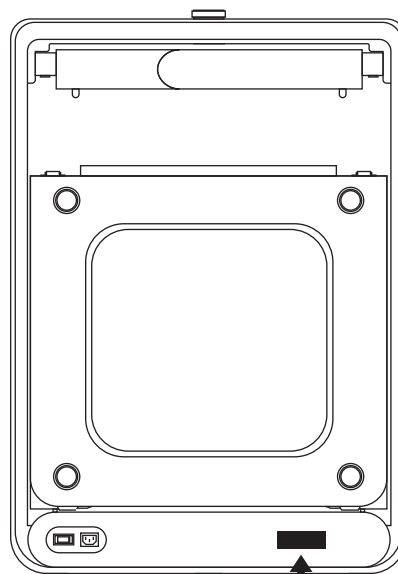
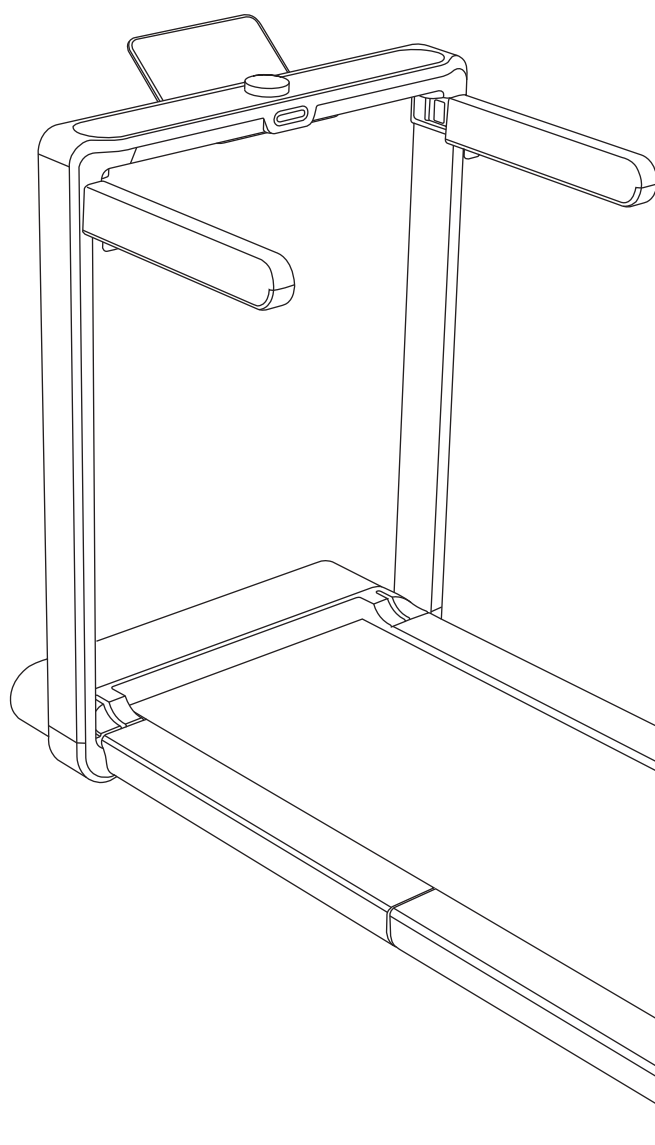


KINGSMITH WalkingPad Treadmill

X214

USER MANUAL



Position to paste the nameplate



WARNING

Please be careful to avoid slipping and injury when using.
Do not let children approach or use this equipment.

The product has an innovative design with multiple folding. Mind your hands and fingers when folding/unfolding it.

Please read the user manual carefully before using the product. Keep it properly for future reference.



Scan the QR code for
more languages



Scan the QR code
for app download

EN	ENGLISH.....PG/01
----	-------------------

FR	FRANÇAIS.....PG/13
----	--------------------

DE	DEUTSCH.....S./21
----	-------------------

IT	ITALIANO.....PG/41
----	--------------------

ES	ESPAÑOL.....PG/55
----	-------------------

Safety Precautions

Thank you for choosing KINGSMITH WalkingPad treadmill (hereinafter referred to as "the equipment", "the product", etc). To ensure that you fully understand and use this product correctly, please read the following instructions carefully before use

The equipment is intended for residential use.

DANGER - TO REDUCE THE RISK OF ELECTRICAL SHOCK:

Always unplug the equipment from the electrical outlet immediately after using and before cleaning.

WARNING - This equipment 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 equipment in a safe way and understand the hazards involved. Children shall not play with the equipment. Cleaning and user maintenance shall not be made by children without supervision. This equipment is not intended for use by persons (including children) with reduced physical, sensory or mental capabilities, or lack of experience and knowledge, unless they have been given supervision or instruction concerning use of the equipment by a person responsible for their safety. Children should be supervised to ensure that they do not play with the equipment.

WARNING - Store the equipment flat. Keep young children away from this machine at all times. Contact with the moving surface may result in severe friction burns.

WARNING - TO REDUCE THE RISK OF BURNS, FIRE, ELECTRIC SHOCK, OR INJURY TO PERSONS:

- 1) Equipment should never be left unattended when plugged in. Unplug from outlet when not in use, and before putting on or taking off parts.
- 2) Do not operate under or near a blanket or pillow. Excessive heat can occur and cause fire, electric shock, or injury to persons.
- 3) The equipment is only to be used by healthy and able-bodied adults. Close supervision is necessary when this equipment is used by, on, or near children, invalids, or disabled persons.
- 4) The equipment is intended for consumer and residential use only. Do not use it in a commercial or light-commercial setting or outdoors or for medical treatment purpose.
- 5) Never operate this equipment if it has a damaged cord or plug, if it is not working properly, if it has been dropped or damaged, or dropped into water. Contact customer service for examination and repair. Do not use attachments not recommended by the manufacturer.
- 6) Do not carry this equipment by the supply cord or use the cord as a handle.
- 7) Keep the cord away from heated sources.
- 8) Never drop or insert any object into any opening.
- 9) Connect this equipment to a properly grounded outlet only.
- 10) Do not operate where aerosol (spray) products are being used or where oxygen is being administered.
- 11) To disconnect, turn all controls to the off position, then remove the plug from the outlet.
- 12) If you feel uncomfortable, please stop exercising immediately and consult a doctor to avoid damage to your health.
- 13) Ensure there is a distance of at least 2000 mm × 1000 mm behind the equipment and a distance of at least 600 mm on both sides.
- 14) Wear appropriate athletic clothing to use the equipment and exercise according to your own condition. Do not exercise barefoot or in socks only.
- 15) Do not wear loose or dangling clothing while using the product.
- 16) Do not stand or step on the head of the equipment.
- 17) Do not use this equipment with, near or around pets.
- 18) Do not walk backward on the equipment to ensure stability.
- 19) The elderly, children, and pregnant women Must use this device with caution. Please consult a doctor and obtain relevant guidance before using this equipment.
- 20) Do not fold this equipment when the power is on. Otherwise, it may affect the service life of the product and lead to other safety hazards. Do not start the equipment when it is folded.
- 21) Store the equipment as instructed in the manual for safety.
- 22) Do not get on or off this equipment when the equipment is running to prevent accidents.
- 23) Do not exceed the maximum specified user weight.
- 24) Do not expose this equipment to direct sunlight. Keep it in a cool and dry place.
- 25) Do not use the equipment in a humid environment or rain as it is not water-resistant.
- 26) Do not exceed the recommended usage time. Allow the equipment to cool down for 20 minutes before restarting.

-
- 27) For optimal performance and stability, use the equipment on a level solid surface and ensure there are no obstructions underneath it.
 - 28) The value of the A-weighted emission sound pressure level at the trainer's ear is around 60dB(A). Noise emission under load is higher than without load.
 - 29) Injuries to health may result from incorrect or excessive training.
 - 30) WARNING! Heart rate monitoring systems may be inaccurate. Over exercising may result in serious injury or death. If you feel faint stop exercising immediately
 - 31) In an emergency, remove the safety key to stop the equipment. Hold onto the handles and step on the anti-slip side strips until the equipment comes to a complete stop.
 - 32) Our company is not liable for any personal injuries or property losses caused by improper use of this product. We reserve the right to update, revise, or terminate the user manual and related instructions without prior notice.

WARNING:

The safety level of the equipment can be maintained only if it is examined regularly for damage and wear, e.g. belts, connection points.

Replace defective components immediately and/or keep the equipment out of use until repair.

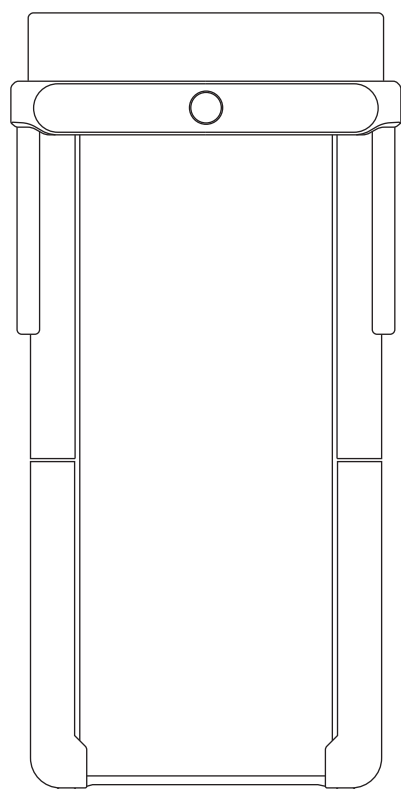
Pay special attention to components that are most susceptible to wear, such as the belt.

Contents

1. Product Introduction	1
2. Operation and Adjustment.....	3
3. Care and Maintenance.....	9
4. Troubleshooting	10
5. Exercise Tips.....	11
6. Trademark and Legal Declaration.....	11
7. Regulatory Compliance Information.....	12

1. Product Introduction

Unpack the product and check the contents inside. If there is any damage or missing parts, please contact the seller.

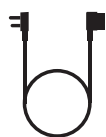


Treadmill×1

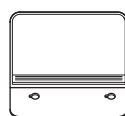
01 Tech Specs

Product name	Motorized Treadmill	Belt size	1210 mm × 460 mm
Model	WP460B4		47.6 in × 18.1 in
Speed range	1-14 km/h / 1-8.5 mph	Unfolded size	1419 mm × 711 mm × 1017 mm
Max user weight	110 kg / 242 lb		55.8 in × 27.9 in × 40 in
Net weight	43.2 kg / 95.2 lb	Folded size	225 mm × 711 mm × 1017 mm
Rated voltage	220-240 V~		8.6 in × 27.9 in × 40 in
Rated frequency	50/60 Hz	Class	HC
Rated power	918 W	Age range	14 years and above

02 Packing List



Power cord



Phone holder



Safety key



Allen key



Silicone oil

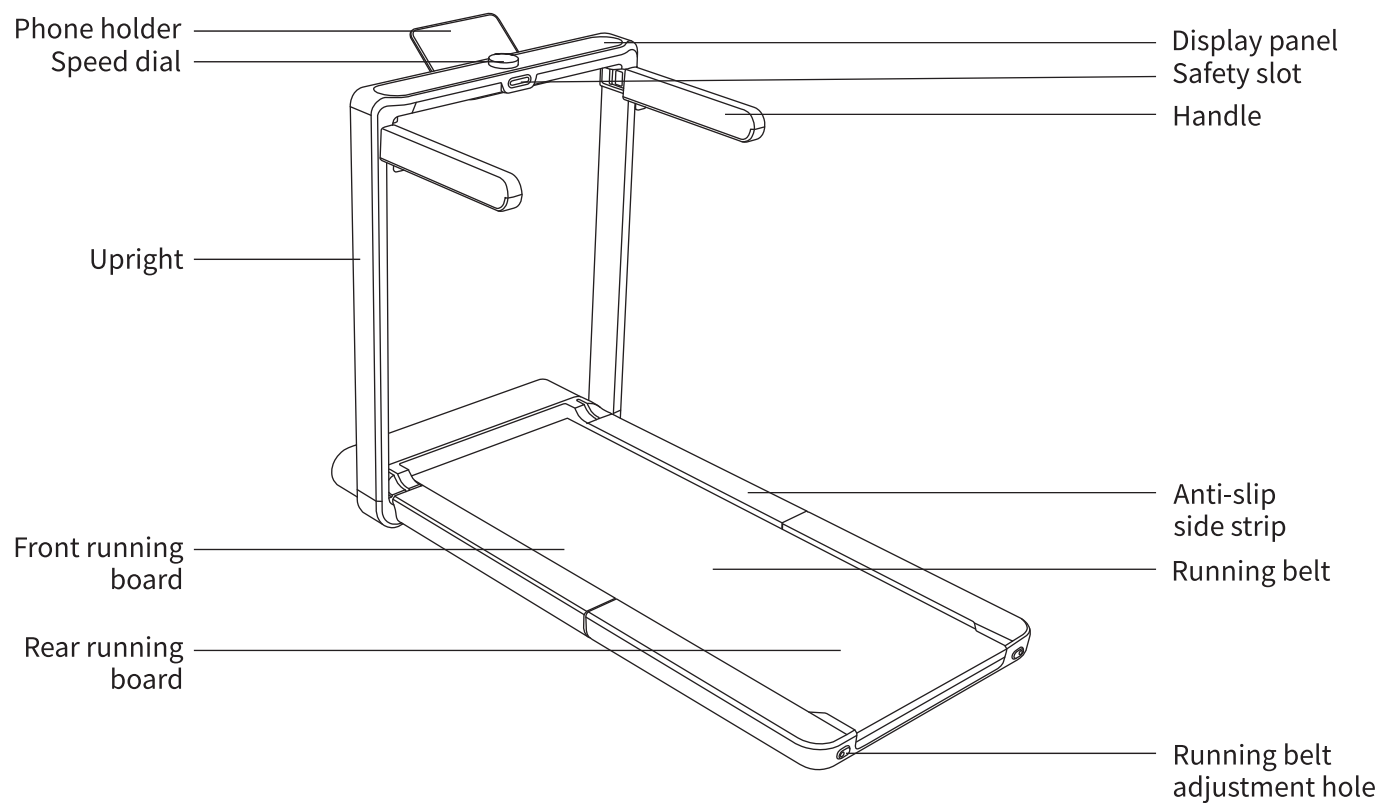


User manual

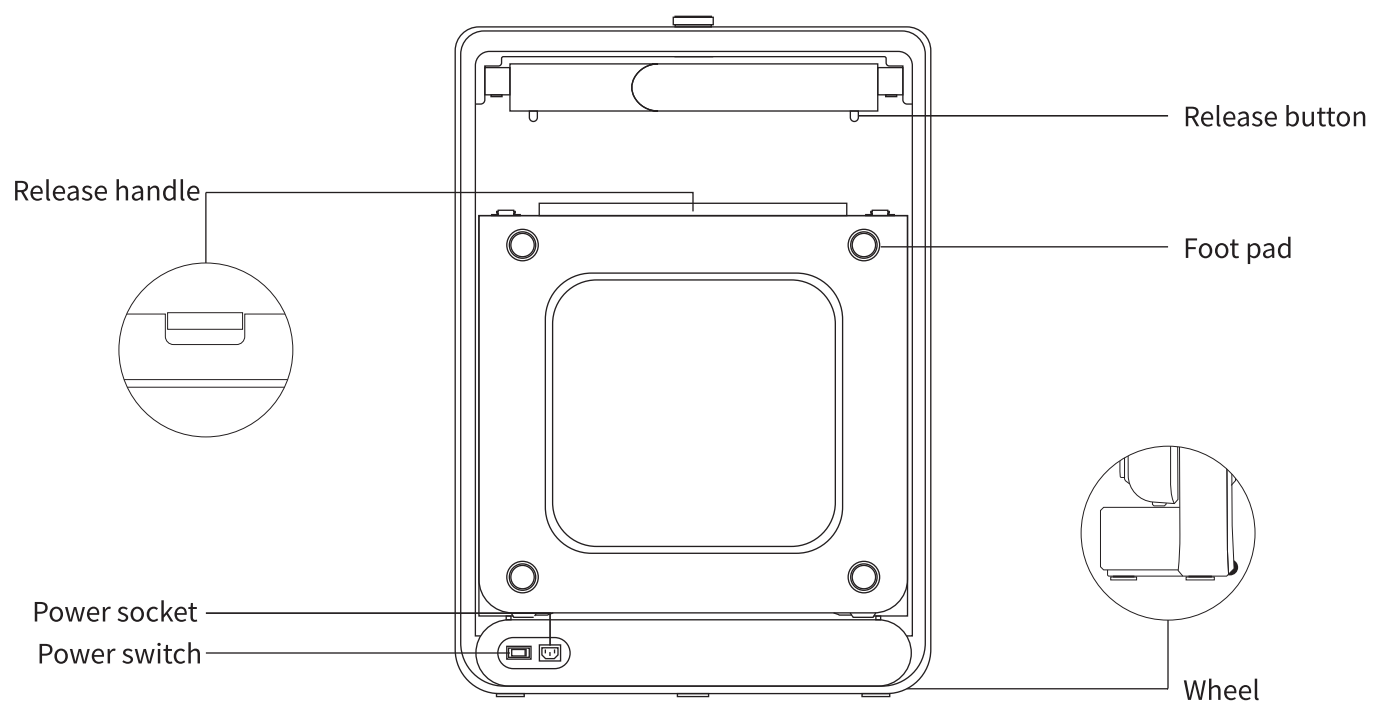
Radio Frequency and Radio Transmission Power

RF Specification	Working Frequency	Maximum Output Power
Bluetooth	2400-2483.5 MHz	< 10 dBm (EIRP)

03 Part Names



Unfolded state

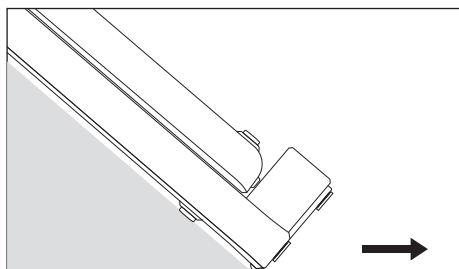


Folded state

2. Operation and Adjustment

01 How to move the Treadmill

Before moving, ensure the equipment is powered off, the power cord is unplugged and securely stored, the handles and running board are completely folded.



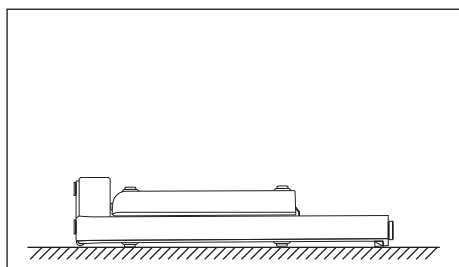
- ① Lift the equipment from the area below the display panel and move it to your desired location.

CAUTION:

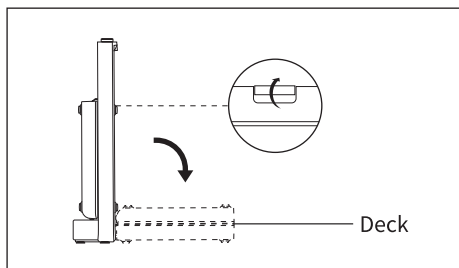
- Avoid touching the running belt to prevent damage or injury.
- Avoid moving the equipment on uneven floor to ensure stability.
- Maintain a proper angle between the equipment and floor to avoid friction when moving.

02 How to unfold the treadmill

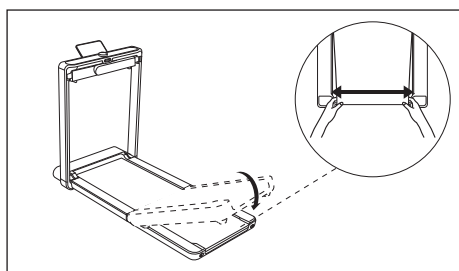
Before unfolding the equipment, make sure the free area behind the appliance is at least 2000 mm × 1000 mm (78.7 × 39.4 inches), and the free area on each side is at least 600 mm (23.62 inches).



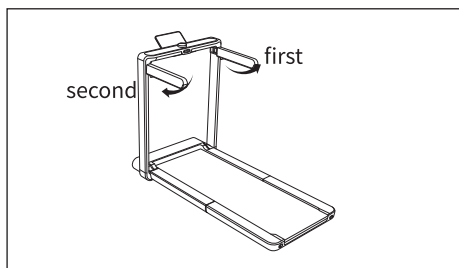
- ① Place the equipment on a solid level surface.
CAUTION: Avoid thick and soft carpet or mats.



- ② Unfold the deck by holding the release handle, pushing it forward, lifting it up and towards you.
CAUTION: Avoid thick and soft carpet or mat.

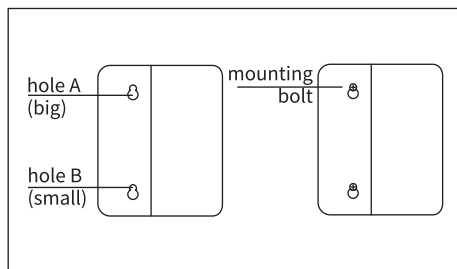


- ③ Unfold the rear running board. Center the running belt by manually adjusting its front and back ends. Press down the rear running board to make it completely flat. If it is not level with the floor, rotate the foot pad for adjustment.
CAUTION:
 - The rear running board can be pressed down hard by hand without damaging the equipment.
 - You may hear a loud suction-like sound when unfolding the running board and feel a slight gap when stepping on the running belt. These are normal and will disappear with continued use.



- ④ Press and hold the right release button to unfold the right handles, followed by the left handles.
CAUTION: The right handles must be unfolded prior to unfolding the left handles.

03 How to install the phone holder

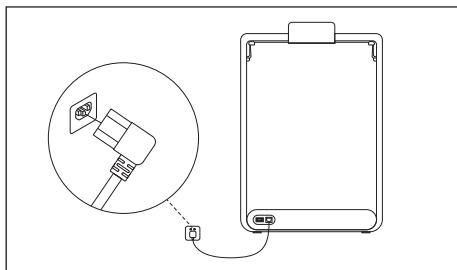


- ① Align hole A with the mounting bolt and slide the phone holder into hole B until it clicks into place.

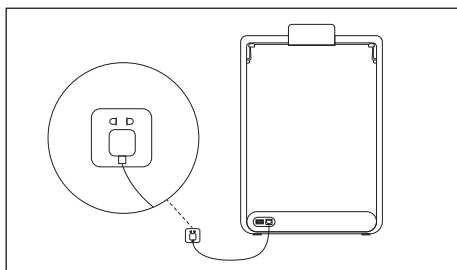
CAUTION: The phone holder is designed for easy removal. Slide into hole A to detach.

04 How to plug in the power cord

This product must be grounded when in use and our equipment meets the grounding requirement. If there is a malfunction or damage, grounding can provide a path with the least resistance for the electric current, reducing the risk of electric shock.



