

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: 1- (877) 3563730 Mon-Fri 8am-5pm PST US/CA

support.eu@merach.com

MODEL: MR-T14

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
Technical details.....	04
Packing list.....	05
Instructions on product usage.....	06
Running belt adjustment.....	09
Troubleshooting.....	10
Maintenance.....	11
App setup instruction.....	12
Warm-up.....	13
Warranty Information.....	14

INHALT • DEUTSCH

Sicherheitshinweise.....	16
Technische details.....	19
Lieferumfang.....	20
Gebrauchsanweisung.....	21
Einstellung des Laufgurts.....	24
Fehlerbehebung.....	25
Wartung.....	26
Anleitung zur App-Einrichtung.....	27
Aufwärmübungen.....	28
Garantieinformationen.....	29

CONTENU • FRENCH

Consignes de sécurité.....	31
Détails techniques.....	34
Contenu.....	35
Manuel d'utilisation du produit.....	36
Réglage de la courroie de transmission.....	39
Dépannage.....	40
Entretien de l'appareil.....	41
Instructions de configuration de l'application.....	42
Échauffement.....	43
Informations sur la garantie.....	44

CONTENIDO • SPANISH

Instrucciones de seguridad.....	46
Detalles técnicos.....	49
Volumen de suministro.....	50
Instrucciones de uso.....	51
Ajuste de la cinta de correr.....	54
Resolución de problemas.....	55
Instrucciones de mantenimiento.....	56
Instrucciones de configuración de la aplicación.....	57
Ejercicios de calentamiento.....	58
Información sobre la garantía.....	59

CONTENUTI • ITALIAN

Istruzioni per la sicurezza.....	61
Dettagli tecnici.....	64
Elenco degli imballaggi.....	65
Istruzioni sull'uso del prodotto.....	66
Regolazione della cinghia di trasmissione.....	69
Risoluzione dei problemi.....	70
Manutenzione.....	71
Istruzioni per la configurazione dell'app.....	72
Riscaldamento.....	73
Informazioni sulla garanzia.....	74

INHOUD-DUTCH

Veiligheidsinstructies.....	76
Technische details.....	79
Inhoud verpakking.....	80
Gebruiksaanwijzingen product	81
Afstelling loopband	84
Problemen oplossen.....	85
Onderhoud.....	86
App-installatie-instructies.....	87
Warming-up.....	88
Informatie over de 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 1 meter and the back end should have 6.6*3.3ft of safe use space, so as to facilitate the emergency jump away.
- The power plug must be reliably grounded, and the socket should have a special circuit to avoid sharing with other electrical equipment. If the power cord is damaged, in order to avoid danger, it must be replaced by the manufacturer, its maintenance department, or a similar department's professional staff.
- 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.
- Please clip the safety lock cable puller on your clothes when you exercise to prevent safety stops when you encounter an emergency.
- Before using the treadmill, please check whether the clothing is buttoned or zipped up, or the clothes are too loose.

- 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 a 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-T14 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.

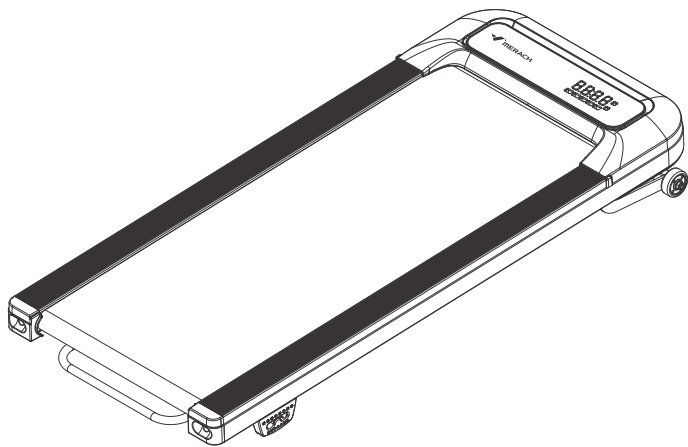
Manufactured by:

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

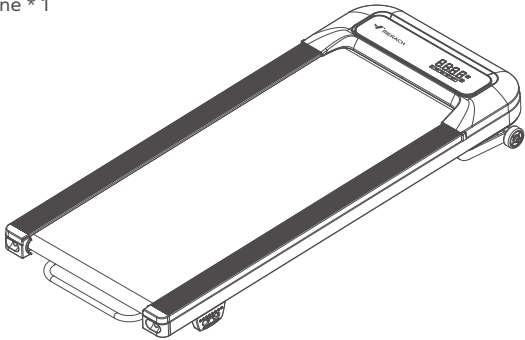
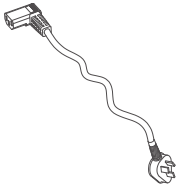
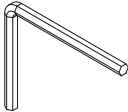
TECHNICAL DETAILS



Product Name:	MERACH Treadmill
Model:	MR-T14
Voltage:	220-240V~50/60Hz
Maximum Horsepower:	2.5HP
Running Area:	400*1020mm/15.7*40.2inch
Speed Range:	1-6km/h
Maximum Weight Capacity:	120kg/265lbs
Net Weight:	25kg/55.1lbs
Product Dimensions:	1240*530*165mm/48.8*20.9*6.5inch

PACKING LIST

Check if all parts and accessories are in the package.

Main Machine * 1 			
			
Remote Control*1	Power Cord *1	Inner Hexagonal Wrench * 1	User Manual * 1

INSTRUCTIONS ON PRODUCT USAGE



I. Window and Key Descriptions:

NCLINE(INC) Window: displays the value of ncline.

SPEED(SPD) Window: displays the value of speed.

TIME(TIME) Window: displays the value of time.

DISTANCE(DIST) Window: displays the value of the distance.

CALORIES(KCAL) Window: displays the number of calories consumed (calorie).

The display alternates every 5 seconds.

II. Remote Control Function:

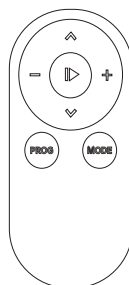
Button Functions:

1. "PROG" Button: Program Selection.

Selection sequence: Manual Mode, P01-P03 cycles.

2. "MODE" Button: In standby mode, this button is used to select countdown mode.

Selection sequence: Manual Mode, Time Countdown, Distance Countdown, Calorie Countdown, cycling through each mode.



Countdown Mode Operation Instructions:

- Press the mode button to select the desired countdown function, at which point the corresponding window displays the default value and blinks.
- Press the "⏮" and "⏭" keys to adjust to the desired value.
- Press the "▶" button to start.

Note:

- After the countdown in seconds, the treadmill starts running from the lowest speed. Pressing the "⏮" and "⏭" keys can adjust the speed.
- When the mode exercise ends, the corresponding window will blink and a prompt tone will sound. After that, all data will be cleared to zero and enter standby mode.

3. "▶" Button:

- When in standby mode, press this button briefly, and the treadmill will start running from the lowest speed after a 3-second countdown.
- During exercise, press this button briefly to slow the treadmill to a stop and enter pause mode.
- During exercise, press and hold this button to slow the treadmill to a stop and return to standby mode.
- When in standby mode, press and hold this button to shut down all displays and enter sleep mode. Press any button to wake up the treadmill.

4. "+" and "-" Buttons:

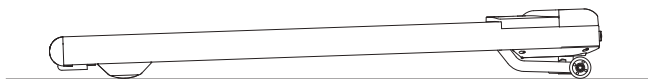
Speed adjustment. Adjust speed faster or slower during exercise, and adjust parameters in standby mode.

5. "▲" and "▼" Buttons:

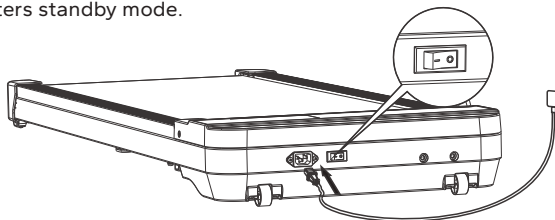
Incline adjustment. Adjust the number of incline segments during exercise, and adjust parameters in standby mode.

III. Operation Instructions:

1. Place the machine flat on the ground.



2. As shown in the diagram, 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 machine. The treadmill enters standby mode.



3. Control the machine using the remote control.

Exercise Precautions:

1. Always wear athletic shoes.
2. Do not use on uneven surfaces.
3. Do not walk up or down on the treadmill while it is in motion.
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.

IV. Sleep Function:

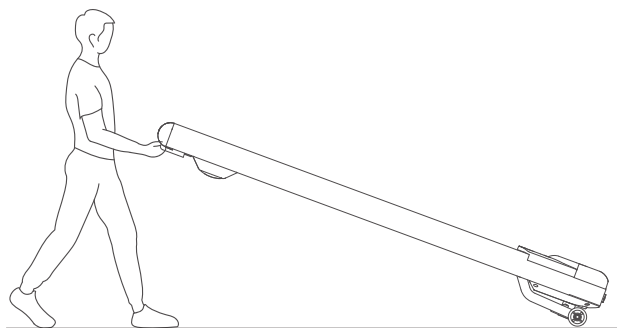
When there is no activity for more than 10 minutes after stopping, the system will shut down all displays and enter sleep mode. Press any key to awaken.

