi sopra descritti fino a quando la cinghia di corsa non è centrata. Figura A.
3. Se la cinghia di corsa è spostata a sinistra, scollegare il blocco di sicurezza e l'interruttore di alimentazione, girare il bullone di regolazione sinistro di 1/4 di giro in senso orario, inserire l'interruttore di alimentazione e il blocco di sicurezza, far funzionare il tapis roulant e osservare la deviazione della cinghia di corsa. Ripetere i passaggi sopra descritti fino a quando la cinghia di corsa non è centrata. Figura B.
4. La cinghia del tapis roulant si allenta dopo le suddette regolazioni o dopo un periodo di utilizzo, e deve essere regolata. Scollegare il blocco di sicurezza e l'interruttore di alimentazione, girare i bulloni di regolazione sinistro e destro di 1/4 di giro in senso orario, collegare l'interruttore di alimentazione e il blocco di sicurezza, far funzionare il tapis roulant e quindi mettersi sulla cinghia di corsa per controllare la tensione. Ripetere i passaggi sopra descritti fino a quando la cinghia di corsa non è alla giusta tensione. Figura C.



INFORMAZIONI SULLA GARANZIA

Nome Prodotto	Tapis roulant MERACH
Modello	MR-T21
Periodo di Garanzia Predefinito	12 Mesi
Per riferimento personale, ti consigliamo vivamente di registrare il numero d'ordine e la data di acquisto.	
Data di acquisto	
Numero di serie	

Termini e Condizioni

I prodotti MERACH sono di qualità superiore per quanto riguarda i materiali, l'artigianato e il servizio. La garanzia limitata di 1 anno di MERACH decorre dalla data di acquisto.

MERACH sostituirà i prodotti difettosi in base all'idoneità. I rimborsi sono disponibili per gli acquirenti originali dei nostri prodotti entro i primi 30 giorni dall'acquisto.

Questa garanzia si estende solo all'uso personale e non si applica agli usi commerciali, di noleggio o a qualsiasi altro uso per cui il prodotto non è destinato.

Non ci sono altre garanzie oltre a quelle espressamente indicate in ogni prodotto.

Questa garanzia non è trasferibile. MERACH non è responsabile per eventuali danni, perdite o inconvenienti causati da guasti all'apparecchiatura, negligenza dell'utente, abuso dell'utente o utilizzo improprio non conforme al manuale d'uso incluso.

La presente garanzia non si applica alle seguenti situazioni:

- Danni dovuti ad abusi, incidenti, alterazioni o atti vandalici.
- Manutenzione impropria o inadeguata.
- Danni durante il trasporto di ritorno.
- Uso non supervisionato da parte di bambini di età inferiore ai 14 anni.

MERACH e le sue filiali sono responsabili solo dei danni causati dall'uso previsto o dalle istruzioni del manuale d'uso. Alcuni stati non consentono l'esclusione o la limitazione di perdite accidentali o consequenziali, pertanto la suddetta esclusione di responsabilità potrebbe non essere applicabile.

Questa garanzia ti conferisce specifici diritti legali e potresti avere anche altri diritti, che possono variare da stato a stato.

Tutte le garanzie espresse e implicite, compresa la garanzia di commerciabilità, sono limitate al periodo di validità della garanzia limitata.

Garanzia aggiuntiva di 12 mesi:

Puoi usufruire di una garanzia aggiuntiva di 12 mesi. È sufficiente attivare la garanzia inviando il nome del modello del prodotto all'indirizzo **register@merach.com**, oppure collegarsi al sito **merachfit.com/pages/warranty-europe** e inserire il numero d'ordine (es. Amazon) entro i primi 14 giorni dall'acquisto per registrare il nuovo prodotto ai fini dell'estensione della garanzia.

Se non sei in grado di fornire il numero d'ordine del tuo prodotto, scrivi una breve nota nel campo del numero d'ordine insieme alla data di ricezione del prodotto.

Prodotti Difettosi e Resi:

Se il prodotto risulta difettoso entro il periodo di garanzia specificato, contatta l'Assistenza Clienti all'indirizzo **support.eu@merach.com** indicando la fattura e il numero d'ordine. NON smaltire il prodotto prima di averci contattato. Una volta che il nostro Supporto Clienti avrà approvato la tua richiesta, ti preghiamo di restituire il prodotto con una copia della fattura e del numero d'ordine.