- ① Insert the appliance end of the power cord into the power socket on the equipment.



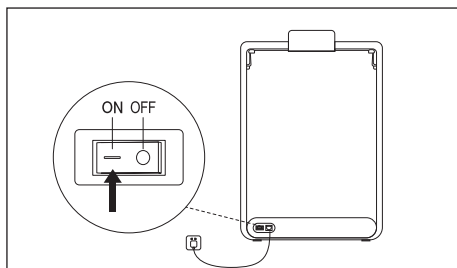
- ② Insert the wall outlet end of the power cord into the power outlet.

CAUTION:

- Do not modify the plug provided with the product. If the plug is not suitable for the outlet, have a qualified electrician install a suitable outlet.
- If the power cord is damaged, it must be replaced with the power cord designated by the manufacturer.

05 How to turn on the power

If the equipment is exposed to cold environment, please let it return to room temperature before turning on the power switch. Otherwise, the equipment components may be damaged.

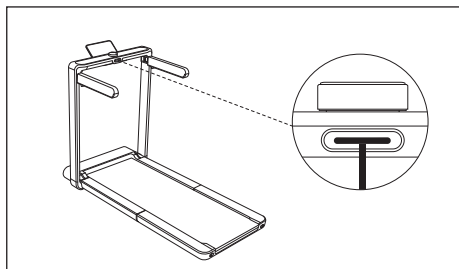


- ① Turn on the power switch until you hear a beep and see the panel lights up.

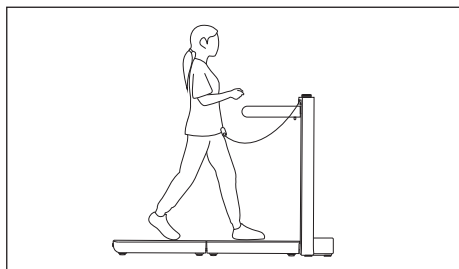
CAUTION:

- Only off mode when the appliance is main function off.
- Power consumption of off mode: 0.5 W.

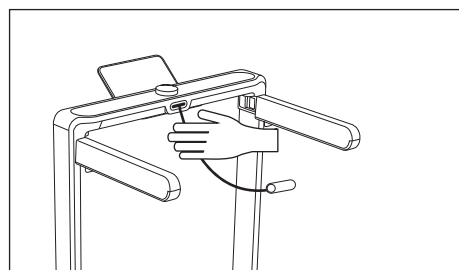
06 How to use the safety key



- ① Insert the safety key into the safety slot to start the treadmill.
CAUTION: For safety reasons, the equipment cannot start without the safety key.



- ② Clip the lanyard of the safety key to your clothes at your waist.

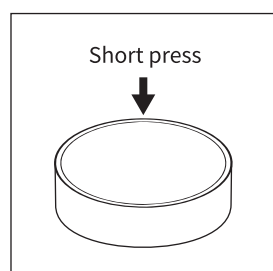
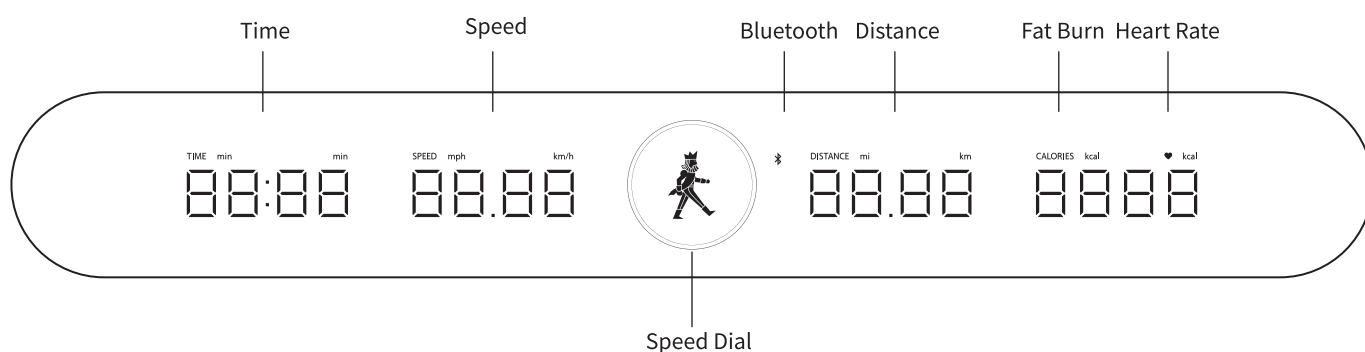


- ③ In an emergency, remove the safety key to stop the equipment. Hold onto the handrail and step off the anti-slip side strips when the equipment comes to a complete stop.
Warning: Exercise caution when removing the safety key, as the equipment will stop suddenly.

07 How to use the display panel

① Speed Dial Operation

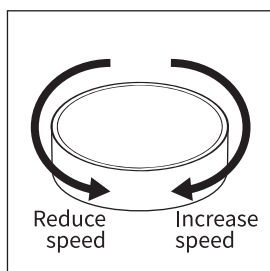
Power On: Turn on the power switch on the equipment. The display panel will sequentially show time, speed, distance, and fat burn.



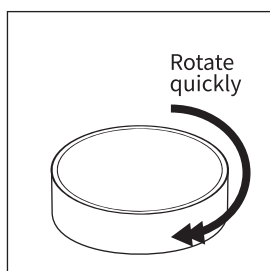
Run: Stand on the running belt and press the SPEED DIAL. After a 3-second countdown, the equipment will start running at 1 km/h (1 mph).

Caution:

- For safety reasons, the equipment will automatically pause after running for 60 seconds if no one steps on the running belt after pressing the speed dial. This safety feature, called "No-Load Stop", is disabled by default but can be enabled through the KS Fit app ("Motion" > "Settings" > "No-load stop").
- Make sure the safety key is inserted. Otherwise, the equipment will not run.



Speed Up/Down: Rotate the SPEED DIAL clockwise to increase speed or counterclockwise to reduce speed while the equipment is running.



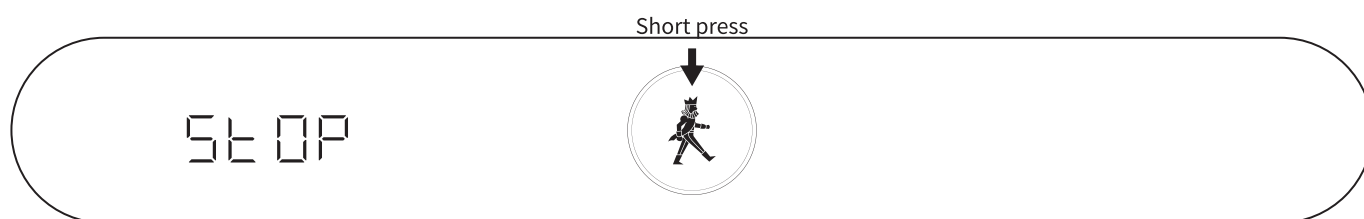
Quick Speed Keys: For quick speed adjustments, rotate the SPEED DIAL quickly clockwise to increase speed (1/3/6/9/12/14 km/h), or counterclockwise to reduce speed (14/12/9/6/3/1 km/h).

Warning: Beginners should not run at 14Km/h due to increased risk of injuries.

Caution: In Imperial system, the corresponding speed change is 1/3/6/8.5 mph.

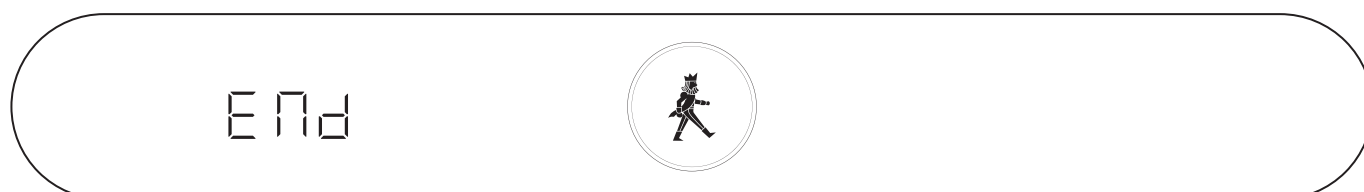
Pause Workout: Press the SPEED DIAL, the equipment will slow down and display "Stop". When the equipment stops, the workout data flashes.

Caution: To resume workout, press the SPEED DIAL and the workout data will continue to accumulate.



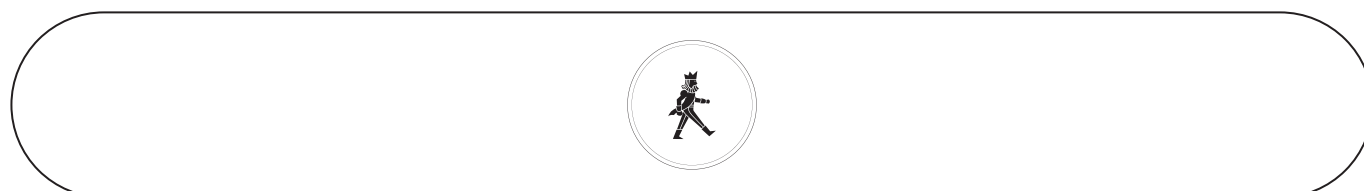
End Workout: Press the SPEED DIAL for 2 seconds or let the equipment idle for 10 minutes after pausing workout, the data will be reset (if app unconnected).

Caution: If the app is connected, the workout data will be saved.

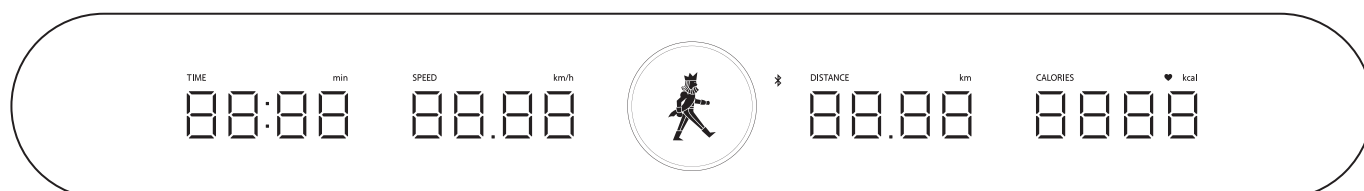


Sleep: Press and hold the SPEED DIAL for 2 seconds or let the equipment idle for 10 minutes after ending the workout, the display panel will turn off.

Caution: To wake the equipment from Sleep mode, press any button on the display panel.



Unit Conversion: The display panel allows you to switch between metric and imperial units. Restart the equipment, connect to the KS Fit app, tap "ME" > "Settings" > "Unit Settings", choose "Metric" or "Imperial", and restart the equipment again.



② Status Description

App Connection: The Bluetooth indicator flashes when the equipment is not connected to the app, and stays solid when connected.



Heart Rate: The heart rate indicator alternately displays with the calorie indicator when your treadmill and Apple Watch are paired with the KS Fit app. Otherwise, the heart rate indicator is off.



Safety Key: Without safety key inserted, the display panel will display "SAFE". Insert the safety key to clear the "SAFE" message.



Child Lock: With child lock enabled in the KS Fit app, the equipment won't start and the panel will display "LOC". Disable the child lock in the app to clear the "LOC" message.



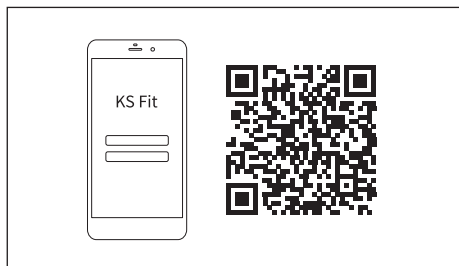
Upgrading: When the firmware is upgrading, the display panel shows "UP" and the equipment cannot start. Wait until the upgrade is complete and the message disappears.

Caution: Do not power off when the equipment is upgrading.



08 How to connect the App

Elevate your workout experience with the KS Fit app. Real-time data tracking and personalized guidance help you reach your fitness goals faster.



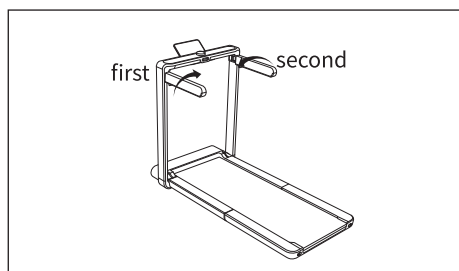
- ① Scan the QR code, download and install the KS Fit app to check your workout data.
- ② Bring your phone close to the equipment.
- ③ Turn on Bluetooth on your phone (allow it to search for nearby devices) while turning on the switch on your equipment.
- ④ Open the KS Fit app and add your equipment.

Caution:

- The equipment can only be added through the KS Fit app. If you've already connected it via Bluetooth settings, please remove it and add it again using the app.
- In case pairing fails, turn off the equipment, wait for 10 seconds and repeat step ② to ④.
- For safety, avoid connecting another phone to the equipment while it's in use.

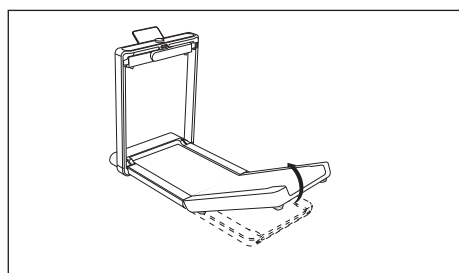
09 How to fold the treadmill

For your safety and to prevent damage to the equipment, always turn off the equipment and unplug both ends of the power cord before folding.

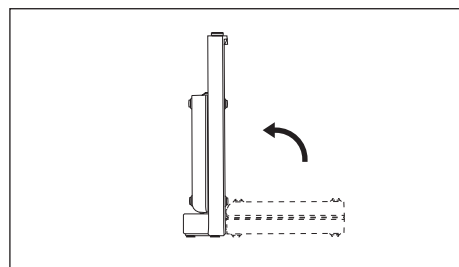


- ① Press and hold the left release button to fold the left handles, followed by the right handles.

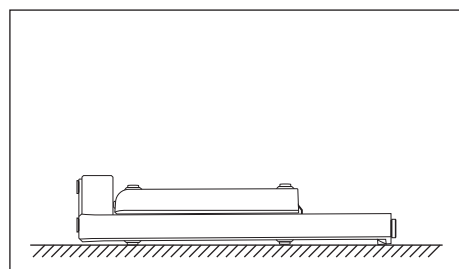
Caution: The left handles must be folded prior to folding the right handles.



- ② Lift up the rear running board until it is fully folded.



- ③ Fold the running deck by holding the release handle and lifting it up until the equipment is fully folded.



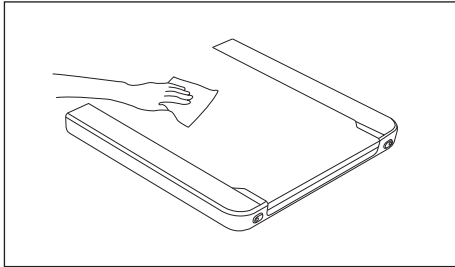
- ④ Move the equipment to your desired spot and store it flat.

Warning: Do not operate a folded equipment.

Caution: Store the power cord properly for next use.

3. Care and Maintenance

For optimal performance and longevity, perform regular maintenance on your equipment from the following aspects. If you discover any damage or wear, stop using the equipment immediately and contact customer support or a qualified technician for repairs.

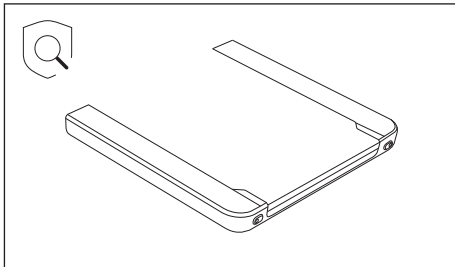


① Clean the equipment

- Power off the equipment and unplug the power cord.
- Add a small quantity of mild cleaner to a 100% cotton cloth, and wipe down the display panel, running belt, handrail, etc.

Caution:

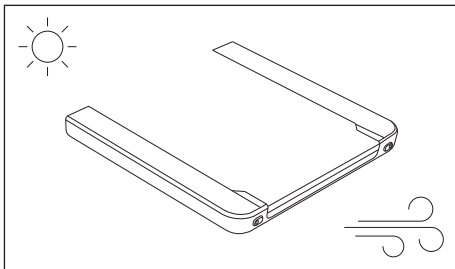
- Do not spray the cleaner directly on the display panel or running belt.
- Do not use acidic or corrosive cleaner.
- Do not wipe under the running belt.
- After a period of exercise, dust and stains may appear on the rear floor. This is normal and can be simply wiped clean.



② Check the equipment

- Check the power cord. If any damage and wear is found, stop using it and replace the power cord immediately.
- Check the running belt. If it is not centered, too tight or too loose, adjust the running belt (→P10).

Caution: If any replacement is needed, use the components designated by the manufacturer.



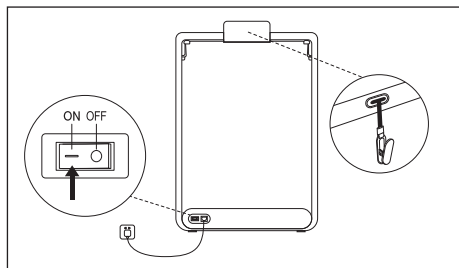
③ Keep cool and dry

- Keep the equipment in a cool and dry condition.
Caution: Do not use the equipment outdoors or in areas of high humidity or extreme temperature changes.
- Allow the equipment to cool down for 20 minutes after 2 hours of use.

Caution: Do not use the equipment continuously for more than 2 hours.

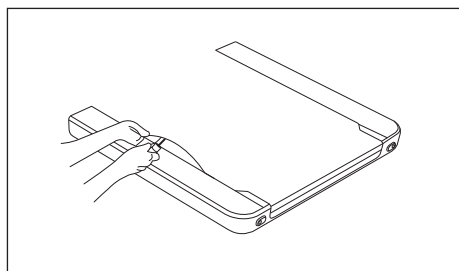
4. Troubleshooting

Most malfunctions can be solved by the following steps. If any issues are found during use, stop using the equipment immediately and try to solve them as instructed below.



① Symptom: The power cannot be turned on / The power is off during use.

- Ensure both ends of the power cord are plugged in.
- Make sure the power switch is turned on.

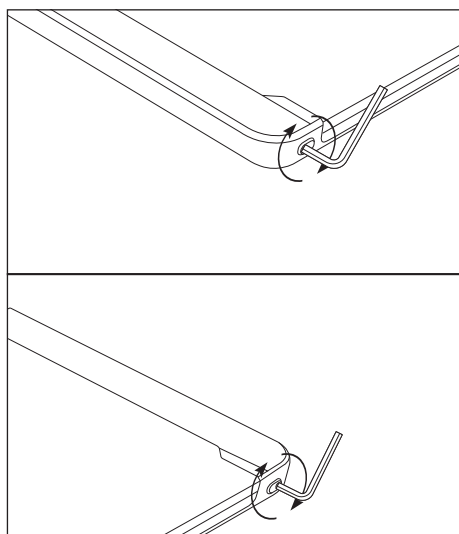


② Symptom: The running belt moves unevenly with noise

- Power off the equipment and unplug both ends of the power cord.
- Gently lift up the rear running board, raise the running belt, and apply the silicone oil in a "Z" shape at the center of the running board.
- Power on the equipment and try again.

Caution:

- Silicone oil doesn't need to be applied on the entire running board as it will naturally spread during use.
- 5-10 ml of silicone oil is required for each lubrication. Excess may cause slipping.



③ Symptom: Running belt deviating or slipping

Note: There are two gaps on the left and right sides of the plastic shell at the front of the running belt. The running belt should be kept running in the center position. When the running belt is offset to the left or right side of the white mark on the edge, it should stop the movement and adjust the running belt to the center position.

- If the running belt is not centered:
Gently lift the rear running board and adjust the running belt manually (→P3).
- If the running belt still deviates, adjust it with the Allen Key supplied by the following steps:
 - a. Running belt goes to the left: turn the left adjustment hole screw clockwise by 1/4 turn.
 - b. Running belt goes to the right: turn the right adjustment hole screw clockwise by 1/4 turn.
 - c. Running belt is slipping: turn the left and right adjustment hole screws clockwise for 1/2 turn at the same time.

After each adjustment, run the equipment at a speed of 1.95-2.5 mph (3-4 km/h) for 1-2 minutes to verify adjustment. Repeat adjustments if needed.

Caution: If the running belt is too tight or too loose, it will affect the performance of the equipment and damage the running belt.

④ Error code description

In case of a malfunction, the display panel will show an error code as below. Turn off and restart the equipment to see if the error code disappears. If it still persists, contact the customer service for assistance. Be sure to have your product model and serial number ready which can be found on the nameplate (see cover).

E01 Software overcurrent
E02 Hardware overcurrent
E03 IPM module overheating
E04 Undervoltage protection
E05 Overvoltage protection
E06 Motor phase loss protection
E07 Motor locked-rotor protection

E09 Motor unable to start
E12 Motor overcurrent protection
E13 Overload protection
E14 Hall signal missing
E15 Communication fault
E16 Module connection error

5. Practice Guide

Exercise Intensity

Whether your goal is to burn fat or improve cardiovascular fitness, exercising at the appropriate intensity is key to achieving results. You can use your heart rate as a guide to find the right intensity level. The table shows recommended heart rate zones for fat burning and cardiovascular fitness, for reference purposes only.

165	155	145	140	130	125	115	
145	138	130	125	118	110	103	
125	120	115	110	105	95	90	
20	30	40	50	60	70	80	Age

To find the appropriate intensity level, locate your age at the bottom of the chart (rounding to the nearest ten). The lowest number is the fat-burning heart rate, the middle number is the maximum fat-burning heart rate, and the highest number is the heart rate for improving cardiovascular fitness (it is recommended to wear a heart rate monitor during exercise to ensure efficiency, which requires additional purchase).

Burning Fat - To effectively use fat as an energy source, you must engage in low-intensity exercise for a sustained period of time. During the first few minutes of exercise, your body will use glycogen as energy. Only after the initial few minutes of exercise does your body begin to use stored fat as energy. If your goal is to burn fat, adjust your exercise intensity until your heart rate is close to the lowest value in your training zone.

Sports Guide

Warm-up: It is recommended to warm up for 5-10 minutes before exercising, fully mobilizing joints and stretching before starting low-intensity exercise.

Exercise: It is recommended to exercise for 20-30 minutes, maintaining exercise intensity within the training range (during the first few weeks of training, exercise time should be kept within 20 minutes), and breathing should be kept even during exercise.

Cool-down: It is recommended to stretch for 5-10 minutes after exercising, which can improve joint flexibility and muscle extensibility, and prevent exercise injuries.

