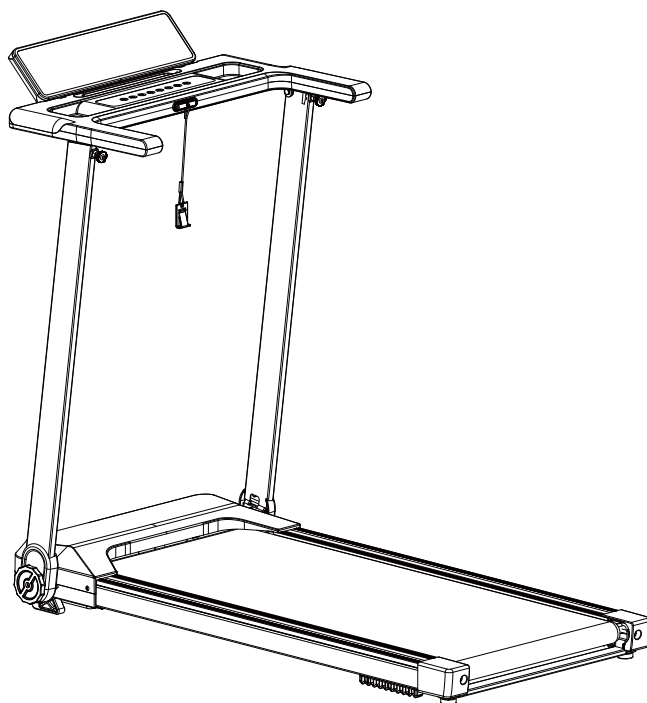




User Manuals

TREADMILL - F20RPO

EN · DE



Customer Support and Assistance

Thank you for choosing our product. If you encounter any issues or require further assistance while assembling and using your product, please do not hesitate to email our customer service team. We are committed to providing you with prompt and professional support.

Customer Service Email: [support@jorotofitness.com]

F20RPO-J2

CONTENTS

User Manual.....1

Benutzerhandbuch.....13

Hey!

Please read the User Manuals carefully before using the product.
For customer service, please contact:



Email:
support@jorotofitness.com



Please keep the manual in a safe place.



Warning: Before starting any exercise program, it is recommended that you first consult a professional doctor, especially if you are over 35 years old or have had previous health problems. We will not be held responsible for any injuries that may occur as a result.

The power supply should only be connected after the electric treadmill is fully installed and the motor protective cover is put on.

1. Before using the treadmill, make sure the clip of the safety switch is attached to your clothes or belt.
2. Please do not insert any other objects into any part of the equipment, as this will damage the equipment.
3. Place the electric treadmill in a clean and flat area. Do not place the electric treadmill on a thick carpet, as this will affect the air circulation under the treadmill. Also, do not use the electric treadmill near water or outdoors.
4. Do not turn on the treadmill when someone is standing on the running belt. When the power is connected, the running belt may pause at the beginning of its movement. People must stand on the plastic anti-slip plates on both sides of the electric treadmill until the running belt starts moving.
5. When exercising, do not wear clothes that are too long or too loose to prevent them from getting caught on the electric treadmill. It is usually recommended to wear running shoes with rubber soles.
6. When the electric treadmill is in use, keep children and pets away.
7. Any strenuous exercise should only be carried out 40 minutes after a meal.
8. This fitness equipment is only for adults. Minors should be accompanied by an adult when using the electric treadmill.
9. When using the electric treadmill for the first time, be sure to hold the handrails until you feel comfortable enough to let go.
10. The treadmill is an indoor device. Do not use it outdoors. Place it in a clean and flat place, and pay attention to moisture prevention. Note that the electric treadmill is a special-purpose device and should not be modified or used for other purposes.
11. The power cord of the electric treadmill is specially designed. If the power cord is damaged, please purchase it from the dealer or contact our company directly.
12. If the electric treadmill suddenly accelerates due to a problem with the electronic system or the speed of the electric treadmill automatically keeps increasing, immediately pull out the safety switch, and the electric treadmill will stop immediately.

13. Do not make additional connections in the middle of the power cord, extend the power cord or replace the power cord plug. Do not stack heavy objects on the power cord or place the power cord near a heat source with a high temperature. Do not use a multi-outlet socket. Otherwise, due to poor contact, it may cause a fire or electric shock accidents.

14. When the machine is not used for a long time, the power supply should be cut off. When cutting off the power supply, do not pull the power cord; hold the power plug and pull it out to avoid breaking some of the core wires in the power cord. Insert the power plug into a power socket with a safety ground. The power cord of the electric treadmill is specially designed. If the power cord is damaged, please contact the manufacturer as soon as possible.

15. This treadmill is only for home use.

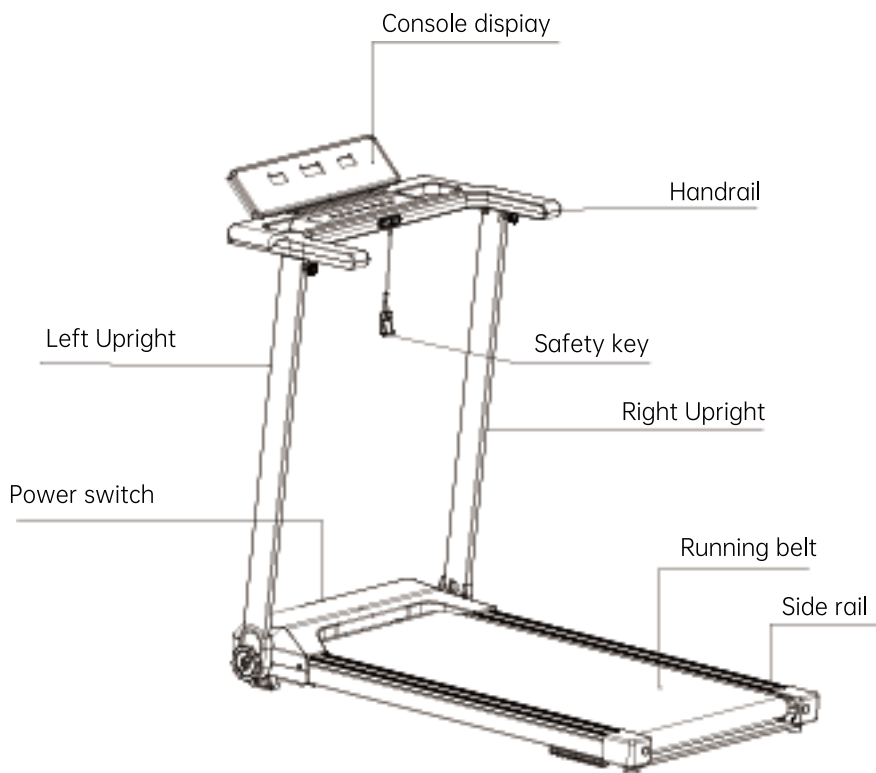
16. The safety area behind the treadmill is: 1000*2000MM.