Assistenza Clienti

La tua soddisfazione è il nostro obiettivo! Se dovessi riscontrare problemi o avere domande sul tuo nuovo prodotto, non esitare a contattare il nostro team di assistenza clienti all'indirizzo **support.eu@merach.com**.

📞 44-1315070255 Mon-Fri 10am-7pm PST UK/DE/FR/ES/IT/NL

Negozio TikTok Servizio di Assistenza Post-Vendita Esclusivo: **service@merach.com**

*** Prima di contattare l'Assistenza Clienti, ti preghiamo di tenere a portata di mano l'ID dell'ordine e il numero di serie (di solito riportato sul tubo posteriore del piede).**

VEILIGHEIDSINSTRUCTIES

Bewaar deze handleiding op een veilige plaats voor toekomstig gebruik.

- De loopband moet op een vlakke ondergrond worden geplaatst; de loopband is geschikt om binnenshuis te plaatsen, vermijd vocht en spat geen water op de loopband. Plaats geen vreemde voorwerpen op de loopband. Aan beide zijden van de loopband en aan de voorkant moet een ruimte van 1 meter zijn en aan de achterkant moet een veilige ruimte van 2*1m zijn.
- Wanneer je de loopband niet gebruikt, zet het veiligheidsslot dan buiten het bereik van kinderen; als je de loopband lange tijd niet gebruikt, haal dan de stekker uit het stopcontact.
- Leg de accessoires op een plaats waar kinderen er niet bij kunnen om onnodige ongelukken te voorkomen.
- 4. Dit product is niet geschikt voor kinderen of mensen met een verstandelijke of lichamelijke beperking, behalve onder toezicht of begeleiding van een persoon die verantwoordelijk is voor hun veiligheid. Als je hier niet aan voldoet, bestaat het risico op letsel.
- Gebruik de loopband niet in een stoffige ruimte en zorg voor een bepaalde luchtvochtigheid in de ruimte om sterke statische elektriciteit te voorkomen, zodat de normale werking van de elektronische meter en controller niet wordt verstoord.
- Gebruik de originele accessoires, het zelf vervangen is ten strengste verboden.
- Vermijd alle bewegende delen met beide handen, verbied het plaatsen van handen en voeten in de opening onder de lopende riem.
- Plaats het netsnoer niet in de buurt van hete of bewegende voorwerpen; gebruik het product niet buitenshuis, bij hoge vochtigheid en in zonlicht.
- Haal de stekker uit het stopcontact voordat je de loopband verplaatst. Ondeskundig personeel mag het apparaat niet zonder toestemming demonteren, anders kan dit ernstige gevolgen hebben.
- Klem de veiligheidskabel aan je kleding wanneer je traint om te voorkomen dat je in een noodgeval stopt.
- Het product is geschikt voor thuisgebruik. Het product is niet geschikt voor professionele training en testen en kan niet voor medische doeleinden worden gebruikt.
- Niet gebruiken als de behuizing gebarsten of afgebroken is (de inwendige structuur is blootgelegd) of als de lasnaden zijn gebarsten.
- Spring tijdens het trainen niet op of neer op het apparaat, dit kan leiden tot letsel door een val.

- Niet gebruiken na eten en drinken, vermoeidheid of bij een slechte lichamelijke conditie, dit kan leiden tot schade aan de gezondheid.
- De maximale belasting van het product is 120kg.

Instructies voor het aarden van het netsnoer

- Dit product moet worden geaard. Als er een storing of een defect optreedt, biedt aarding de weg van de minste weerstand voor elektrische stroom om het risico op elektrische schokken te verminderen.
- Dit product is uitgerust met een snoer met een aardingsgeleider en een geaarde stekker.
- De stekker moet worden aangesloten op een geschikt stopcontact dat correct is geïnstalleerd en geaard in overeenstemming met alle plaatselijke voorschriften en verordeningen.
- GEVAAR - een onjuiste aansluiting van de aardingsgeleider kan leiden tot een risico op elektrische schokken. Neem contact op met een gekwalificeerde electriciën of onderhoudsmonteur als je twijfelt of het product correct is geaard.
- Als de stekker niet in het stopcontact past, moet je een geschikt stopcontact laten installeren door een gekwalificeerde elektricien.
- Dit product is bedoeld voor gebruik op een nominaal 220-240 Volt circuit en heeft een geaarde stekker die eruitziet als de stekker, die is afgebeeld in schets A in de volgende afbeelding. Zorg ervoor dat het product wordt aangesloten op een stopcontact met dezelfde configuratie als de stekker. Voor dit product mag geen adapter worden gebruikt.