V. Displayed and Settable Exercise Parameters:

Parameter	Initial	Display Range
Speed	1.0	1.0-6.0
Time	30:00	0:00-99:59
Distance	3.00	0.00-99.99
Calories	500.0	0.0-999.0

VI. Moving and Transporting:

If transportation is required, please disconnect the power cord first, lift the rear end of the machine, and then move it.



VII. Storage:

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

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.

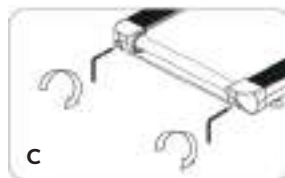
2. If the running belt is to the right, unplug the safety lock and power switch, turn the right adjusting bolt 1/4 turn in clockwise direction, insert the power switch and safety lock, run the treadmill and observe the running belt deviation. Repeat the above steps until the running belt is centered. 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.



TROUBLESHOOTING

Fault Code	Troubleshooting
E01--Electronic Panel Communication Failure	1.Check the communication line between the electronic panel and the motor controller for integrity and reliability. 2.If the error persists, check if the motor connections are normal. Please contact customer support or a professional technician for assistance.
E02--Voltage Abnormality	1.Check if the voltage is within the operating range. 2.Power off and restart. 3.If the error persists, check if the motor connections are normal. Please contact customer support or a professional technician for assistance.
E03--Sensor Signal Abnormality	1.Check if the sensor is inserted correctly or if the magnetic sensor is damaged. 2.If the error persists, check if the motor connections are normal. Please contact customer support or a professional technician for assistance.
E05--Over Current Protection	1.Check if the current is within the operating range. 2.Power off and restart. 3.If the error persists, consider replacing the controller. Please contact customer support or a professional technician for assistance.
E06--Controller Internal Self-Test Error	1.Check whether the power wiring connects normally. 2.If the error persists, consider replacing the controller. Please contact customer support or a professional technician for assistance.
E07-Data Abnormality	The controller is operating abnormally. If the error persists, consider replacing the controller. Please contact customer support or a professional technician for assistance.
E08-EEPROM Damage	The controller is operating abnormally. If the error persists, consider replacing the controller. Please contact customer support or a professional technician for assistance.

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.

APP SETUP INSTRUCTION

Download and use of MERACH

Our customer can get a 180-day MERACH membership. Please contact us through support@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-T14-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).



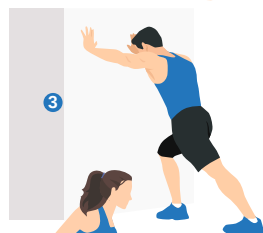
2. Seated hamstring stretch

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).



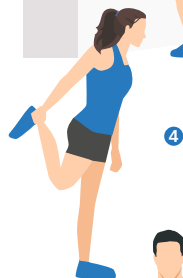
3. Calf and Achilles tendon stretch

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).



WARRANTY INFORMATION

Product Name	MERACH Treadmill
Model	MR-T14
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:

US/CA ☎ **1- (877) 3563730 Mon-Fri 8am-5pm(PST)**

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-T14 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.

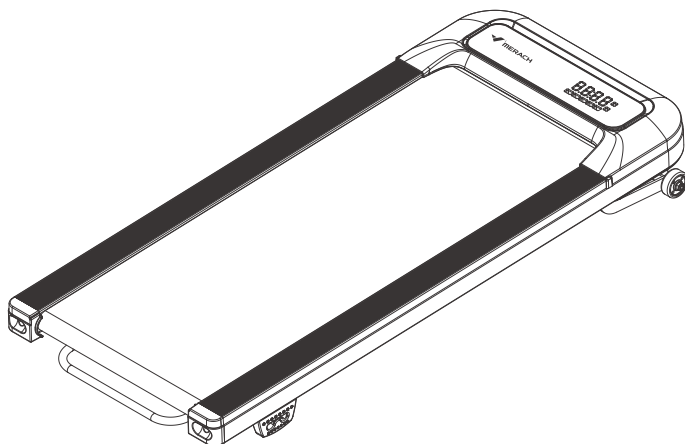
Manufactured by:

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

TECHNISCHE DATEN

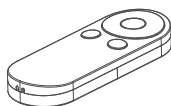
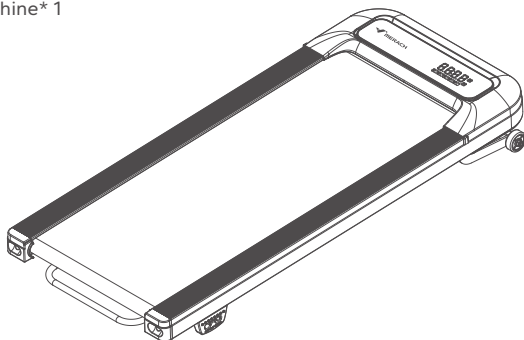


Produktname:	MERACH-Laufband
Modell:	MR-T14
Spannung:	220-240 V~50/60 Hz
Maximale Leistung:	2,5 PS
Lauffläche:	400 x 1020 mm
Geschwindigkeitsbereich:	1-6 km/h
Maximale Tragfähigkeit:	120 kg
Nettogewicht:	25 kg
Produktabmessungen:	1240 * 530 * 165 mm

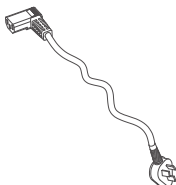
LIEFERUMFANG

Check if all parts and accessories are

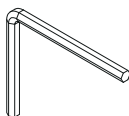
Hauptmaschine* 1



Fernbedienung * 1



Netzkabel * 1



Innensechskantschlüssel * 1



Bedienungsanleitung * 1

GEBRAUCHSANWEISUNG



I. Fenster und Tastenbeschreibungen:

"NCLINE(INC)" Fenster: zeigt den Wert der Steigung an.

"SPEED(SPD)" Fenster: zeigt den Wert der Geschwindigkeit an.

"TIME(TIME)" Fenster: zeigt den Wert der Zeit an.

"DISTANCE(DIST)" Fenster: zeigt den Wert der Entfernung an.

"CALORIES(KCAL)" Fenster: zeigt die Anzahl der verbrauchten Kalorien (Kalorie) an.

Die Anzeige wechselt alle 5 Sekunden.

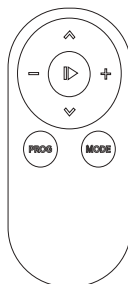
II. Fernsteuerungsfunktion:

Tastenfunktionen:

1. PROG"-Taste: Programmauswahl. Auswahlreihenfolge: Manueller Modus, P01-P03-Zyklen.

2. MODE"-Taste: Im Standby-Modus wird diese Taste zur Auswahl des Countdown-Modus verwendet.

Auswahlreihenfolge: Manueller Modus, Zeit-Countdown, Distanz-Countdown, Kalorien-Countdown, Durchlaufen der einzelnen Modi.



Anweisungen zur Bedienung des Countdown-Modus:

- Drücken Sie die Modustaste, um die gewünschte Countdown-Funktion auszuwählen. Daraufhin wird im entsprechenden Fenster der Standardwert angezeigt und blinkt.
- Drücken Sie die Tasten "⏮" und "⏭", um den gewünschten Wert einzustellen.
- Drücken Sie die Taste "▶", um zu starten.

Hinweis:

- Nach dem Countdown in Sekunden startet das Laufband mit der niedrigsten Geschwindigkeit. Durch Drücken der Tasten "⏮" und "⏭" kann die Geschwindigkeit angepasst werden.
- Wenn das Trainingsprogramm endet, blinkt das entsprechende Fenster und ein Signalton ertönt. Danach werden alle Daten auf Null zurückgesetzt und das Gerät wechselt in den Bereitschaftsmodus.

3. "⏮"-Taste:

- Wenn sich das Gerät im Bereitschaftsmodus befindet, drücken Sie kurz auf diese Taste, um das Laufband nach einem 3-sekündigen Countdown mit der niedrigsten Geschwindigkeit zu starten.
- Drücken Sie während des Trainings kurz auf diese Taste, um das Laufband bis zum Stillstand zu verlangsamen und in den Pausenmodus zu wechseln.
- Drücken und halten Sie diese Taste während des Trainings, um das Laufband zu verlangsamen und anzuhalten und in den Bereitschaftsmodus zurückzukehren.
- Drücken und halten Sie diese Taste im Bereitschaftsmodus, um alle Anzeigen auszuschalten und in den Ruhemodus zu wechseln. Drücken Sie eine beliebige Taste, um das Laufband wieder zu aktivieren.

4. "⊕"- und "⊖"-Tasten:

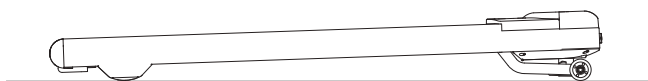
Geschwindigkeitsanpassung. Passen Sie die Geschwindigkeit während des Trainings schneller oder langsamer an und passen Sie die Parameter im Bereitschaftsmodus an.