Exercise Frequency

To maintain or improve your physical condition, complete three training sessions per week with at least one day of rest between each session. After several months of regular exercise, if necessary, you can complete up to five sessions per week. Remember, the key to success is to make exercise a frequent and enjoyable part of your daily life.

6. Trademark and Legal Declaration

Various patents relating to the Kingsmith WalkingPad Treadmill series are developed and copyrighted by Beijing Kingsmith Technology Co., Ltd. ("Kingsmith" for short). Without the written permission of Kingsmith, any organization or individual shall not copy or distribute all or any part of this User Manual and shall not use the patents contained thereof. This User Manual, as far as possible, has included various latest function introductions and operational instructions at the time of being printed.

Nevertheless, there might be discrepancies between the purchased Treadmill and those described herein due to a continuous optimization in functions and designs. Therefore, the actual Treadmill shall prevail in case of any deviations in color and appearance.

7. Regulatory Compliance Information

WEEE Disposal and Recycling Information



All products bearing this symbol are waste electrical and electronic equipment (WEEE as in directive 2012/19/EU) which should not be mixed with unsorted household waste. Instead, you should protect human health and the environment by handing over your waste equipment to a designated collection point for the recycling of waste electrical and electronic equipment, appointed by the government or local authorities. Correct disposal and recycling will help prevent potential negative consequences to the environment and human health. Please contact the installer or local authorities for more information about the location as well as terms and conditions of such collection points.

EU Declaration of Conformity



Hereby, Beijing Kingsmith Technology Co., Ltd. declares that the radio equipment type [WP460B4] 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://de.walkingpad.com/pages/weitere-informationen>

UKCA Declaration of Conformity



Hereby, Beijing Kingsmith Technology Co.,Ltd. declares that the radio equipment type [WP460B4] is in compliance with Radio Equipment Regulations 2017. The full text of the UKCA declaration of conformity is available at the following internet address:
<https://uk.walkingpad.com/pages/other-information>

UKCA PSTI Statements of Compliance

Hereby, Beijing Kingsmith Technology Co.,Ltd. declares that the radio equipment type [WP460B4] is in compliance with The Product Security and Telecommunications Infrastructure (Security Requirements for Relevant Connectable Products) Regulations 2023. The full text of the PSTI declaration of conformity is available at the following internet address: <https://uk.walkingpad.com/pages/other-information>

Précautions de sécurité

Nous vous remercions d'avoir choisi le tapis de course KINGSMITH WalkingPad (ci-après dénommé « l'équipement », « le produit », etc.). Pour vous assurer de bien comprendre et d'utiliser correctement ce produit, veuillez lire attentivement les instructions suivantes avant de l'utiliser. L'équipement est destiné à un usage résidentiel.

DANGER - POUR RÉDUIRE LE RISQUE DE DÉCHARGE ÉLECTRIQUE :

Débranchez toujours l'équipement de la prise électrique immédiatement après utilisation et avant le nettoyage.

AVERTISSEMENT - Cet équipement peut être utilisé par des enfants âgés de 8 ans et plus et par des personnes dont les capacités physiques, sensorielles ou mentales sont réduites ou qui manquent d'expérience et de connaissances, à condition qu'elles aient reçu une surveillance ou des consignes concernant l'utilisation de l'équipement en toute sécurité et qu'elles comprennent les risques encourus. Les enfants ne doivent pas jouer avec l'équipement. Le nettoyage et la maintenance de l'utilisateur ne doivent pas être effectués par les enfants sans supervision. L'équipement n'est pas prévu pour être utilisé par des personnes (y compris les enfants) ayant des capacités physiques, sensorielles ou mentales réduites, ou un manque d'expérience et de connaissance, sauf si elles sont supervisées ou reçoivent des instructions concernant l'usage de l'équipement, par une personne responsable de leur sécurité. Les enfants doivent être surveillés afin qu'ils ne puissent pas jouer avec l'équipement.

AVERTISSEMENT - Rangez l'équipement en position horizontale. Tenez les jeunes enfants éloignés de cette machine à tout moment.

Le contact avec la surface mobile peut entraîner de graves brûlures par frottement.

AVERTISSEMENT - POUR RÉDUIRE LES RISQUES DE BRÛLURE, D'INCENDIE, DE DÉCHARGE ÉLECTRIQUE OU DE BLESSURE :

- 1) L'équipement ne doit jamais être laissé sans surveillance lorsqu'il est branché. Débranchez-le de la prise lorsqu'il n'est pas utilisé, et avant de mettre ou d'enlever des pièces.
- 2) Ne faites pas fonctionner l'équipement sous ou à proximité d'une couverture ou d'un oreiller. Un échauffement excessif peut se produire et provoquer un incendie, une décharge électrique ou des blessures.
- 3) L'équipement est réservé aux adultes valides et en bonne santé. Une surveillance étroite est nécessaire lorsque cet équipement est utilisé par ou à proximité d'enfants, d'invalides ou de personnes handicapées.
- 4) L'équipement est destiné à un usage résidentiel et grand public uniquement. Ne l'utilisez pas dans un environnement commercial ou légèrement commercial, ni à l'extérieur, ni à des fins de traitement médical.
- 5) N'utilisez jamais cet équipement s'il a un cordon ou une fiche endommagés, s'il ne fonctionne pas correctement, s'il est tombé ou endommagé, ou s'il est tombé dans l'eau. Contactez le service clientèle pour examen et réparation. N'utilisez pas d'accessoires non recommandés par le fabricant.
- 6) Ne transportez pas cet équipement par le cordon d'alimentation et n'utilisez pas le cordon comme poignée.
- 7) Tenez le cordon à l'écart des sources de chaleur.
- 8) Ne laissez jamais tomber ou n'insérez jamais d'objet dans l'une des ouvertures.
- 9) Ne branchez cet équipement que sur une prise de courant correctement mise à la terre.
- 10) Ne l'utilisez pas dans des endroits où des produits en aérosol (pulvérisation) sont utilisés ou dans des endroits où l'on administre de l'oxygène.
- 11) Pour déconnecter, mettez toutes les commandes en position arrêt, puis retirez la fiche de la prise.
- 12) Si vous vous sentez mal à l'aise, veuillez cesser immédiatement de faire de l'exercice et consulter un médecin pour éviter d'endommager votre santé.
- 13) Assurez-vous qu'il y a une distance d'au moins 2000 mm × 1000 mm derrière l'équipement et une distance d'au moins 600 mm des deux côtés.
- 14) Portez des vêtements de sport appropriés avant d'utiliser l'équipement et faire de l'exercice selon votre propre condition. Ne faites pas d'exercice pieds nus ou en chaussettes uniquement.
- 15) Ne portez pas de vêtements amples ou pendants lorsque vous utilisez le produit.
- 16) Ne vous tenez pas debout et ne marchez pas sur la tête de l'équipement.
- 17) N'utilisez pas cet équipement avec des animaux domestiques, à leur proximité ou dans leur entourage.
- 18) Ne marchez pas à reculons sur l'équipement afin d'en assurer la stabilité.
- 19) Les personnes âgées, les enfants et les femmes enceintes doivent utiliser cet appareil avec prudence. Veuillez consulter un médecin et obtenez des conseils pertinents avant d'utiliser cet équipement.

-
- 20) Ne pliez pas cet équipement lorsqu'il est sous tension. Autrement, cela peut affecter la durée de vie du produit et entraîner d'autres risques pour la sécurité. Ne démarrez pas l'équipement lorsqu'il est plié.
 - 21) Rangez l'équipement comme indiqué dans le manuel pour des raisons de sécurité.
 - 22) Ne montez pas sur l'équipement et n'en descendez pas lorsqu'il est en marche afin d'éviter les accidents.
 - 23) Ne dépassez pas le poids maximal spécifié pour l'utilisateur.
 - 24) N'exposez pas cet équipement à la lumière directe du soleil. Conservez-le dans un endroit frais et sec.
 - 25) N'utilisez pas l'équipement dans un environnement humide ou sous la pluie car il n'est pas résistant à l'eau.
 - 26) Ne dépassez pas la durée d'utilisation recommandée. Laissez l'équipement refroidir pendant 20 minutes avant de le remettre en marche.
 - 27) Pour des performances et une stabilité optimales, utilisez l'équipement sur une surface plane et solide et veillez à ce qu'il n'y ait pas d'obstacles sous celui-ci.
 - 28) La valeur du niveau de pression acoustique d'émission pondéré A au niveau de l'oreille de la personne qui s'entraîne est d'environ 60 dB(A). Les émissions sonores avec charge sont plus élevées qu'à vide.
 - 29) Des problèmes de santé peuvent résulter d'un entraînement incorrect ou excessif.
 - 30) **AVERTISSEMENT !** Les systèmes de surveillance de la fréquence cardiaque peuvent être inexacts. Un exercice excessif peut entraîner des blessures graves, voire mortelles. Si vous vous sentez faible, arrêtez immédiatement l'exercice.
 - 31) En cas d'urgence, retirez la clé de sécurité pour arrêter l'équipement. Tenez-vous aux barres de maintien et placez-vous sur les bandes latérales antidérapantes jusqu'à l'arrêt complet de l'appareil.
 - 32) Notre société n'est pas responsable des dommages corporels ou matériels causés par une mauvaise utilisation de ce produit. Nous nous réservons le droit de mettre à jour, de réviser ou de supprimer le manuel d'utilisation et les instructions connexes sans préavis.

AVERTISSEMENT :

Le niveau de sécurité de l'équipement ne peut être maintenu que s'il est examiné régulièrement pour détecter les dommages et l'usure, par exemple des tapis, des points de connexion.

Remplacez immédiatement les composants défectueux et/ou mettez l'équipement hors service jusqu'à ce qu'il soit réparé.

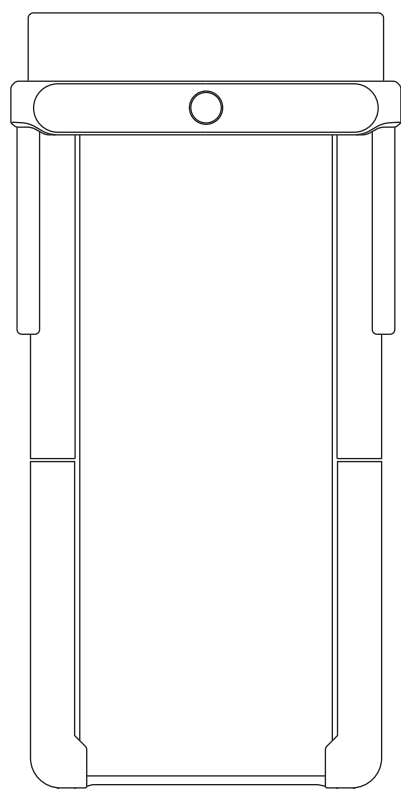
Portez une attention particulière aux composants les plus sensibles à l'usure, tels que le tapis.

Contenu

1. Présentation du produit	15
2. Fonctionnement et réglage	17
3. Entretien et maintenance	23
4. Dépannage	24
5. Conseils d'exercice	25
6. Marque et déclaration légale	25
7. Informations relatives au respect de la réglementation	26

1. Présentation du produit

Déballez le produit et vérifiez son contenu. En cas de dommages ou de pièces manquantes, veuillez contacter le vendeur.



Tapis roulant

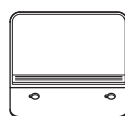
01 Spécifications techniques

Nom du produit	Tapis roulant motorisé	Dimensions du tapis	1 210 mm × 460 mm
Modèle	WP460B4		47,6 pouce × 18,1 pouce
Plage de vitesse	1-14 km/h / 1-8,5 mph	Dimensions lorsque déplié	1 419 mm × 711 mm × 1 017 mm
Poids maximal de l'utilisateur	110 kg / 242 livres		55,8 pouce × 27,9 pouce × 40 pouce
Poids net	43,2 kg / 95,2 livres	Dimensions lorsque replié	225 mm × 711 mm × 1 017 mm
Tension nominale	220-240 V~		8,6 pouce × 27,9 pouce × 40 pouce
Fréquence nominale	50/60 Hz	Classe	HC
Puissance nominale	918 W	Tranche d'âge	14 ans et plus

02 Contenu de l'emballage



Cordon d'alimentation



Support de téléphone



Clé de sécurité



Clé Allen



Huile de silicone

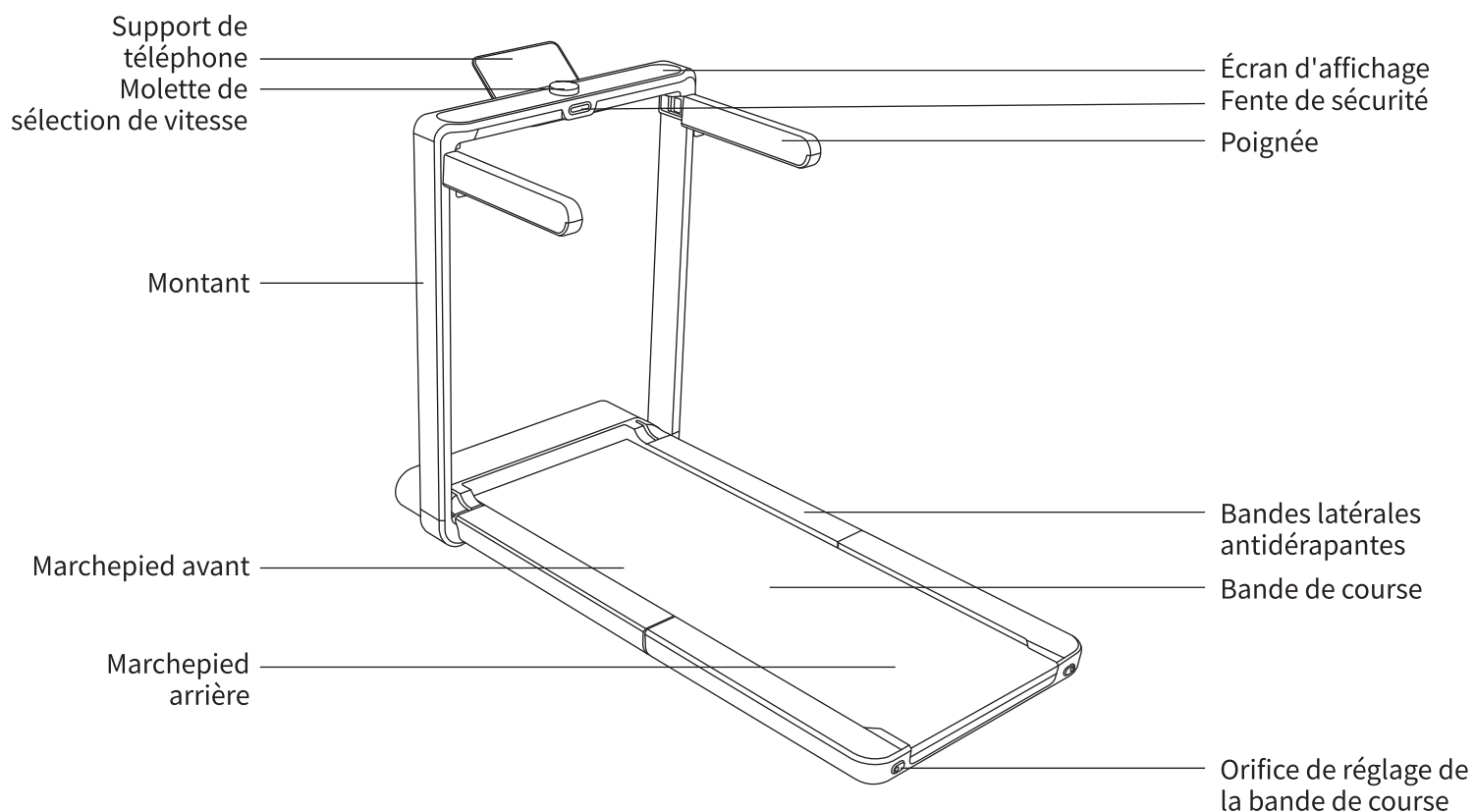


Manuel d'utilisation

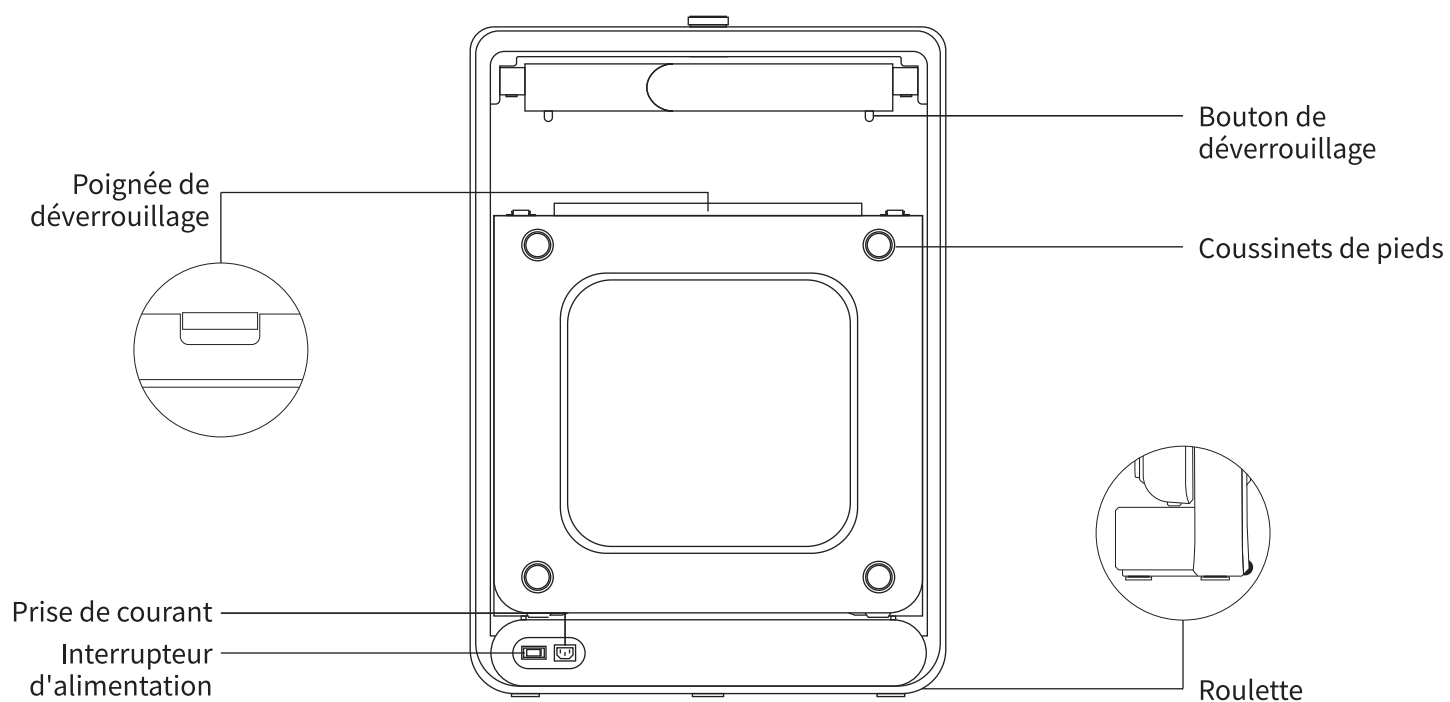
Radiofréquence et puissance de transmission radio

Spécification RF	Fréquence de fonctionnement	Puissance de sortie maximale
Bluetooth	2 400-2 483,5 MHz	< 10 dBm (EIRP)

03 Noms des pièces



État déplié

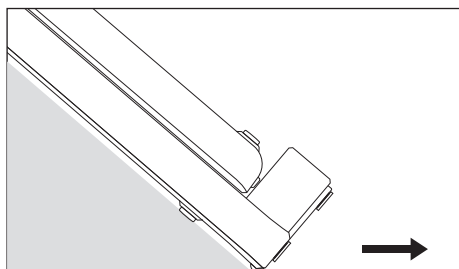


État plié

2. Fonctionnement et réglage

01 Comment déplacer le tapis roulant

Avant de déplacer l'équipement, assurez-vous qu'il est éteint, que le cordon d'alimentation est débranché et bien rangé, et que les poignées ainsi que le marchepied sont complètement repliés.



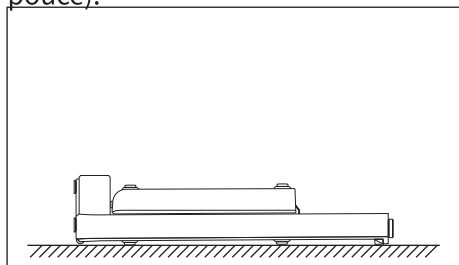
- ① Soulevez l'équipement de la zone située sous l'écran d'affichage et déplacez-le à l'endroit souhaité.

ATTENTION :

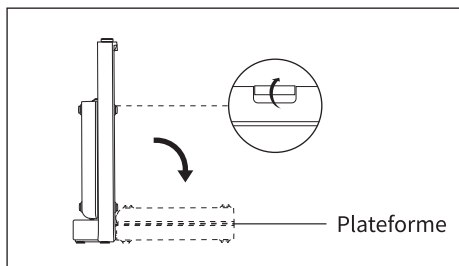
- Évitez de toucher la bande de course afin de ne pas l'endommager ou vous blesser.
- Évitez de déplacer l'équipement sur un sol accidenté afin d'en assurer la stabilité.
- Maintenez un angle approprié entre l'équipement et le sol afin d'éviter les frottements lors des déplacements.

02 Comment déplier le tapis roulant

Avant de déplier l'équipement, assurez-vous que l'espace libre derrière l'appareil est d'au moins 2 000 mm x 1000 mm (78,7 × 39,4 pouce), et que l'espace libre de chaque côté est d'au moins 600 mm (23,62 pouce).

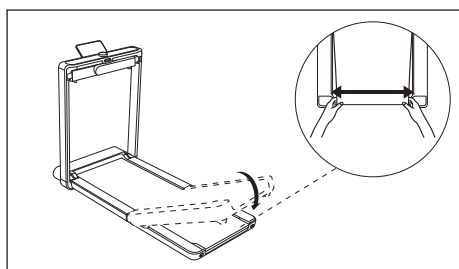


- ① Placez l'équipement sur une surface plane et solide.
ATTENTION : Évitez les tapis et moquettes épais et mous.



- ② Dépliez la plateforme tout en tenant la poignée de déverrouillage que vous devez pousser vers l'avant et soulever en l'approchant de vous.

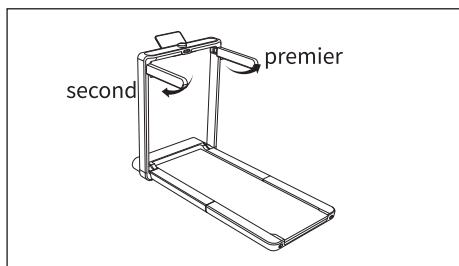
ATTENTION : Évitez les tapis et moquettes épais et mous.