17. The heart rate data on the treadmill is for reference only and cannot be used as medical data.

This appliance can be used by children aged from 8 years and above and persons with reduced physical, sensory or mental capabilities or lack of experience and knowledge if they have been given supervision or instruction concerning use of the appliance in a safe way and understand the hazards involved. Children should be supervised to ensure that they do not play with the appliance.

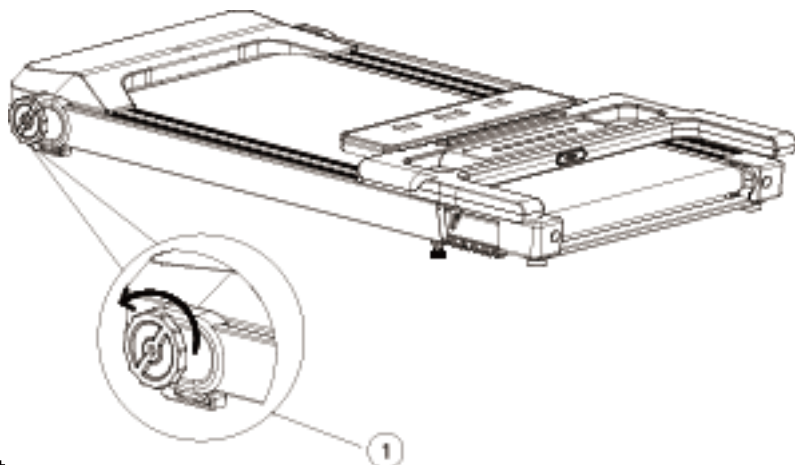
Cleaning and user maintenance shall not be made by children without supervision.

1.Introduction Image



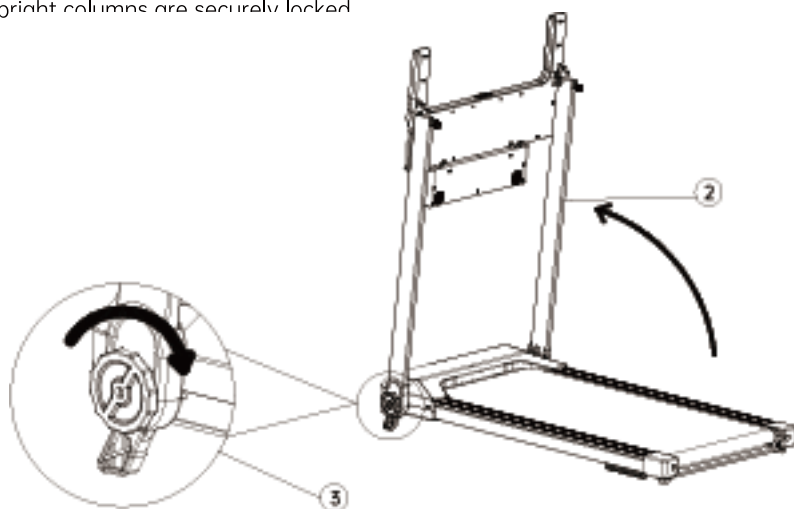
Step 1

First, remove the treadmill from the box. Then, as shown in step 1 of the diagram, rotate the knobs at the base of the left and right upright columns counterclockwise until the limit pins at the bottom of the upright columns pop open.



Step 2

As shown in step 2 of the diagram, lift the upright column to its maximum position. Use one hand to support the column, then as shown in step 3, rotate the knobs at the base of the left and right upright columns clockwise until the limit pins at the bottom of the upright columns are securely locked.

