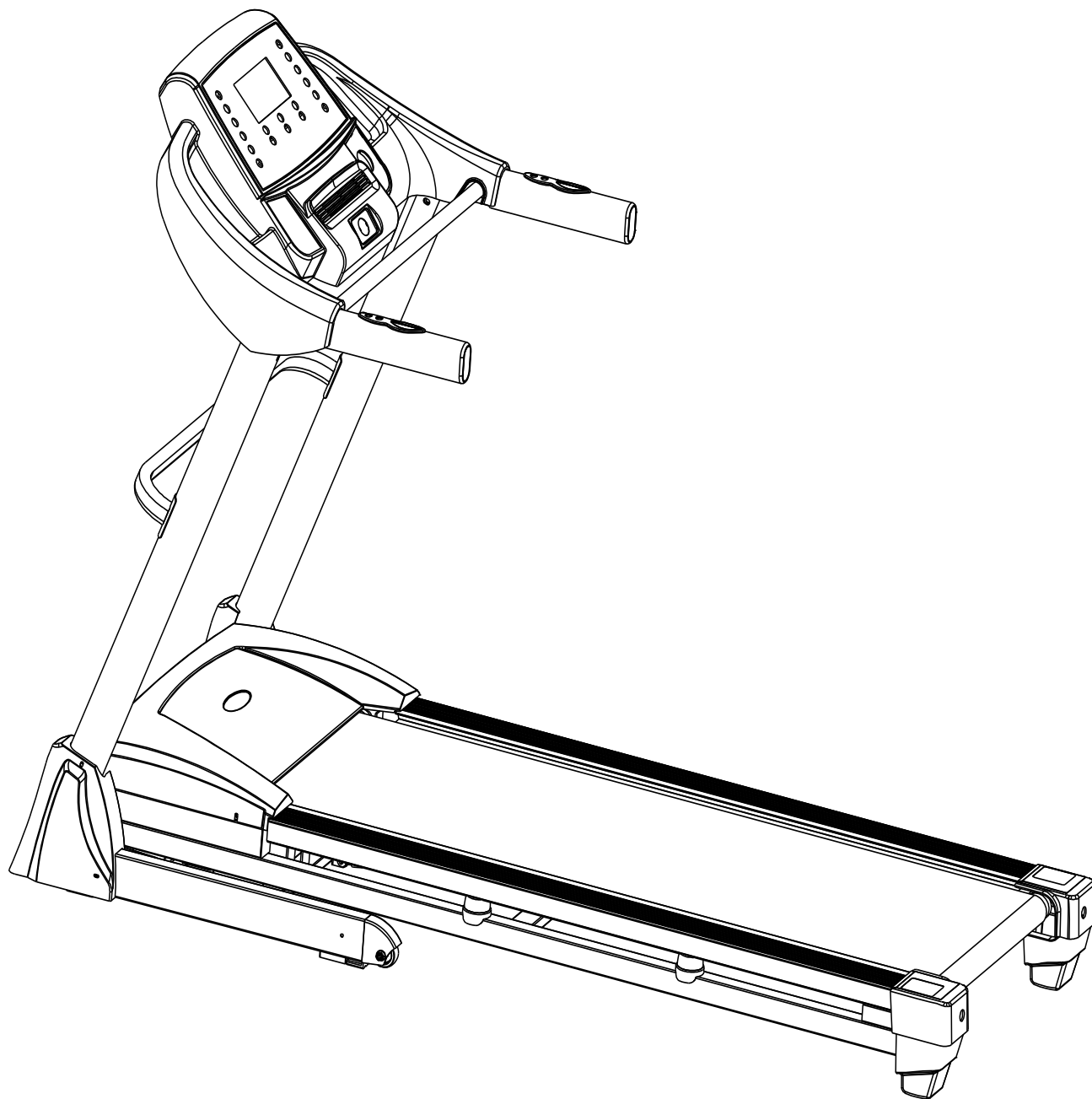


1332_83769

Dimi



h&j Habitat
et Jardin

1332_83769

1	Q235	1	1/1	28		1	1/1
2	Q235	1	1/1	29		1	1/1
3	Q235	1	1/1	30		2	1/1
4	Q235	1	1/1	31		1	1/1
5	Q235	1	1/1	32		1	1/1
6	Q235	1	1/1	33	25*25 ABS	1	1/1
7	Q235	1	1/1	34	ST4*12	14	1/1
8	φ86/φ46/17/-510	1	1/1	35	ST4*50	4	1/1
9	φ46/17/-470	1	1/1	36	ST4*25	2	1/1
10	680/300-25	1	1/1	37	ST4.2*16	19	1/1
11	ABS	1	1/1	38	M6*35	2	1/1
12	ABS	1	1/1	39	M6*55	3	1/1
13	ABS	1	1/1	40	M8*30	1	1/1
14	ABS	1	1/1	41	M8*45	1	1/1
15	ABS	1	1/1	42	M12*70	2	1/1
16	ABS	2	1/1	43	M8*30	8	1/1
17	PP,φ30*60*T1.3	2	1/1	44	M8*16	10	1/1
18	φ50*18-ABS	2	1/1	45	M8*45	4	1/1
19	35*80*L1180	2	1/1	46	M10*25	4	1/1
20	1170*598*20	1	1/1	47	M6	2	1/1
21	2695*420*1.4	1	1/1	48	M8	2	1/1
22	180J6	1	1/1	49	M10	4	1/1
23		4	1/1	50	φ6*φ14*1	3	1/1
24	M8*φ25*30	4	1/1	51	φ8*φ16*1	2	1/1
25	φ27*φ48.5*42	4	1/1	52	φ8*φ19*1.5	8	1/1
26	φ23*T3.0*645	1	1/1	53		1	1/1
27	φ47*T3.0*280	2	1/1	54		1	1/1