- ③ Dépliez le marchepied arrière. Centrez la bande de course en ajustant manuellement ses extrémités avant et arrière. Appuyez sur le marchepied arrière pour le rendre complètement plat. S'il n'est pas de niveau avec le sol, faites-le tourner pour le régler.

ATTENTION :

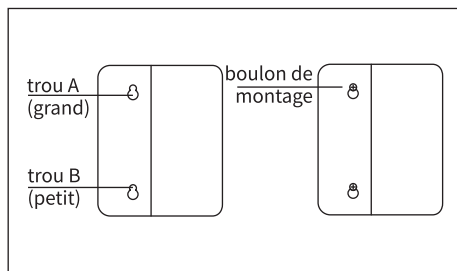
- Le marchepied arrière peut être enfoncé fortement à la main sans endommager l'équipement.
- Il se peut que vous entendiez un fort bruit de succion lorsque vous dépliez le marchepied et que vous sentiez un léger écart lorsque vous posez le pied sur la bande de course. Ces problèmes sont normaux et disparaîtront avec l'utilisation continue.



- ④ Appuyez sur le bouton de déverrouillage droit et maintenez-le enfoncé pour déplier les poignées droites, puis les poignées gauches.

ATTENTION : Il faut déplier les poignées droites avant les poignées gauches.

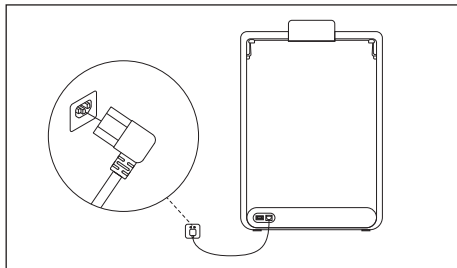
03 Comment installer le porte-téléphone



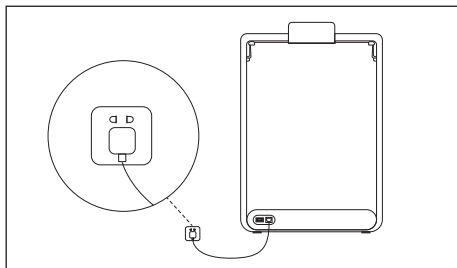
- ① Alignez le trou A avec le boulon de montage et faites glisser le porte-téléphone dans le trou B jusqu'à ce qu'il s'enclenche.
ATTENTION : Le porte-téléphone est conçu pour être facilement retiré. Faites-le glisser dans le trou A pour le détacher.

04 Comment brancher le cordon d'alimentation

Ce produit doit être mis à la terre lorsqu'il est utilisé et notre équipement répond aux exigences de mise à la terre. En cas de dysfonctionnement ou de dommage, la mise à la terre peut fournir un chemin avec le moins de résistance pour le courant électrique, réduisant ainsi le risque de choc électrique.



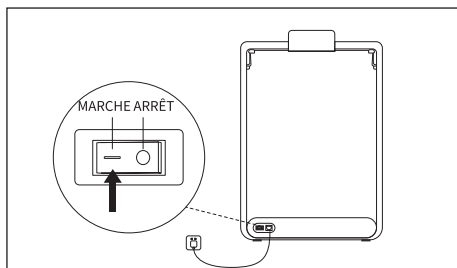
- ① Insérez l'extrémité du cordon d'alimentation destinée à l'équipement dans la prise de courant du produit.



- ② Insérez l'extrémité de la prise murale du cordon d'alimentation dans la prise de courant.
ATTENTION :
 - Ne modifiez pas la fiche fournie avec le produit. Si la fiche ne convient pas à la prise, demandez à un électricien qualifié d'installer une prise appropriée.
 - Si le cordon d'alimentation est endommagé, il doit être remplacé par un cordon d'alimentation désigné par le fabricant.

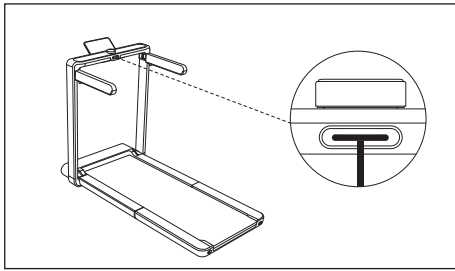
05 Comment mettre en marche

Si l'équipement est exposé à un environnement froid, laissez-le revenir à la température ambiante avant de le d'activer l'interrupteur d'alimentation. Dans le cas contraire, les composants de l'équipement risquent d'être endommagés.

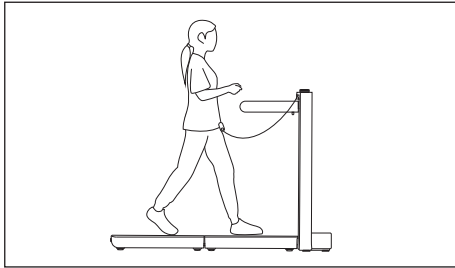


- ① Appuyez sur l'interrupteur d'alimentation jusqu'à entendre un bip et que le panneau s'allume.
ATTENTION :
 - Mode arrêt uniquement lorsque la fonction principale de l'appareil est désactivée.
 - Consommation d'énergie en mode arrêt : 0,5 W.

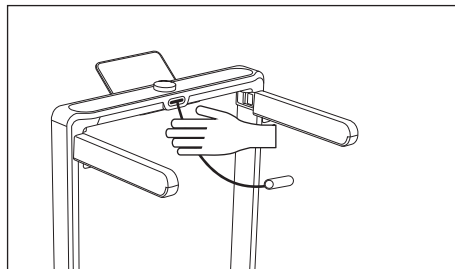
06 Comment utiliser la clé de sécurité



- ① Insérez la clé de sécurité dans la fente de sécurité pour démarrer le tapis de course.
ATTENTION : Pour des raisons de sécurité, l'appareil ne peut pas démarrer sans la clé de sécurité.



- ② Attachez la lanière de la clé de sécurité à vos vêtements au niveau de votre taille.

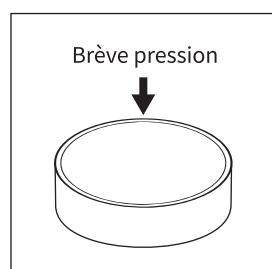
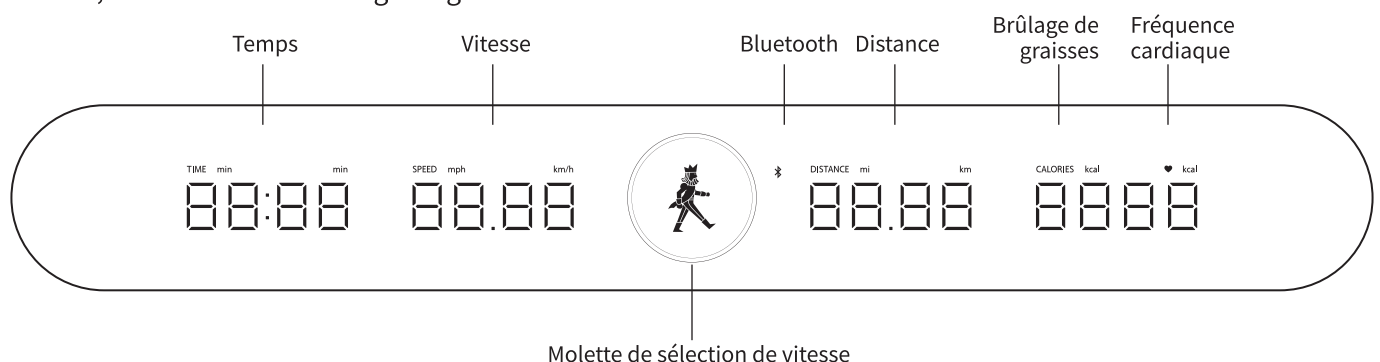


- ③ En cas d'urgence, retirez la clé de sécurité pour arrêter l'équipement. Tenez-vous à la barre de maintien et sortez des bandes latérales antidérapantes lorsque l'équipement s'arrête complètement.
Avertissement : Soyez prudent lorsque vous retirez la clé de sécurité, car l'équipement s'arrêtera brusquement.

07 Comment utiliser l'écran d'affichage

① Fonctionnement de la molette de sélection de vitesse

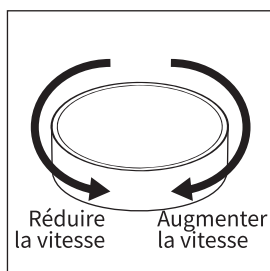
Mise sous tension : Mettez l'équipement sous tension. L'écran d'affichage indique successivement la durée, la vitesse, la distance et le brûlage de graisses.



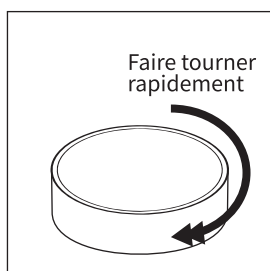
Courir : Placez-vous sur la bande de course et appuyez sur la MOLETTE DE SÉLECTION DE VITESSE. Après un compte à rebours de 3 secondes, l'équipement commence à tourner à 1 km/h (1 mph).

Attention :

- Pour des raisons de sécurité, l'équipement s'arrête automatiquement après 60 secondes de fonctionnement si personne ne monte sur la bande de course après avoir appuyé sur la molette de sélection de vitesse. Ce dispositif de sécurité, appelé « Arrêt sans charge », est désactivé par défaut, mais peut être activé via l'application KS Fit (« Motion » > « Settings » > « No-load stop »).
- Assurez-vous que la clé de sécurité est insérée. Dans le cas contraire, l'équipement ne fonctionnera pas.



Augmentation/diminution de la vitesse : Tournez la MOLETTE DE SÉLECTION DE VITESSE dans le sens des aiguilles d'une montre pour augmenter la vitesse ou dans le sens inverse des aiguilles d'une montre pour la réduire pendant le fonctionnement de l'équipement.



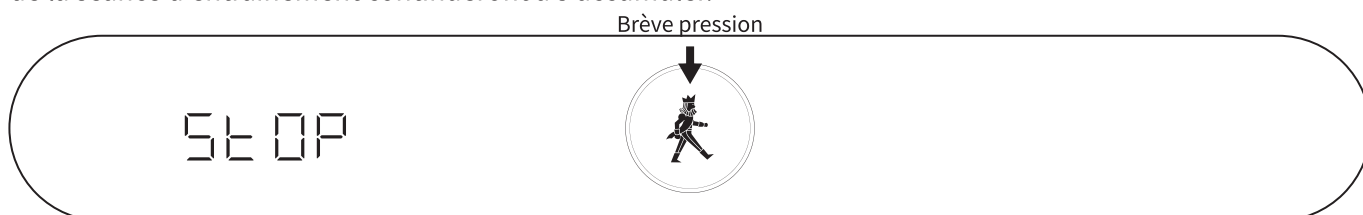
Touches de sélection rapide de la vitesse : Pour un réglage rapide de la vitesse, tournez rapidement la MOLETTE DE SÉLECTION DE VITESSE dans le sens des aiguilles d'une montre pour augmenter la vitesse (1/3/6/9/12/14 km/h), ou dans le sens inverse des aiguilles d'une montre pour réduire la vitesse (14/12/9/6/3/1 km/h).

Avertissement : Les débutants ne devraient pas courir à 14 km/h en raison du risque accru de blessures.

Attention : En système impérial, le changement de vitesse correspondant est de 1/3/6/8,5 mph.

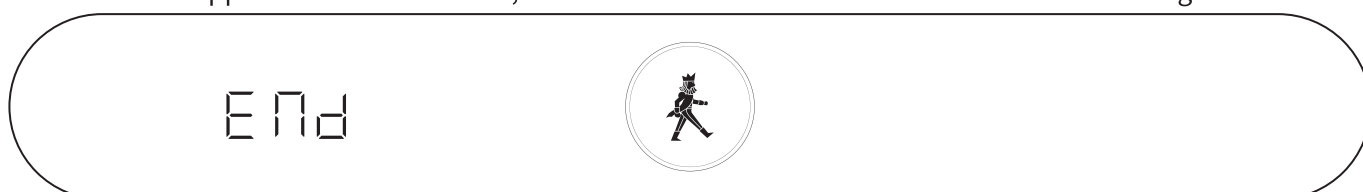
Entraînement en pause : Appuyez sur la MOLETTE DE SÉLECTION DE VITESSE, l'équipement ralentit et affiche « Stop ». Lorsque l'équipement s'arrête, les données de la séance d'entraînement clignotent.

Attention : Pour reprendre l'entraînement, appuyez sur la MOLETTE DE SÉLECTION DE VITESSE et les données de la séance d'entraînement continueront à s'accumuler.



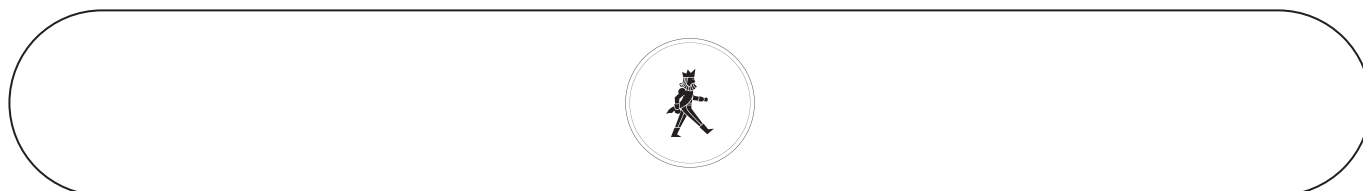
Fin de l'entraînement : Appuyez sur la MOLETTE DE SÉLECTION DE VITESSE pendant 2 secondes ou laissez l'appareil au repos pendant 10 minutes après avoir interrompu la séance d'entraînement, les données seront réinitialisées (si l'application n'est pas connectée).

Attention : Si l'application est connectée, les données de la séance d'entraînement seront enregistrées.

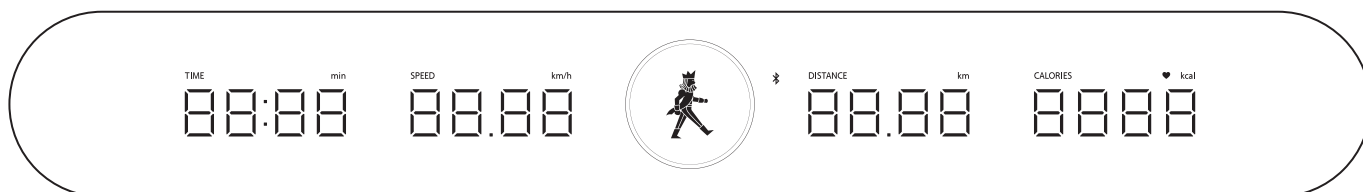


Veille : Maintenez la MOLETTE DE SÉLECTION DE VITESSE enfoncée pendant 2 secondes ou laissez l'équipement inactif pendant 10 minutes après la fin de l'entraînement et l'écran d'affichage s'éteindra.

Attention : Pour sortir l'équipement du mode Veille, appuyez sur n'importe quel bouton de l'écran d'affichage.



Conversion d'unité : L'écran d'affichage vous permet de passer des unités métriques aux unités impériales. Redémarrez l'équipement, connectez l'application KS Fit, appuyez sur « ME » > « Settings » > « Unit Settings », choisissez « Metric » ou « Imperial », et redémarrez à nouveau l'équipement.



② Description de l'état

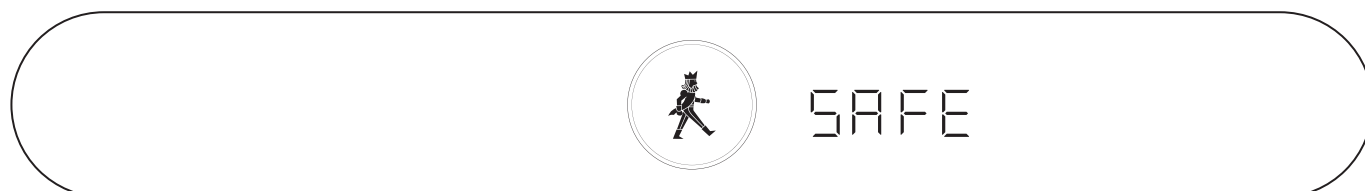
Connexion à l'application : L'indicateur Bluetooth clignote lorsque l'équipement n'est pas connecté à l'application et reste fixe lorsque ce dernier est connecté.



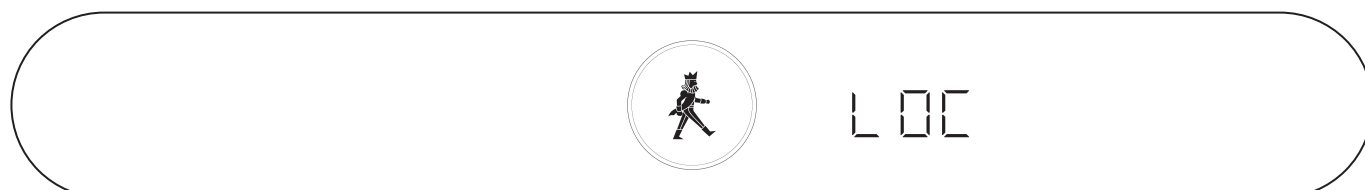
Fréquence cardiaque : L'indicateur de fréquence cardiaque s'affiche en alternance avec l'indicateur de calories lorsque votre tapis roulant et votre Apple Watch sont appairés à l'appli KS Fit. Sinon, l'indicateur de fréquence cardiaque est éteint.



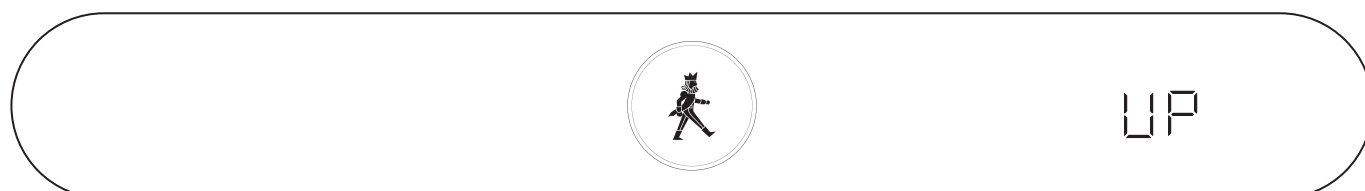
Clé de sécurité : Si la clé de sécurité n'est pas insérée, l'écran d'affichage indique « SAFE ». Insérez la clé de sécurité pour effacer le message « SAFE ».



Verrouillage pour enfants : Lorsque le verrouillage pour enfants est activé dans l'application KS Fit, l'équipement ne démarre pas et le panneau affiche « LOC ». Désactivez le verrouillage pour enfants dans l'application afin d'effacer le message « LOC ».

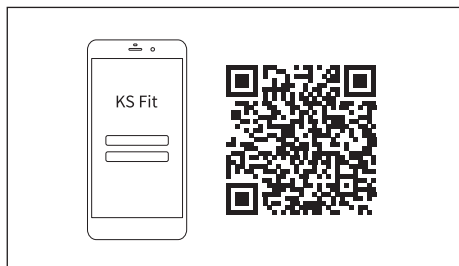


Mise à niveau : Lorsque le micrologiciel est en cours de mise à niveau, l'écran d'affichage indique « UP » et l'équipement ne peut pas démarrer. Attendez que la mise à niveau soit terminée et que le message disparaisse.
Attention : N'éteignez pas l'équipement lorsque sa mise à niveau est en cours.



08 Comment connecter l'application

Améliorez votre expérience d'entraînement avec l'application KS Fit. Le suivi des données en temps réel et les conseils personnalisés vous aide à atteindre plus rapidement vos objectifs de remise en forme.



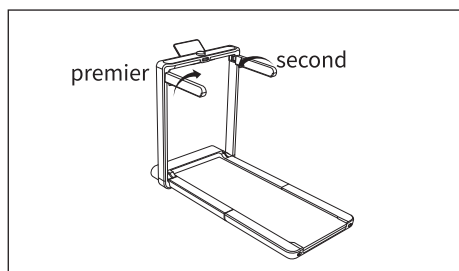
- ① Scannez le code QR, téléchargez et installez l'application KS Fit pour vérifier vos données d'entraînement.
- ② Approchez votre téléphone de l'équipement.
- ③ Activez le Bluetooth sur votre téléphone (autorisez-le à rechercher des appareils à proximité) tout en allumant l'interrupteur sur votre équipement.
- ④ Ouvrez l'application KS Fit et ajoutez votre équipement.

Attention :

- L'équipement ne peut être ajouté que par l'intermédiaire de l'application KS Fit. Si vous l'avez déjà connecté à l'aide des réglages Bluetooth, veuillez le retirer et l'ajouter à nouveau à l'aide de l'application.
- En cas d'échec de l'appairage, éteignez l'équipement, attendez 10 secondes et répétez les étapes ② à ④.
- Pour des raisons de sécurité, évitez de connecter un autre téléphone à l'équipement lorsqu'il est en cours d'utilisation.

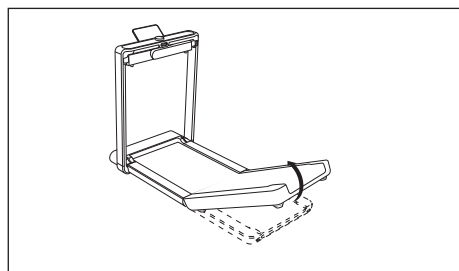
09 Comment plier le tapis roulant

Pour votre sécurité et pour éviter d'endommager l'équipement, éteignez toujours l'équipement et débranchez les deux extrémités du cordon d'alimentation avant de le plier.

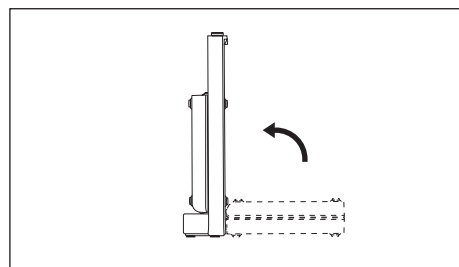


- ① Appuyez sur le bouton de déverrouillage gauche et maintenez-le enfoncé pour replier les poignées gauches, puis les poignées droites.

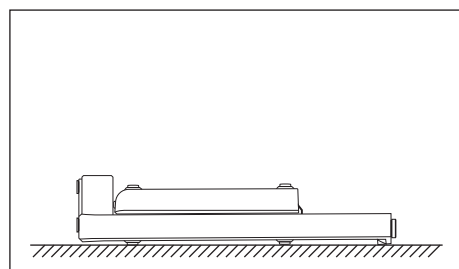
Attention : Les poignées gauches doivent être pliées avant les poignées droites.



- ② Soulevez le marchepied arrière jusqu'à ce qu'il soit complètement replié.