5. "⧗"- und "⧚"-Tasten:

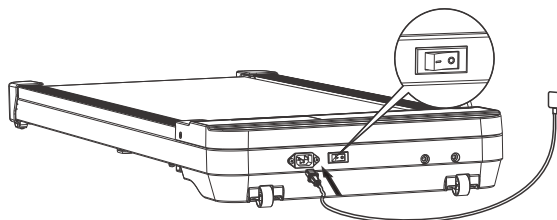
Steigungsanpassung. Passen Sie die Anzahl der Steigungssegmente während des Trainings an und passen Sie die Parameter im Bereitschaftsmodus an.

III. Gebrauchsanweisung:

1. Legen Sie das Laufband flach auf den Boden.



2. Stecken Sie das Netzkabel wie in der Abbildung gezeigt in die vordere Buchse des Laufbands, schalten Sie das Gerät ein und betätigen Sie den Netzschalter an der Vorderseite des Geräts. Das Laufband wechselt in den Bereitschaftsmodus.



3. Steuern Sie das Laufband mit der Fernbedienung.

Vorsichtsmaßnahmen beim Training:

1. Tragen Sie immer Sportschuhe.
2. Verwenden Sie das Gerät nicht auf unebenen Oberflächen.
3. Gehen Sie nicht auf dem Laufband auf und ab, während es in Bewegung ist.
4. Das Laufband sollte nur von einer Person verwendet werden.
5. Nehmen Sie keine Haustiere mit auf das Laufband.
6. Vermeiden Sie seitliche Bewegungen.
7. Kinder müssen bei der Benutzung beaufsichtigt werden.
8. Bewegen Sie sich nicht rückwärts.
9. Halten Sie den Blick gerade, um Schwindelgefühle zu vermeiden.
10. Treten Sie nicht auf die Abdeckung des Laufbands.
11. Halten Sie Füße, Hände und Finger von beweglichen Teilen fern.

IV. Schlaffunktion:

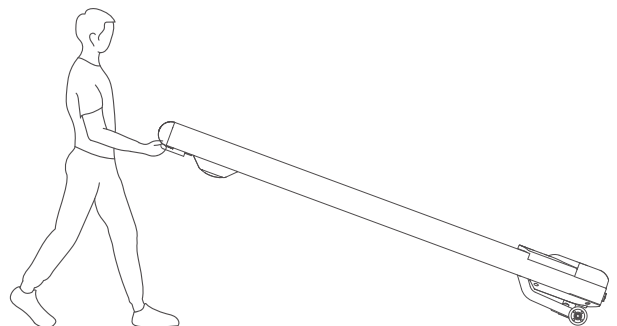
Wenn nach dem Anhalten länger als 4 Minuten keine Aktivität stattfindet, schaltet das System alle Anzeigen aus und wechselt in den Ruhemodus. Drücken Sie eine beliebige Taste, um das Gerät wieder in den Betriebsmodus zu versetzen.

V. Anzeigte und einstellbare Trainingsparameter:

Parameter	Anfang	Anzeigebereich
Geschwindigkeit	1.0	1.0-6.0
Zeit	30:00	0:00-99:59
Distanz	3.00	0.00-99.99
Kalorien	500.0	0.0-999.0

VI. Bewegen und Transportieren:

Wenn ein Transport erforderlich ist, ziehen Sie bitte zuerst das Netzkabel ab, heben Sie das hintere Ende der Maschine an und bewegen Sie sie dann.



VII. Lagerung:

1. Stellen Sie die Maschine auf eine ebene Fläche.
2. Lagern Sie die Maschine nicht aufrecht, umgedreht oder seitlich, um Schäden zu vermeiden.

EINSTELLUNG DES LAUFGURTS

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 Schlupfphänomenen 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.



FEHLERBEHEBUNG

Fehlercode	Fehlerbehebung
E01-Ausfall des elektronischen Bedienfelds	1. Überprüfen Sie die Kommunikationsleitung zwischen dem elektronischen Bedienfeld und der Motorsteuerung auf Unversehrtheit und Zuverlässigkeit. 2. Wenn der Fehler weiterhin besteht, überprüfen Sie, ob die Motoranschlüsse normal sind. Wenden Sie sich an den Kundendienst oder einen professionellen Techniker, um Unterstützung zu erhalten.
E02-Spannungsanomalie	1. Prüfen Sie, ob die Spannung innerhalb des Betriebsbereichs liegt. 2. Schalten Sie das Gerät aus und starten Sie es neu. 3. Wenn der Fehler weiterhin besteht, prüfen Sie, ob die Motoranschlüsse normal sind. Wenden Sie sich an den Kundendienst oder einen professionellen Techniker, um Unterstützung zu erhalten.
E03--Sensorsignal-Anomalie	1. Überprüfen Sie, ob der Sensor richtig eingesetzt ist oder ob der Magnetsensor beschädigt ist. 2. Wenn der Fehler weiterhin besteht, überprüfen Sie, ob die Motoranschlüsse normal sind. Wenden Sie sich an den Kundendienst oder einen professionellen Techniker, um Unterstützung zu erhalten.
E05--Überstromschutz	1. Prüfen Sie, ob der Strom innerhalb des Betriebsbereichs liegt. 2. Schalten Sie das Gerät aus und starten Sie es neu. 3. Wenn der Fehler weiterhin besteht, sollten Sie den Controller austauschen. Wenden Sie sich an den Kundendienst oder einen professionellen Techniker, um Unterstützung zu erhalten.
E06 – Interner Selbsttestfehler des Controllers	1. Prüfen Sie, ob die Stromkabel ordnungsgemäß angeschlossen sind. 2. Wenn der Fehler weiterhin besteht, sollten Sie den Controller austauschen. Wenden Sie sich an den Kundendienst oder einen professionellen Techniker, um Unterstützung zu erhalten.
E07-Datenanomalie	Der Controller funktioniert nicht ordnungsgemäß. Wenn der Fehler weiterhin besteht, sollten Sie den Controller austauschen. Wenden Sie sich an den Kundendienst oder einen professionellen Techniker, um Unterstützung zu erhalten.
E08-EEPROM-Schaden	Der Controller funktioniert nicht ordnungsgemäß. Wenn der Fehler weiterhin besteht, sollten Sie den Controller austauschen. Wenden Sie sich an den Kundendienst oder einen professionellen Techniker, um Unterstützung zu erhalten.

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.

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@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.

Download und Nutzung 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-T14-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

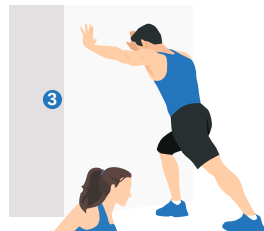
Setzen Sie sich mit einem Bein gerade hin. Positionieren Sie das andere Bein so, dass es eng an der Innenseite des geraden Beins anliegt. Versuchen Sie, Ihre Füße mit Ihrer Hand zu berühren. Halten Sie die Position für 10-15 Sekunden und entspannen Sie sich dann.

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).



GARANTIEINFORMATIONEN

Produktname	MERACH Laufband
Modell	MR-T14
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.

US/CA : 1- (877) 3563730 Mon-Fri 8am-5pm (PST)

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.



Avant de commencer tout entraînement, veuillez consulter votre médecin, en particulier pour les personnes âgées de plus de 35 ans ou ayant des problèmes de santé préexistants. Veuillez lire toutes les instructions avant d'utiliser la machine.



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-T14 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.

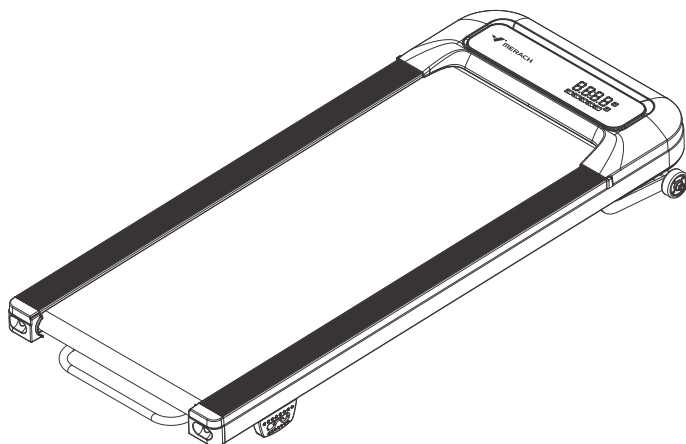


En tant qu'utilisateur final, vous êtes obligés par la loi à déposer les piles usagées pour leur recyclage. Vous pouvez déposer les piles usagées dans les lieux de collecte publics dans votre commune ou partout où les piles de ce type sont vendues.

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

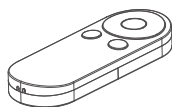
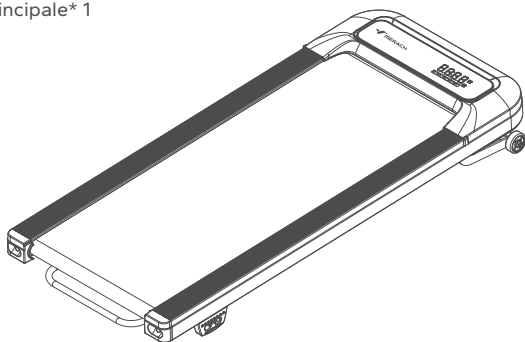
INFORMATIONS TECHNIQUES



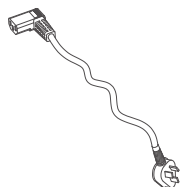
Nom du produit :	Tapis de course MERACH
Modèle :	MR-T14
Tension :	220-240V~50/60Hz
Puissance maximale :	2.5HP
Surface de course :	400*1020mm
Plage de vitesse :	1-6km/h
Capacité de poids maximale :	265lbs
Poids net :	25kg
Dimensions du produit :	1240*530*165mm

CONTENU

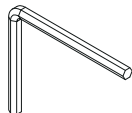
Machine principale* 1



Télécommande * 1



Cordon
d'alimentation * 1



Clé hexagonale
intérieure * 1



Manuel d'utilisation * 1

CONSIGNES D'UTILISATION DU PRODUIT



I. Description des fenêtres et des touches :

Fenêtre " INCLINE(INC) " : affiche la valeur de la ncline.