Raadpleeg uw arts voordat u met de training begint, vooral als u ouder bent dan 35 jaar of reeds bestaande gezondheidsproblemen heeft. Lees alle instructies voordat u het apparaat gebruikt.



Dit symbool staat voor "Conformité Européene", wat "Conformiteit met EU-richtlijnen" betekent. Met de CE-markering bevestigt de fabrikant dat dit product voldoet aan de van toepassing zijnde Europese richtlijnen en regelgeving.



Dit symbool staat voor "UK Conformity Assessed", wat "Conformiteit met de Britse normen" betekent. Met de UKCA-markering bevestigt de fabrikant dat dit product voldoet aan de van toepassing zijnde Britse normen.

VEREENVOUDIGDE EU-CONFORMITEITSVERKLARING

- Hierbij verklaart Zhejiang Yulu Electronic Technology Co.,Ltd. dat het fitness-apparaat MR-T21 voldoet aan Richtlijn 2014/53/EU.
- De volledige tekst van de EU-conformiteitsverklaring is beschikbaar op het volgende internetadres:
<https://merachfit.com/pages/declarations-of-conformity>

OPMERKINGEN OVER VERWIJDERING



Het verpakkingsmateriaal is onbewerkt en kan worden gerecycled. Scheid de verpakkingsmaterialen op de juiste manier en gooi ze weg in het belang van het milieu. Raadpleeg uw gemeente voor meer informatie.



Gebruikte apparaten horen niet bij het huishoudelijk afval!

Gooi gebruikte apparaten op de juiste manier weg! Uw gemeente kan u informatie geven over inzamelpunten en openingstijden.



Batterijen horen niet bij het huishoudelijk afval!

Als eindgebruiker bent u wettelijk verplicht om lege batterijen naar een inzamelpunt te brengen. U kunt uw oude batterijen naar de openbare inzamelpunten in uw gemeente brengen of naar elke plaats waar batterijen van dat type worden verkocht.

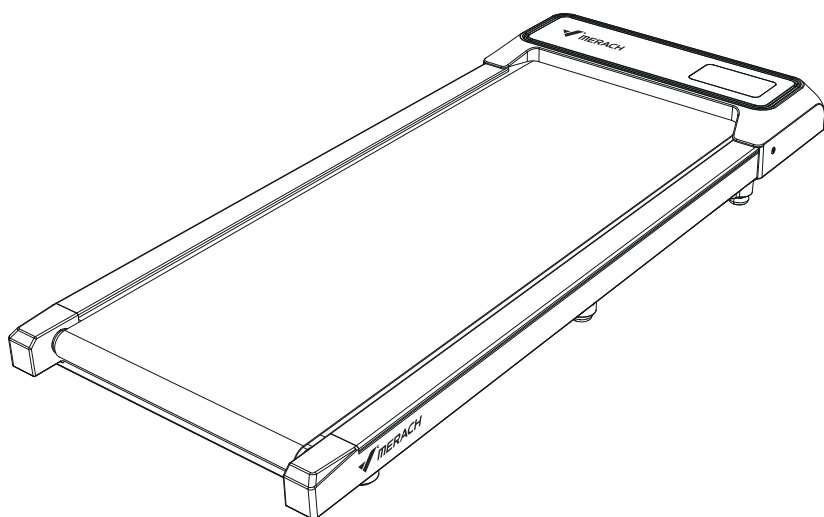
Manufactured by:

Zhejiang Yulu Electronic Technology Co.,Ltd.
Room 805, 8th Floor, Xianfeng Technology Building, 298 Weiye Road, Binjiang District, Hangzhou, Zhejiang Province, China
yulu_mrk@merach.com

Imported by:

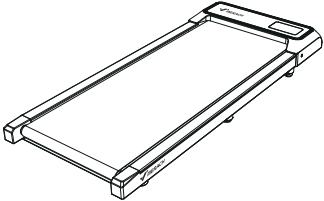
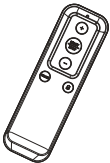
HANGZHOU JINGGE E-COMMERCE LTD
Room 1205, Xianfeng Technology Building, 298 Weiye Road, Puyan Subdistrict, Binjiang District, Hangzhou, Zhejiang Province, China
jingge_mrk@163.com

SPECIFICATIES



Productnaam:	Merach Loopband
Model:	MR-T21
Spanning:	220-240V~50/60Hz
Maximaal Vermogen:	2.5HP
Loopoppervlak:	380*900mm
Snelheidsbereik:	2-6km/h
Max. Gebruikersgewicht:	120kg
Afmetingen Product:	1094*470*117.5mm
Netto Gewicht:	13kg

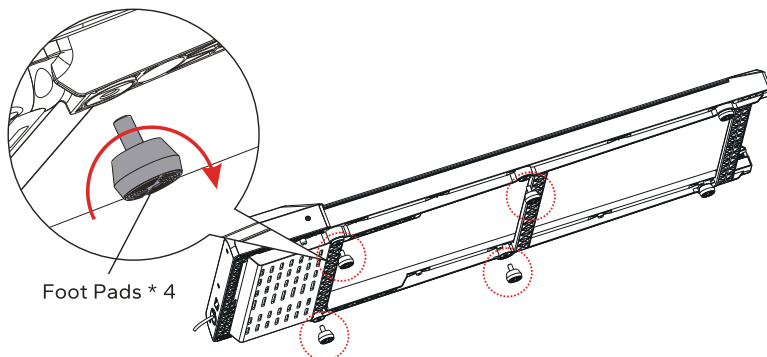
LIJST MET ONDERDELEN & ACCESSOIRES

	
Hoofdapparaat * 1	Voetdoppen * 4
	
Afstandsbediening * 1	Inbussleutel * 1
	
Gebruikershandleiding * 1	

INSTRUCTIES PRODUCTGEBRUIK

I. Bedieningsinstructies:

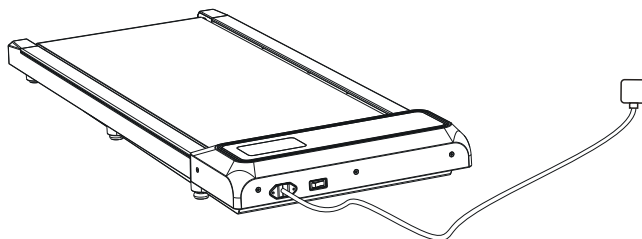
1. Plaats de loopband plat op de grond zoals weergegeven in de afbeelding. Haal de vier voetdoppen uit de accessoiretas, schroef de voetdoppen met de klok mee in de schroefgaten aan de onderkant van de loopband en stel de voetdoppen na installatie in op een geschikte positie.



Let op: Zoals weergegeven in de afbeelding, moeten de vier voetdoppen nauw contact maken met de grond.



2. Steek het elektriciteitsnoer in het stopcontact aan de voorkant van de loopband, zet de stroom aan en zet de aan/uit-schakelaar aan de voorkant van het apparaat aan zoals aangegeven op de afbeelding. De loopband gaat nu in stand-by.



3. Bedien de loopband met de afstandsbediening.

Voorzorgsmaatregelen voor de training

1. Draag altijd sportschoenen.
2. Niet gebruiken op oneffen oppervlakken.
3. Loop niet op of neer op de loopband terwijl deze in beweging is.
4. Slechts één persoon mag de loopband tegelijkertijd gebruiken.
5. Neem geen huisdieren mee op de loopband.
6. Vermijd zijwaartse bewegingen.
7. Kinderen moeten tijdens het gebruik onder toezicht staan.
8. Niet achteruit bewegen.
9. Houd je blik horizontaal om duizeligheid te voorkomen.
10. Stap niet op de afdekking van de loopband
11. Houd voeten, handen en vingers uit de buurt van bewegende delen.