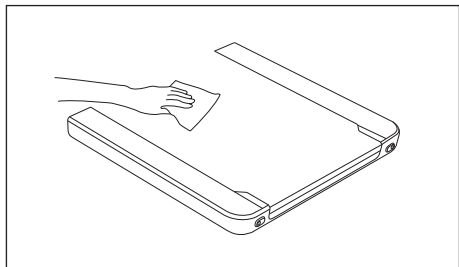
- ③ Repliez la plateforme de course en tenant la poignée de déverrouillage et en la soulevant jusqu'à ce que l'équipement soit complètement replié.



- ④ Déplacez l'équipement à l'endroit souhaité et rangez-le à plat.
Avertissement : N'utilisez pas un équipement plié.
Attention : Rangez correctement le cordon d'alimentation pour la prochaine utilisation.

3. Entretien et maintenance

Pour une performance et une longévité optimales, procédez à un entretien régulier de votre équipement en tenant compte des aspects suivants. Si vous constatez des dommages ou une usure, cessez immédiatement d'utiliser l'équipement et contactez le service d'assistance à la clientèle ou un technicien qualifié pour le faire réparer.

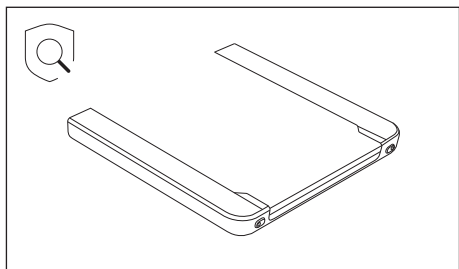


① Nettoyez l'équipement

- Mettez l'équipement hors tension et débranchez le cordon d'alimentation.
- Ajoutez une petite quantité de nettoyant doux à un chiffon 100 % coton et essuyez l'écran d'affichage, la bande de course, la main courante, etc.

Attention :

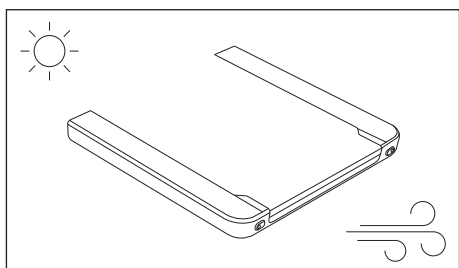
- Ne vaporisez pas le nettoyant directement sur l'écran d'affichage ou sur la bande de course.
- N'utilisez pas de nettoyant acide ou corrosif.
- Ne nettoyez pas la partie inférieure de la bande de course.
- Après une période de fonctionnement, une couche de poussière et des taches peuvent apparaître sur le plancher arrière. Ce phénomène est normal et peut être simplement nettoyé.



② Vérifiez l'équipement

- Vérifiez le cordon d'alimentation. Si vous constatez des dommages ou une usure, cessez d'utiliser l'équipement et remplacez immédiatement le cordon d'alimentation.
- Vérifiez la bande de course. Si elle n'est pas centrée, trop serrée ou trop lâche, ajustez la bande de course (→P24).

Attention : Si un remplacement est nécessaire, utilisez les composants recommandés par le fabricant.



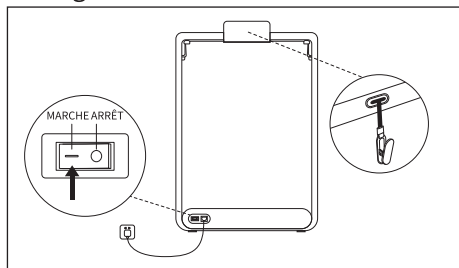
③ Gardez l'équipement au frais et au sec

- Conservez l'équipement dans un endroit frais et sec.
- Laissez l'équipement refroidir pendant 20 minutes après 2 heures d'utilisation.

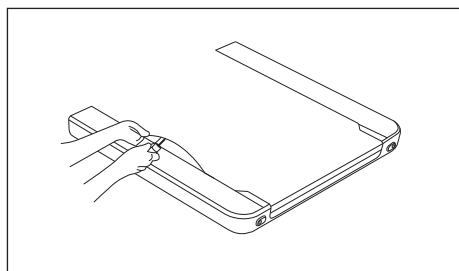
Attention : N'utilisez pas l'équipement en continu pendant plus de 2 heures.

4. Dépannage

La plupart des pannes peuvent être résolues en suivant les étapes suivantes. Si vous constatez des problèmes en cours d'utilisation, arrêtez immédiatement d'utiliser l'équipement et essayez de les résoudre en suivant les consignes ci-dessous.



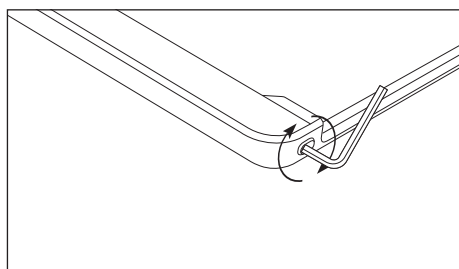
- ① Symptôme : Impossible de mettre l'appareil sous tension/l'appareil est hors tension pendant l'utilisation.
- Assurez-vous que les deux extrémités du cordon d'alimentation sont branchées.
 - Assurez-vous que l'interrupteur d'alimentation est sur marche.



- ② Symptôme : La bande de course se déplace de manière irrégulière et bruyante.
- Mettez l'équipement hors tension et débranchez les deux extrémités du cordon d'alimentation.
 - Soulevez doucement le marchepied arrière, relevez la bande de course et appliquez l'huile de silicone en forme de « Z » au centre du marchepied.
 - Mettez l'équipement sous tension et réessayez.

Attention :

- Il n'est pas nécessaire d'appliquer l'huile de silicone sur l'ensemble du marchepied car elle s'étale naturellement lors de l'utilisation.
- 5-10 ml d'huile de silicone sont nécessaires pour chaque lubrification. Un excès peut entraîner un patinage.



- ③ Symptôme : Déviation ou patinage de la bande de course
- Remarque :** Il y a deux espaces sur les côtés gauche et droit de la coque en plastique à l'avant de la bande de course. La bande de course doit être maintenue en fonctionnement en position centrale. Lorsque la bande de course est décalé à gauche ou à droite de la marque blanche sur le bord, il convient d'arrêter le mouvement et de régler celui-ci à la position centrale.
- Si la bande de course n'est pas centrée : Soulevez doucement le marchepied arrière et réglez manuellement la bande de course (→P17).
 - Si la bande de course dévie encore, réglez-le à l'aide de la clé Allen fournie en suivant les étapes suivantes :

- a. La bande de course va vers la gauche : tournez la vis du trou de réglage gauche 1/4 de tour dans le sens des aiguilles d'une montre.
- b. La bande de course va vers la droite : tournez la vis du trou de réglage droit 1/4 de tour dans le sens des aiguilles d'une montre.
- c. La bande de course patine : tournez les vis des trous de réglage gauche et droit dans le sens des aiguilles d'une montre de 1/2 tour en même temps.

Après chaque réglage, faites fonctionner l'équipement à une vitesse de 3-4 km/h (1,95-2,5 mph) pendant 1-2 minutes pour vérifier le réglage. Répétez les réglages si nécessaire.

Attention : Si la bande de course est trop serrée ou trop lâche, cela affectera les performances de l'équipement et endommagera celle-ci.

④ Description du code d'erreur

En cas de dysfonctionnement, l'écran d'affichage indique un code d'erreur comme ci-dessous. Éteignez et redémarrez l'équipement pour voir si le code d'erreur disparaît. Si le problème persiste, contactez le service clientèle pour obtenir de l'aide. Assurez-vous d'avoir à portée de main le modèle et le numéro de série de votre produit, qui se trouvent sur la plaque signalétique (voir le couvercle).

E01 Surintensité logicielle
E02 Surintensité matérielle
E03 Surchauffe du module IPM
E04 Protection contre la sous-tension
E05 Protection contre la surtension
E06 Protection contre la perte de phase du moteur
E07 Protection du rotor verrouillé du moteur

E09 Impossibilité de démarrer le moteur
E12 Protection contre la surintensité du moteur
E13 Protection contre la surcharge
E14 Signal Hall manquant
E15 Erreur de communication
E16 Erreur de connexion du module

5. Guide pratique

Exercez de l'intensité

Que votre objectif soit de brûler des graisses ou d'améliorer votre condition cardiovasculaire, l'exercice à l'intensité appropriée est essentiel pour obtenir de bons résultats. Vous pouvez vous servir de votre fréquence cardiaque comme guide afin de trouver le niveau d'intensité adéquat. Le tableau indique les zones de fréquence cardiaque recommandées pour la combustion des graisses et la forme cardiovasculaire, à titre de référence uniquement.

165	155	145	140	130	125	115	
145	138	130	125	118	110	103	
125	120	115	110	105	95	90	
20	30	40	50	60	70	80	Âge

Pour trouver le niveau d'intensité approprié, repérez votre âge au bas du tableau (en arrondissant à la dizaine la plus proche). Le chiffre le plus bas correspond à la fréquence cardiaque correspondant à la combustion des graisses. Le chiffre moyen correspond à la fréquence cardiaque correspondant à la combustion maximale des graisses, et le chiffre le plus élevé à la fréquence cardiaque permettant d'améliorer la condition cardiovasculaire (il est recommandé de porter un cardiofréquencemètre pendant l'exercice afin de garantir l'efficacité de l'appareil, ce qui nécessite un achat supplémentaire).

Combustion des graisses : Pour utiliser efficacement les graisses comme source d'énergie, vous devez pratiquer des exercices de faible intensité pendant une longue période. Pendant les premières minutes de l'exercice, votre corps utilise le glycogène comme source d'énergie. Ce n'est qu'après les premières minutes d'exercice que votre corps commence à utiliser les graisses stockées comme source d'énergie. Si votre objectif est de brûler des graisses, ajustez l'intensité de votre exercice de manière à ce que votre fréquence cardiaque soit proche de la valeur la plus basse de votre zone d'entraînement.

Guide des sports

Échauffement : Il est recommandé de s'échauffer pendant 5 à 10 minutes avant de procéder à l'exercice, de mobiliser complètement les articulations et de s'étirer avant de commencer un exercice de faible intensité.

Exercice : Il est recommandé de s'exercer pendant 20 à 30 minutes, en maintenant l'intensité de l'exercice dans la plage d'entraînement (au cours des premières semaines d'entraînement, la durée de l'exercice doit être maintenue à 20 minutes), et la respiration doit rester régulière pendant l'exercice.

Récupération : Il convient de s'étirer pendant 5 à 10 minutes après l'exercice, ce qui permet d'améliorer la souplesse des articulations et l'extensibilité des muscles, et de prévenir les blessures liées à l'exercice.

Fréquence des exercices

Afin de maintenir ou d'améliorer votre condition physique, effectuez trois séances d'entraînement par semaine avec au moins un jour de repos entre chaque séance. Après plusieurs mois d'exercice régulier, vous pouvez, le cas échéant, effectuer jusqu'à cinq séances par semaine. Souvenez-vous que le succès réside dans l'intégration fréquente et agréable de l'exercice physique dans votre vie quotidienne.

6. Marque et déclaration légale

Divers brevets relatifs à la série de tapis de course KingSmith WalkingPad sont élaborés et protégés par des droits d'auteur par Beijing KingSmith Technology Co., Ltd. (en abrégé « KingSmith »). Sans l'autorisation écrite de KingSmith, aucune organisation ni personne ne peut copier ou distribuer, en totalité ou en partie, le présent manuel d'utilisation, ou encore utiliser les brevets qu'il contient. Dans la mesure du possible, le présent manuel d'utilisation comprend les dernières introductions de fonctions et instructions opérationnelles au moment de l'impression.

Néanmoins, il peut y avoir des différences entre le tapis roulant acheté et ceux décrits dans le présent document en raison de l'optimisation continue des fonctions et des conceptions. Par conséquent, le tapis roulant réel prévaut en cas de différences de couleur et d'apparence.

7. Informations relatives au respect de la réglementation

Informations relatives au recyclage et à la mise au rebut selon la DEEE



Tous les produits portant ce symbole sont des déchets d'équipements électriques et électroniques (DEEE au sens de la directive 2012/19/UE) qui ne doivent pas être mélangés avec les déchets ménagers non triés. Au contraire, vous devez protéger la santé humaine et l'environnement en remettant vos déchets d'équipements à un point de collecte désigné pour le recyclage des déchets d'équipements électriques et électroniques, désigné par le gouvernement ou les autorités locales. Une mise au rebut et un recyclage corrects contribueront à prévenir les conséquences négatives potentielles pour l'environnement et la santé humaine. Veuillez contacter l'installateur ou les autorités locales pour plus d'informations sur l'emplacement et les conditions de ces points de collecte.

Déclaration de conformité de l'UE



Par la présente, Beijing Kingsmith Technology Co., Ltd. déclare que l'équipement radio de type [WP460B4] est conforme à la directive 2014/53/UE. Le texte intégral de la déclaration de conformité de l'UE est disponible à l'adresse internet suivante : <https://de.walkingpad.com/pages/weitere-informationen>

Déclaration de conformité de l'UKCA



Par la présente, Beijing Kingsmith Technology Co., Ltd. déclare que l'équipement radio de type [WP460B4] est conforme au règlement relatif aux équipements hertziens de 2017. Le texte intégral de la déclaration de conformité de l'UKCA est disponible à l'adresse internet suivante : <https://uk.walkingpad.com/pages/other-information>

Déclarations de conformité de l'UKCA PSTI

Par la présente, Beijing Kingsmith Technology Co., Ltd. déclare que l'équipement radio de type [WP460B4] est conforme à la réglementation 2023 relative à la sécurité des produits et à l'infrastructure des télécommunications (exigences de sécurité pour les produits connectables concernés). Le texte intégral de la déclaration de conformité du PSTI est disponible à l'adresse internet suivante : <https://uk.walkingpad.com/pages/other-information>

Sicherheitshinweise

Vielen Dank, dass Sie sich für das KINGSMITH WalkingPad Laufband entschieden haben (nachfolgend als „das Gerät“, „das Produkt“ usw. bezeichnet). Bitte lesen Sie die folgenden Anweisungen vor der Benutzung aufmerksam, damit gewährleistet ist, dass Sie alles verstanden haben und dieses Produkt richtig verwenden. Das Gerät ist für den privaten Gebrauch bestimmt.

GEFAHR - ZUM VERMEIDEN VON STROMSCHLAG:

Ziehen Sie nach Gebrauch und vor der Reinigung des Geräts stets den Netzstecker.

WARNUNG - Dieses Gerät kann von Kindern ab 8 Jahren sowie von Personen mit verringerten physischen, sensorischen oder geistigen Fähigkeiten oder einem Mangel an Erfahrung und Wissen benutzt werden, wenn sie beaufsichtigt oder bezüglich des sicheren Gebrauchs des Geräts unterwiesen wurden und die damit verbundenen Gefahren verstehen. Kinder dürfen nicht mit dem Gerät spielen. Reinigung und Wartung des Geräts darf nicht von Kindern ohne Aufsicht durchgeführt werden. Dieses Gerät ist nicht dafür bestimmt, durch Personen (einschließlich Kinder) mit eingeschränkten physischen, sensorischen oder geistigen Fähigkeiten oder mangelnder Erfahrung und Wissen benutzt zu werden, es sei denn, sie werden durch eine für ihre Sicherheit zuständige Person beaufsichtigt oder erhalten von ihr Anweisungen, wie das Gerät zu benutzen ist. Kinder müssen beaufsichtigt werden, damit sie nicht mit dem Gerät spielen.

WARNUNG - Lagern Sie das Gerät flach. Halten Sie kleine Kinder zu allen Zeiten von diesem Gerät fern.

Der Kontakt mit der sich bewegenden Oberfläche kann zu schweren Reibungsverbrennungen führen.

WARNUNG - ZUM VERMEIDEN VON VERBRENNUNGEN, FEUER, STROMSCHLAG UND VERLETZUNGEN:

- 1) Lassen Sie das Gerät niemals unbeaufsichtigt, wenn es am Stromnetz angeschlossen ist. Ziehen Sie den Netzstecker, wenn Sie das Gerät nicht benutzen und bevor Sie Teile anbringen oder abnehmen.
- 2) Betreiben Sie das Gerät nicht unter oder in unmittelbarer Nähe einer Decke oder eines Kissens. Das kann zu Hitzestau führen und Feuer, Stromschlag oder Verletzungen verursachen.
- 3) Das Gerät darf nur von gesunden und leistungsfähigen Erwachsenen benutzt werden. Wenn dieses Gerät von oder in unmittelbarer Nähe von Kindern, körperlich eingeschränkten oder behinderten Personen verwendet wird, ist eine strenge Überwachung erforderlich.
- 4) Das Gerät ist nur zum Gebrauch im Privathaushalt bestimmt. Verwenden Sie das Gerät nicht im gewerblichen oder kleingewerblichen Bereich, im Freien oder für medizinische Zwecke.
- 5) Nehmen Sie das Gerät nicht in Betrieb, wenn das Netzkabel oder der Netzstecker beschädigt ist, wenn es nicht ordnungsgemäß funktioniert, wenn es fallen gelassen oder beschädigt wurde oder wenn es ins Wasser gefallen ist. Wenden Sie sich zwecks Überprüfung und Reparatur an den Kundendienst. Verwenden Sie keine Anbauteile, die nicht vom Hersteller empfohlen werden.
- 6) Tragen Sie das Gerät nicht am Netzkabel und benutzen Sie das Netzkabel nicht als Griff.
- 7) Schützen Sie das Netzkabel vor Wärmequellen.
- 8) Führen Sie keine Gegenstände in die Öffnungen ein.
- 9) Schließen Sie das Gerät nur an einer ordnungsgemäß geerdeten Steckdose an.
- 10) Benutzen Sie das Gerät nicht in Bereichen, in denen Aerosolprodukte (Sprays) verwendet werden oder wo Sauerstoff verabreicht wird.
- 11) Um das Gerät auszuschalten, schalten Sie alle Bedienelemente aus und ziehen Sie dann den Netzstecker.
- 12) Wenn Sie sich unwohl fühlen, beenden Sie bitte sofort das Training und suchen Sie einen Arzt auf, um Gesundheitsschäden zu vermeiden.
- 13) Achten Sie darauf, dass hinter dem Gerät ein Abstand von mindestens 2000 mm x 1000 mm und auf beiden Seiten ein Abstand von mindestens 600 mm besteht.
- 14) Tragen Sie während der Benutzung des Geräts angemessene Sportkleidung und trainieren Sie entsprechend Ihrer eigenen Kondition. Trainieren Sie nicht barfuß oder in Socken.
- 15) Tragen Sie während der Benutzung des Geräts keine lose oder bauschige Kleidung.
- 16) Stehen und treten Sie nicht auf den Kopf des Geräts.
- 17) Benutzen Sie das Gerät nicht mit oder in unmittelbarer Nähe von Haustieren.
- 18) Gehen Sie nicht rückwärts auf dem Gerät, um Stabilität zu gewährleisten.
- 19) Ältere Personen, Kinder und Schwangere müssen dieses Gerät mit Vorsicht verwenden. Bitte konsultieren Sie einen Arzt und lassen Sie sich beraten, bevor Sie das Gerät benutzen.

-
- 20) Klappen Sie das Gerät nicht zusammen, während es eingeschaltet ist. Anderenfalls kann dies die Lebensdauer des Geräts beeinträchtigen und zu anderen Sicherheitsgefahren führen. Starten Sie das Gerät nicht, wenn es zusammengeklappt ist.
 - 21) Bewahren Sie das Gerät aus Sicherheitsgründen wie in der Bedienungsanleitung beschrieben auf.
 - 22) Betreten oder verlassen Sie das Gerät nicht, wenn es in Betrieb ist, um Unfälle zu vermeiden.
 - 23) Überschreiten Sie nicht das angegebene maximale Benutzergewicht.
 - 24) Setzen Sie das Gerät nicht direkter Sonneneinstrahlung aus. Bewahren Sie es an einem kühlen und trockenen Ort auf.
 - 25) Verwenden Sie das Gerät nicht in feuchter Umgebung oder bei Regen; es ist nicht wasserfest.
 - 26) Überschreiten Sie nicht die empfohlene Nutzungsdauer. Lassen Sie das Gerät für 20 Minuten abkühlen, bevor Sie es wieder in Betrieb nehmen.
 - 27) Um optimale Leistung und Stabilität zu gewährleisten, stellen Sie das Gerät auf einer ebenen, festen Standfläche auf und achten Sie darauf, dass sich unter dem Gerät keine Hindernisse befinden.
 - 28) Der Wert des A-gewichteten Emissions-Schalldruckpegels am Ohr des Trainers liegt bei ca. 60 dB(A). Die Geräuschemission unter Last ist höher als bei Nulllast.
 - 29) Bei fehlerhaftem oder übermäßigem Training können Gesundheitsschäden auftreten.
 - 30) **WARNUNG!** Systeme zur Überwachung der Herzfrequenz können ungenau sein. Überanstrengung kann zu schweren Verletzungen oder zum Tod führen. Wenn Sie sich schwach fühlen, beenden Sie das Training sofort.
 - 31) Ziehen Sie in einem Notfall den Sicherheitsschlüssel ab, um das Gerät anzuhalten. Halten Sie sich an den Griffen fest und treten Sie auf die Anti-Rutsch-Seitenstreifen, bis das Gerät zum völligen Stillstand gekommen ist.
 - 32) Wir haften nicht für Verletzungen oder Sachschäden, die durch unsachgemäßen Gebrauch dieses Produkts entstehen. Wir behalten uns das Recht vor, das Benutzerhandbuch und die dazugehörigen Anleitungen ohne vorherige Ankündigung zu aktualisieren, zu überarbeiten oder zu streichen.

WARNUNG:

Der Sicherheitsstandard des Geräts kann nur aufrechterhalten werden, wenn es regelmäßig auf Schäden und Verschleiß untersucht wird (z. B. Gurte, Befestigungspunkte).

Tauschen Sie defekte Komponenten sofort aus und/oder setzen Sie das Gerät bis zur Reparatur außer Betrieb.

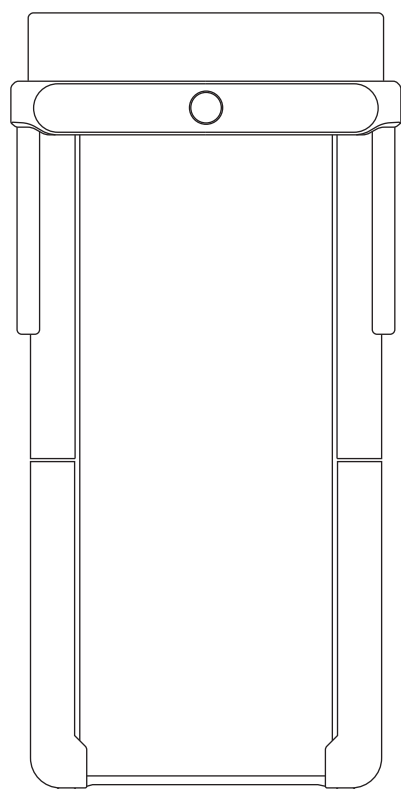
Achten Sie vor allem auf Komponenten, die besonders verschleißanfällig sind, wie z.B. den Laufgurt.