Fenêtre " VITESSE(SPD) " : affiche la valeur de la vitesse.

Fenêtre " TEMPS(TIME) " : affiche la valeur du temps.

Fenêtre " DISTANCE(DIST) " : affiche la valeur de la distance.

Fenêtre " CALORIES(KCAL) " : affiche le nombre de calories consommées (calorie).

L'affichage alterne toutes les 5 secondes.

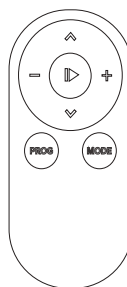
II.Fonction de la télécommande :

Fonctions des boutons :

1. Bouton " PROG " : Choix du programme. Séquence de sélection : Mode manuel, cycles P01-P03.

2. MODE"-Taste: Bouton " MODE " : En mode veille, ce bouton est destiné à sélectionner le mode de compte à rebours.

Séquence de sélection : Mode manuel, compte à rebours du temps, compte à rebours de la distance, compte à rebours des calories, en passant par chaque mode.



Instructions de fonctionnement du mode compte à rebours :

- Appuyez sur le bouton de mode pour sélectionner la fonction de compte à rebours souhaitée ; la fenêtre correspondante affiche alors la valeur par défaut et clignote.
- Appuyez sur les touches " + " et " - " pour régler la valeur souhaitée.
- Appuyez sur la touche " ▶ " pour démarrer.

Remarque :

- Après le démarrage de l'appareil, vous pouvez utiliser les touches.
- Après le compte à rebours en secondes, le tapis roulant commence à fonctionner à partir de la vitesse la plus basse. Appuyez sur les touches " + " et " - " pour régler la vitesse.
- Lorsque l'exercice en mode se termine, la fenêtre correspondante clignote et un signal sonore retentit. Ensuite, toutes les données sont remises à zéro et l'appareil passe en mode veille.

Bouton " ▶ " :

- En mode d'attente, appuyez brièvement sur ce bouton et le tapis roulant commencera à fonctionner à partir de la vitesse la plus basse après un compte à rebours de 3 secondes.
- Pendant l'exercice, appuyer brièvement sur ce bouton pour ralentir le tapis roulant jusqu'à l'arrêt et passer en mode pause.
- Pendant l'exercice, appuyez sur ce bouton et maintenez-le enfoncé pour ralentir le tapis roulant jusqu'à l'arrêt et revenir au mode d'attente.
- En mode veille, appuyez sur ce bouton et maintenez-le enfoncé pour éteindre tous les écrans et passer en mode veille. Appuyez sur n'importe quel bouton pour réveiller le tapis roulant.

4. Boutons " + " et " - " :

Réglage de la vitesse. Réglez la vitesse plus ou moins rapidement pendant l'exercice, et réglez les paramètres en mode veille.

5. Boutons " ^ " et " v " :

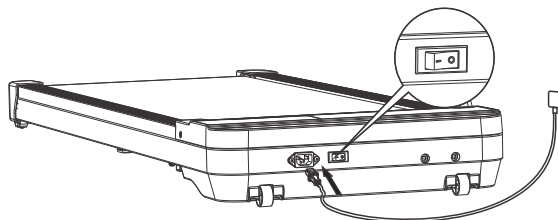
Réglage de l'inclinaison. Réglez le nombre de segments d'inclinaison pendant l'exercice et réglez les paramètres en mode veille.

III. Consignes d'utilisation :

1. Placez le tapis roulant à plat sur le sol.



2. Comme le montre le schéma, branchez le cordon d'alimentation dans la prise avant du tapis de course, mettez l'appareil sous tension et actionnez l'interrupteur d'alimentation situé à l'avant de l'appareil. Le tapis roulant passe en mode d'attente.



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

Précautions pour l'exercice :

1. Portez toujours des chaussures de sport.
2. Ne pas utiliser sur des surfaces irrégulières.
3. Ne pas monter ou descendre sur le tapis roulant lorsqu'il est en mouvement.
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 pendant l'utilisation.
8. Ne faites pas de mouvements vers l'arrière.
9. Maintenez votre regard à l'horizontale pour éviter les vertiges.
10. Ne pas marcher sur la housse du tapis roulant.
11. Gardez les pieds, les mains et les doigts à l'écart des pièces mobiles.

IV. Fonction de mise en veille :

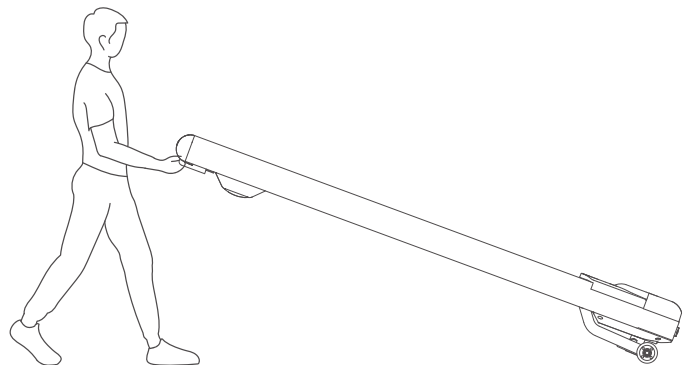
Si aucune activité n'a lieu pendant plus de 4 minutes après l'arrêt, le système éteint tous les écrans et passe en mode veille. Appuyez sur n'importe quelle touche pour l'activer.

V. Paramètres d'exercice affichés et réglables :

Paramètre	initiale	Plage d'affichage
Vitesse	1.0	1.0-6.0
Temps 3	0:00	0:00-99:59
Distance	3.00	0.00-99.99
Calories	500.0	0.0-999.0

VI. Déplacement et Transport :

En cas de transport, débranchez d'abord le cordon d'alimentation, soulevez l'arrière de la machine, puis déplacez-la.



VII. Stockage :

1. Placez la machine sur une surface plane.
2. Ne rangez pas la machine à la verticale, à l'envers ou sur le côté pour éviter de l'endommager.

RÉGLAGE DE LA COURROIE DE TRANSMISSION

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..

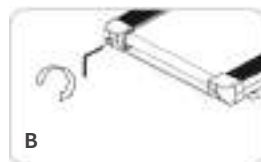
Recentrage de la courroie du tapis roulant

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.



DÉPANNAGE

Code d'erreur	Dépannage
E01 - Échec de la communication avec le panneau électronique	1. vérifiez que la ligne de communication entre le panneau électronique et le contrôleur de moteur est intègre et fiable. 2. si l'erreur persiste, vérifiez que les connexions du moteur sont normales. Veuillez contacter le service clientèle ou un technicien professionnel pour obtenir de l'aide.
E02-Anomalie de tension	1 Vérifiez que la tension se situe dans la plage de fonctionnement. 2. Mettez l'appareil hors tension et redémarrez-le. 3. Si l'erreur perdure, vérifiez que les connexions du moteur sont normales. Veuillez prendre contact avec le service clientèle ou un technicien professionnel pour obtenir de l'aide.
E03--Anomalie du signal du capteur	1. Vérifiez si le capteur est inséré correctement ou si le capteur magnétique est endommagé. 2. Si l'erreur persiste, vérifiez que les connexions du moteur sont normales. Veuillez contacter le service clientèle ou un technicien professionnel pour obtenir de l'aide.
E05--Protection contre les surintensités	1 Vérifiez que le courant se trouve dans la plage de fonctionnement. 2. Mettez le moteur hors tension et redémarrez-le. 3 Si l'erreur persiste, pensez à remplacer le contrôleur. Veuillez contacter le service clientèle ou un technicien professionnel pour obtenir de l'aide.
E06--Erreur d'auto-test interne du contrôleur	1 Vérifiez que le câblage d'alimentation se connecte normalement. 2. Si l'erreur persiste, envisagez de remplacer le contrôleur. Veuillez contacter le service clientèle ou un technicien professionnel pour obtenir de l'aide.
E07-Anomalie des données	Le contrôleur fonctionne de manière anormale. Si l'erreur persiste, envisagez de remplacer le contrôleur. Contactez le service clientèle ou un technicien professionnel pour obtenir de l'aide.
E08-Dommage de l'EEPROM	Le contrôleur fonctionne de manière anormale. Si l'erreur persiste, envisagez de remplacer le contrôleur. Veuillez contacter le service clientèle ou un technicien professionnel pour obtenir de l'aide.

ENTRETIEN DE L'APPAREIL

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.

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@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-T14-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).