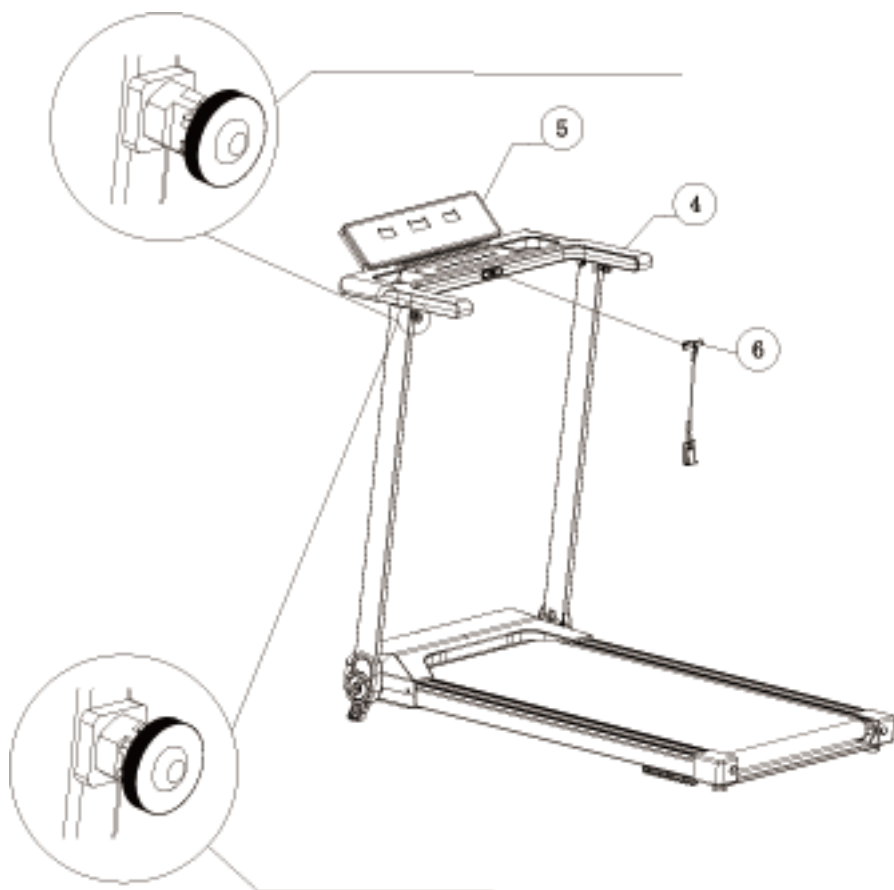


Step 3

As shown in step 4 of the diagram, rotate the electronic console mount to the horizontal position (pay attention to the communication cable inside the right upright column to avoid pinching it).

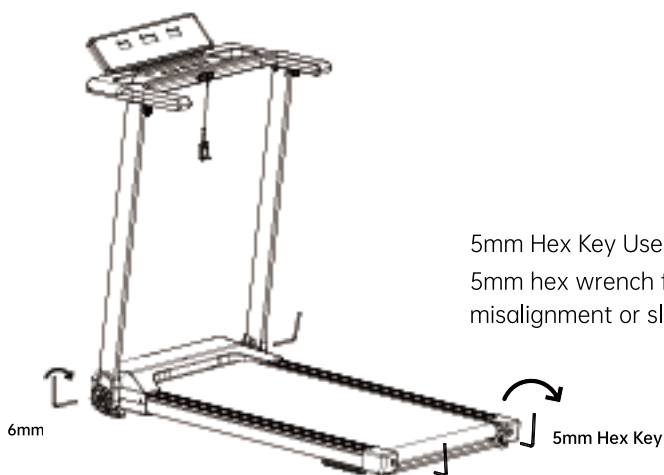
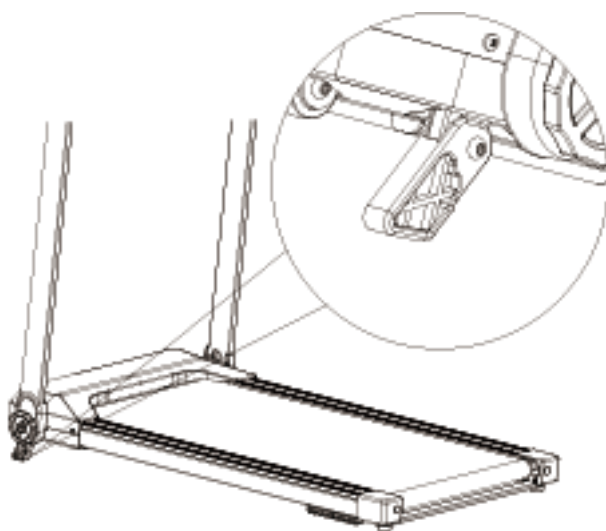
As shown in step 5 of the diagram, rotate the display panel to a suitable viewing angle.

As shown in step 6 of the diagram, insert the safety key into the yellow safety key socket. During treadmill use, attach the clip end securely to your clothing.



This state indicates the limit pin is locked

First, place the packaging foam under the front end of the treadmill deck. Then, as shown in the diagram, rotate the two leveling feet clockwise until they reach their respective limits.



6mm Hex Key User Guide

6mm Hex Key for tightening column assemblies.

1. Function Overview:

1.1 The electronic console has 15 built-in preset automatic training programs P1-P15. Each program has a duration of 30 minutes.

1.2 Displayed speed range: 1.0-12.0 KM/H; Actual speed range: 1.0-10.0 KM/H.

1.3 8 operation keys.

2. Basic Key Operation Instructions:

2.1 "PROG": Program selection key. In the stopped state, cycle through programs P1-P15. Press the "START/PAUSE" key to start running according to the corresponding preset program speed.

2.2 "START/PAUSE": Start/Pause key. In the stopped state, start the treadmill. During operation, pause the treadmill and save data.

2.3 "STOP": During operation, stop the treadmill, clear the data, and return to standby mode.

2.4 SPEED "+": Speed increase key. During operation, each press increases the speed by 0.1 KM/H. Press and hold for continuous increase.

2.5 SPEED "-": Speed decrease key. During operation, each press decreases the speed by 0.1 KM/H. Press and hold for continuous decrease.

2.6 "QUICK SPEED": Three speed shortcut keys (3, 6, 9). During operation, directly select the corresponding speed.

3. Electronic Control Error Messages

E02 Motor Overvoltage Protection

1.Restart the treadmill self-test.

2.Replace the drive board.

E03 Overcurrent

1.Clean dust between the running belt and deck, and add silicone oil.

2.If the running belt is severely worn, replace the running belt.

E04 Main Motor Open Circuit

1.Check if the connection between the motor and drive board is loose; reconnect the motor wires.

2.Motor carbon brushes are worn; replace the carbon brushes or the motor.

E05 EEPROM damaged or access error

1. Replace the drive board.

E06 Communication Error

1. Check if the signal cable between the electronic console and the drive board is loose or damaged; replace the signal cable.