II. Display-instructies:

1. "SPEED": Geeft de oefensnelheid weer. Snelheidsbereik: 2,0-6,0 km/h.
2. "TIME": Geeft de oefentijd weer. Tijdweergavebereik: 0:00-99:59.
3. "DIST": Geeft de oefenafstand weer. Afstandsweergavebereik: 0,00-99,99 km.
4. "KCAL.": Geeft de verbrande calorieën weer. Caloriweergavebereik: 0-9999 kcal.

De weergave wisselt iedere 5 seconden.



III. Afstandsbedieningsfunctionaliteit:

Handleiding voor het koppelen van de afstandsbediening:

1. Koppelen:

Hou de knop "⏻" ingedrukt en zet de aan-/uitschakelaar van de loopband aan. Wacht tot je een "didi"-geluid hoort en het displayvenster van de loopband "0:00" aangeeft, wat betekent dat het koppelen is geslaagd.

2. Ontkoppelen:

Hou de knop "⏻" ingedrukt en zet de aan-/uitschakelaar van de loopband aan. Wacht tot je een "didi"-geluid hoort en het displayvenster van de loopband "0" aangeeft, wat betekent dat het ontkoppelen is geslaagd.

OPMERKING:

- * In de gekoppelde staat kan de loopband alleen worden bediend met deze afstandsbediening.
- * In de ontkoppelde staat kan de loopband worden bediend met andere afstandsbedieningen.
- * Na een succesvolle eerste koppeling is het niet nodig om opnieuw te koppelen wanneer de loopband weer wordt ingeschakeld.

Knopbeschrijving:

1. " "-knop:

In de stand-bymodus, druk op de knop "  " op de afstandsbediening. De loopband schakelt over naar snel starten. Het loopbanddisplay toont (3333/2222/1111) en na een aftelling van 3 seconden begint de loopband te lopen met een snelheid van 2,0 km/h.

Als de loopband in gebruik is, stop je deze door kort op de knop "  " op de afstandsbediening te drukken.

2. " "-knop:

Tijdens gebruik van de loopband verhoog je de snelheid langzaam door kort op de knop "  " op de afstandsbediening te drukken. Hou deze knop ingedrukt voor een snelle versnelling, waarbij de snelheid continu toeneemt. De incrementale snelheid is 0,5 km/h per druk.

3. " "-knop:

Tijdens gebruik van de loopband verlaag je de snelheid langzaam door kort op de knop "  " op de afstandsbediening te drukken. Hou deze knop ingedrukt voor een snelle vertraging, waarbij de snelheid continu afneemt. De decrementale snelheid is 0,5 km/h per druk.

4. " "-knop:

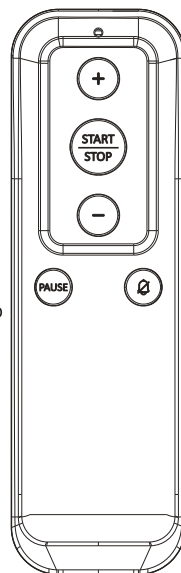
Als de loopband in gebruik is, pauzeer je deze door kort op de knop "  " op de afstandsbediening te drukken.

5. " "-knop:

Buzzerfunctie

Druk kort op de knop "  " om de buzzerfunctie uit te schakelen. Het loopbanddisplay toont "OFF". Druk nogmaals kort op de "  "-knop om de buzzerfunctie in te schakelen. Het loopbanddisplay toont "ON".

Opmerking: Wanneer de buzzer is uitgeschakeld, zijn er geen geluiden bij toetsbediening.



IV. Verplaatsen en Transporteren:

Als je de loopband moet verplaatsen, trek dan eerst de stekker uit het stopcontact. Til vervolgens de kop en de staart van de machine op en verplaats deze (twee personen worden aanbevolen).

VII. Opbergen:

1. Plaats het apparaat op een vlakke ondergrond.
2. Berg het apparaat niet rechtop, omgekeerd of zijwaarts op om schade te voorkomen.

INSTRUCTIE INSTELLING APP

MERACH Downloaden & Gebruiken

Onze klanten kunnen een 180-dagen MERACH lidmaatschap krijgen. Neem na ontvangst van het product contact met ons op via support.eu@merach.com om een exclusieve code te ontvangen. Vermeld uw bestel-ID en de gebruikersnaam van de MERACH app.