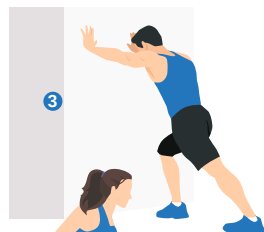
2. Étirement des ischio-jambiers en position assise

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).



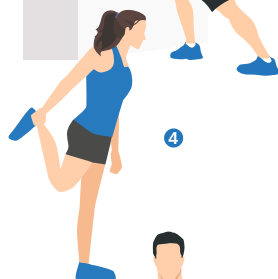
3. Étirement du mollet et du tendon d'Achille

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).



INFORMATIONS SUR LA GARANTIE

Nom du produit	Tapis de course MERACH
Modèle	MR-T14
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**

US/CA : 1- (877) 3563730 Mon-Fri 8am-5pm (PST)

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.



Avant de commencer tout entraînement, veuillez consulter votre médecin, en particulier pour les personnes âgées de plus de 35 ans ou ayant des problèmes de santé préexistants. Veuillez lire toutes les instructions avant d'utiliser la machine.



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-T14 es conforme con la Directiva 2014/53/UE.
- El texto completo 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.

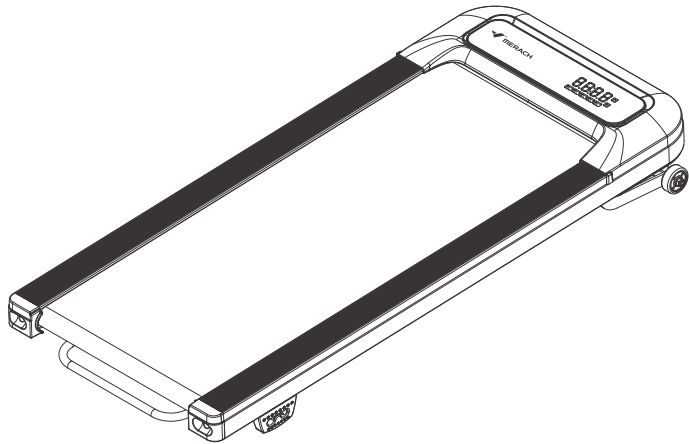
Manufactured by:

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

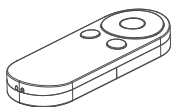
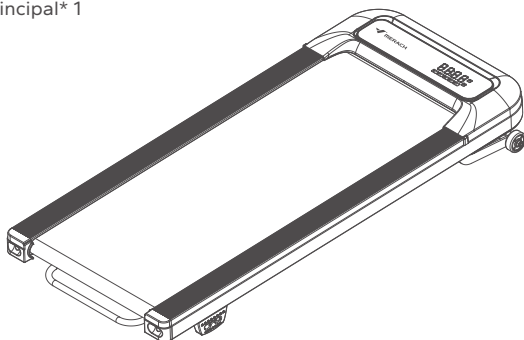
DATOS TÉCNICOS



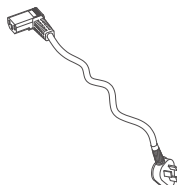
Nombre del producto:	Cinta de correr MERACH
Modelo:	MR-T14
Tensión:	220-240V~50/60Hz
Potencia máxima:	2,5 CV
Superficie de la cinta:	400*1020mm
Rango de velocidad:	1-6km/h
Capacidad de carga máxima:	120kg
Peso neto:	25kg
Dimensiones del producto:	1240*530*165mm

VOLUMEN DE SUMINISTRO

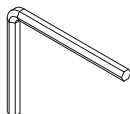
Máquina principal* 1



Mando a distancia * 1



Cable de alimentación * 1



Llave hexagonal * 1



Manual de usuario * 1

INSTRUCCIONES DE FUNCIONAMIENTO



I. Ventanas y descripciones de los botones:

"NCLINE(INC)" **Ventana:** muestra el valor de la pendiente.

"SPEED(SPD)" **Ventana:** muestra el valor de la velocidad.

"TIME(TIME)" **Ventana:** muestra el valor de la hora.

"DISTANCE(DIST)" **Ventana:** muestra el valor de la distancia.

"CALORIES(KCAL)" **Ventana:** muestra el número de calorías consumidas (calorías).

La pantalla cambia cada 5 segundos.

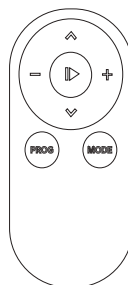
II. Función de control remoto:

Funciones de los botones:

1. Botón «PROG»: Selección del programa. Secuencia de selección: Modo manual, ciclos P01-P03.

2. Botón «MODE»: En modo de espera, este botón se utiliza para seleccionar el modo de cuenta atrás.

Secuencia de selección: Modo manual, cuenta atrás de tiempo, cuenta atrás de distancia, cuenta atrás de calorías, ciclo a través de los modos individuales.



Instrucciones para utilizar el modo de cuenta atrás:

- Pulse el botón Modo para seleccionar la función de cuenta atrás deseada. A continuación, el valor predeterminado aparece en la ventana correspondiente y parpadea.
- Pulse los botones « $\frac{1}{2}$ » y « $\frac{1}{4}$ » para ajustar el valor deseado.
- Pulse el botón « $\gg$ » para comenzar.

Nota:

- Tras la cuenta atrás en segundos, la cinta arranca a la velocidad más baja. La velocidad puede ajustarse pulsando los botones « $\frac{1}{2}$ » y « $\frac{1}{4}$ ».
- Cuando finaliza el programa de entrenamiento, la ventana correspondiente parpadea y suena una señal acústica. A continuación, todos los datos se ponen a cero y el aparato pasa al modo de espera.

botón de« $\gg$ »

- Si el aparato está en modo de espera, pulse brevemente este botón para poner en marcha la cinta de correr a la velocidad más baja tras una cuenta atrás de 3 segundos.
- Pulse brevemente este botón durante el entrenamiento para reducir la velocidad de la cinta de correr hasta detenerla y pasar al modo de pausa.
- Mantenga pulsado este botón durante el entrenamiento para reducir la velocidad y detener la cinta de correr y volver al modo de pausa.
- Mantenga pulsado este botón en el modo de espera para apagar todas las pantallas y pasar al modo de reposo. Pulse cualquier botón para reactivar la cinta de correr.

4. Botones «+» y «-»:

Ajuste de la velocidad. Ajuste la velocidad más rápida o más lenta durante el entrenamiento y ajuste los parámetros en modo de espera.

5. Botones «^» e «v»:

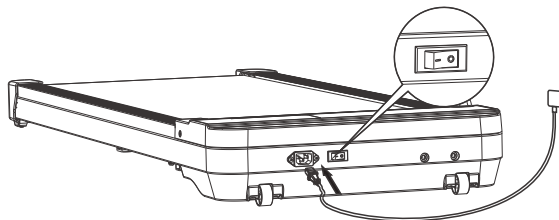
Ajuste de la inclinación. Ajuste el número de segmentos de inclinación durante el entrenamiento y ajuste los parámetros en modo de espera.

III. Instrucciones de uso:

1. Coloque la cinta de correr plana sobre el suelo.



2. Enchufe el cable de alimentación en la toma frontal de la cinta de correr como se muestra en la ilustración, encienda el aparato y pulse el interruptor de encendido situado en la parte frontal del aparato. La cinta de correr pasará al modo de espera.



3. Controle la cinta de correr con el mando a distancia.

Precauciones durante el entrenamiento:

1. Utilice siempre calzado deportivo.
2. No utilice el aparato en superficies irregulares.
3. No suba y baje de la cinta de correr mientras esté en movimiento.
4. La cinta de correr sólo debe ser utilizada por una persona.
5. No suba mascotas a la cinta de correr.
6. Evite los movimientos laterales.
7. Los niños deben ser supervisados cuando utilicen la cinta de correr.
8. No se mueva hacia atrás.
9. Mantenga la vista recta para evitar mareos.
10. No pise la cubierta de la cinta de correr.
11. Mantenga los pies, las manos y los dedos alejados de las piezas móviles.

IV. Función de reposo:

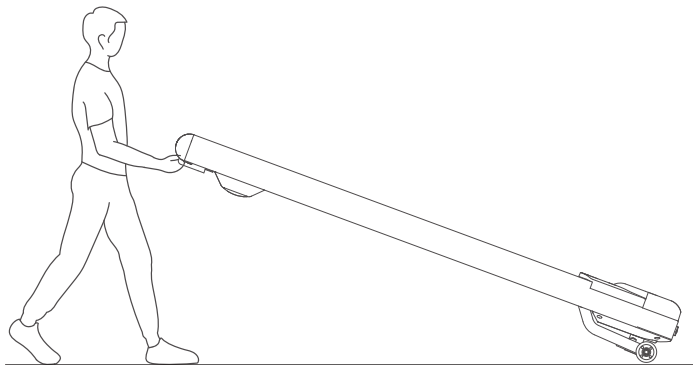
Si no hay actividad durante más de 4 minutos después de detenerse, el sistema apaga todas las pantallas y pasa al modo de reposo. Pulse cualquier botón para que el aparato vuelva al modo de funcionamiento.