FR : SAV/INFORMATION /VIDEO/CONTACT

EN: AFTER-SALES SERVICE/INFORMATION/VIDEO/CONTACT

DE : REPARATUR-SERVICE UND ERSATZTEILE /INFORMATIONEN /VIDEO/KONTAKT

ES: SERVICIO POST-VENTA/INFORMACIÓN/VIDEO/CONTACTO

IT: SERVIZIO ASSISTENZA/INFORMAZIONI/VIDEO/CONTATTO

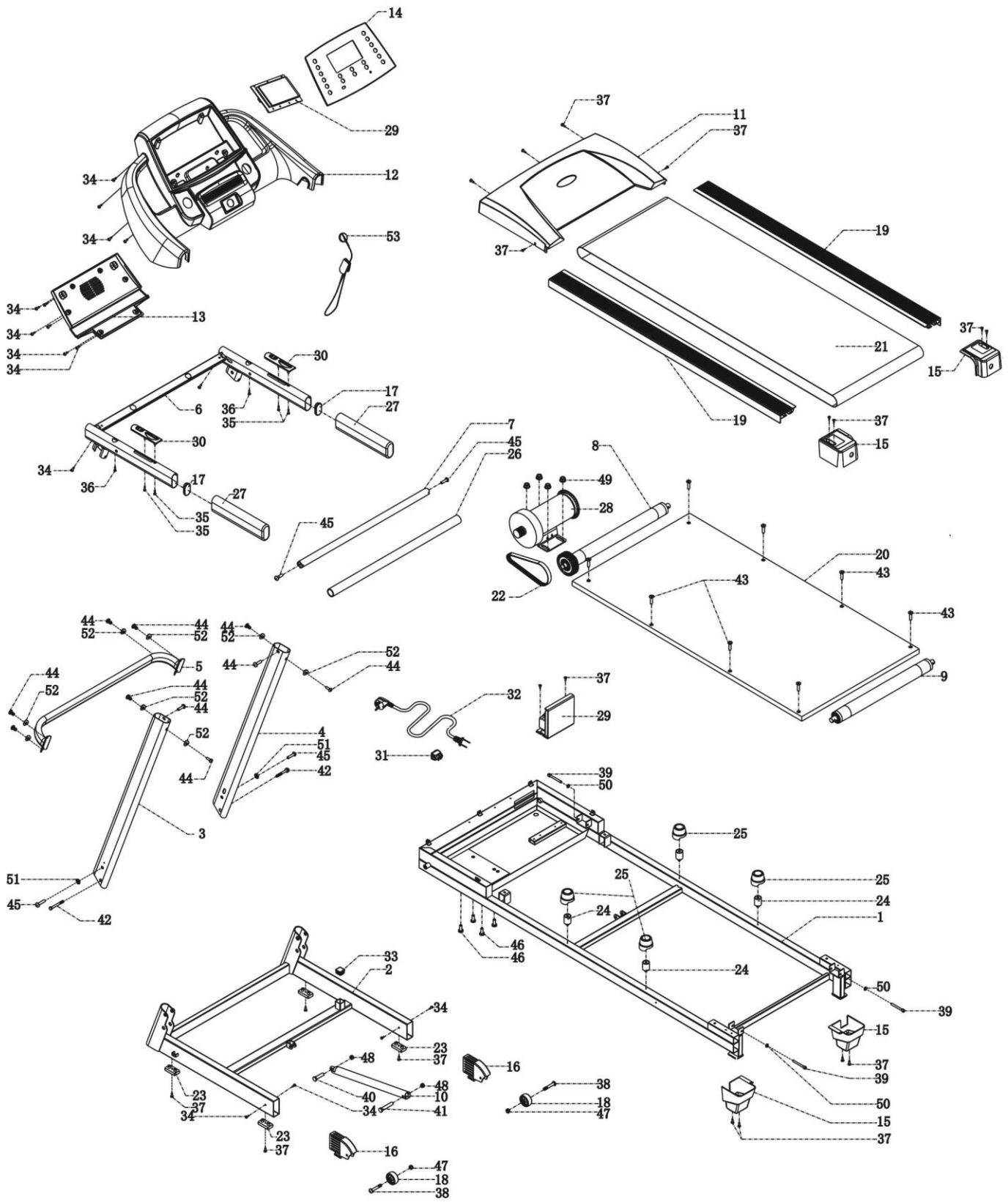
PT: SERVIÇO PÓS-VENDA/INFORMAÇÕES/VIDEO/CONTATO

PL: SERWIS TECHNICZNY/INFORMACJE/WIDEO/KONTAKT

NE: AFTER SALES SERVICE/INFORMATIE/VIDEO/CONTACT

HE: לתקשר עם/הווידיאו/ מידע/לאחר שירות ומכירות

SAV.HABITATETJARDIN.COM



EN

INSTRUCTION

Thank you very much for purchasing our product.

Please read this instruction carefully before use it and keep the instruction at proper place.

1. CAUTION

To avoid any hurts, please read this manual carefully before using.



- For safety purpose, do not stand on running belt while start.
- Please stop immediately if you experience any kind pain, including but not limited to chest pains, nausea, dizziness, or cramp.
- Please speed up slowly if needed.
- Adjustment of belt is prohibited during using.
- It is suggested to wear sports shoes while using this equipment.
- Children, the elder, the pregnant, and patients are prohibited from using this machine.
- Please clip the safety key on your clothing during using.
- Please firmly hold the handlebars during using.

2. SAFETY AND NOTIICE

- Please put the machine on flat ground. It is unsuitable to put the machine at following places:
 - 1) Outdoors. (The machine is specially designed for indoor use only)
 - 2) Slant ground or slant places on balcony.
 - 3) Sunlight area or near heater.
 - 4) Big noisy places.
- Error may be appeared if the power is not stable. Please do not use the same socket together with computer、 air conditioner etc.
- It is suggested to wear sports shoes and gym suit when use the machine.
- Please increase or decrease speed slowly.
- Be careful of children or other objects while fold and unfold the machine.
- Do not put the machine near to wet object. Error maybe caused by waterdrop.

3. CAUTION DURING USE

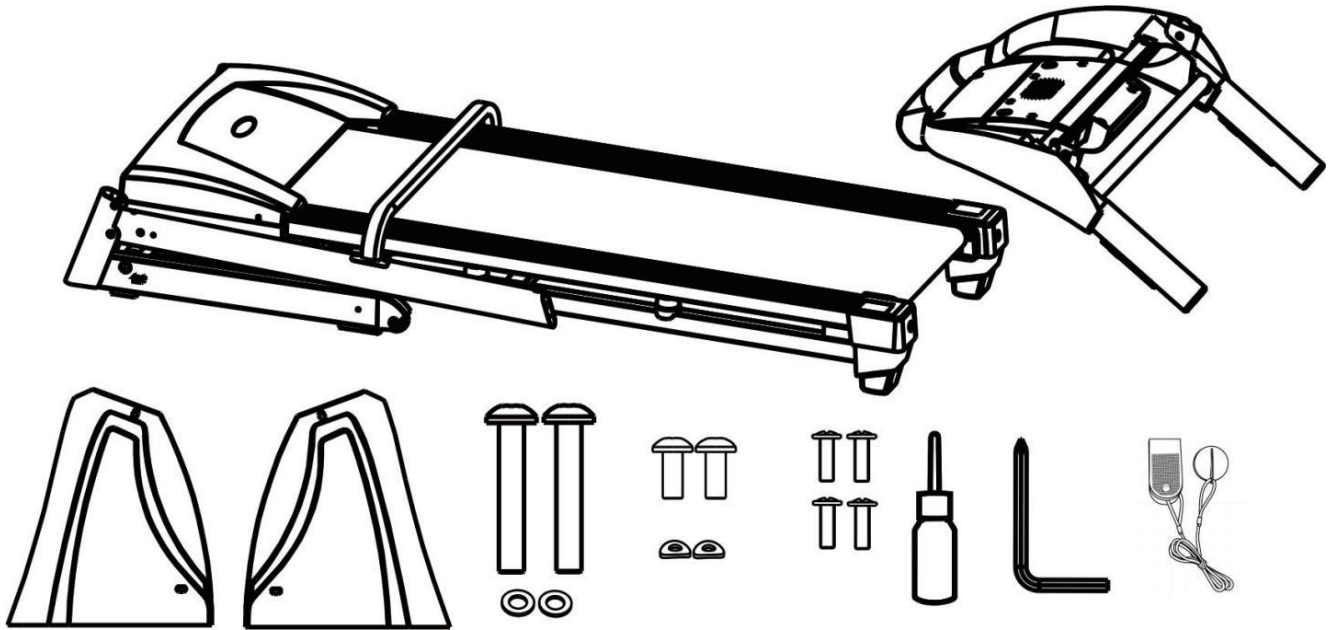
- If you do not feel well before using, please consult with your doctor or coach.
- It is not our company's responsibility for any improper use by user to cause body injured.
- Please pull up plug after using.
- Please pull-out plug for any movement or change parts for the machine.
- Children, elder and pregnant women are prohibited to use the machine. Patients need doctor's consultant before using.
- Please place the machine on flat places. Do not locate any objects 2M behind the machine.
- Do not start the machine when it is folded.
- Waterdrop is prohibited to run into the machine, especially to motor, power line and plug.
- Danger may cause if wearing long dress or other unsuitable dresses during use.
- Encloser spaces, air uncirculated places and with flammability places are prohibited to use the machine.
- Do not put any objects on the machine.
- Put away the plug from heated place or fire seat.
- Please switch off all functions and pull-out plug after using.
- Please do not stand directly on the belt while starting the machine.
- Do not disassemble the machine without conduct of professional person.
- Please make sure the running belt is fastened before using.