1. Om de MERACH app te downloaden, scant u de QR-code of zoekt u "MERACH" in de Apple App Store® of Google Play Store.



MERACH APP Download



APP Connection Guide



2. Open de MERACH app. Log in of meld u aan.
3. Let op: Als uw telefoon een Apple - iPhone is, raadpleeg dan het pad: Profiel > Instellingen > Taal na het inloggen om de gewenste taal te wijzigen.
4. Volg de instructies in de app om uw apparaat in te stellen.

UW ROEITRAINER GEBRUIKEN



Opmerking:

1. Als u de MERACH app gebruikt, kunt u gratis trainingen volgen en krijgt u toegang tot extra functies en mogelijkheden.
2. Trainingscursussen zijn alleen in het Engels beschikbaar.

KINOMAP Downloaden & Gebruiken

1. Om de Kinomap app te downloaden, scant u de QR-code of zoekt u "Kinomap" in de Apple App Store® of Google Play Store.
2. Open de Kinomap app. Log in of meld u aan.
3. Selecteer de bijbehorende fitnessapparatuur
4. Schakel Bluetooth in en kies Merach.
5. Selecteer "Roeitrainer" en zoek uw "MRK-T21- XXXX".
6. Start de training en ontdek verschillende trainingsmethoden.

WARMING-UP

Doe stretchoefeningen voordat u gaat trainen. Warme spieren zijn gemakkelijker te rekken, dus begin met een warming-up van 5-10 minuten en doe dan de hieronder getoonde stretchoefeningen - 5 keer, 10 seconden of meer per been. Doe het nog een keer na de training.

1. Stretch Down

Buig uw knieën lichtjes, buig uw lichaam langzaam naar voren, ontspan uw rug en schouders en probeer met uw handen uw tenen aan te raken. Houd dit 10-15 seconden vast en ontspan dan. Herhaal dit 3 keer (zie Figuur 1).



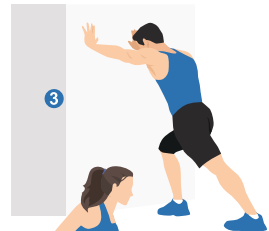
2. Zittende Hamstring Stretch

Ga zitten met één been recht. Buig het andere been bij de knie en plaats de zool van die voet tegen uw tegenoverliggende binnendij. Strek uw armen en reik naar voren om over het rechte been te vouwen (denk eraan een kleine buiging in het been te houden). Houd dit vervolgens 10 tot 15 seconden vast en ontspan dan. Herhaal dit 3 keer voor elk been (zie Figuur 2).



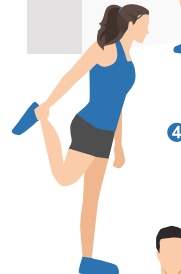
3. Kuit- en Achillespees Stretch

Ga met beide handen tegen de muur of een boom staan, plaats een voet achter een andere. Houd het achterste been recht en uw hiel op de grond. Leun naar een muur of een boom. Houd 10-15 seconden vast, ontspan dan. Herhaal dit 3 keer voor elk been (zie Figuur 3).



4. Quadriceps Stretch

Reik met uw rechterhand naar achteren, pak uw recht-ervoet vast en trek hem langzaam naar uw heupen totdat u de spieren aan de voorkant van uw dij voelt aanspannen. Houd 10-15 seconden vast en ontspan dan. Herhaal dit 3 keer voor elk been (zie Figuur 4).



5. Sartorius (binnenste dijspier) Stretch

Ga zitten met de voeten naar elkaar toe en uw knieën naar buiten gericht. Pak uw voeten vast met beide handen en trek ze naar uw lies. Houd 10-15 seconden vast en ontspan dan. Herhaal dit 3 keer (zie Figuur 5).



Opmerking: dit apparaat is een apparaat voor training van het hele lichaam, volg de bovenstaande stappen om op te warmen.