V. Parámetros de entrenamiento visualizados y ajustables:

Parámetros	Inicio	Área de visualización
Velocidad	1.0	1.0-6.0
Tiempo	30:00	0:00-99:59
Distancia	3.00	0.00-99.99
Calorías	500.0	0.0-999.0

VI. Mover y transportar:

Si es necesario transportarla, desconecte primero el cable de alimentación, levante la parte trasera de la máquina y desplácela.



VII. Almacenamiento:

1. Coloque la máquina sobre una superficie nivelada.
- 2 Para evitar daños, no guarde la máquina en posición vertical, boca abajo o de lado.

AJUSTE DE LA CINTA DE CORRER

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."



RESOLUCIÓN DE PROBLEMAS

Código de fallo	Solución de problemas
E01-Fallo del panel de control electrónico	1.Compruebe la integridad y fiabilidad de la línea de comunicación entre el panel de control electrónico y el controlador del motor. 2.Si el fallo persiste, compruebe si las conexiones del motor son normales. Póngase en contacto con el servicio de atención al cliente o con un técnico profesional para obtener ayuda.
E02 Anomalía de tensión	1. Compruebe si la tensión está dentro del rango de funcionamiento 2. Apague el aparato y vuelva a ponerlo en marcha. 3. Si el error persiste, compruebe si las conexiones del motor son normales. Póngase en contacto con el servicio de atención al cliente o con un técnico profesional para obtener ayuda.
E03--Anomalía en la señal del sensor	1. Compruebe si el sensor está insertado correctamente o si el sensor magnético está dañado. 2. Si el error persiste, compruebe si las conexiones del motor son normales. Póngase en contacto con el servicio de atención al cliente o con un técnico profesional para obtener ayuda.
E05--Protección contra sobrecorriente	1. Compruebe si la corriente está dentro del rango de funcionamiento. 2. Apague el aparato y vuelva a encenderlo. 3. Si el error persiste, sustituya el controlador. Póngase en contacto con el servicio de atención al cliente o con un técnico profesional para obtener ayuda.
E06--Error de autotest interno del controlador	1. Compruebe que los cables de alimentación están bien conectados. 2. Si el error persiste, debe sustituir el controlador. Póngase en contacto con el servicio de atención al cliente o con un técnico profesional para obtener ayuda.
E07-Anomalía de datos	El controlador no funciona correctamente. Si el error persiste, debe sustituir el controlador. Póngase en contacto con el servicio de atención al cliente o con un técnico profesional para obtener ayuda
E08-EEPROM dañada	El controlador no funciona correctamente. Si el error persiste, debe sustituir el controlador. Póngase en contacto con el servicio de atención al cliente o con un técnico profesional para obtener ayuda.

INSTRUCCIONES DE 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.

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@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-T14-XXXX".

EJERCICIOS DE 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).



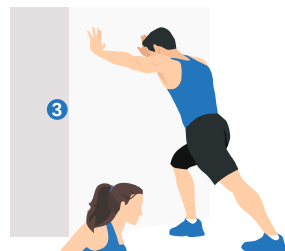
2. Estiramiento de los tendones sentado

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).



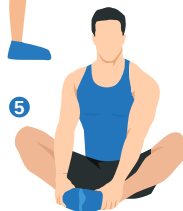
4. Estiramiento de cuádriceps

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).



INFORMACIÓN SOBRE LA GARANTÍA

Nombre del producto	Cinta de correr MERACH
Modelo	MR-T14
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**.

US/CA : 1- (877) 3563730 Mon-Fri 8am-5pm (PST)

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 PER LA 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-T14 è conforme 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.

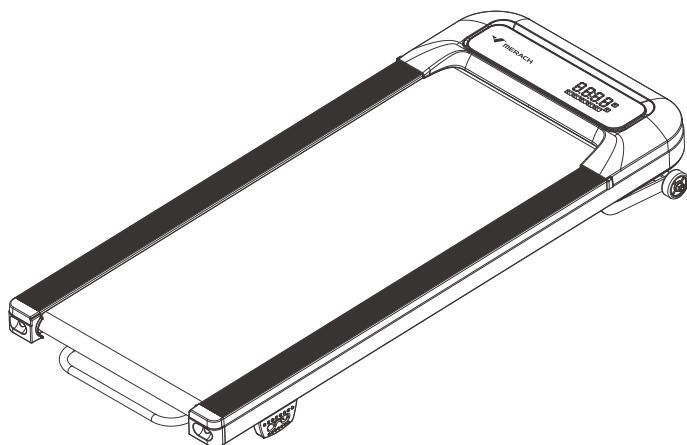
Manufactured by:

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

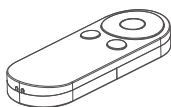
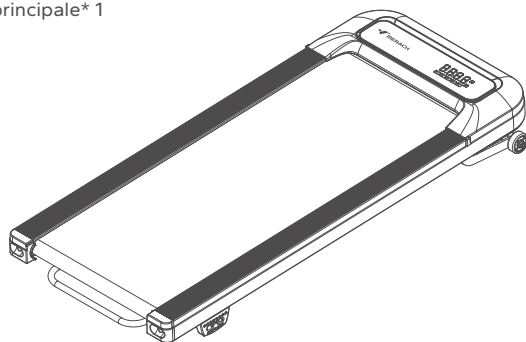
DETTAGLI TECNICI



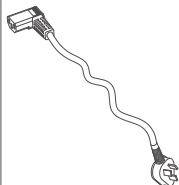
Nome del prodotto:	Cinta de correr MERACH
Modello:	MR-T14
Tensione:	220-240V~50/60Hz
Potenza massima:	2.5HP
Area di corsa:	400*1020mm
Gamma di velocità:	1-6 km/h
Capacità massima di peso:	120kg
Peso netto:	25kg
Dimensioni del prodotto:	1240*530*165mm

ELENCO DEGLI IMBALLAGGI

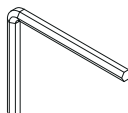
Macchina principale* 1



Telecomando * 1



Cavo di alimentazione * 1



Chiave esagonale interna * 1



Manuale d'uso * 1

ISTRUZIONI SULL'USO DEL PRODOTTO



I. Descrizione della finestra e della chiave:

Finestra "NCLINE(INC)": visualizza il valore di ncline.

Finestra "SPEED(SPD)": visualizza il valore della velocità.

Finestra "TIME(TIME)": visualizza il valore del tempo.

Finestra "DISTANCE(DIST)": visualizza il valore della distanza.

Finestra "CALORIES(KCAL)": visualizza il numero di calorie consumate (caloria).

La visualizzazione si alterna ogni 5 secondi.

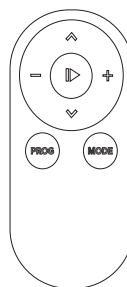
II. Funzione del telecomando:

Funzioni dei pulsanti:

1. Pulsante "PROG": Selezione del programma. Sequenza di selezione: Modalità manuale, cicli P01-P03.

2. Pulsante "MODE": In modalità standby, questo pulsante viene utilizzato per selezionare la modalità conto alla rovescia.

Sequenza di selezione: Modalità Manuale, Conto alla rovescia del tempo, Conto alla rovescia della distanza, Conto alla rovescia delle calorie, scorrendo ogni modalità.



Istruzioni per il funzionamento della modalità Conto alla rovescia:

- Premere il pulsante della modalità per selezionare la funzione di conto alla rovescia desiderata, a questo punto la finestra corrispondente visualizza il valore predefinito e lampeggia.
- Premare i tasti "⏮" e "⏭" per regolare il valore desiderato.
- Premare il pulsante "▶" per iniziare.

Nota:

- Dopo il conto alla rovescia in secondi, il tapis roulant inizia a correre dalla velocità più bassa. Premendo i tasti "⏮" e "⏭" può regolare la velocità.
- Quando l'allenamento in modalità termina, la finestra corrispondente lampeggia e viene emesso un segnale acustico. Dopodiché, tutti i dati verranno azzerati e si entrerà in modalità standby.

Pulsante "▶":

- Quando è in modalità standby, premare brevemente questo pulsante e il tapis roulant inizierà a correre dalla velocità più bassa dopo un conto alla rovescia di 3 secondi.
- Durante l'allenamento, premare brevemente questo pulsante per rallentare il tapis roulant fino a fermarsi ed entrare in modalità pausa.
- Durante l'allenamento, tenga premuto questo pulsante per rallentare il tapis roulant fino all'arresto e tornare alla modalità standby.
- In modalità standby, tenga premuto questo pulsante per spegnere tutti i display ed entrare in modalità sleep. Premare qualsiasi pulsante per risvegliare il tapis roulant.

4. Pulsanti “+” e “-”:

Regolazione della velocità. Regola la velocità più velocemente o più lentamente durante l'allenamento e regola i parametri in modalità standby.

5. Pulsanti “^” e “v”:

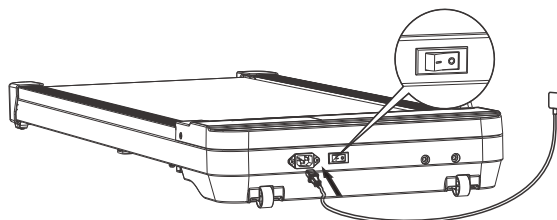
Regolazione dell'inclinazione. Regola il numero di segmenti di inclinazione durante l'allenamento e regola i parametri in modalità standby.