4. TECHNICAL SPECIFICATION

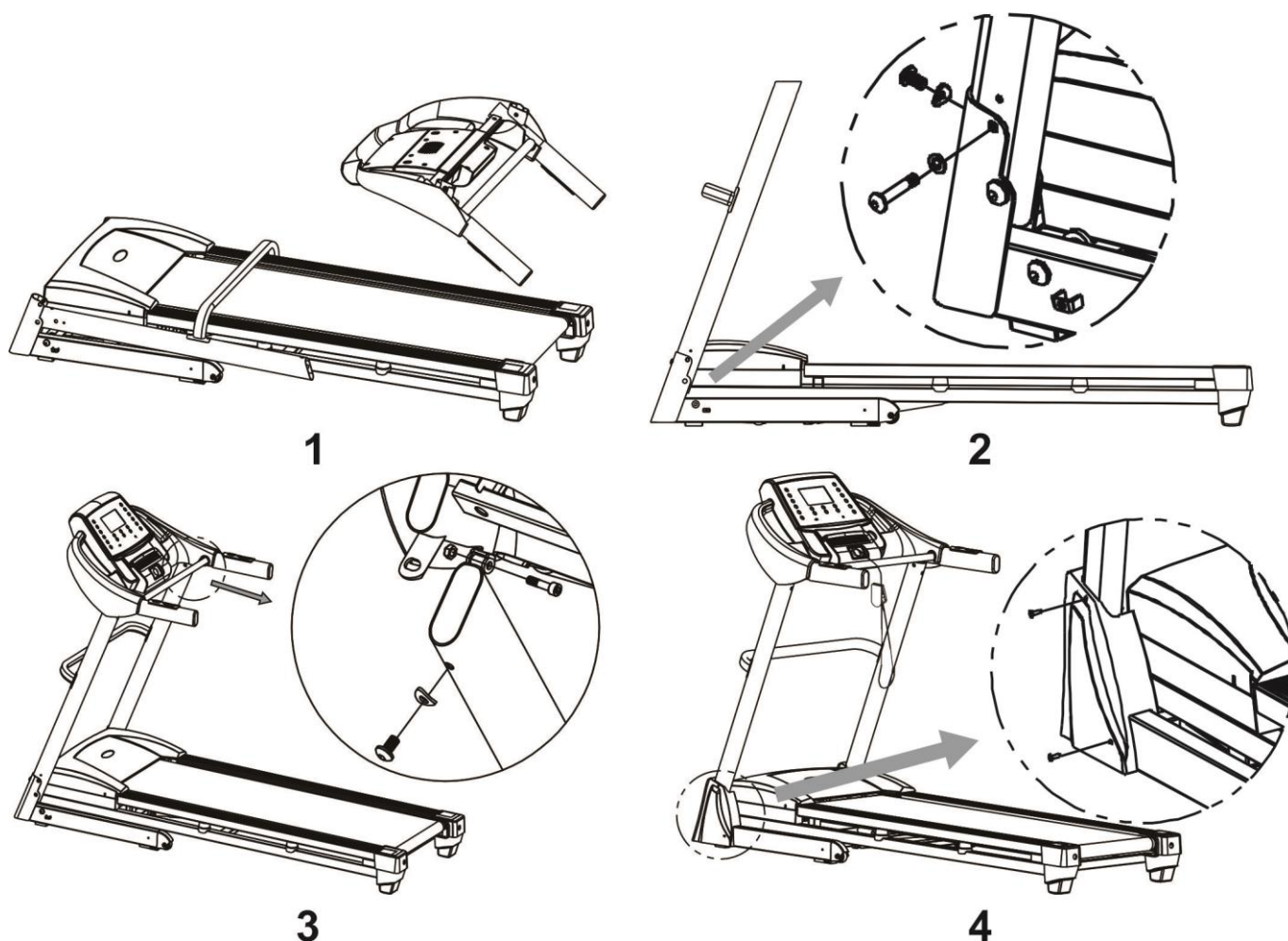
Product name	Treadmill
Voltage	220-240V
Frequency	50-60Hz
Power	1.5HP
Speed	1.0-16KM/H
Net weight	38.7KG / 86 LBS

5. ASSEMBLY INSTRUCTIONS & BOX CONTENTS

Please check that all contents are present before assembling this machine:

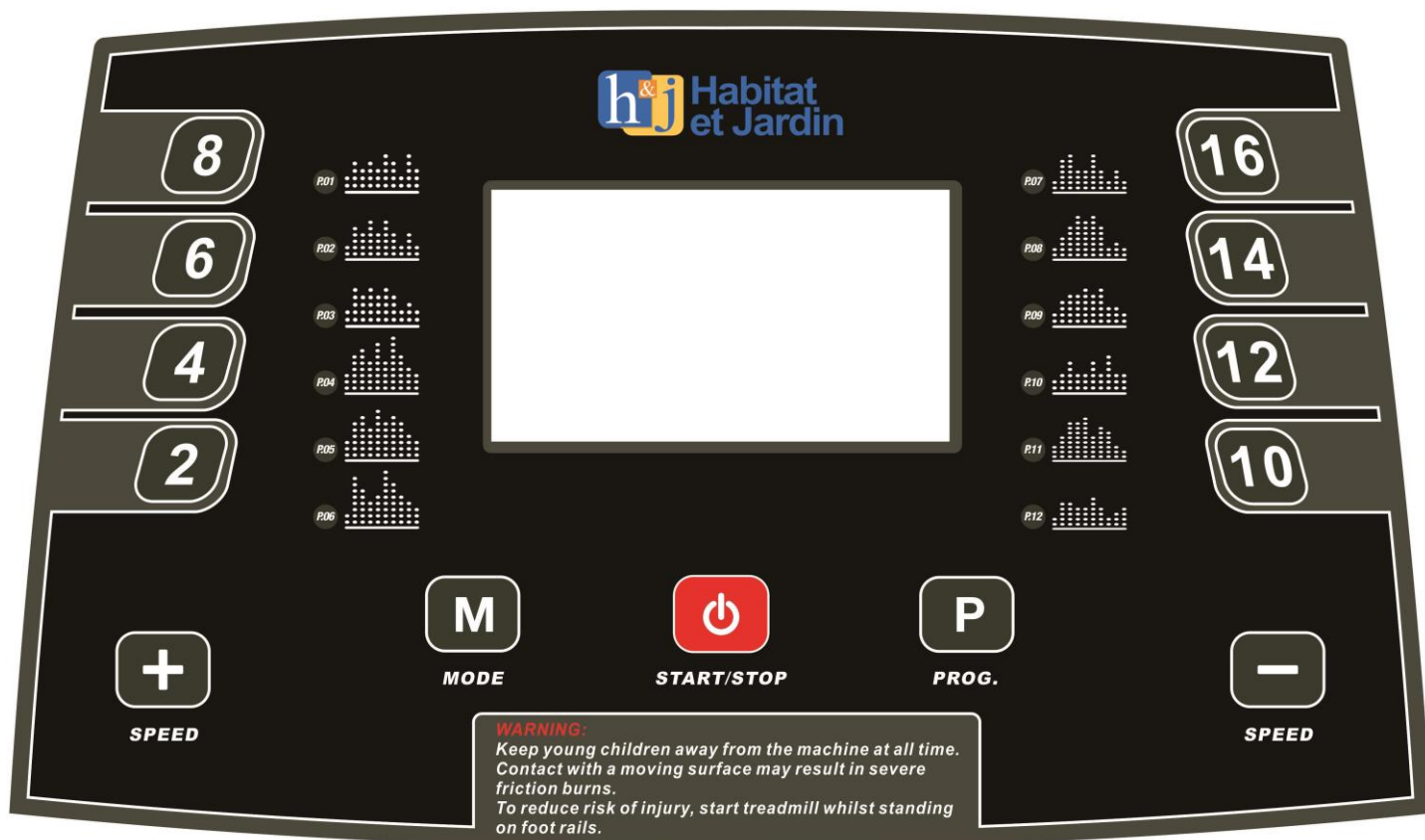


6. ASSEMBLY




- 1) Two persons to take out the machine from the carton. Please handle with care.
- 2) Take out 2pcs long screws and 2pcs short screws with pads from accessory bag, then fix the support frame together with the base. Please note do not tighten the screws first.
- 3) Took off the screws and nuts from the console, two persons work together to connect the connector wire in right side of the console with the wire in the right support frame, then use screws and pads to fix the console together with the support frame. Please note, when fixed please do not let the screws press on the connector wire in the right support frame.
- 4) Take out the small screws from accessory bag and fix the decoration cover at the bottom of the base. Finally please tighten all the screws. Then put the safety key on the computer. Finished all.

7. CONTROL PANEL & OPERATING INSTRUCTIONS

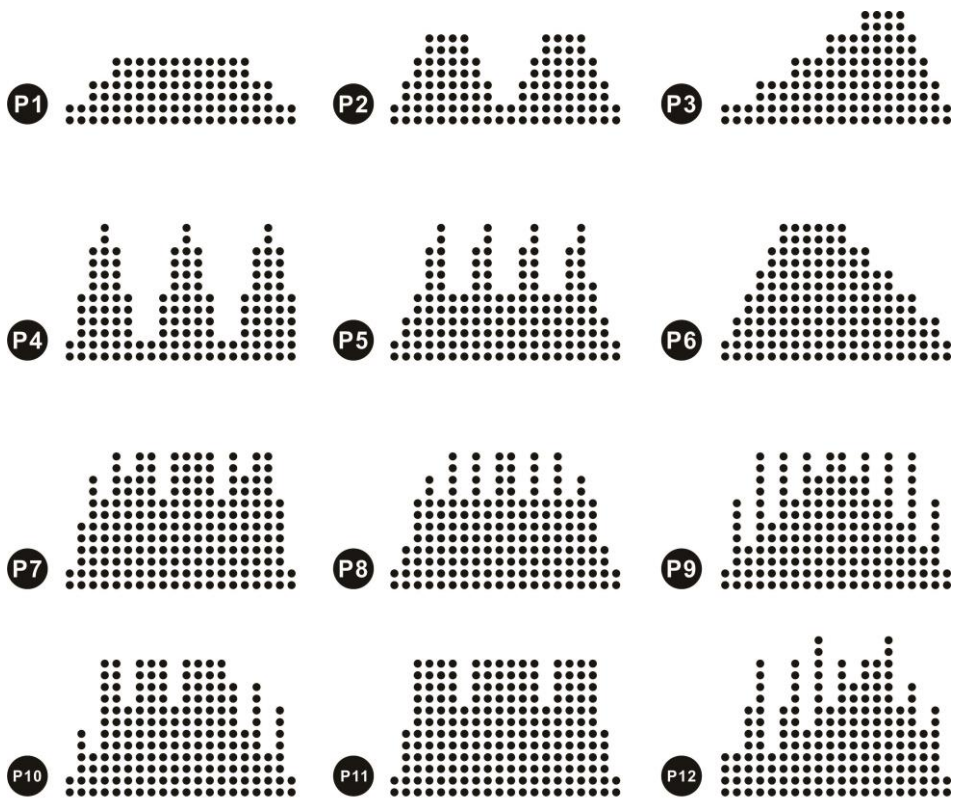


- 1) Connect to power and switch on the machine. The machine will on standby status. Press "START/STOP" key, the machine will start on 1KM/H after 3 seconds.
- 2) Press "START/SATOP" key to stop the machine. The console will shows OFF after stopped. When the machine on running status, press Speed + or - key to adjust required speed. The scope is from 1KM/H to 16KM/H. User also can select Speed direct key 2-4-6-8-10-12-14-16.
- 3) On standby status, press "MODE" key to set speed, time, distance and Calorie. Press "START/STOP" key after set, the machine will run uniform to the settled data. SPEED will twinkle when set speeds. SET will twinkle when set time, distance and calorie. The machine will auto stop after settled data finished. The setting data is as below,
Time set scope: 5:00-90:00. Windows default: 10:00
Speed set scope: 1.0-99.0km. Windows default: 1.0km
Calorie set scope: 10-990cal. Windows default: 10cal
- 4) Auto program. On standby status, press PROG key to select P1 to P12. At the time, SET will twinkle on display. Press + or - key to set time from 10:00 to 60:00. Windows default is 30 minutes.

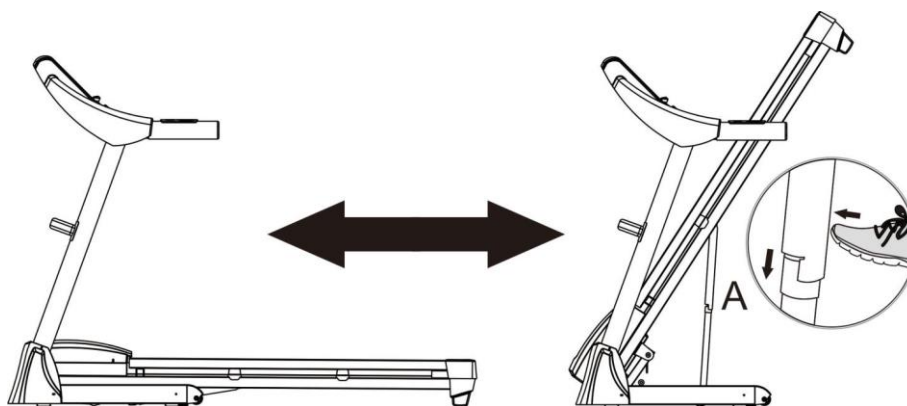
Press START/STOP key after settled. The machine will run within settled data.

- 5) Hold on left and right heart inductor tightly, the display will show users heart rate and the  is twinkle. The display will show P if no heart rate.
- 6) On Auto program status, Press Speed + - key or speed direct key to exit to manual operate status.
- 7) "PULSE PROGRAM" Hrc: Continue press "PROGRAM(P)"key to select Hr1~2 mode, press "MODE(M)"key to set age, can set it with speed +- (acquiesce 35, can select 10~99).Then press "MODE(M)"key, can calculated preset pulse data (Hrc1 acquiesce pulse= $(220-\text{age}) \times 60\%$, Hrc2 acquiesce pulse= $(220-\text{age}) \times 80\%$), press speed/incline +- setting, can select 70~199time/minute. Press "START"key go proceed the programs.The machine will be started with 1km/h.During working,if the pulse data lower than preset pulse,and the difference data within 5~10,then speed will be increased 0.4KM/H every 10 seconds;if the pulse data lower than preset pulse,and the difference data more than 10,then speed will be increased 0.8KM/H every 10 seconds;if the pulse data higher than preset pulse,and the difference data more than 10 or equal 10,then speed will be decreased 0.8KM/H every 10 seconds;if the pulse data higher than preset pulse,and the difference data within 5~10,then speed will be decreased 0.4KM/H every 10 seconds.The maximum speed will be increased into 10 KM/H, the minimum speed will be decreased into 1.0 KM/H.The maximum auto incline will be increased into 10, minimum incline will be decreased into 0.Without pulse input,speed/auto incline will not be changed.
- 8) Pull off emergency stop key, the machine will stop at once and display shows OFF.