E09 Power Tube Short Circuit Protection

1. Replace the drive board.

"--" Safety Key Not Inserted

1. Insert the safety key into the safety key socket on the electronic console.

JOROTO Fitness App Download Instructions

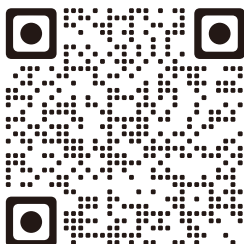
After receiving your JOROTO product, contact us at support@jorotofitness.com to obtain lifetime app membership, making healthy living accessible and enjoyable. The JOROTO Fitness App utilizes advanced digital technology to provide continuous professional services, creating an immersive workout environment that transforms exercise into an engaging experience.

How to Get Started with JOROTO

1. Scan the QR code to download the "JOROTO" app.



2. Scan the QR code for Bluetooth connection instructions.



Experience More with Kinomap

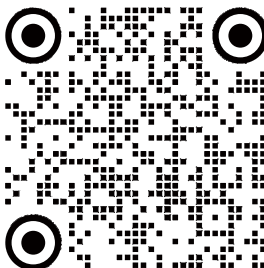
JOROTO equipment is compatible with Kinomap, the leading fitness training app that takes your workouts to the next level. Explore thousands of scenic routes worldwide, challenge yourself with different training modes, right from your equipment.

How to get started with Kinomap

1.Scan the QR code to download the Kinomap APP.



2.Please scan the QR code for Bluetooth connection instructions.



The above connection methods for the KINOMAP software are applicable to all products.

Hereby, Liang Health Technology (Beijing) Co. Ltd. declares that the equipment type F20PRO is in compliance with RED Directive 2014/53/EU, EU Council Directive 2013/88/EU and 2015/863/EU.

The full text of the EU declaration of conformity is available at the following internet address:

<https://scan.erweicaihong.cn/PH8B>





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.

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.



The Spanish packaging law aims to ensure that the amount of packaging is reduced and as much packaging as possible is recycled. 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.

EU REP

Name: GLOBAL ONE SOLUTION LTD

Address: 6 rue d'Armaillé 75017 Paris,
France

E-Mail: GOS.business@hotmail.com

UK REP

Name: APEX CE SPECIALISTS LIMITED

Address: 6f East Union Street,
Manchester, England, M16 9AE

E-Mail: info@apex-ce.com

1.walking and jogging programs

1.1 primary

1 MIN	2-5MIN	6-25MIN	26-28MIN	29-30MIN	30MINS
1KM	2KM	3KM	2KM	1KM	STOP

1.2 PRIMARY

1 MIN	2-5MIN	6-25MIN	26-28MIN	29-30MIN	30MINS
1KM	3KM	4KM	2KM	1KM	STOP

1.3 walking

1 MIN	2-5MIN	6-20MIN	21-25MIN	26-30MIN	30MINS
1KM	3KM	4KM	5KM	3KM	STOP

1.4 JOGING

1 MIN	2-5MIN	6-25MIN	26-28MIN	29-30MIN	30MINS
1KM	4KM	6KM	3KM	2KM	STOP

2.long-distance runner

2.1 runner1(AGE45-50)

1 MIN	2-8MIN	9-15MIN	16-22MIN	23-29MIN	30MIN	30MINS
2KM	6KM	4KM	5KM	3KM	1KM	STOP

2.2 runner2(AGE40-45)

1 MIN	2-8MIN	9-15MIN	16-22MIN	23-29MIN	30MIN	30MINS
2KM	6KM	5KM	6KM	3KM	1KM	STOP

2.3 runner3(AGE35-40)

1 MIN	2-8MIN	9-15MIN	16-22MIN	23-29MIN	30MIN	30MINS
3KM	6KM	7KM	6KM	3KM	1KM	STOP

2.4 runner4(AGE30-35)

1 MIN	2-8MIN	9-15MIN	16-22MIN	23-29MIN	30MIN	30MINS
3KM	6KM	7KM	6KM	8KM	3KM	STOP

2.5 runner5(AGE25-30)

1 MIN	2-8MIN	9-15MIN	16-22MIN	23-29MIN	30MIN	30MINS
3KM	6KM	6KM	9KM	4KM	1KM	STOP

3.SPORT-distance runner

3.1 runner1(AGE18-25)

1 MIN	2-8MIN	9-15MIN	16-22MIN	23-28MIN	29-30MIN	30MINS
2KM	4KM	7KM	9KM	12KM	3KM	STOP

3.2 runner1(AGE18-25)

1 MIN	2-8MIN	9-15MIN	16-22MIN	23-28MIN	29-30MIN	30MINS
3KM	5KM	8KM	10KM	13KM	3KM	STOP

3.3 runner5(AGE18-25)

1 MIN	2-8MIN	9-15MIN	16-22MIN	23-28MIN	29-30MIN	30MINS
3KM	4KM	7KM	12KM	12KM	4KM	STOP

4.Landy exerciser

4.1 runner1(AGE55-60)

1 MIN	2-8MIN	9-15MIN	16-22MIN	23-28MIN	29-30MIN	30MINS
2KM	4KM	5KM	5KM	4KM	2KM	STOP

4.2 runner1(AGE50-55)

1 MIN	2-8MIN	9-15MIN	16-22MIN	23-28MIN	29-30MIN	30MINS
2KM	3KM	4KM	5KM	6KM	7KM	STOP

4.3 runner1(AGE45-50)

1 MIN	2-8MIN	9-15MIN	16-22MIN	23-28MIN	29-30MIN	30MINS
2KM	4KM	6KM	8KM	7KM	5KM	STOP

Hey!

Bitte lesen Sie die Bedienungsanleitungen sorgfältig vor der Verwendung des Produkts. Für Kundenservice wenden Sie sich bitte an:



Email:
support@jorotofitness.com



Please keep the manual in a safe place.



Warnung: Bevor Sie ein neues Trainingsprogramm starten, wird empfohlen, sich zunächst an einen professionellen Arzt zu wenden, insbesondere wenn Sie älter als 35 Jahre sind oder gesundheitliche Probleme hatten. Wir übernehmen keine Verantwortung für eventuelle Verletzungen, die daraus resultieren könnten.