Inhalt

1. Überblick über das Produkt	29
2. Bedienung und Einstellung	31
3. Pflege und Wartung	37
4. Fehlersuche	38
5. Trainingstipps	39
6. Markenzeichen und rechtliche Hinweise	39
7. Einhaltung gesetzlicher Vorschriften	40

1. Überblick über das Produkt

Packen Sie das Produkt aus und prüfen Sie den Lieferumfang. Wenden Sie sich bei Schäden oder fehlenden Teilen an den Verkäufer.

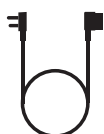


Laufband

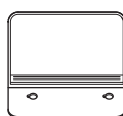
01 Technische Daten

Produktbezeichnung	Motorisiertes Laufband	Größe des Bands	1210 mm × 460 mm 47,6 Zoll × 18,1 Zoll
Modell	WP460B4	Größe im ausgeklappten Zustand	1419 mm × 711 mm × 1017 mm 55,8 Zoll × 27,9 Zoll × 40 Zoll
Geschwindigkeitsbereich	1 bis 14 km/h / 1 bis 8,5 Meilen pro Stunde	Größe im eingeklappten Zustand	225 mm × 711 mm × 1017 mm 8,6 Zoll × 27,9 Zoll × 40 Zoll
Max. Benutzergewicht	110 kg / 242 lb	Klasse	HC
Nettogewicht	43,2 kg / 95,2 lb	Altersbereich	14 Jahre und älter
Nennspannung	220 bis 240 V		
Nennfrequenz	50/60 Hz		
Nennleistung	918 W		

02 Lieferumfang



Netzkabel



Telefonhalter



Sicherheitsschlüssel



Inbusschlüssel



Silikonöl

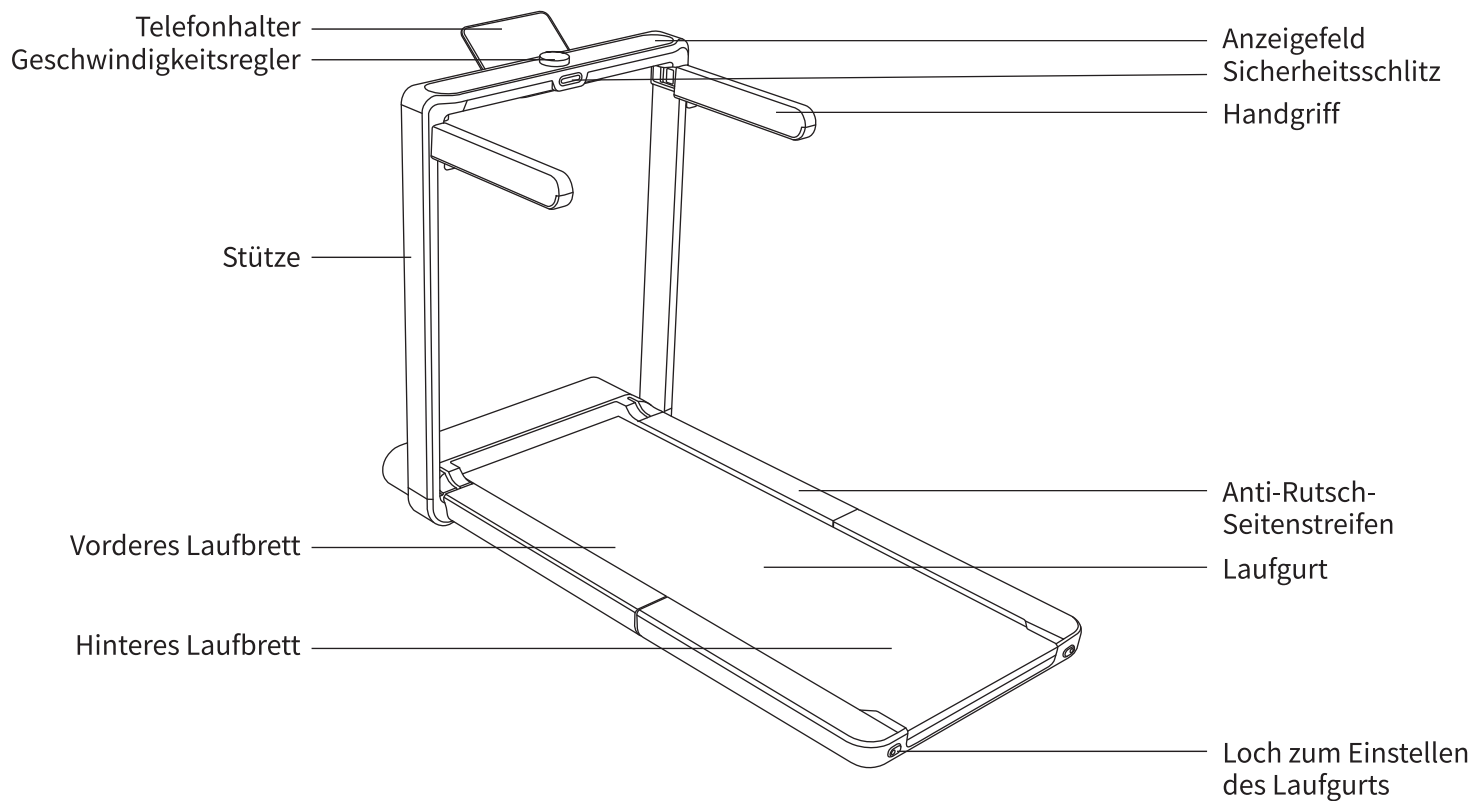


Benutzerhandbuch

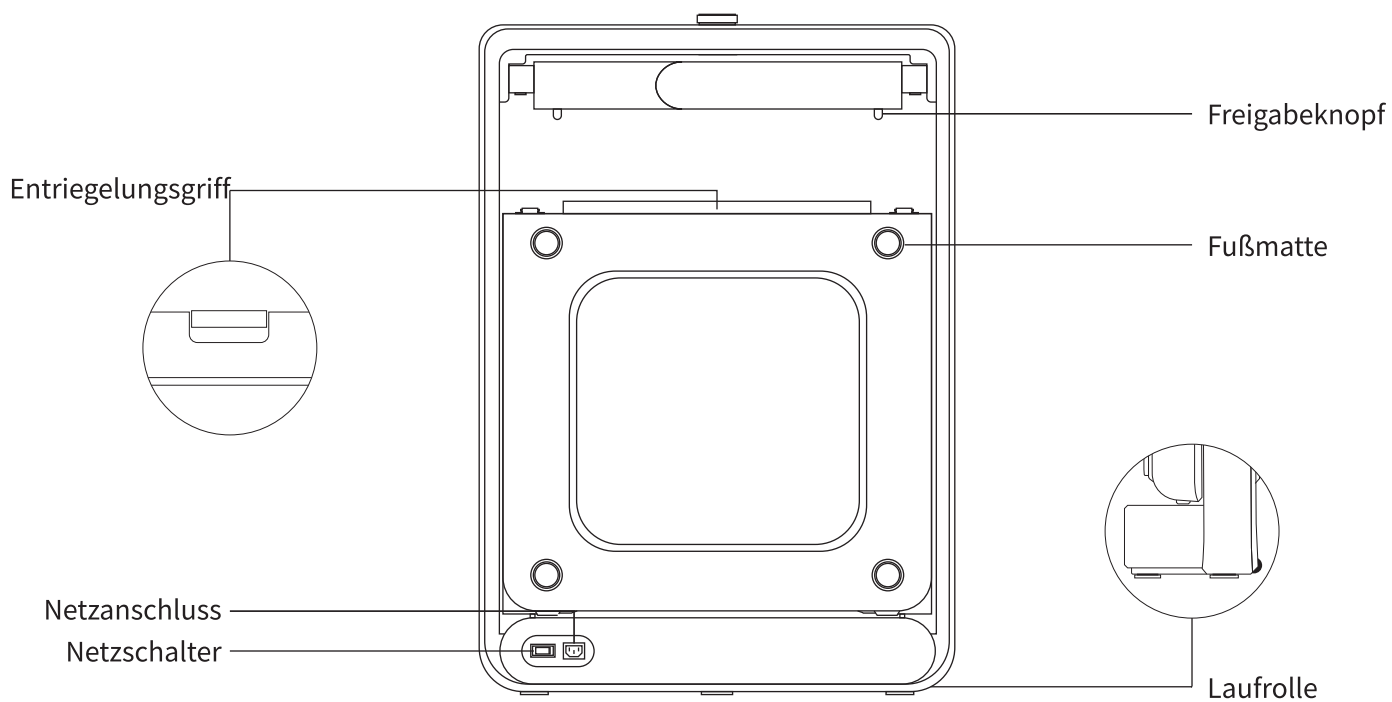
Funkfrequenz und Funkübertragungsleistung

HF-Spezifikation	Betriebsfrequenz	Maximale Ausgangsleistung
Bluetooth	2400 bis 2483,5 MHz	<10 dBm (EIRP)

03 Bauteile



Ausgeklappter Zustand

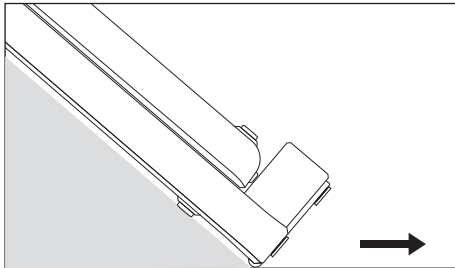


Zusammengeklappter Zustand

2. Bedienung und Einstellung

01 Laufband umsetzen

Stellen Sie vor dem Umstellen sicher, dass das Gerät ausgeschaltet, das Netzkabel gezogen und sicher aufbewahrt und die Griffe und das Laufbrett vollständig zusammengeklappt sind.



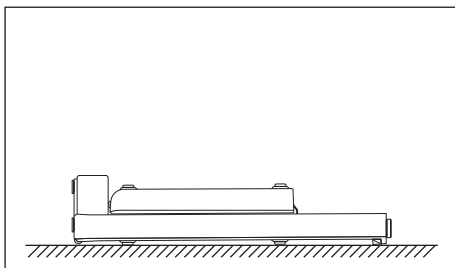
- ① Heben Sie das Gerät am Bereich unter dem Anzeigefeld an und bewegen Sie es an die gewünschte Stelle.

VORSICHT:

- Berühren Sie den Laufgurt nicht, um Schäden und Verletzungen zu vermeiden.
- Setzen Sie das Gerät nicht auf unebenem Boden um, um Stabilität zu gewährleisten.
- Achten Sie auf einen angemessenen Winkel zwischen Gerät und Boden, um Reibung beim Umsetzen zu vermeiden.

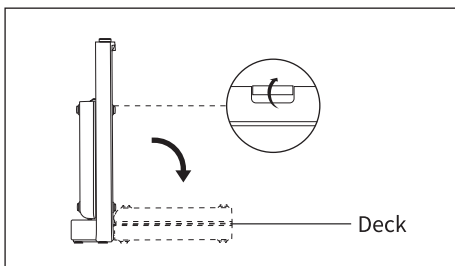
02 Laufband auseinanderklappen

Bevor Sie das Gerät ausklappen, vergewissern Sie sich, dass der freie Bereich hinter dem Gerät mindestens 2000 mm x 1000 mm (78,7 × 39,4 Zoll) und der freie Bereich auf jeder Seite mindestens 600 mm (23,62 Zoll) beträgt.



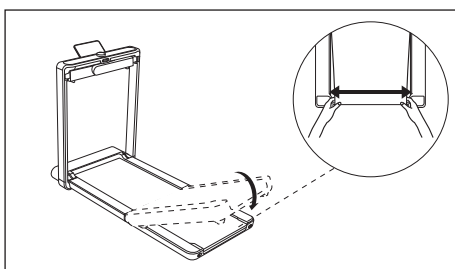
- ① Stellen Sie das Gerät auf eine feste, ebene Unterlage.

VORSICHT: Vermeiden Sie dicke und weiche Teppiche und Matten.



- ② Klappen Sie das Deck auseinander, indem Sie den Entriegelungsgriff halten, nach vorne drücken, nach oben und zu sich anheben.

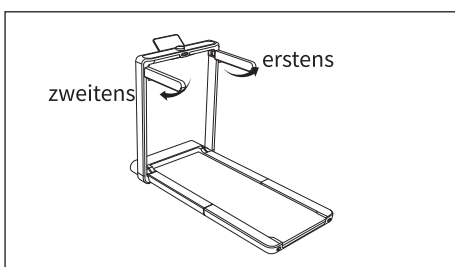
VORSICHT: Vermeiden Sie dicke und weiche Teppiche und Matten.



- ③ Klappen Sie das hintere Laufbrett aus. Zentrieren Sie den Laufgurt, indem Sie sein vorderes und hinteres Ende manuell einstellen. Drücken Sie das hintere Laufbrett nach unten, um es ganz abzuflachen. Wenn es nicht eben mit dem Boden abschließt, drehen Sie die Fußmatte zum Einstellen.

VORSICHT:

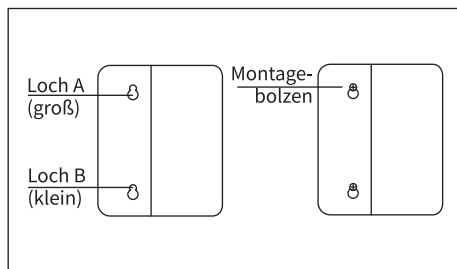
- Das hintere Laufbrett kann mit der Hand fest nach unten gedrückt werden, ohne das Gerät zu beschädigen.
- Möglicherweise hören Sie beim Ausklappen des Laufbretts ein lautes, saugähnliches Geräusch und spüren beim Betreten des Laufgurts einen kleinen Spalt. Diese Geräusche sind normal und verschwinden bei fortgesetztem Gebrauch.



- ④ Halten Sie den rechten Freigabeknopf zum Auseinanderklappen der rechten Griffe gedrückt. Wiederholen Sie dies dann bei den linken Griffen.

VORSICHT: Die rechten Griffe müssen auseinandergeklappt werden, bevor Sie die linken Griffe auseinanderklappen.

03 So installieren Sie den Telefonhalter

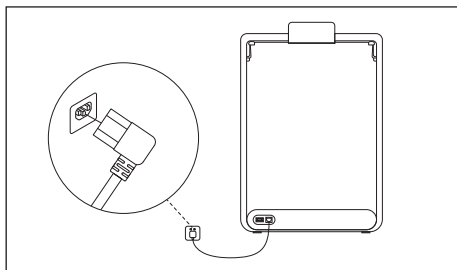


- ① Richten Sie Loch A am Montagebolzen aus und schieben Sie den Telefonhalter in Loch B, bis er einrastet.

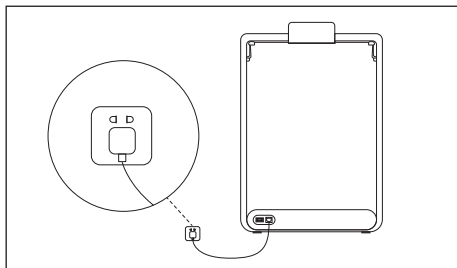
VORSICHT: Der Telefonhalter ist so konzipiert, dass er sich leicht abnehmen lässt. Schieben Sie den Einrastknopf in Loch A, um ihn abzunehmen.

04 Netzkabel anschließen

Dieses Produkt muss geerdet sein, wenn es benutzt wird; das Gerät erfüllt die Anforderungen an die Erdung. Im Fall einer Fehlfunktion oder Beschädigung bietet die Erdung einen Weg mit dem geringsten Widerstand für den Strom und verringert so das Risiko eines Stromschlags.



- ① Schließen Sie das Netzkabel am Gerät an.



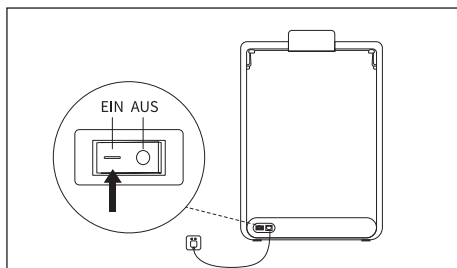
- ② Schließen Sie das Netzkabel an einer geeigneten Steckdose an.

VORSICHT:

- Verändern Sie den mit dem Produkt gelieferten Stecker nicht. Wenn der Stecker nicht für die Steckdose geeignet ist, lassen Sie einen qualifizierten Elektriker eine geeignete Steckdose installieren.
- Wenn das Netzkabel beschädigt ist, muss es durch das vom Hersteller spezifizierte Netzkabel ersetzt werden.

05 Gerät einschalten

Wenn das Gerät einer kalten Umgebung ausgesetzt war, lassen Sie es bitte erst auf Raumtemperatur kommen, bevor Sie es einschalten. Anderenfalls können die Komponenten des Geräts beschädigt werden.

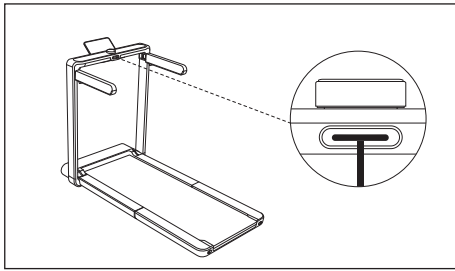


- ① Schalten Sie den Netzschalter ein, bis Sie einen Signalton hören und das Anzeigefeld leuchtet.

VORSICHT:

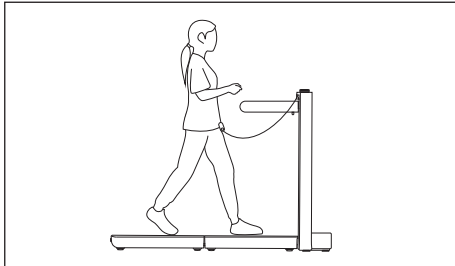
- Nur im ausgeschalteten Zustand, wenn die Hauptfunktion des Geräts deaktiviert ist.
- Stromverbrauch ausgeschaltet: 0,5 W.

06 Sicherheitsschlüssel

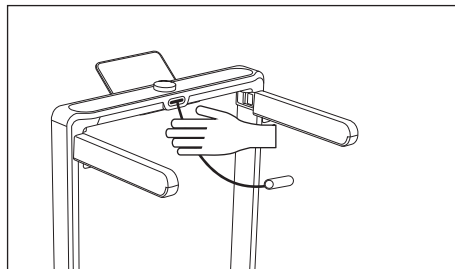


- ① Setzen Sie den Sicherheitsschlüssel in den Sicherheitsschlitz ein, um das Laufband zu starten.

VORSICHT: Aus Sicherheitsgründen kann dieses Gerät ohne Sicherheitsschlüssel nicht gestartet werden.



- ② Befestigen Sie die Schnur des Sicherheitsschlüssels an Ihrer Kleidung an der Taille.



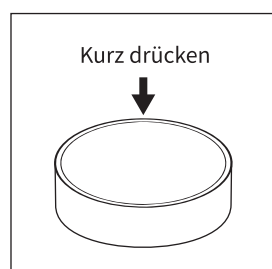
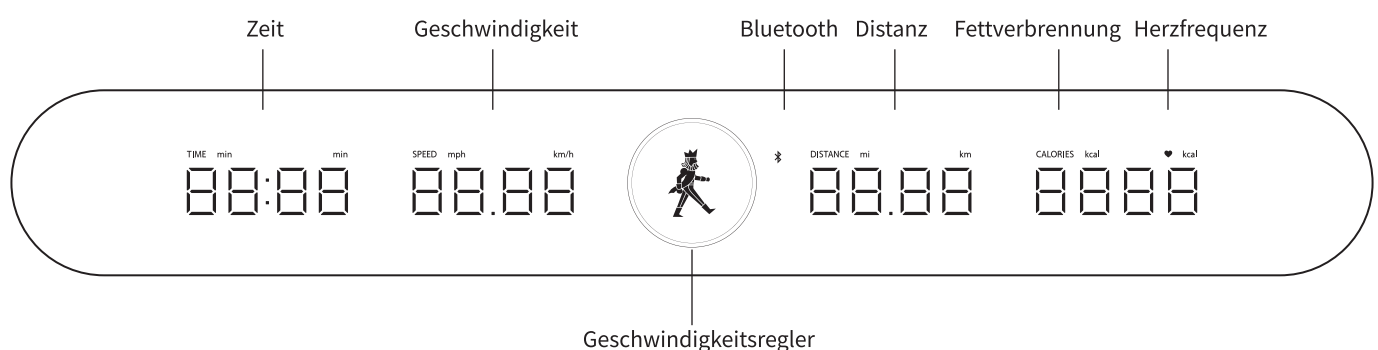
- ③ Ziehen Sie im Notfall den Sicherheitsschlüssel ab, um das Gerät anzuhalten. Halten Sie sich am Handlauf fest und verlassen Sie die Anti-Rutsch-Seitenstreifen, wenn das Gerät zum völligen Stillstand gekommen ist.

Warnung: Seien Sie beim Abziehen des Sicherheitsschlüssels vorsichtig, da das Gerät plötzlich stoppt.

07 Anzeigefeld

① Bedienung des Geschwindigkeitsreglers

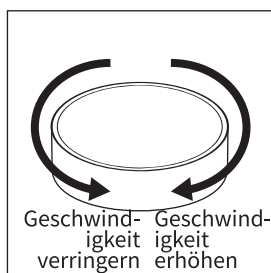
Einschalten: Schalten Sie den Netzschalter am Gerät auf Ein. Das Anzeigefeld zeigt der Reihe nach Zeit, Geschwindigkeit, Entfernung und Fettverbrennung.



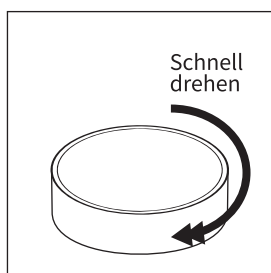
Laufen: Stellen Sie sich auf den Laufgurt und drücken Sie den Geschwindigkeitsregler. Nach einem 3-sekündigen Countdown setzt sich das Gerät mit 1 km/h (1 Meile pro Stunde) in Bewegung.

Vorsicht:

- Aus Sicherheitsgründen hält das Gerät nach einem Betrieb von 60 Sekunden automatisch an, wenn nach dem Drücken des Geschwindigkeitsregler nicht auf dem Laufgurt gelaufen wird. Diese Sicherheitsfunktion namens „Leerlauf-Stopp“ ist standardmäßig deaktiviert, kann aber über die App KS Fit aktiviert werden („Motion“ > „Settings“ > „No-load stop“).
- Achten Sie darauf, dass der Sicherheitsschlüssel eingesetzt ist. Anderenfalls setzt sich das Gerät nicht in Bewegung.