AUTO PROGRAM



8. FOLDING UP AND SETTING DOWN



NOTE: Ensure the Power Switch is in the 'OFF' position and the power cord is unplugged from the electrical outlet.

FOLDING UP:

- Holding the rear end of deck directly by one hand, then lift the deck up until the Cylinder(A) 'pops' down into the locked position.

Note: Please check the Cylinder (A) 'pops' down into the locked position before moving the treadmill. To prevent any injury, please make sure you have a firm hold when lifting up or setting down the deck.

SETTING DOWN:

- Holding the rear end of deck by one hand, then use your foot to push the Cylinder(A) to set down the deck of the treadmill.

Note: Do not stand under the deck when setting down the treadmill

9. USAGE OF SILICONE OIL

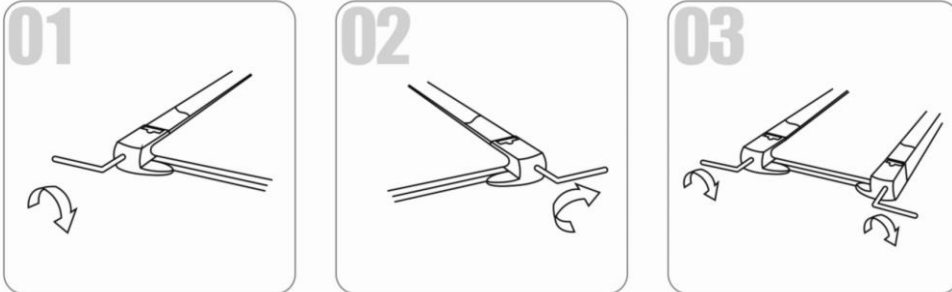
Pull up the running belt slightly, apply silicone oil to the backside of the belt and the top surface of the running deck.

Start the machine and keep it running for 3 minutes so that the oil spread and even out. It is necessary to maintain your



treadmill like this every 30 working hours of the machine for optimal performance, which also helps extend the service life of parts.

10. RUNNING BELT ADJUSTMENT



1) Running belt deviate to left

Start the machine by speed at 2-3KM/H without loading, use Allen wrench to screw the bolt 1/4 turn clockwise (see fig1). Keep the machine running without loading for 1-2 minutes to gauge. Repeat the previous step if more adjustment is needed, until the belt moves to the center.

2) Running belt deviate to right

Start the machine by speed at 2-3KM/H without loading, use Allen wrench screw the bolt 1/4 turn clockwise (see fig2). Keep the machine running without loading for 1-2 minutes to gauge. Repeat the previous step if more adjustment is needed, until the belt moves to the center.

3) Running belt slipping

If the running surface becomes slipping, tighten bolts on both ends 1/2 turn clockwise (see fig3) with Allen key. Repeat if necessary until the belt is properly adjusted.

4) Running belt logjam

If the running belt is in dead condition, loosen bolts Allen wrench to make the screw 1/2 circle both left and right till this logjam solved.

11. DAILY MAINTAINANCE

- 1) Please disconnect power before checking the machine or cleaning.
- 2) Clear belt and dial plate after use, at least once a week.
- 3) Check and tighten screws and spines at fixing point.
- 4) Do not hang clothes or other objects on the machine.

FR

INSTRUCTIONS

Merci beaucoup d'avoir acheté notre produit.

Veuillez lire attentivement ces instructions avant de l'utiliser et conservez-les dans un endroit approprié

1. ATTENTION

Pour éviter toute blessure, veuillez lire attentivement ce manuel avant d'utiliser l'appareil.



- Pour des raisons de sécurité, ne vous tenez pas debout sur le tapis roulant pendant le démarrage.
- Veuillez arrêter immédiatement en cas de sensation de vomissement, de secousses pendant l'utilisation.
- Veuillez augmenter lentement la vitesse si nécessaire.
- Le réglage de la ceinture est interdit pendant l'utilisation.
- Il est conseillé de porter des chaussures de sport lors de l'utilisation de la machine.
- Les enfants, les personnes âgées, les femmes enceintes et les patients ne sont pas autorisés à utiliser la machine.
- Veuillez accrocher la clé de sécurité à vos vêtements pendant l'utilisation.
- Veuillez tenir fermement les barres dures pendant l'utilisation.

2. AVIS DE SÉCURITÉ

- Veuillez poser la machine sur un sol plat. Il n'est pas approprié de poser la machine aux endroits suivants:
 - ① À l'extérieur. (La machine est spécialement conçue pour un usage intérieur uniquement).
 - ② Sol incliné ou endroits inclinés sur le balcon.
 - ③ Zone ensoleillée ou près d'un appareil de chauffage.
 - ④ Endroits où il y a beaucoup de bruit.
- Une erreur peut apparaître si l'alimentation n'est pas stable. N'utilisez pas la même prise avec un ordinateur, un climatiseur, etc.
- Il est conseillé de porter des chaussures de sport et une tenue de sport lors de l'utilisation de la machine.
- Veuillez augmenter ou diminuer la vitesse lentement.
- Faites attention aux enfants ou à d'autres objets lorsque vous pliez et dépliez la machine.
- Ne placez pas la machine à proximité d'un objet humide. Des erreurs peuvent être causées par des gouttes d'eau.

3. ATTENTION PENDANT L'UTILISATION

- Si vous ne vous sentez pas bien avant l'utilisation, veuillez consulter votre médecin ou votre entraîneur.
- Notre société n'engage aucune responsabilité de toute utilisation incorrecte par l'utilisateur qui pourrait causer des blessures corporelles.

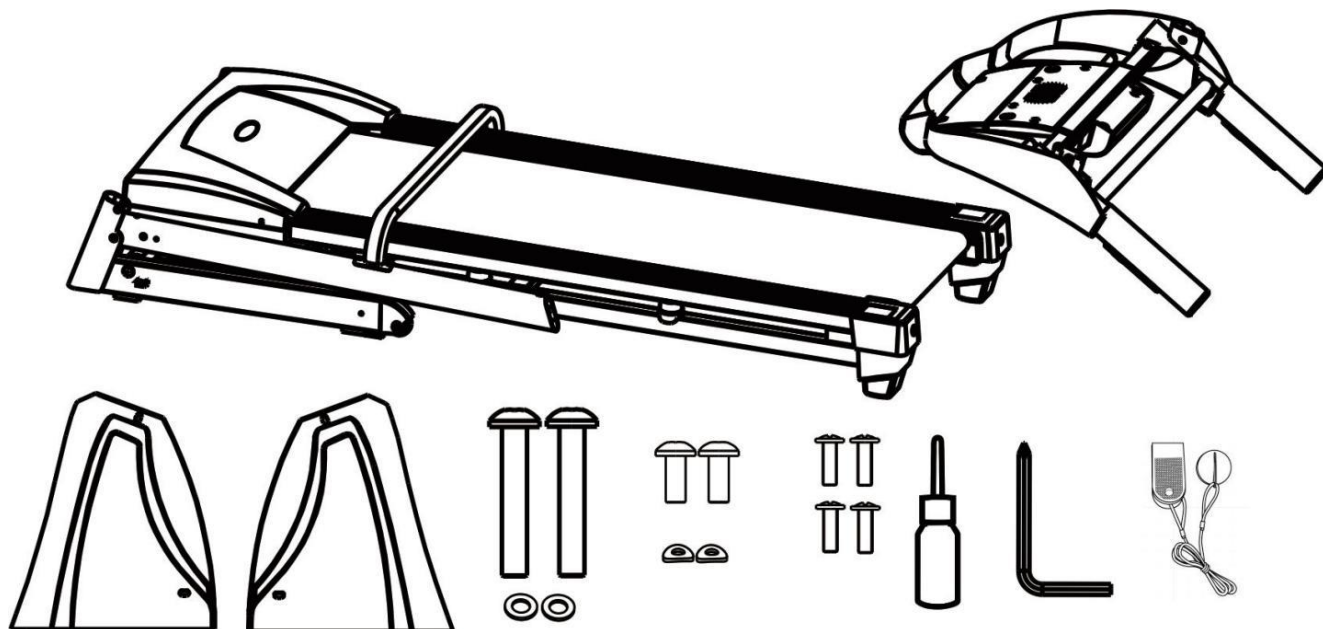
- Veuillez retirer la prise après utilisation.
- Veuillez retirer la prise pour tout déplacement ou changement de pièces de la machine.
- Les enfants, les personnes âgées et les femmes enceintes ne sont pas autorisés à utiliser la machine. Les patients doivent consulter un médecin avant l'utilisation.
- Veuillez placer la machine sur des endroits plats. Ne placez aucun objet à 2 mètres derrière la machine.
- Ne pas démarrer la machine lorsqu'elle est pliée.
- Il est interdit de faire pénétrer des gouttes d'eau dans la machine, en particulier dans le moteur, la ligne électrique et la prise.
- Un danger peut survenir si vous portez une robe longue ou d'autres vêtements inappropriés pendant l'utilisation.
- Les espaces clos, les endroits où l'air ne circule pas et les endroits inflammables sont interdits pour utiliser la machine.
- Ne posez aucun objet sur la machine.
- Eloignez la prise de l'endroit chauffé ou du foyer.
- Veuillez éteindre toutes les fonctions et retirer la prise après utilisation.
- Ne vous tenez pas directement sur la ceinture lors du démarrage de la machine.
- Ne démontez pas la machine sans l'aide d'un professionnel.
- Assurez-vous que la bande de course est bien attachée avant d'utiliser la machine.