Die Stromversorgung darf erst angeschlossen werden, nachdem der Elektrotretmesser vollständig installiert ist und der Motor-Schutzabdeckung aufgesetzt ist.

1. Bevor Sie den Tretmesser verwenden, stellen Sie sicher, dass die Klammer des Sicherungsschalters an Ihre Kleidung oder Gürtel befestigt ist.
2. Bitte stecken Sie keine anderen Gegenstände in irgendeinen Teil der Einrichtung, da dies die Einrichtung beschädigen wird.
3. Stellen Sie den Elektrotretmesser in einem sauberen und ebenen Bereich auf. Stellen Sie den Elektrotretmesser nicht auf einem dicken Teppich auf, da dies die Luftzirkulation unter dem Tretmesser beeinträchtigen wird. Verwenden Sie den Elektrotretmesser auch nicht in der Nähe von Wasser oder im Freien.
4. Schalten Sie den Tretmesser nicht ein, wenn jemand auf der Laufbandfläche steht. Wenn die Stromversorgung verbunden ist, kann das Laufband zu Beginn seiner Bewegung anhalten. Personen müssen auf den Kunststoff-Rutschhemmplatten auf beiden Seiten des Elektrotretmessers stehen, bis das Laufband beginnt sich zu bewegen.
5. Während des Trainings tragen Sie keine zu langen oder zu lose Kleidung, um zu verhindern, dass sie im Elektrotretmesser verfängt. Es wird normalerweise empfohlen, Laufschuhe mit Gummiläufen zu tragen.
6. Wenn der Elektrotretmesser in Gebrauch ist, halten Sie Kinder und Haustiere fern.
7. Jede anstrengende Bewegung sollte nur 40 Minuten nach einer Mahlzeit ausgeführt werden.
8. Dieses Fitnessgerät ist nur für Erwachsene geeignet. Jugendliche sollten bei der Verwendung des Elektrotretmessers unter Aufsicht eines Erwachsenen sein.
9. Wenn Sie den Elektrotretmesser zum ersten Mal verwenden, halten Sie sich unbedingt an die Handläufe, bis Sie sich sicher genug fühlen, loszulassen.
10. Der Tretmesser ist eine Indoor-Einrichtung. Verwenden Sie ihn nicht im Freien. Stellen Sie ihn an einem sauberen und ebenen Ort auf und achten Sie auf Feuchtigkeitsschutz. Beachten Sie, dass der Elektrotretmesser eine Spezialeinrichtung ist und nicht verändert oder für andere Zwecke verwendet werden sollte.
11. Das Netzteil des Elektrotretmessers ist speziell entwickelt. Wenn das Netzteil beschädigt ist, kaufen Sie es bitte beim Händler oder kontaktieren Sie uns direkt.

12. Wenn der Elektrotretmesser aufgrund eines Problems mit dem elektronischen System plötzlich beschleunigt oder die Geschwindigkeit des Elektrotretmessers automatisch ansteigt, ziehen Sie sofort den Sicherungsschalter heraus, und der Elektrotretmesser wird sofort stoppen.

13. Machen Sie keine zusätzlichen Verbindungen in der Mitte des Netzteils, erweitern Sie das Netzteil oder ersetzen Sie den Netzteilstecker. Stellen Sie keine schweren Gegenstände auf das Netzteil oder legen Sie das Netzteil in der Nähe einer Wärmequelle mit hoher Temperatur. Verwenden Sie keine Mehrfachsteckdose. Andernfalls kann es aufgrund von unzureichendem Kontakt zu einem Brand oder Stromschlagunfällen kommen.

14. Wenn die Maschine lange nicht genutzt wird, sollte die Stromversorgung abgeschaltet werden. Wenn Sie die Stromversorgung abschalten, ziehen Sie nicht am Netzteil; halten Sie den Netzteilstecker und ziehen Sie ihn heraus, um zu verhindern, dass einige der Kabelkerne im Netzteil brechen. Stecken Sie den Netzteilstecker in eine Steckdose mit sicherer Erdung. Das Netzteil des Elektrotretmessers ist speziell entwickelt. Wenn das Netzteil beschädigt ist, kontaktieren Sie den Hersteller bitte so bald wie möglich.

15. Dieser Tretmesser ist nur für den privaten Gebrauch geeignet.

16. Das Sicherheitsgebiet hinter dem Tretmesser beträgt: 1000*2000MM.

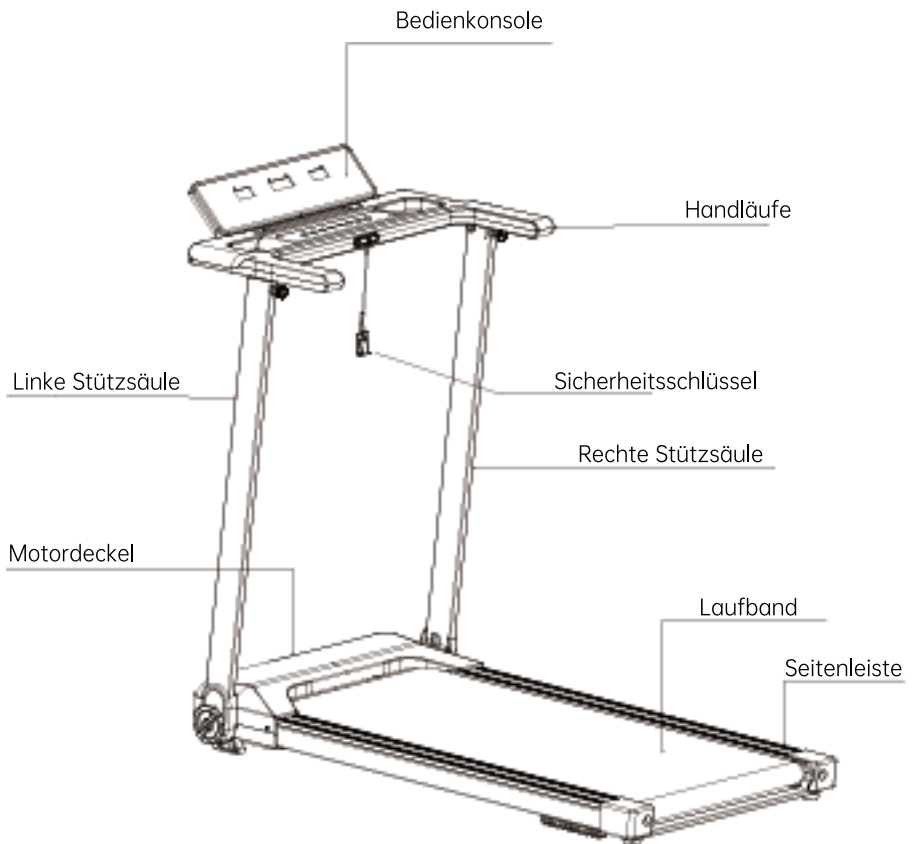
17. Die Herzfrequenzdaten auf dem Tretmesser sind nur für die Orientierung gedacht und können nicht als medizinische Daten verwendet werden.