Geschwindigkeit erhöhen/verringern: Drehen Sie den Geschwindigkeitsregler zum Erhöhen der Geschwindigkeit im Uhrzeigersinn und zum Verringern der Geschwindigkeit gegen den Uhrzeigersinn, während das Gerät läuft.



Geschwindigkeitsschnellasten: Für eine schnelle Geschwindigkeitsanpassung drehen Sie den Geschwindigkeitsregler schnell im Uhrzeigersinn, um die Geschwindigkeit zu erhöhen (1/3/6/9/12/14 km/h), oder gegen den Uhrzeigersinn, um die Geschwindigkeit zu verringern (14/12/9/6/3/1 km/h).

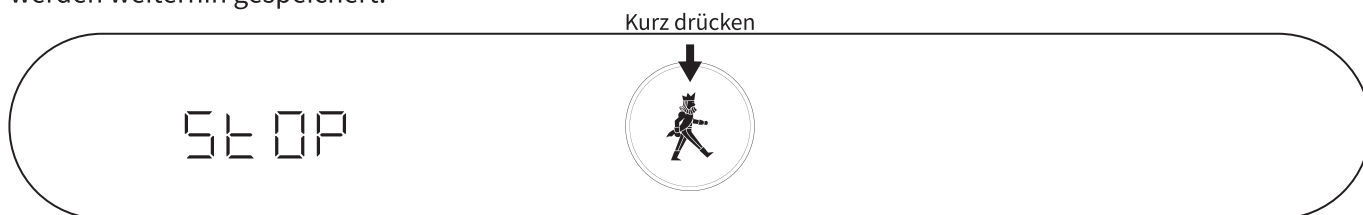
Warnung: Anfänger sollten aufgrund der erhöhten Verletzungsgefahr nicht bei 14 km/h laufen.

Vorsicht: Im imperialen System beträgt die entsprechende Geschwindigkeitsänderung 1/3/6/8,5 Meilen pro Stunde.

Training unterbrechen: Drücken Sie den Geschwindigkeitsregler, das Gerät wird langsamer und zeigt „Stop“.

Wenn das Gerät stoppt, blinken die Trainingsdaten.

Vorsicht: Um das Training fortzusetzen, drücken Sie den Geschwindigkeitsregler und die Trainingsdaten werden weiterhin gespeichert.



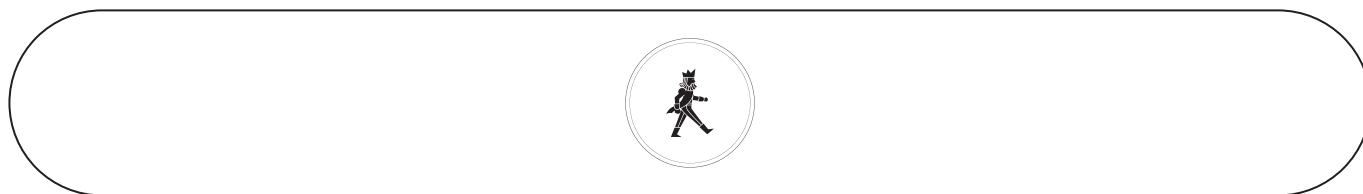
Training beenden: Halten Sie den Geschwindigkeitsregler 2 Sekunden lang gedrückt oder lassen Sie das Gerät nach der Trainingspause 10 Minuten lang im Leerlauf, damit werden die Daten zurückgesetzt (falls die App nicht verbunden ist).

Vorsicht: Wenn die App verbunden ist, werden die Trainingsdaten gespeichert.

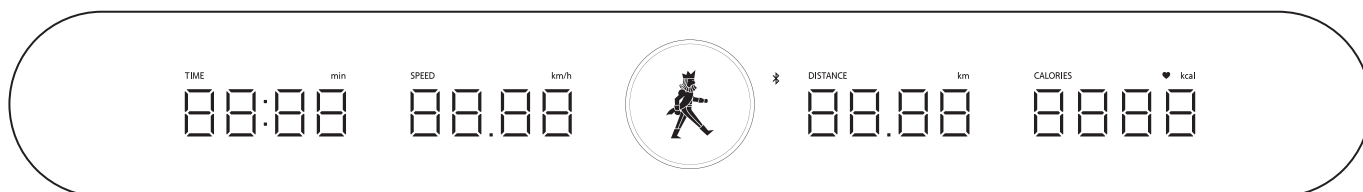


Ruhemodus: Halten Sie den Geschwindigkeitsregler 2 Sekunden lang gedrückt oder lassen Sie das Gerät nach Beendigung des Trainings 10 Minuten lang im Leerlauf, damit schaltet sich das Anzeigefeld aus.

Vorsicht: Um das Gerät aus dem Ruhemodus aufzuwecken, drücken Sie eine beliebige Taste auf der Anzeigefeld.



Einheit umwandeln: Das Anzeigefeld ermöglicht Ihnen das Umschalten zwischen metrischen und imperialen Einheiten. Starten Sie das Gerät neu, verbinden Sie die KS Fit-App, tippen Sie auf „ME“ > „Settings“ > „Unit Settings“, wählen Sie „Metric“ oder „Imperial“, und starten Sie das Gerät erneut.



② Beschreibung des Status

App-Verbindung: Die Bluetooth-Anzeige blinkt, wenn das Gerät nicht mit der App verbunden ist, und leuchtet, wenn es verbunden ist.



Herzfrequenz: Die Herzfrequenzanzeige wird abwechselnd mit der Kalorienanzeige angezeigt, wenn Ihr Laufband und Ihre Apple Watch mit der KS Fit-App gekoppelt sind. Andernfalls ist die Herzfrequenzanzeige ausgeschaltet.



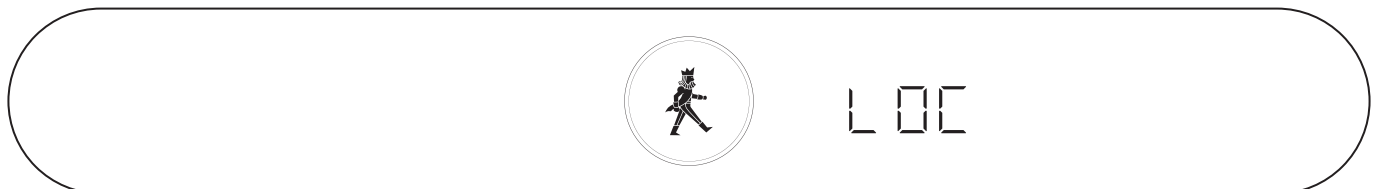
Verbunden

Nicht verbunden

Sicherheitsschlüssel: Wenn der Sicherheitsschlüssel nicht eingesetzt ist, zeigt das Anzeigefeld „SAFE“ an. Setzen Sie den Sicherheitsschlüssel ein, damit die „SAFE“-Meldung verschwindet.



Kindersicherung: Wenn die Kindersicherung in der App KS Fit aktiviert ist, lässt sich das Gerät nicht starten und „LOC“ wird angezeigt. Deaktivieren Sie die Kindersicherung in der App, um die „LOC“-Meldung zu löschen.

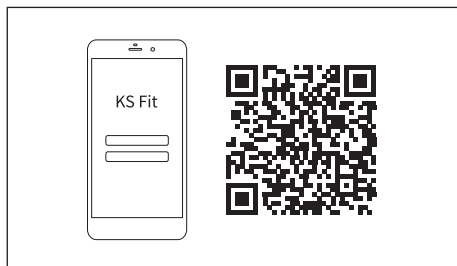


Aktualisieren: Wenn die Firmware aktualisiert wird, wird im Anzeigefeld „UP“ angezeigt und das Gerät kann nicht gestartet werden. Warten Sie, bis die Aktualisierung abgeschlossen ist, und die Meldung verschwindet.
Vorsicht: Schalten Sie das Gerät während der Aktualisierung nicht aus.



08 App verbinden

Optimieren Sie Ihr Trainingserlebnis mit der App KS Fit. Echtzeit-Datenverfolgung und personalisierte Anleitung helfen Ihnen dabei, Ihre Fitnessziele schneller zu erreichen.



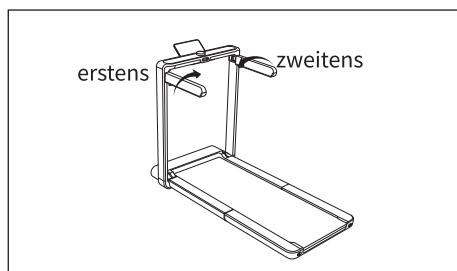
- ① Scannen Sie den QR-Code, laden Sie die KS Fit-App herunter und installieren Sie sie, um Ihre Trainingsdaten zu überprüfen.
- ② Bringen Sie Ihr Handy in die Nähe des Geräts.
- ③ Schalten Sie Bluetooth auf Ihrem Mobiltelefon ein (lassen Sie es nach Geräten in der Nähe suchen), während Sie den Ihr Gerät einschalten.
- ④ Öffnen Sie die App KS Fit und fügen Sie Ihr Gerät hinzu.

Vorsicht:

- Das Gerät kann nur über die KS Fit-App hinzugefügt werden. Wenn Sie es bereits über die Bluetooth-Einstellungen verbunden haben, entfernen Sie es bitte und fügen Sie es erneut über die App hinzu.
- Sollte die Kopplung fehlschlagen, schalten Sie das Gerät aus, warten Sie 10 Sekunden und wiederholen Sie die Schritte ② bis ④.
- Aus Sicherheitsgründen verbinden Sie kein anderes Mobiltelefon, wenn das Gerät in Gebrauch ist.

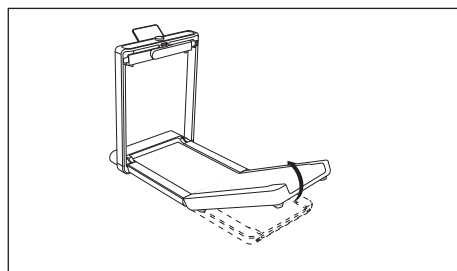
09 Laufband zusammenklappen

Aus Sicherheitsgründen und zur Vermeidung von Schäden am Gerät sollten Sie das Gerät immer ausschalten und beide Enden des Netzkabels trennen, bevor Sie es zusammenklappen.

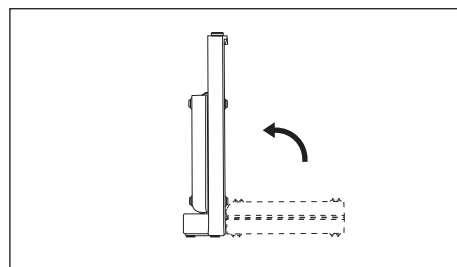


- ① Halten Sie den linken Freigabeknopf zum Zusammenklappen der linken Griffe gedrückt. Wiederholen Sie dies dann bei den rechten Griffen.

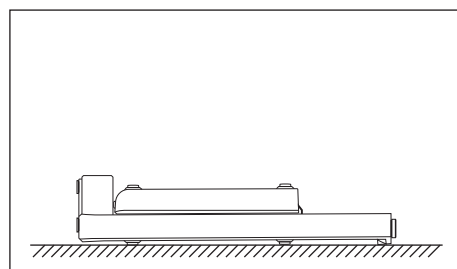
Vorsicht: Die linken Griffe müssen zusammengeklappt werden, bevor Sie die rechten Griffe zusammenklappen.



- ② Heben Sie das hintere Laufbrett an, bis es vollständig zusammengeklappt ist.



- ③ Klappen Sie das Laufdeck zusammen, indem Sie den Entriegelungsgriff halten und das Deck nach oben anheben, bis das Gerät vollständig zusammengeklappt ist.



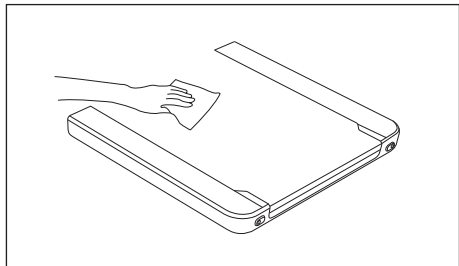
- ④ Stellen Sie das Gerät an den von Ihnen gewünschten Ort und lagern Sie es flach.

Warnung: Betreiben Sie das Gerät nicht zusammengeklappt.

Vorsicht: Bewahren Sie das Netzkabel für den nächsten Gebrauch ordnungsgemäß auf.

3. Pflege und Wartung

Um optimale Leistung und Langlebigkeit zu gewährleisten, warten Sie Ihr Gerät regelmäßig unter Berücksichtigung der folgenden Aspekte. Wenn Sie Schäden oder Verschleiß feststellen, stellen Sie die Verwendung des Geräts sofort ein und wenden Sie sich zwecks Reparatur an den Kundendienst oder einen qualifizierten Techniker.

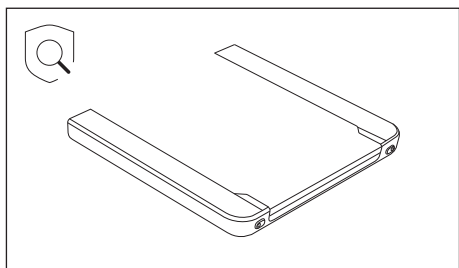


① Gerät reinigen

- Schalten Sie das Gerät aus und ziehen Sie das Netzkabel.
- Geben Sie eine kleine Menge eines milden Reinigungsmittels auf ein Baumwolltuch und wischen Sie das Anzeigefeld, den Laufgurt, den Handlauf usw. ab.

Vorsicht:

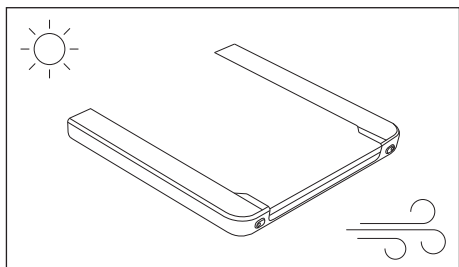
- Sprühen Sie den Reiniger nicht direkt auf das Anzeigefeld oder den Laufgurt.
- Verwenden Sie keine säurehaltigen oder korrosiven Reinigungsmittel.
- Wischen Sie nicht unter dem Laufgurt.
- Nach einer gewissen Zeit des Trainings können Staub und Flecken auf dem rückwärtigen Laufband erscheinen. Das ist normal und kann einfach abgewischt werden.



② Gerät überprüfen

- Überprüfen Sie das Netzkabel. Wenn Sie Beschädigungen oder Verschleiß feststellen, verwenden Sie das Gerät nicht mehr und tauschen Sie das Netzkabel sofort aus.
- Überprüfen Sie den Laufgurt. Wenn er nicht zentriert, zu fest oder zu locker ist, stellen Sie den Laufgurt ein (→ Seite 38).

Vorsicht: Wenn ein Austausch erforderlich ist, verwenden Sie die vom Hersteller vorgesehenen Bauteile.



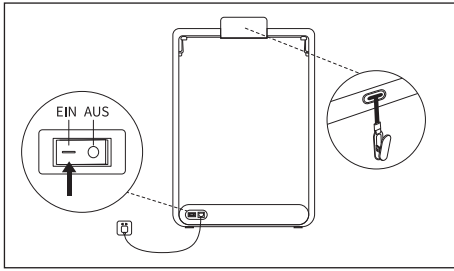
③ Kühl und trocken lagern

- Bewahren Sie das Gerät kühl und trocken auf.
- Lassen Sie das Gerät nach 2 Stunden Gebrauch für 20 Minuten abkühlen.

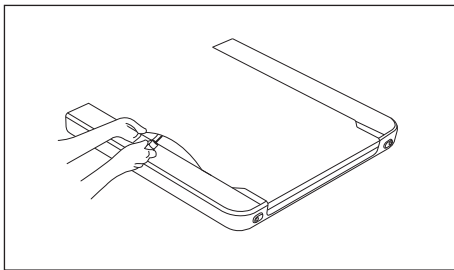
Vorsicht: Verwenden Sie das Gerät nicht länger als 2 Stunden ununterbrochen.

4. Fehlersuche

Die meisten Fehlfunktionen lassen sich durch die folgenden Schritte beheben. Wenn Sie während des Gebrauchs Probleme feststellen, stellen Sie die Verwendung des Geräts sofort ein und versuchen Sie, die Probleme wie unten beschrieben zu lösen.



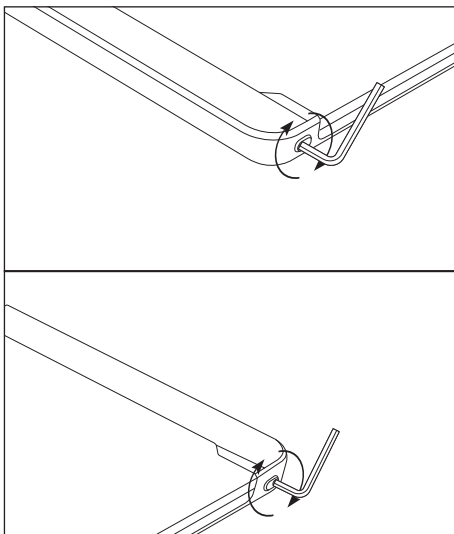
- ① Symptom: Das Gerät lässt sich nicht einschalten bzw. schaltet sich während der Benutzung aus.
- Vergewissern Sie sich, dass beide Enden des Netzkabels angeschlossen sind.
 - Vergewissern Sie sich, dass der Netzschalter eingeschaltet ist.



- ② Symptom: Der Laufgurt bewegt sich ungleichmäßig und macht Geräusche.
- Schalten Sie das Gerät aus und ziehen Sie beide Enden des Netzkabels ab.
 - Heben Sie das hintere Laufbrett vorsichtig an, heben Sie den Laufgurt an und tragen Sie das Silikonöl in der Mitte des Laufbretts Z-förmig auf.
 - Schalten Sie das Gerät ein und versuchen Sie es erneut.

Vorsicht:

- Das Silikonöl muss nicht auf das gesamte Laufbrett aufgetragen werden, da es sich während des Gebrauchs von selbst verteilt.
- Für jede Schmierung sind 5-10 ml Silikonöl erforderlich. Ein Überschuss kann zum Rutschen führen.



- ③ Symptom: Laufgurt weicht ab oder rutscht
- Hinweis:** Auf der linken und rechten Seite der Kunststoffschale an der Vorderseite des Laufgurts befinden sich zwei Aussparungen. Der Laufgurt muss stets in der mittleren Position laufen. Wenn der Laufgurt nach links oder rechts von der weißen Markierung am Rand abweicht, stoppen Sie die Bewegung und stellen Sie den Laufgurt auf die mittlere Position ein.
- Wenn der Laufgurt nicht zentriert ist:
Heben Sie das hintere Laufbrett sanft an und passen Sie den Laufgurt manuell an (→ Seite 31).
 - Wenn der Laufgurt immer noch abweicht, stellen Sie ihn mit dem mitgelieferten Inbusschlüssel in den folgenden Schritten ein:
 - a. Der Laufgurt geht nach links: Drehen Sie die linke Einstellschraube um 1/4 Umdrehung im Uhrzeigersinn.
 - b. Der Laufgurt geht nach rechts: Drehen Sie die rechte Einstellschraube um 1/4 Umdrehung im Uhrzeigersinn.
 - c. Der Laufgurt rutscht: Drehen Sie die linke und rechte Einstellschraube gleichzeitig um 1/2 Umdrehung im Uhrzeigersinn. Lassen Sie das Gerät nach jeder Einstellung für 1-2 Minuten mit einer Geschwindigkeit von 3-4 km/h (1,95-2,5 Meilen pro Stunde) laufen, um die Einstellung zu überprüfen. Wiederholen Sie die Einstellungen bei Bedarf.

Vorsicht: Wenn der Laufgurt zu fest oder zu locker ist, beeinträchtigt dies die Leistung des Geräts und beschädigt den Laufgurt.

④ Fehlercodes

Im Fall einer Fehlfunktion wird auf dem Anzeigefeld ein Fehlercode angezeigt, wie nachstehend dargestellt. Schalten Sie das Gerät aus und starten Sie es neu, um zu sehen, ob der Fehlercode erlischt. Sollte der Fehler weiterhin bestehen, wenden Sie sich bitte an den Kundendienst. Halten Sie unbedingt Ihr Produktmodell und die Seriennummer bereit, die Sie auf dem Typenschild finden (siehe Abdeckung).

E01 Software-Überstrom
E02 Hardware-Überstrom
E03 IPM-Modul überhitzt
E04 Unterspannungsschutz
E05 Überspannungsschutz
E06 Motorphasenausfallschutz
E07 Schutz des Motors bei blockiertem Rotor

E09 Motor kann nicht gestartet werden
E12 Motor Überstromschutz
E13 Überlastschutz
E14 Hall-Signal fehlt
E15 Kommunikationsfehler
E16 Modul Verbindungsfehler

5. Übungsanleitung

Trainingsintensität

Ganz gleich, ob Sie Fett verbrennen oder Ihre kardiovaskuläre Fitness verbessern möchten, die richtige Trainingsintensität ist der Schlüssel zum Erfolg. Orientieren Sie sich an Ihrer Herzfrequenz, um das geeignete Intensitätsniveau zu finden. In der nachstehenden Tabelle finden Sie die empfohlenen Herzfrequenzbereiche zum Verbrennen von Fett und kardiovaskuläre Fitness, die nur zu Referenzzwecken dienen.

165	155	145	140	130	125	115	
145	138	130	125	118	110	103	
125	120	115	110	105	95	90	
20	30	40	50	60	70	80	Alter

Um die passende Intensitätsstufe zu finden, suchen Sie Ihr Alter am unteren Rand der Tabelle (auf die nächsten zehn Jahre gerundet). Die niedrigste Zahl ist die Herzfrequenz zum Verbrennen von Fett, die mittlere Zahl ist die maximale Herzfrequenz zum Verbrennen von Fett und die höchste Zahl ist die Herzfrequenz zur Verbesserung der kardiovaskulären Fitness (wir empfehlen, während des Trainings einen Herzfrequenz-Monitor zu tragen, um die Effizienz zu gewährleisten - bitte separat erwerben).

Fett verbrennen - Um Fett effektiv als Energiequelle nutzen zu können, müssen Sie sich über einen längeren Zeitraum hinweg mit niedriger Intensität bewegen. Während der ersten Minuten des Trainings nutzt Ihr Körper Glykogen als Energiequelle. Erst nach den ersten Minuten des Trainings beginnt Ihr Körper, gespeichertes Fett als Energiequelle zu nutzen. Wenn es Ihr Ziel ist, Fett zu verbrennen, sollten Sie Ihre Trainingsintensität anpassen, bis Ihre Herzfrequenz nahe dem niedrigsten Wert in Ihrer Trainingszone liegt.