III. Istruzioni per il funzionamento:

1. Posizionare il tapis roulant in piano sul terreno.



2. Come indicato nella figura, collegare il cavo di alimentazione alla presa anteriore del tapis roulant, accendere l'apparecchio e inserire l'interruttore di alimentazione sul lato anteriore. Il tapis roulant entra in modalità standby.



3. Controllare il tapis roulant con il telecomando.

Precauzioni per l'allenamento:

1. Indossare sempre scarpe sportive.
2. Non utilizzare su superfici irregolari.
3. Non salire o scendere dal tapis roulant mentre è in funzione.
4. Il tapis roulant deve essere utilizzato da una sola persona alla volta.
5. Non portare animali domestici sul tapis roulant.
6. Evitare i movimenti laterali.
7. I bambini devono essere sorvegliati durante l'uso.
8. Non spostarsi all'indietro.
9. Mantenere lo sguardo basso per evitare le vertigini.
10. Non calpestare la copertura del tapis roulant.
11. Tenere piedi, mani e dita lontani dalle parti in movimento.

IV. Funzione Sleep:

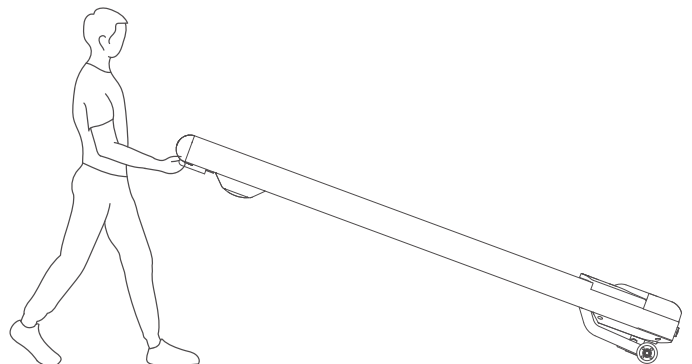
Quando non si verifica alcuna attività per più di 4 minuti dopo l'arresto, il sistema spegne tutti i display ed entra in modalità sleep. Premere un tasto qualsiasi per risvegliarsi.

V. Parametri dell'allenamento visualizzati e impostabili:

Parametro	Inicio	Área de visualización
Velocità	1.0	1.0-6.0
Tempo	30:00	0:00-99:59
Distanza	3.00	0.00-99.99
Calorie	500.0	0.0-999.0

VI. Spostamento e trasporto:

In caso di trasporto, scollegare prima il cavo di alimentazione, sollevare la parte posteriore della macchina e spostarla.



VII. Conservazione:

1. Posizionare la macchina su una superficie piana.
2. Per evitare danni, non riporre la macchina in posizione verticale, capovolta o laterale.

REGOLAZIONE DELLA CINGHIA DI TRASMISSIONE

1. Per una migliore manutenzione del tapis roulant motorizzato e per prolungarne la durata, si consiglia di spegnere l'apparecchio dopo 1,5 ore di utilizzo continuo e di lasciarlo riposare per 10 minuti prima di utilizzarlo nuovamente.
2. Se la cinghia di corsa è troppo allentata, si verificherà un fenomeno di slittamento durante la corsa, mentre se è troppo tesa, un serraggio eccessivo può ridurre le prestazioni del motore e aumentare l'usura del rullo e della cinghia di corsa. Quando la cinghia di scorrimento è adatta all'allentamento o al serraggio, è possibile sollevare manualmente entrambi i lati della cinghia di scorrimento dalla pedana di scorrimento per circa 50-75 mm.

Centratura della cinghia del tapis roulant

1. Posizionare il tapis roulant su una superficie piana. Far girare il tapis roulant a circa 4-5 km/h e osservare la deviazione del nastro di corsa.

2. Se il nastro di corsa è a destra, scollegare il blocco di sicurezza e l'interruttore di alimentazione, ruotare 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 del nastro di corsa. Ripetere le operazioni sopra descritte finché il nastro di corsa non è centrato. Figura A.



3. Se il nastro di corsa è spostato a sinistra, scollegare il blocco di sicurezza e l'interruttore di alimentazione, ruotare 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 del nastro di corsa. Ripetere le operazioni sopra descritte finché il nastro di corsa non è centrato. Figura B.



4. Il nastro del tapis roulant si allenta dopo le regolazioni di cui sopra o dopo un periodo di utilizzo e deve essere regolato. Scollegare il blocco di sicurezza e l'interruttore di alimentazione, ruotare i bulloni di regolazione destro e sinistro di 1/4 di giro in senso orario, ricollegare l'interruttore di alimentazione e il blocco di sicurezza, far funzionare il tapis roulant e quindi salire sul nastro di corsa per verificarne la tenuta. Ripetere le operazioni sopra descritte finché il nastro di corsa non raggiunge il giusto livello di tenuta.



RISOLUZIONE DEI PROBLEMI

Codice errore	Risoluzione dei problemi
E01-Inadeguatezza della comunicazione del pannello elettronico	1. Verificare l'integrità e l'affidabilità della linea di comunicazione tra il pannello elettronico e il controllore del motore. 2. Se l'errore persiste, verificare che i collegamenti del motore siano normali. Contattare l'assistenza clienti o un tecnico professionista per ricevere assistenza.
E02-Anormalità di tensione	1. Controllare se la tensione rientra nell'intervallo di funzionamento. 2. Spegner e riavviare. 3. Se l'errore persiste, verificare che i collegamenti del motore siano normali. Contattare l'assistenza clienti o un tecnico professionista per ricevere assistenza.
E03 - Anomalia del segnale del sensore	1. Controllare se il sensore è inserito correttamente o se il sensore magnetico è danneggiato. 2. Se l'errore persiste, verificare che i collegamenti del motore siano normali. Contattare l'assistenza clienti o un tecnico professionista per ricevere assistenza.
E05--Protezione da sovracorrente	1. Controllare se la corrente rientra nell'intervallo di funzionamento. 2. Spegner e riavviare. 3. Se l'errore persiste, si consiglia di sostituire il controllore. Contattare l'assistenza clienti o un tecnico professionista per ricevere assistenza.
E06- Errore di autotest interno del controllore	1. Verificare che il cablaggio di alimentazione sia collegato normalmente. 2. Se l'errore persiste, si consiglia di sostituire il controllore. Contattare l'assistenza clienti o un tecnico professionista per ricevere assistenza.
E07-Anormalità dei dati	Il controller funziona in modo anormale. Se l'errore persiste, si consiglia di sostituire il controllore. Contattare l'assistenza clienti o un tecnico professionista.
E08-Danneggiamento della EPROM	Il controller funziona in modo anormale. Se l'errore persiste, si consiglia di sostituire il controllore. Contattare l'assistenza clienti o un tecnico professionista.

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.

ISTRUZIONI PER LA CONFIGURAZIONE DELL'APP

Download e utilizzo di MERACH

Il nostro cliente può ottenere una membership MERACH di 180 giorni. Si prega di contattarci tramite support@merach.com dopo 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.

Download e 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-T14-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).



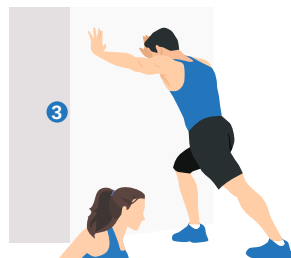
2. Stiramento dei tendini del ginocchio da seduti

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).



INFORMAZIONI SULLA GARANZIA

Nome Prodotto	Tapis roulant MERACH
Modello	MR-T14
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 18 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**.

US/CA : 1- (877) 3563730 Mon-Fri 8am-5pm (PST)

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

- 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.
- 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.

Istruzioni per la messa a terra

- 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.



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.



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 fitnessapparaat MR-T14 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.



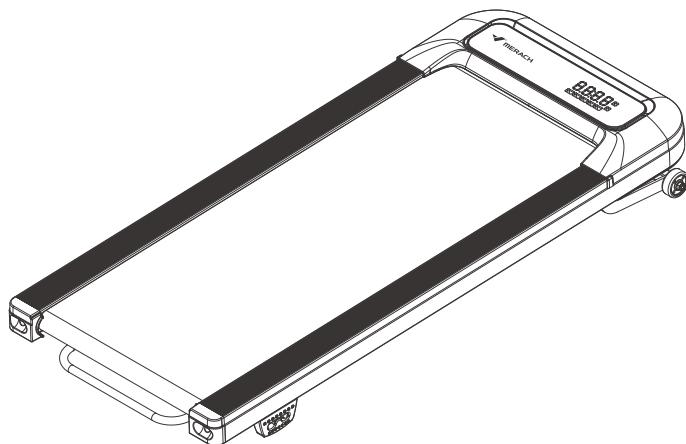
Batterijen horen niet bij het huishoudelijk afval!