Dieses Gerät kann von Kindern ab 8 Jahren und älter sowie von Personen mit eingeschränkter körperlicher, sensorischer oder geistiger Fähigkeit oder Mangel an Erfahrung und Wissen verwendet werden, wenn ihnen eine Überwachung oder Anleitung zur sicheren Verwendung des Gerätes erteilt wurde und sie die damit verbundenen Gefahren verstehen.

Kinder sind zu überwachen, um sicherzustellen, dass sie nicht mit dem Gerät spielen.

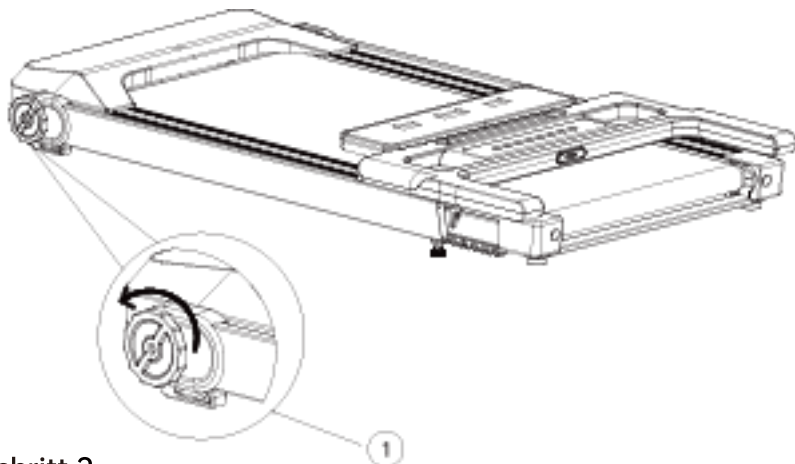
Reinigung und Benutzerwartung dürfen von Kindern ohne Überwachung nicht durchgeführt werden.

Einführungsbild



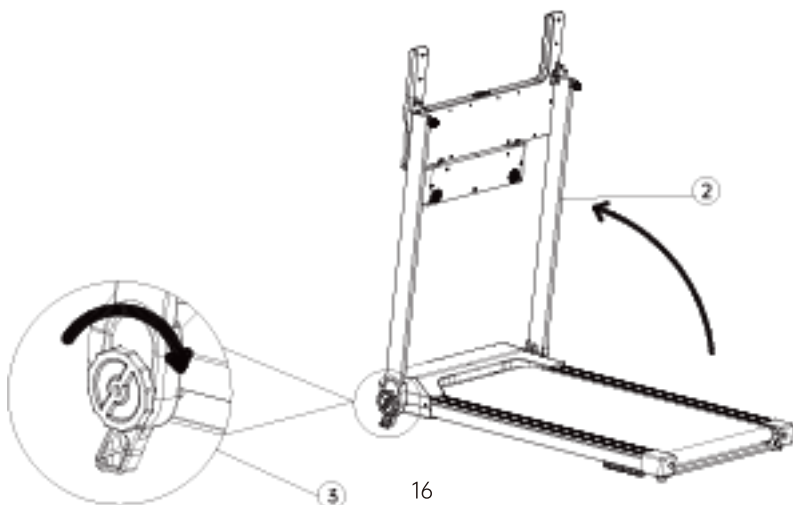
Schritt 1

Nehmen Sie zunächst das Laufband aus der Verpackung. Drehen Sie dann, wie in Schritt 1 der Abbildung gezeigt, die Knöpfe unter den linken und rechten Säulen gegen den Uhrzeigersinn, bis die Begrenzungsstifte an der Unterseite der Säulen einrasten.



Schritt 2

Heben Sie die Säule wie in Schritt 2 der Abbildung gezeigt bis zur maximalen Position an. Stützen Sie die Säule mit einer Hand und drehen Sie dann, wie in Schritt 3 gezeigt, die Knöpfe an der Unterseite der linken und rechten Säulen im Uhrzeigersinn, bis die Begrenzungsstifte an der Unterseite der Säulen vollständig verriegelt sind.