4. SPÉCIFICATIONS TECHNIQUES

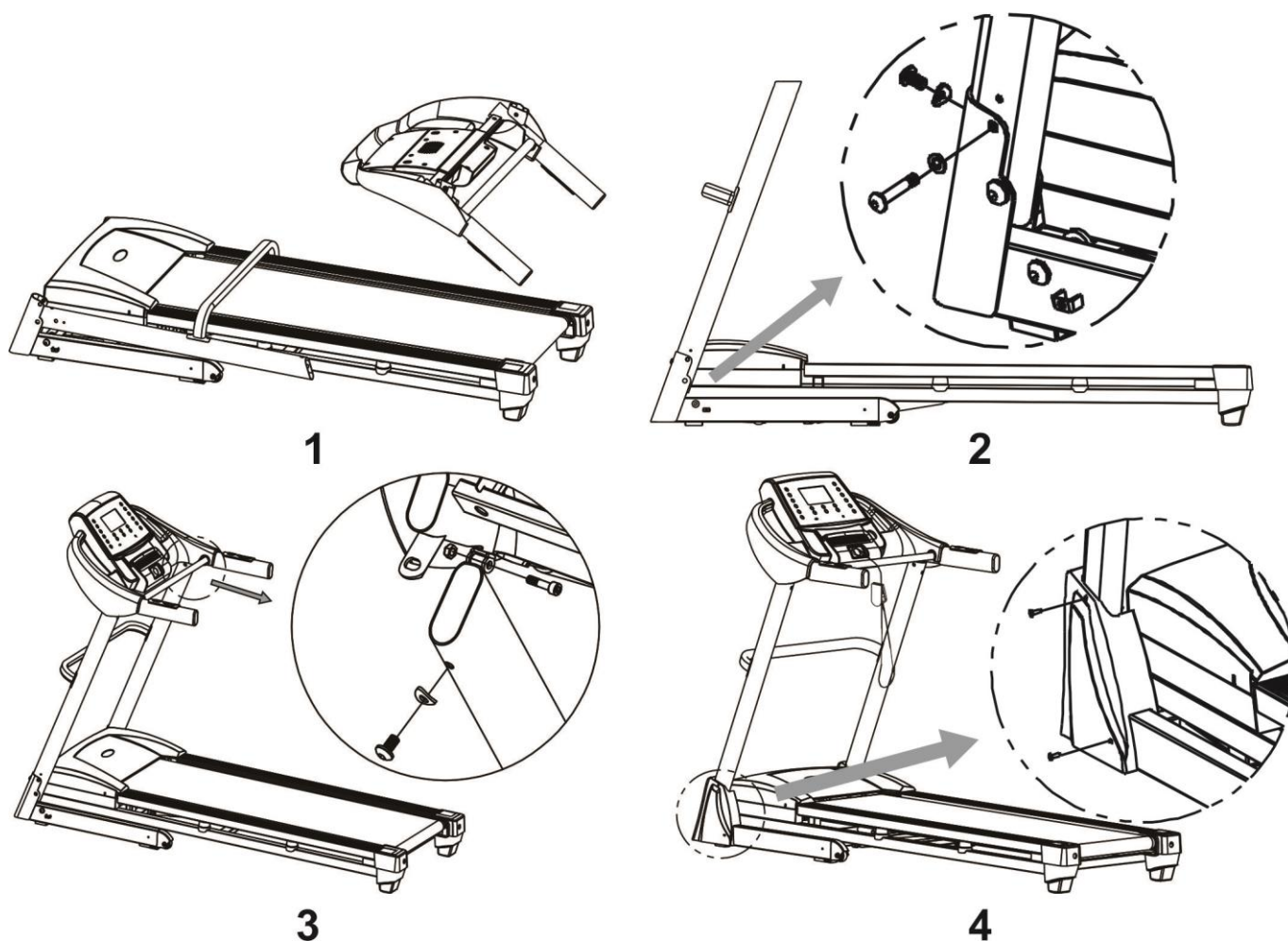
Nom du produit	Treadmill
Tension	220-240V
Fréquence	50-60Hz
Puissance	1.5HP
Vitesse	1-16Km/h
Poids net	38.7kg

5. INSTRUCTIONS D'ASSEMBLAGE ET CONTENU DE LA BOÎTE

Veillez vérifier que tout le contenu est présent avant d'assembler cette machine:

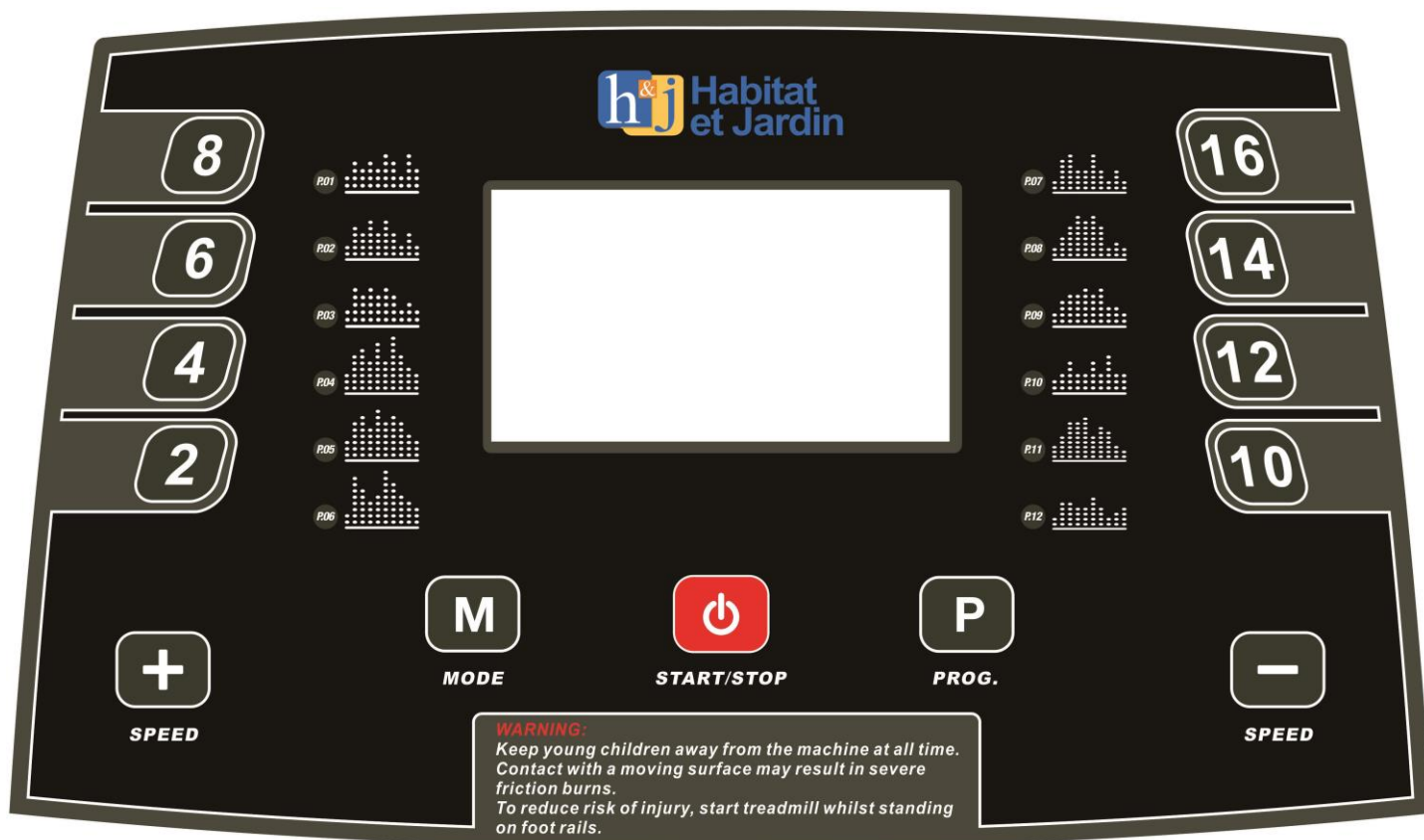


6. ASSEMBLAGE



- 1) Deux personnes pour sortir la machine du carton. Veuillez la manipuler avec précaution.
- 2) Sortez 2 vis longues et 2 vis courtes avec rondelles du sac d'accessoires, puis fixez le cadre de support avec la base. Veuillez noter que vous ne devez pas serrer les vis en premier. Veuillez ne pas serrer les vis en premier.
- 3) Retirez les vis et les écrous de la console, deux personnes travaillent ensemble pour connecter le fil de connexion du côté droit de la console avec le fil du cadre de support droit, puis utilisez les vis et les rondelles pour fixer la console avec le cadre de support. Veuillez noter que lors de la fixation, les vis ne doivent pas appuyer sur le fil de connexion du cadre de support droit.
- 4) Sortez les petites vis du sac d'accessoires et fixez le couvercle de décoration au bas de la base. Enfin, serrez toutes les vis. Ensuite, mettez la clé de sécurité sur l'ordinateur, tout est terminé.

7. PANNEAU DE COMMANDE & INSTRUCTIONS D'UTILISATION




- 1) Branchez l'alimentation et mettez la machine sous tension. La machine se met en veille. Appuyez sur la touche «START/STOP», la machine démarre à 1KM/H après 3 secondes.
- 2) Appuyez sur la touche «START/SATOP» pour arrêter la machine. La console affichera OFF après l'arrêt. Lorsque la machine est en marche, appuyez sur la touche «SPEED +» ou «SPEED -» pour régler la vitesse souhaitée. La plage de réglage est de 1KM/H à 16KM/H. L'utilisateur peut également sélectionner la vitesse par la touche directe 2-4-6-8-10-12-14-16.
- 3) En mode veille, appuyez sur la touche «MODE» pour régler la vitesse, le temps, la distance et les calories. Appuyez sur la touche «START/STOP» après le réglage, la machine fonctionnera uniformément selon les données réglées. SPEED clignote lorsque vous réglez la vitesse. SET clignote lorsque vous réglez le temps, la distance et les calories. La machine s'arrête automatiquement une fois les données réglées terminées. Les données de réglage sont les suivantes,

Plage de réglage de la durée: 5:00-90:00. Valeur par défaut Windows: 10:00

Plage de réglage de la vitesse: 1,0-99,0km. Valeur par défaut Windows:1,0km

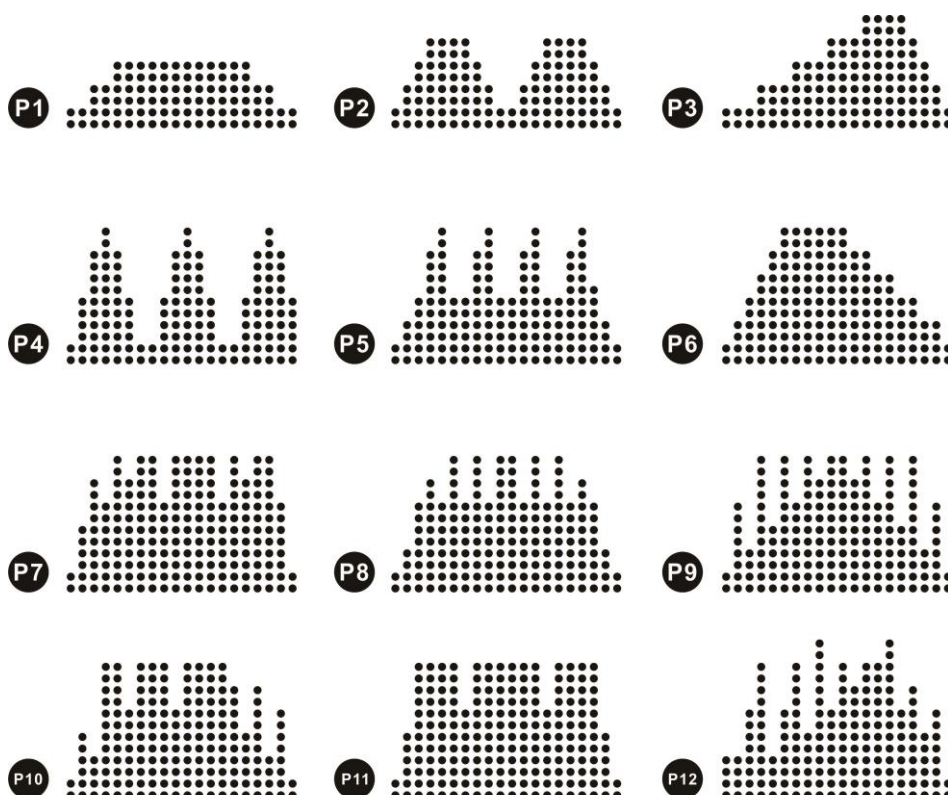
Plage de réglage des calories:10-990cal. Valeur par défaut Windows:10cal

- 4) Programme automatique. En état de veille, appuyez sur la touche PROG pour sélectionner P1 à P12. À ce moment, SET clignote à l'écran. Appuyez sur la touche «+» ou «-» pour régler la durée entre 10:00 et 60:00. La valeur par défaut Windows est de 30 minutes. Appuyez sur la touche «START/STOP» après le réglage. La machine fonctionnera dans les limites des données réglées.
- 5) Tenez fermement les inducteurs cardiaques gauche et droit, l'écran affiche la fréquence cardiaque des utilisateurs et l'icône  clignote. En l'absence de fréquence cardiaque, l'écran affiche P.
- 6) En état de mode de programme automatique, appuyez sur la touche «SPEED +» ou «SPEED -» ou sur la touche de vitesse directe pour passer en mode de fonctionnement manuel.
- 7) «PROGRAMME D'IMPULSION» Hrc: Continuez à appuyer sur la touche «PROGRAM(P)» pour sélectionner le mode Hr1~2, appuyez sur la touche «MODE(M)» pour définir l'âge, vous pouvez le régler avec la touche «SPEED +» ou «SPEED -» (35 par défaut, vous pouvez sélectionner 10~99). Appuyez ensuite sur la touche «MODE(M)» pour calculer les données d'impulsion prédéfinies (Hrc1 impulsion par défaut= $(220-\text{age}) \times 60\%$, Hrc2 impulsion par défaut = $(220-\text{age}) \times 80\%$), appuyez sur le réglage de la vitesse/inclinaison + -, vous pouvez sélectionner 70~199 fois/minute.