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 TechnologyBuilding,
298 Weiye Road, Puyan Subdistrict, Binjiang
District, Hangzhou, Zhejiang Province, China
jingge_mrk@163.com

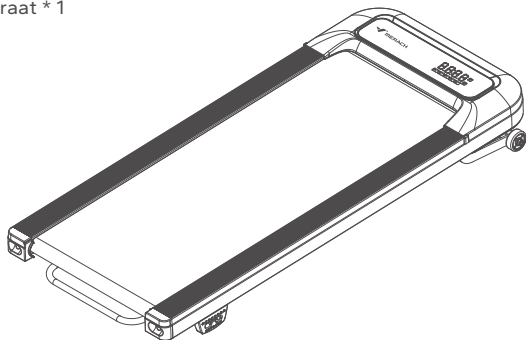
TECHNISCHE DETAILS



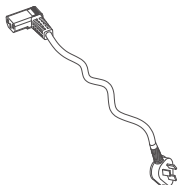
Productnaam:	MERACH Loopband
Model:	MR-T14
Spanning:	220-240V~50/60Hz
Maximale Paardekracht:	2.5HP
Loopgebied:	400*1020mm
Snelheidsbereik:	1-6 km/h
Maximaal Draagvermogen:	120kg
Nettogewicht:	25kg
Afmetingen product:	1240*530*165mm

INHOUD VERPAKKING

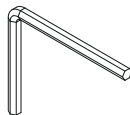
Hoofdapparaat * 1



Afstandsbediening * 1



Netsnoer * 1



Binnenzes-
kantsleutel * 1



Gebruiks-
aanwijzing * 1

GEBRUIKSISTRUCTIES PRODUCT



I. Beschrijving van het venster en de toetsen:

"NCLINE (INC)" Venster: geeft de waarde van ncline weer.

"SPEED (SPD)" Venster: geeft de waarde van de snelheid weer.

"TIJD (TIME)" Venster: geeft de waarde van de tijd weer.

"AFSTAND (DIST)" Venster: geeft de waarde van de afstand weer.

"CALORIEËN (KCAL)" Venster: geeft het aantal verbruikte calorieën (calorie) weer.

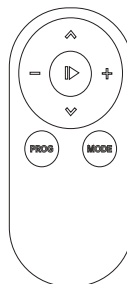
De weergave wisselt elke 5 seconden.

II. Functie Afstandsbediening:

Functies van de Toetsen:

1. **"PROG" toets:** programmaselectie. Selectievolgorde: Handmatige Modus, P01-P03 cycli.
2. **"MODUS" toets:** in stand-bymodus wordt deze toets gebruikt om de aftelmodus te selecteren.

Keuzevolgorde: Handmatige Modus, Tijd Aftellen, Afstand Aftellen, Calorieën Aftellen, waarbij elke modus wordt doorlopen.



Aftelmodus Bedieningsinstructies:

- Druk op de modustoets om de gewenste aftelfunctie te selecteren, waarna het bijbehorende venster de standaardwaarde weergeeft en knippert.
- Druk op de toetsen "⏮" en "⏭" om de gewenste waarde in te stellen.
- Druk op de toets "▶" om te starten.

Opmerking:

- Na het aftellen in seconden begint de loopband te lopen vanaf de laagste snelheid. Door op de toetsen "⏮" en "⏭" te drukken, kun je de snelheid aanpassen.
- Wanneer de modus oefening eindigt, knippert het corresponderende venster en klinkt er een waarschuwingston. Daarna worden alle data op nul gezet en wordt de stand-bymodus geactiveerd.

"▶" toets:

- Druk in de stand-bymodus kort op deze toets en de loopband begint na 3 seconden aftellen te lopen vanaf de laagste snelheid.
- Druk tijdens het sporten kort op deze toets om de loopband tot stilstand te brengen en naar de pauzestand te gaan.
- Houd deze toets tijdens het trainen ingedrukt om de loopband tot stilstand te laten komen en terug te keren naar de stand-bymodus.
- In de stand-bymodus houd je deze toets ingedrukt om alle displays uit te schakelen en naar de slaapmodus te gaan. Druk op een willekeurige toets om de loopband te activeren.

4. " + " en " = " toetsen:

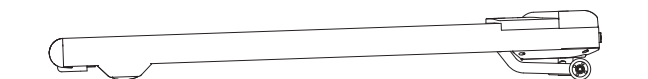
snelheidsaanpassing. Pas de snelheid aan door sneller of langzamer te gaan tijdens het trainen en pas de parameters in de stand-bystand aan.

5. " ^ " en " v " toetsen:

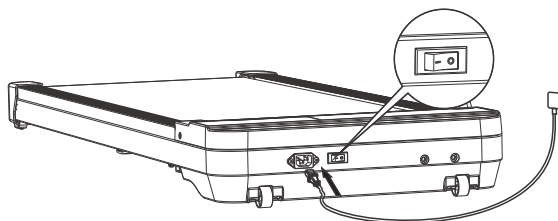
hellingshoek aanpassen. Pas het aantal hellingsegmenten aan tijdens het trainen en pas de parameters in de stand-bystand aan.

III. Bedieningsinstructies:

1. Plaats de loopband plat op 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.

IV. Sluimerstand:

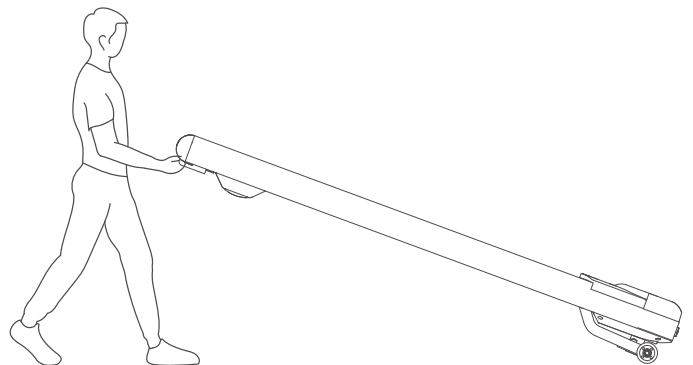
Als er langer dan 4 minuten geen activiteit is na het stoppen, schakelt het systeem alle displays uit en gaat het naar de sluimerstand. Druk op een willekeurige toets om te activeren.

V. Weergegeven en Instelbare Oefenparameters:

Parameter	Initiële	Weergave Bereik
Snelheid	1.0	1.0-6.0
Tijd	30:00	0:00-99:59
Afstand	3.00	0.00-99.99
Calorieën	500.0	0.0-999.0

VI. Verplaatsen en Vervoer:

Als het apparaat moet worden verplaatst, haal dan eerst de stekker uit het stopcontact, til de achterkant van het apparaat op en verplaats het apparaat.



VII. Opbergen:

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

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/u 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.



PROBLEMEN OPLOSSEN

Codice errore	Risoluzione dei problemi
E01- Elektronische communicatie storing	1. Controleer de communicatie tussen het elektronische paneel en de motorbesturing op integriteit en betrouwbaarheid. 2. Als de fout blijft bestaan, controleer dan of de aansluitingen van de motor in orde zijn. Neem contact op met de klantenservice of een professionele technicus voor assistentie.
E02 - Abnormale Netspanning	1. Controleer of de spanning binnen het bereik ligt. 2. Schakel uit en start opnieuw op. 3. Als de fout blijft bestaan, controleer dan of de aansluitingen van de motor in orde zijn. Neem contact op met de klantenservice of een professionele technicus voor assistentie.
E03 - Afwijking Sensorsignaal	1. Controleer of de sensor correct is geplaatst of dat de magnetische sensor beschadigd is. 2. Als de fout blijft bestaan, controleer dan of de aansluitingen van de motor in orde zijn. Neem contact op met de klantenservice of een professionele technicus voor assistentie.
E05 - Bescherming tegen overbelasting	1. Controleer of de stroom binnen het bereik ligt. 2. Schakel uit en start opnieuw op. 3. Als de fout blijft bestaan, overweeg dan om de regelaar te vervangen. Neem contact op met de klantenservice of een professionele technicus voor assistentie.
E06 - Fout Interne Zelftest Regelaar	1. Controleer of de stroombedrading goed is aangesloten. 2. Als de fout zich blijft voordoen, overweeg dan om de regelaar te vervangen. Neem contact op met de klantenservice of een professionele technicus voor assistentie.
E07- Data Abnormaliteit	De controller werkt abnormaal. Als de fout zich blijft voordoen, moet je overwegen om de controller te vervangen. Neem contact op met de klantenservice of een professionele technicus voor assistentie.
E08 - EEPROM Beschadigd	De controller werkt abnormaal. Als de fout zich blijft voordoen, moet je overwegen de controller te vervangen. Neem contact op met de klantenservice of een professionele technicus voor assistentie.

ONDERHOUD

Onderhoudshandleiding

WAARSCHUWING: haal altijd de stekker van de gemotoriseerde loopband uit het stop-contact 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.

APP-installatie-instructies

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.

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-T14- 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).



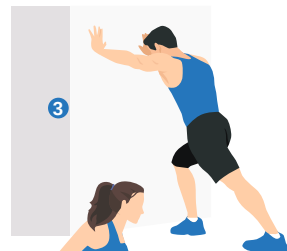
2. Zittende Hamstring Stretch

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. 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 rechtervoet 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.



INFORMATIE OVER DE GARANTIE

Productnaam:	MERACH Hometrainer
Model:	MR-T14
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 18 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

 **US/CA1- (877) 3563730 Mon-Fri 8am-5pm(PST)**

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



@Merachfit



@merach

Contact Us: 1- (877) 3563730 Mon-Fri 8am-5pm(PST)

Customer Service: support.eu@merach.com

Official Website: merachfit.com