Schritt 3

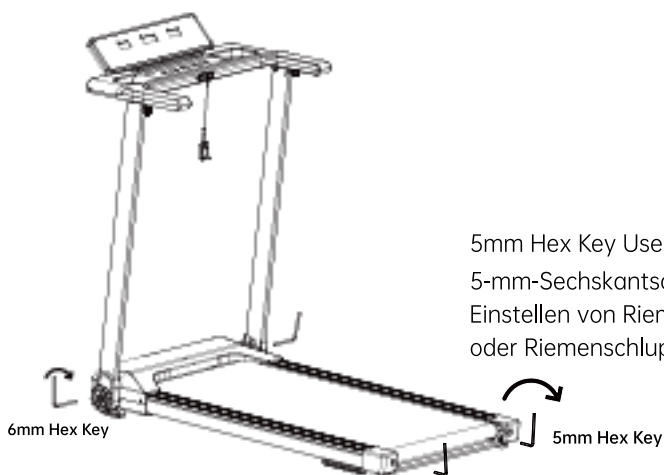
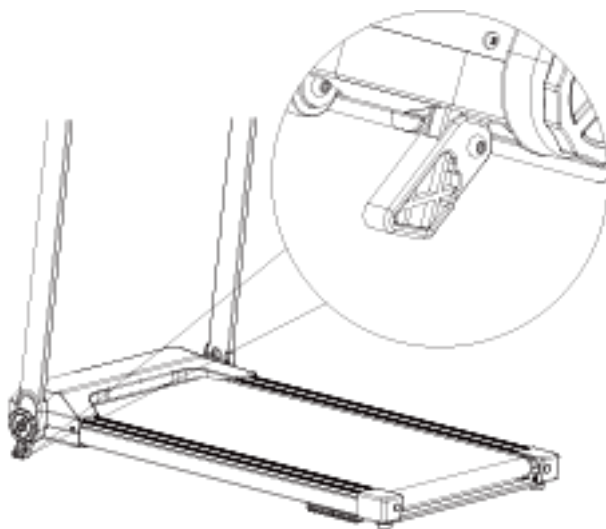
Wie in Schritt 4 der Abbildung gezeigt, drehen Sie die Halterung der elektronischen Anzeige in die horizontale Position (achten Sie auf das Kommunikationskabel in der rechten Säule, um ein Einklemmen zu vermeiden).

Wie in Schritt 5 der Abbildung gezeigt, drehen Sie das Display auf einen geeigneten Betrachtungswinkel.

Wie in Schritt 6 der Abbildung gezeigt, stecken Sie den Sicherheitsschalter in die gelbe Sicherheitsschloss-Steckdose und befestigen Sie das Clip-Ende während der Nutzung des Laufbands an Ihrer Kleidung.



Platzieren Sie zunächst die Verpackungsfolie unter dem vorderen Ende des Laufbands. Drehen Sie dann, wie abgebildet, die beiden Standfüße im Uhrzeigersinn bis zu ihren jeweiligen Anschlagpositionen.



5mm Hex Key User Guide
5-mm-Sechskantschlüssel zum
Einstellen von Riemenversatz
oder Riemenschlupf.

6mm Hex Key User Guide

Zum Festziehen der Säulenbaugruppe wird ein 6-mm-Sechskantschlüssel verwendet.

1. Funktionsübersicht:

1.1 Die elektronische Anzeige hat 15 integrierte, voreingestellte Automatik-Trainingsprogramme P1–P15. Jedes Programm hat eine Laufzeit von 30 Minuten.

1.2 Angezeigte Geschwindigkeit: 1,0–12,0 km/h; Tatsächliche Geschwindigkeit: 1,0–10,0 km/h.

1.3 8 Bedientasten.

2. Grundlegende Bedienung der Tasten:

2.1 "PROG": Programmwähltaste. Im Stop-Zustand können Sie damit durch die Programme P1–P15 blättern. Drücken Sie die "START/PAUSE"-Taste, um das Laufband mit der entsprechenden voreingestellten Programmgeschwindigkeit zu starten.

2.2 "START/PAUSE": Start/Pause-Taste. Startet das Laufband im Stop-Zustand. Während des Betriebs pausiert sie das Laufband und speichert die Daten.

2.3 "STOP": Stoppt das Laufband während des Betriebs, löscht die Daten und bringt es in den Standby-Modus.

2.4 SPEED "+": Geschwindigkeits-Erhöhungstaste. Erhöht die Geschwindigkeit während des Betriebs bei jedem Drücken um 0,1 km/h. Gedrückt halten für kontinuierliche Erhöhung.

2.5 SPEED "-": Geschwindigkeits-Verringerungstaste. Verringert die Geschwindigkeit während des Betriebs bei jedem Drücken um 0,1 km/h. Gedrückt halten für kontinuierliche Verringerung.

2.6 "QUICK SPEED": Drei Schnellgeschwindigkeitstasten (3, 6, 9). Wählen Sie während des Betriebs direkt die entsprechende Geschwindigkeit.

3. Fehlermeldungen der elektronischen Steuerung

E02 Motor-Überspannungsschutz

1. Starten Sie den Selbsttest des Laufbands neu.

2. Ersetzen Sie die Treiberplatine.

E03 Überstrom

1. Reinigen Sie den Staub zwischen dem Laufband und der Lauffläche und fügen Sie Silikonöl hinzu.

2. Wenn das Laufband stark abgenutzt ist, ersetzen Sie es.

E04 Hauptmotor-Leerlauf

1. Überprüfen Sie, ob die Verbindung zwischen Motor und Treiberplatine lose ist, und schließen Sie die Motorleitungen wieder an.

2. Die Motor-Kohlebürsten sind abgenutzt; ersetzen Sie die Kohlebürsten oder den Motor.

E05 EEPROM beschädigt oder Zugriffsproblem

1. Ersetzen Sie die Treiberplatine.

E06 Kommunikationsfehler

1. Überprüfen Sie, ob das Signalkabel zwischen der elektronischen Anzeige und der Treiberplatine lose oder beschädigt ist; ersetzen Sie das Signalkabel.

E09 Leistungstransistor-Kurzschlusschutz

1. Ersetzen Sie die Treiberplatine.

"--" Sicherheitsschalter nicht platziert

1. Stecken Sie den Sicherheitsschalter in die Sicherheitsschloss-Buchse der elektronischen Anzeige.

JOROTO Fitness-App Download-Anleitung

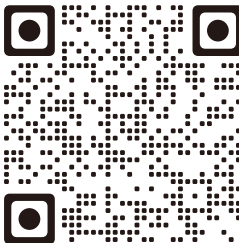
Nach Erhalt Ihres JOROTO Produkts kontaktieren Sie uns unter support@jorotofitness.com für eine unbegrenzte App-Mitgliedschaft - gesundes Leben wird so einfach und Spaßig. Die JOROTO Fitness-App nutzt modernste Digitaltechnologie für professionelle Dienstleistungen und ein immersives Trainingserlebnis, das Workouts nie langweilig werden lässt.