PROBLEEMOPLOSSING

Foutcode	Probleemoplossing
E01--De communicatie tussen de onderste besturing en het elektronische display is abnormaal	1. Controleer of het netsnoer intact is en goed is aangesloten. Haal het uit het stopcontact en sluit het opnieuw aan. 2. Als de fout aanhoudt, vervang het netsnoer of de controller. Neem contact op met de klantenservice of professionele technici voor hulp.
E02--De hoofdmotor is abnormaal	1. Controleer of het netsnoer intact is en goed is aangesloten. Haal het uit het stopcontact en sluit het opnieuw aan. 2. Als de fout aanhoudt, vervang het netsnoer of de controller. Neem contact op met de klantenservice of professionele technici voor hulp.
E05--Overbelasting-sbeveiliging	1. Verminder de belasting en probeer de maximale belasting niet te overschrijden. 2. Verwijder vastzittende vreemde voorwerpen. 3. Voeg smeermiddel toe. 4. Als de fout aanhoudt, vervang de controller. Neem contact op met de klantenservice of professionele technici voor hulp.
E10--De parameters van de elektronische meter worden onjuist gelezen	Schakel de aan-/uitschakelaar uit en zet deze na 1 minuut weer aan.
E23/E24/E28--De hardware van de controller is abnormaal	Schakel de aan-/uitschakelaar uit en zet deze na 10 minuten weer aan.
Geeft een afwijking weer	Schakel de aan-/uitschakelaar uit en zet deze na 1 minuut weer aan.

ONDERHOUD

Onderhoudshandleiding

WAARSCHUWING: haal altijd de stekker van de gemotoriseerde loopband uit het stopcontact voordat je het product schoonmaakt of onderhoudt.

REINIGING: een grondige schoonmaakbeurt verlengt de levensduur van je gemotoriseerde loopband. Verwijder regelmatig stof om de onderdelen schoon te houden. Veeg de blootgestelde delen aan beide zijden van de band van de loopband schoon om de ophoping van vuil onder de band tot een minimum te beperken. Zorg ervoor dat je sportschoenen schoon zijn om te voorkomen dat er vreemde voorwerpen onder de loopband terechtkomen die de loopplank en de loopband kunnen aantasten. Het oppervlak van de loopriem moet worden gereinigd met een vochtige zeepdoek, let op dat er geen water op de elektrische componenten en onder de loopriem spat.

AFSTELLEN LOOPBAND

1. Om je gemotoriseerde loopband beter te onderhouden en de levensduur van het apparaat te verlengen, is het aan te raden de stroom na 1,5 uur continu gebruik uit te schakelen en het apparaat 10 minuten te laten rusten voordat je het weer gebruikt.
2. Als de loopband te los zit, zal het apparaat tijdens het lopen gaan slippen. Als de loopband te strak zit, kan het te strak aantrekken de prestaties van de motor verminderen en de slijtage van de rol en de loopband bevorderen. Als de loopband losser of strakker moet, kun je beide kanten van de loopband met de hand ongeveer 50 - 75mm van de loopband tillen.

Loopband Centreren

1. Plaats de gemotoriseerde loopband op een vlakke ondergrond. Laat de gemotoriseerde loopband met ongeveer 4-5km/h lopen en observeer de afwijking van de loopband.

2. Als de loopband naar rechts afwijkt, verwijder dan de veiligheidsvergrendeling en de stroomschakelaar en draai de rechter afstelbout 1/4 slag met de klok mee.



Plaats de stroomschakelaar en het veiligheidsslot terug, laat de loopband lopen en observeer de afwijking van de loopband. Herhaal bovenstaande stappen totdat de loopband gecentreerd is. Figuur A.

3. Als de loopband naar links afwijkt, verwijder dan de veiligheidsvergrendeling en de stroomschakelaar en draai de linker afstelbout 1/4 slag met de klok mee. Steek de stroomschakelaar en de veiligheidsvergrendeling erin, laat de loopband lopen en observeer de afwijking van de loopband. Herhaal bovenstaande stappen totdat de loopband gecentreerd is. Figuur B.



4. De loopband zal na de bovenstaande aanpassingen of na een periode van gebruik losser worden en moet dan worden afgesteld. Haal het veiligheidsslot en de stroomschakelaar uit het stopcontact, draai de linker en rechter stelbout 1/4 slag met de klok mee, steek de stroomschakelaar en het veiligheidsslot weer in het stopcontact, laat de loopband lopen en ga vervolgens op de loopband staan om de spanning te controleren. Herhaal de bovenstaande stappen totdat de loopband de juiste spanning heeft. Afbeelding C.