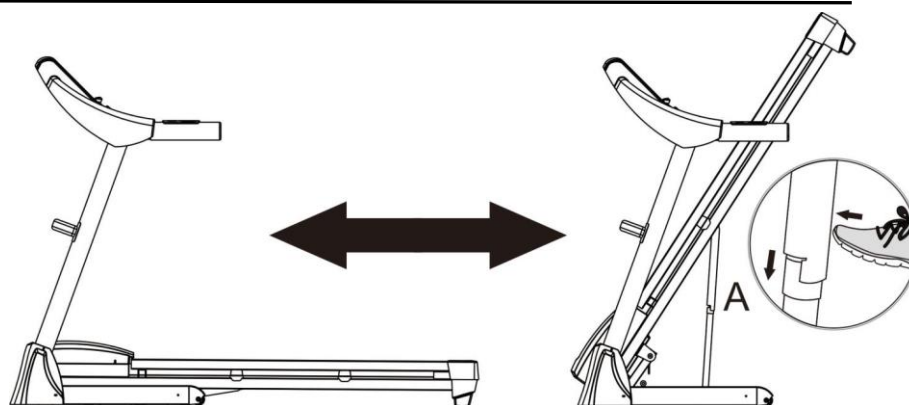
Appuyez sur la touche «START» pour lancer les programmes. La machine démarrera à 1km/h. Pendant le fonctionnement, si les données de l'impulsion sont inférieures à celles de l'impulsion pré réglée et que la différence est comprise entre 5 et 10, la vitesse sera augmentée de 0,4KM/H toutes les 10 secondes; si les données de l'impulsion sont inférieures aux impulsions pré réglées et que la différence est supérieure à 10, la vitesse augmente de 0,8KM/H toutes les 10 secondes; si les données de l'impulsion sont supérieures aux impulsions prédéfinies et que les données de différence sont supérieures ou égales à 10, la vitesse sera réduite de 0,8KM/H toutes les 10 secondes; si les données de l'impulsion sont supérieures aux impulsions prédéfinies et que la différence est comprise entre 5 et 10, la vitesse sera réduite de 0,4KM/H toutes les 10 secondes. La vitesse maximale sera augmentée à 10 KM/H, la vitesse minimale sera réduite à 1,0KM/H. L'inclinaison automatique maximale sera augmentée à 10, l'inclinaison minimale sera réduite à 0. Sans entrée d'impulsion, la vitesse et l'inclinaison automatique ne seront pas modifiées.

- 8) Retirez la clé d'arrêt d'urgence, la machine s'arrête immédiatement et l'écran affiche OFF.

Programme automatique



8. REPLIAGE ET DÉPLIAGE



REMARQUE: Assurez-vous que l'interrupteur d'alimentation est sur la position «OFF» et que le cordon d'alimentation est débranché de la prise électrique.

REPLIAGE:

- Tenez l'extrémité arrière de la plate-forme directement d'une main, puis soulevez la plate-forme jusqu'à ce que le Cylindre (A) se replie en position verrouillée.

Remarque: Avant de déplacer le tapis roulant, veuillez vérifier que le Cylindre (A) se replie en position verrouillée. Pour éviter toute blessure, assurez-vous d'avoir une prise ferme lorsque vous soulevez ou posez la plate-forme.

DÉPLIAGE

- Tenez l'extrémité arrière de la plate-forme d'une main, puis utilisez votre pied pour pousser le Cylindre (A) afin de poser la plate-forme du tapis roulant.

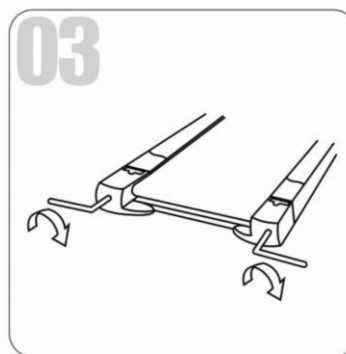
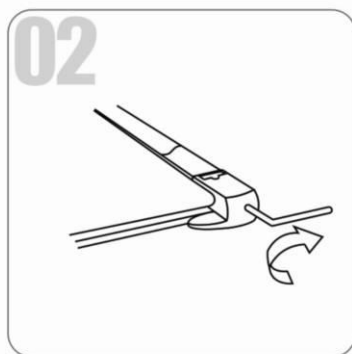
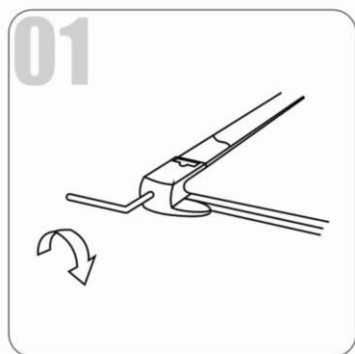
Remarque: Ne vous tenez pas sous la plate-forme lorsque vous posez le tapis roulant.

9. UTILISATION DE L'HUILE DE SILICONE

Tirez fermement sur la bande de course. Mettez ensuite de l'huile de silicone sur le marche-pied. Démarrez ensuite la machine pour qu'elle fonctionne 3 minutes sans charge. Il est préférable d'effectuer cet entretien toutes les 30 heures de fonctionnement de la machine. Cela permet de préserver la durée de vie des pièces.



10. RÉGLAGE DE LA BANDE DE COURSE



1) Bande de course d'évie vers la gauche

Démarrez la machine à une vitesse de 2-3Km/h sans charge, utilisez l'écrou de matrice pour faire tourner la vis d'un quart de cercle (voir figure 1). Ensuite, faites fonctionner la machine sans chargement pendant 1-2 minutes. Réglez comme ceci pour que la courroie se trouve au milieu.

2) Bande de course d'évie vers la droite

Démarrez la machine à une vitesse de 2-3Km/h sans charge, utilisez l'écrou de matrice pour faire tourner la vis d'un quart de cercle (voir fig. 2). Ensuite, faites fonctionner la machine sans chargement pendant 1-2

minutes. Réglez de cette manière pour que la bande arrive au milieu.

3) Blocage de la bande de course

Si la bande de course est à l'arrêt, utilisez l'écrou pour faire tourner la vis de 1/2 cercle à gauche et à droite jusqu'à ce que le blocage soit résolu.

11. ENTRETIEN QUOTIDIEN

1. Veuillez débrancher l'alimentation avant de vérifier la machine ou de la nettoyer.
2. Nettoyez la bande et la plaque de cadran après utilisation, au moins une fois par semaine.
3. Vérifiez et serrez les vis et les épines au point de fixation.
4. Ne suspendez pas de vêtements ou d'autres objets sur la machine.