So starten Sie mit JOROTO

1. Scannen Sie den QR-Code, um die „JOROTO“-App herunterzuladen.



2. Scannen Sie den QR-Code, um die Bluetooth-Verbindungsanleitung zu erhalten.



Erleben Sie mehr mit Kinomap

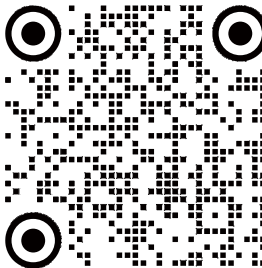
JOROTO-Geräte sind mit Kinomap kompatibel, der führenden Fitness-Trainings-App, die Ihre Workouts auf das nächste Level hebt. Erkunden Sie tausende malerische Routen weltweit und fordern Sie sich mit verschiedenen Trainingsmodi heraus, direkt von Ihrem Gerät aus.

Wie Sie mit Kinomap loslegen:

1.Scannen Sie den QR-Code, um die Kinomap-APP herunterzuladen.



2.Bitte scannen Sie den QR-Code für die Bluetooth-Verbindungsanweisungen.

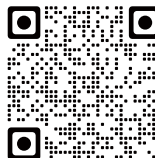


Die oben genannten Verbindungsmethoden für die KINOMAP-Software gelten für alle Produkte.

Hiermit erklärt die Liang Health Technology (Beijing) Co. Ltd., dass die Geräteart F20PRO mit der RED-Richtlinie 2014/53/EU sowie den EU-Ratrichtlinien 2023/988/EU und 2015/863/EU übereinstimmt.

Der vollständige Text der EU-Konformitätserklärung ist unter folgender Internetadresse abrufbar:

<https://scan.erweicaihong.cn/PH8B>





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.

Hinweise Zur Entsorgung



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.



Das spanische Verpackungsgesetz soll dazu beitragen, die Verpackungsmenge zu reduzieren und möglichst viele Verpackungen dem Recycling zuzuführen. Nähere Auskünfte erteilt Ihnen gerne Ihre Gemeindeverwaltung.



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.

EU REP

Name: GLOBAL ONE SOLUTION LTD

Address: 6 rue d'Armaillé 75017 Paris, France

E-Mail: GOS.business@hotmail.com

UK REP

Name: APEX CE SPECIALISTS LIMITED

Address: 6f East Union Street, Manchester, England, M16 9AE

E-Mail: info@apex-ce.com

1.walking and jogging programs

1.1 primary

1 MIN	2-5MIN	6-25MIN	26-28MIN	29-30MIN	30MINS
1KM	2KM	3KM	2KM	1KM	STOP

1.2 PRIMARY

1 MIN	2-5MIN	6-25MIN	26-28MIN	29-30MIN	30MINS
1KM	3KM	4KM	2KM	1KM	STOP

1.3 walking

1 MIN	2-5MIN	6-20MIN	21-25MIN	26-30MIN	30MINS
1KM	3KM	4KM	5KM	3KM	STOP

1.4 JOGING

1 MIN	2-5MIN	6-25MIN	26-28MIN	29-30MIN	30MINS
1KM	4KM	6KM	3KM	2KM	STOP

2.long-distance runner

2.1 runner1(AGE45-50)

1 MIN	2-8MIN	9-15MIN	16-22MIN	23-29MIN	30MIN	30MINS
2KM	6KM	4KM	5KM	3KM	1KM	STOP

2.2 runner2(AGE40-45)

1 MIN	2-8MIN	9-15MIN	16-22MIN	23-29MIN	30MIN	30MINS
2KM	6KM	5KM	6KM	3KM	1KM	STOP

2.3 runner3(AGE35-40)

1 MIN	2-8MIN	9-15MIN	16-22MIN	23-29MIN	30MIN	30MINS
3KM	6KM	7KM	6KM	3KM	1KM	STOP

2.4 runner4(AGE30-35)

1 MIN	2-8MIN	9-15MIN	16-22MIN	23-29MIN	30MIN	30MINS
3KM	6KM	7KM	6KM	8KM	3KM	STOP

2.5 runner5(AGE25-30)

1 MIN	2-8MIN	9-15MIN	16-22MIN	23-29MIN	30MIN	30MINS
3KM	6KM	6KM	9KM	4KM	1KM	STOP

3.SPORT-distance runner

3.1 runner1(AGE18-25)

1 MIN	2-8MIN	9-15MIN	16-22MIN	23-28MIN	29-30MIN	30MINS
2KM	4KM	7KM	9KM	12KM	3KM	STOP

3.2 runner1(AGE18-25)

1 MIN	2-8MIN	9-15MIN	16-22MIN	23-28MIN	29-30MIN	30MINS
3KM	5KM	8KM	10KM	13KM	3KM	STOP

3.3 runner5(AGE18-25)

1 MIN	2-8MIN	9-15MIN	16-22MIN	23-28MIN	29-30MIN	30MINS
3KM	4KM	7KM	12KM	12KM	4KM	STOP

4.Landy exerciser

4.1 runner1(AGE55-60)

1 MIN	2-8MIN	9-15MIN	16-22MIN	23-28MIN	29-30MIN	30MINS
2KM	4KM	5KM	5KM	4KM	2KM	STOP

4.2 runner1(AGE50-55)

1 MIN	2-8MIN	9-15MIN	16-22MIN	23-28MIN	29-30MIN	30MINS
2KM	3KM	4KM	5KM	6KM	7KM	STOP

4.3 runner1(AGE45-50)

1 MIN	2-8MIN	9-15MIN	16-22MIN	23-28MIN	29-30MIN	30MINS
2KM	4KM	6KM	8KM	7KM	5KM	STOP