INFORMATIE OVER GARANTIE

Productnaam:	Merach Loopband
Model:	MR-T21
Standaard Garantieperiode:	12 Maanden
Voor uw eigen referentie raden we u sterk aan om uw bestelnummer en aankoopdatum te noteren.	
Aankoopdatum	
Serienummer	

Voorwaarden & Beleid

De producten van MERACH zijn eersteklas in materiaal, vakmanschap en service.

- MERACH beperkte garantie van 1 jaar is van kracht vanaf de aankoopdatum.
- MERACH zal de defecte producten vervangen op basis van geschiktheid. Terugbetalingen zijn beschikbaar voor de oorspronkelijke kopers van onze producten binnen de eerste 30 dagen na aankoop.
- Deze garantie geldt alleen voor persoonlijk gebruik en is niet van toepassing op commercieel gebruik, verhuur of enig ander gebruik waarvoor het product niet bedoeld is.
- Er zijn geen andere garanties dan de garanties die uitdrukkelijk bij elk product worden vermeld.
- Deze garantie is niet overdraagbaar. MERACH is niet verantwoordelijk voor schade, verlies of ongemakken veroorzaakt door defecte apparatuur, nalatigheid van de gebruiker, misbruik door de gebruiker of onjuist gebruik van de apparatuur zonder de meegeleverde gebruikershandleiding te volgen.

Deze garantie is niet van toepassing op de volgende situaties:

- Schade als gevolg van misbruik, ongelukken, wijzigingen of vandalisme.
- Onjuist of onvoldoende onderhoud.
- Schade tijdens het retourtransport.
- Gebruik zonder toezicht door kinderen jonger dan 14 jaar.

MERACH en haar dochterondernemingen zijn alleen verantwoordelijk voor schade veroorzaakt door het bedoelde gebruik of zoals geïnstrueerd in de gebruikershandleiding. Sommige staten staan deze uitsluiting of beperking van incidentele of gevolgschade niet toe, dus de bovenstaande disclaimer is mogelijk niet op u van toepassing. Deze garantie geeft u specifieke wettelijke rechten en u kunt ook andere rechten hebben, die van staat tot staat kunnen verschillen.

Alle expliciete en impliciete garanties, inclusief de garantie van verkoopbaarheid, zijn beperkt tot de periode van de beperkte garantie.

Extra Garantie van 12 maanden:

U kunt genieten van een extra garantie van 12 maanden. Activeer gewoon uw garantie door de naam van het productmodel via **register@merach.com** te sturen, of log in op **merachfit.com/pages/warranty-europe** en voer uw bestelnummer in (bijv. Amazon) binnen de eerste 14 dagen na aankoop om uw nieuwe product voor de verlengde garantie te registreren.

Als u het bestelnummer van uw product niet kunt opgeven, typ dan een korte notitie in het veld Bestelnummer samen met de datum waarop u uw product hebt ontvangen.

Defecte Producten & Retourzendingen:

Mocht uw product binnen de aangegeven garantieperiode defect raken, neem dan contact op met de Klantenservice via **support.eu@merach.com** met uw factuur- en bestelnummer.

Verwijder uw product **NIET** voordat u contact met ons hebt opgenomen. Zodra onze Klantenservice uw verzoek heeft goedgekeurd, stuurt u het product terug met een kopie van uw factuur en bestelnummer.

Klantenservice

Uw tevredenheid is onze prioriteit! Mocht u problemen ondervinden of vragen hebben over uw nieuwe product, neem dan gerust contact op met onze Klantenservice via **support.eu@merach.com**.

🕒 TikTok Shop Exclusive aftersales: **service@merach.com**
44-1315070255 Mon-Fri 10am-7pm PST UK/DE/FR/ES/IT/NL

*** Houd uw bestel-ID en serienummer (meestal op de achterste voetpijp) bij de hand voordat u met de Klantenservice contact opneemt.**



@Merachfit



@merach.us

Contact Us: 44-1315070255 Mon-Fri 10am-7pm PST UK/DE/FR/ES/IT/NL

Customer Service: support.eu@merach.com

Official Website: merachfit.com