Ratgeber Sport

Aufwärmen: Wir empfehlen, sich vor dem Training 5-10 Minuten lang aufzuwärmen, die Gelenke zu bewegen und zu dehnen, bevor Sie mit dem Training mit geringer Intensität beginnen.

Trainieren: Wir empfehlen, 20-30 Minuten lang zu trainieren und dabei die Trainingsintensität innerhalb des Trainingsbereichs zu halten (in den ersten Wochen des Trainings sollte die Trainingszeit 20 Minuten nicht überschreiten).

Abkühlen: Wir empfehlen, sich nach dem Training 5-10 Minuten lang zu dehnen, um die Flexibilität der Gelenke und die Dehnbarkeit der Muskeln zu verbessern und Verletzungen vorzubeugen.

Trainingshäufigkeit

Um Ihre körperliche Verfassung zu erhalten oder zu verbessern, sollten Sie drei Trainingseinheiten pro Woche absolvieren und zwischen den einzelnen Einheiten mindestens einen Tag Pause einlegen. Nach einigen Monaten regelmäßigen Trainings können Sie, falls erforderlich, bis zu fünf Trainingseinheiten pro Woche absolvieren. Denken Sie daran, dass der Schlüssel zum Erfolg darin liegt, dass Sie das Training zu einem häufigen und angenehmen Teil Ihres täglichen Lebens machen.

6. Markenzeichen und rechtliche Hinweise

Verschiedene Patente, die sich auf die KingSmith WalkingPad Laufband-Serie beziehen, wurden von Beijing KingSmith Technology Co., Ltd. (kurz „KingSmith“) entwickelt und mit einem Copyright versehen. Ohne die schriftliche Genehmigung von KingSmith dürfen Organisationen oder Einzelpersonen dieses Benutzerhandbuch weder ganz noch teilweise kopieren oder weitergeben und die darin enthaltenen Patente nicht verwenden. Dieses Benutzerhandbuch enthält, soweit möglich, die zum Zeitpunkt der Drucklegung neuesten Funktionseinführungen und Bedienungsanleitungen.

Dennoch kann es aufgrund der ständigen Optimierung von Funktionen und Design zu Abweichungen zwischen dem gekauften Laufband und den hier beschriebenen Funktionen kommen. Im Fall von Abweichungen in Farbe und Aussehen ist daher das tatsächliche Laufband maßgebend.

7. Einhaltung gesetzlicher Vorschriften

Hinweise zur Entsorgung und zum Recycling von Elektroschrott



Alle Produkte, die dieses Symbol tragen, sind Elektro- und Elektronik-Altgeräte (WEEE wie in der Richtlinie 2012/19/EU), die nicht in den unsortierten Hausmüll gehören. Stattdessen schützen Sie die menschliche Gesundheit und die Umwelt, indem Sie Ihre Altgeräte bei einer ausgewiesenen Sammelstelle für das Recycling von Elektro- und Elektronik-Altgeräten abgeben, die von den staatlichen oder lokalen Behörden eingerichtet wurde. Die korrekte Entsorgung und Wiederverwertung trägt dazu bei, mögliche negative Folgen für die Umwelt und die menschliche Gesundheit zu vermeiden. Bitte wenden Sie sich an den Installateur oder die örtlichen Behörden, um weitere Informationen über den Standort und die Bedingungen solcher Sammelstellen zu erhalten.

EU-Konformitätserklärung



Hiermit erklärt Beijing Kingsmith Technology Co., Ltd., dass die Funkanlage des Typs [WP460B4] der Richtlinie 2014/53/EU entspricht. Den vollständigen Text der EU-Konformitätserklärung finden Sie unter der folgenden Internetadresse: <https://de.walkingpad.com/pages/weitere-informationen>

UKCA-Konformitätserklärung



Hiermit erklärt Beijing Kingsmith Technology Co., Ltd., dass das Funkgerät des Typs [WP460B4] den Funkanlagenverordnungen 2017 entspricht. Den vollständigen Text der UKCA-Konformitätserklärung finden Sie unter der folgenden Internetadresse: <https://uk.walkingpad.com/pages/other-information>

UKCA PSTI Konformitätserklärung

Hiermit erklärt Beijing Kingsmith Technology Co., Ltd., dass das Funkgerät des Typs [WP460B4] den Bestimmungen der Verordnung über Produktsicherheit und Telekommunikationsinfrastruktur (Sicherheitsanforderungen für relevante anschließbare Produkte) 2023 entspricht. Der vollständige Text der PSTI-Konformitätserklärung ist unter der folgenden Internetadresse verfügbar: <https://uk.walkingpad.com/pages/other-information>

Misure di sicurezza

Grazie per aver scelto il tapis roulant WalkingPad KINGSMITH (di seguito denominato "l'apparecchio", "il prodotto", ecc.). Per garantire la piena comprensione e il corretto utilizzo di questo prodotto, leggere attentamente le seguenti istruzioni prima dell'uso.

L'apparecchio è destinata all'uso residenziale.

PERICOLO - PER RIDURRE IL RISCHIO DI SCOSSE ELETTRICHE:

Scollegare sempre l'apparecchio dalla presa elettrica immediatamente dopo l'uso e prima della pulizia.

AVVERTENZA - Questo apparecchio può essere utilizzato da bambini a partire dagli 8 anni di età e da persone con ridotte capacità fisiche, sensoriali o mentali o con mancanza di esperienza e conoscenza, a condizione che vengano controllate o istruite sull'uso dell'apparecchio in modo sicuro e che ne comprendano i pericoli. I bambini non devono giocare con l'apparecchio. Gli interventi di pulizia e manutenzione non devono essere eseguiti da bambini senza supervisione. Questo apparecchio non è destinato all'uso da parte di persone (compresi i bambini) con ridotte capacità fisiche, sensoriali o mentali, o con mancanza di esperienza e conoscenza, a condizione che vengano controllate o istruite sull'uso dell'apparecchio da una persona responsabile della loro sicurezza. I bambini devono essere controllati affinché non giochino con l'apparecchio.

AVVERTENZA - Conservare l'apparecchio in piano. Tenere sempre lontani i bambini piccoli da questa macchina.

Il contatto con la superficie mobile può provocare gravi ustioni da attrito.

AVVERTENZA - PER RIDURRE IL RISCHIO DI USTIONI, INCENDI, SCOSSE ELETTRICHE O LESIONI A PERSONE:

- 1) L'apparecchio non deve mai essere lasciato incustodito quando è collegato alla presa elettrica. Scollegare la spina dalla presa elettrica quando non viene utilizzato e prima di montare o smontare parti dell'apparecchio.
- 2) Evitarne l'uso in prossimità sotto o vicino a coperte o cuscini. Il calore eccessivo può provocare incendi, scosse elettriche o lesioni a persone.
- 3) L'apparecchio deve essere utilizzato esclusivamente da persone adulte in salute e prive di difficoltà motorie. Quando l'apparecchio viene utilizzato da o in prossimità di bambini, persone disabili o invalide, è necessaria un'attenta sorveglianza.
- 4) L'apparecchio è destinato esclusivamente all'uso domestico e residenziale. Evitare di utilizzarlo in contesti commerciali o commerciali minori, all'aperto o per trattamenti medici.
- 5) Non utilizzare mai l'apparecchio se il cavo o la spina sono danneggiati, in caso di malfunzionamento, in caso di caduta o danneggiamento, oppure in caso di caduta in acqua. Contattare il servizio clienti per il controllo e la riparazione. Non utilizzare accessori non consigliati dal produttore.
- 6) Non trasportare l'apparecchio per il cavo di alimentazione ed evitare di utilizzare il cavo come maniglia.
- 7) Tenere il cavo lontano da fonti di calore.
- 8) Evitare in qualsiasi caso di lasciar cadere o inserire oggetti nelle aperture.
- 9) Collegare questo apparecchio esclusivamente a una presa di corrente adeguatamente collegata a terra.
- 10) Evitare l'uso in luoghi in cui vengono utilizzati prodotti aerosol (spray) o in cui viene somministrato ossigeno.
- 11) Per lo scollegamento, portare tutti i comandi in posizione di spegnimento, dopodiché togliere la spina dalla presa elettrica.
- 12) In caso di malessere, interrompere immediatamente il funzionamento e consultare un medico per evitare problemi di salute.
- 13) Assicurarsi che dietro l'apparecchiatura vi sia una distanza di almeno 2000 × 1000 mm e una distanza di almeno 600 mm su entrambi i lati.
- 14) Indossare un abbigliamento sportivo adeguato per utilizzare l'apparecchio e allenarsi in base alle proprie condizioni. Evitare di allenarsi a piedi nudi o con solo i calzini.
- 15) Non indossare abiti larghi o oggetti pendenti mentre si utilizza il prodotto.
- 16) Non appoggiarsi o salire sulla testa dell'apparecchio.
- 17) Non utilizzare l'apparecchio con, vicino o in prossimità di animali domestici.
- 18) Evitare di camminare all'indietro sull'apparecchio per non perdere l'equilibrio.
- 19) Le persone anziane, i bambini e le donne in gravidanza devono usare questo apparecchio con cautela. Prima di utilizzare questo apparecchio, consultare un medico e ottenere le indicazioni necessarie.

-
- 20) Non chiudere l'apparecchio quando è acceso. In caso contrario, la vita utile del prodotto potrebbe venire compromessa e comportare pericoli per la propria sicurezza. Non avviare l'apparecchio quando è chiuso.
 - 21) Conservare l'apparecchio come indicato nel manuale per la sicurezza.
 - 22) Per evitare incidenti, non salire o scendere dall'apparecchio quando è in funzione.
 - 23) Non superare il peso massimo specificato per l'utente.
 - 24) Non esporre l'apparecchio alla luce solare diretta. Riporlo in un luogo fresco e asciutto.
 - 25) Non utilizzare l'apparecchio in luoghi umidi o in caso di pioggia, in quanto non è resistente all'acqua.
 - 26) Non superare il tempo di utilizzo raccomandato. Lasciar raffreddare l'apparecchio per 20 minuti prima di riavviarlo.
 - 27) Per ottenere prestazioni e stabilità ottimali, utilizzare l'apparecchio su una superficie piana e solida e assicurarsi che non vi siano ostacoli al di sotto di esso.
 - 28) Il valore del livello di pressione sonora di emissione ponderato A all'orecchio dell'istruttore è di circa 60 dB (A). L'emissione di rumore sotto carico è superiore a quella senza carico.
 - 29) Un allenamento scorretto o eccessivo può provocare conseguenze negative per la salute.
 - 30) **AVVERTENZA!** I sistemi per il monitoraggio della frequenza cardiaca potrebbero non essere precisi. Un allenamento eccessivo può provocare lesioni gravi o la morte. Se si avverte un senso di svenimento, interrompere immediatamente l'allenamento.
 - 31) In caso di emergenza, rimuovere la chiave di sicurezza per arrestare l'apparecchio. Tenersi al corrimano e salire sulle fasce antiscivolo laterali fino all'arresto completo dell'apparecchio.
 - 32) La nostra azienda non potrà essere ritenuta responsabile per eventuali danni a persone o cose causati dall'uso improprio di questo prodotto. Ci riserviamo il diritto di aggiornare, rivedere o revocare il manuale d'uso e le relative istruzioni senza preavviso.

AVVERTENZA:

Il livello di sicurezza dell'apparecchio può essere mantenuto solo se viene controllato regolarmente per verificare se ci sono danni e usura, ad esempio delle cinghie e dei punti di collegamento.

Sostituire immediatamente i componenti difettosi e/o tenere l'apparecchio fuori servizio fino alla riparazione.

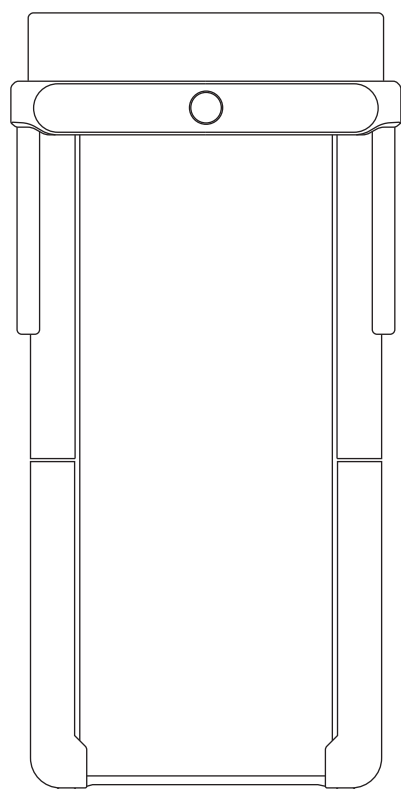
Prestare particolare attenzione ai componenti più soggetti a usura, come la cinghia.

Contenuti

1. Presentazione del prodotto	43
2. Funzionamento e regolazione	45
3. Cura e manutenzione	51
4. Risoluzione dei problemi	52
5. Consigli per l'allenamento	53
6. Marchio registrato e dichiarazione legale	53
7. Informazioni relative alla conformità normativa	54

1. Presentazione del prodotto

Disimballare il prodotto e controllare i contenuti all'interno. In caso di danni o parti mancanti, contattare il rivenditore.



Tapis roulant

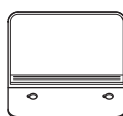
01 Specifiche tecniche

Nome del prodotto	Tapis roulant a motore	Dimensioni nastro	1210 mm × 460 mm
Modello	WP460B4		47.6 pollici × 18.1 pollici
Intervallo di velocità	1-14 km/h / 1-8,5 mph	Dimensioni da aperto	1419 mm × 711 mm × 1017 mm
Peso massimo dell'utente	110 kg / 242 lb		55,8 pollici × 27,9 pollici × 40 pollici
Peso netto	43,2 kg / 95,2 lb	Dimensioni da chiuso	225 mm × 711 mm × 1017 mm
Tensione nominale	220-240 V~		8,6 pollici × 27,9 pollici × 40 pollici
Frequenza nominale	50/60 Hz	Classe	HC
Potenza nominale	918 W	Fascia di età dai	14 anni in su

02 Elenco dei componenti



Cavo di alimentazione



Portacellulare



Chiave di sicurezza



Chiave a brugola



Olio al silicone

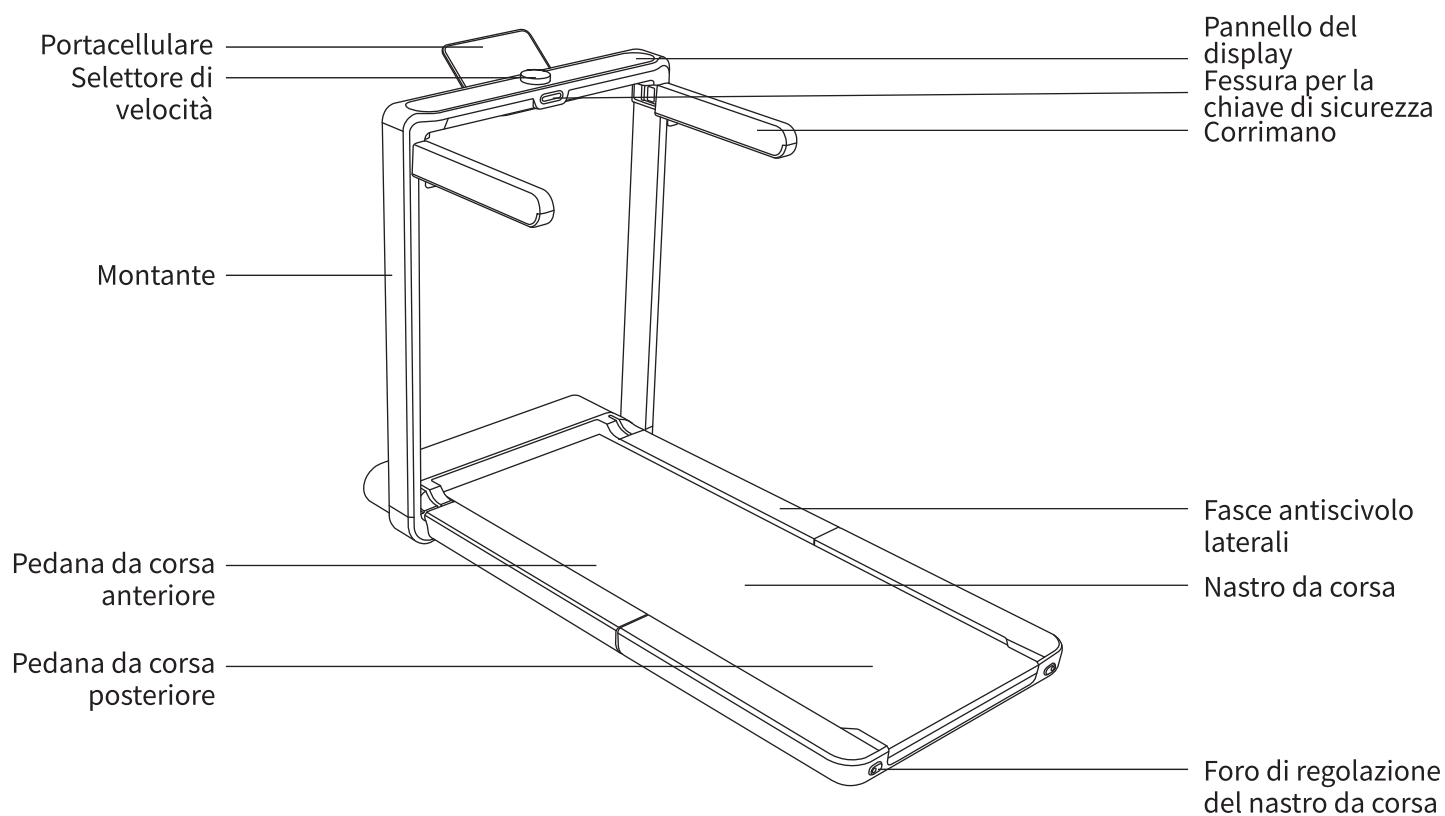


Manuale d'uso

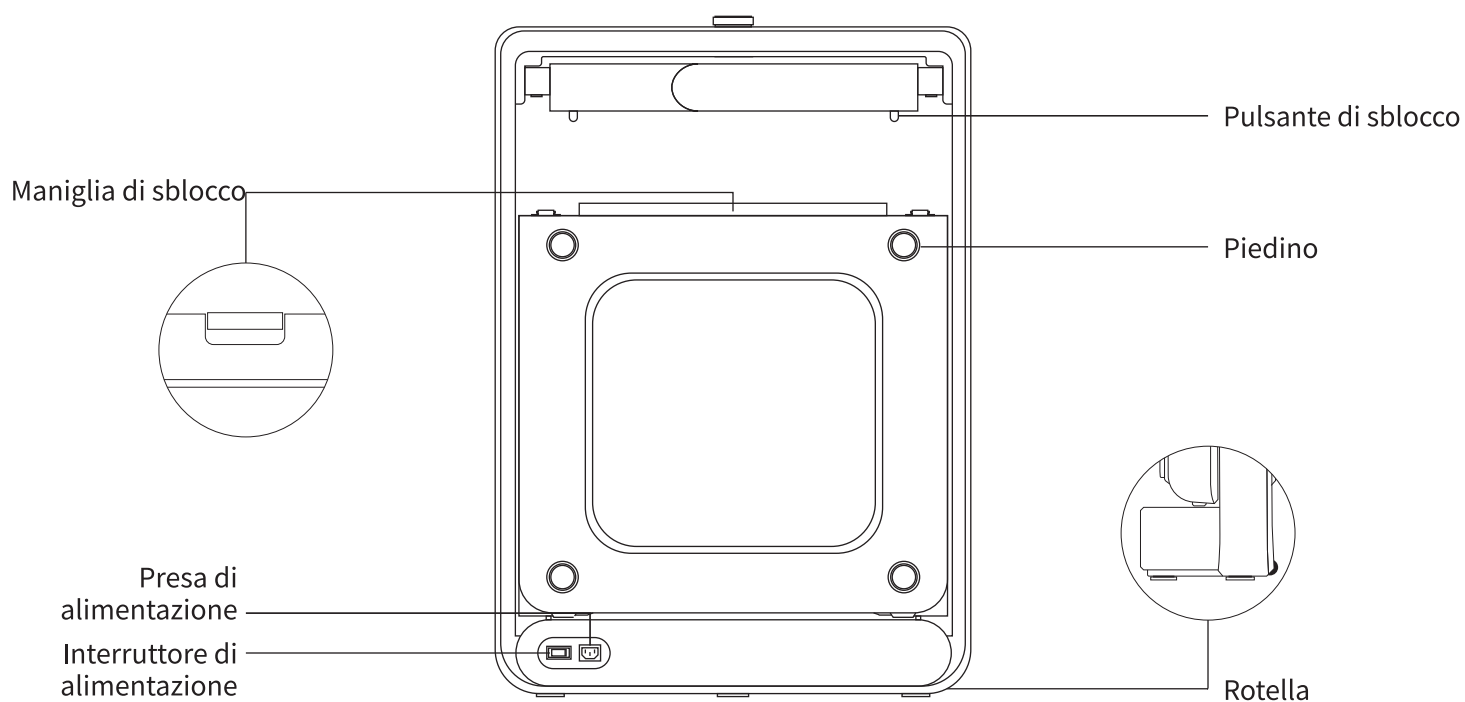
Radiofrequenza e potenza di trasmissione radio

Specifica RF	Frequenza operativa	Massima potenza in uscita
Bluetooth	2400-2483,5 MHz	<10 dBm (EIRP)

03 Nomi delle parti



Da aperto

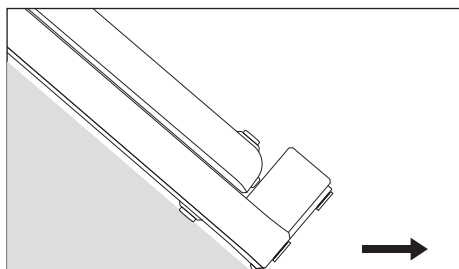


Da chiuso

2. Funzionamento e regolazione

01 Come spostare il tapis roulant

Prima dello spostamento, assicurarsi che l'apparecchio sia spento, che il cavo di alimentazione sia scollegato e riposto in modo sicuro, che i corrimano e la pedana da corsa siano completamente chiusi.



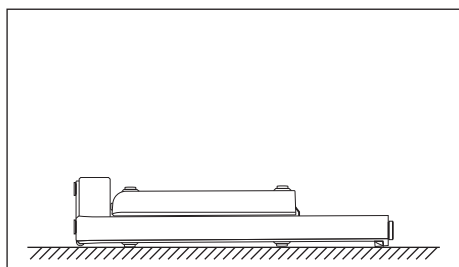
- ① Sollevare l'attrezzo dall'area sottostante il pannello del display e spostarlo nel punto desiderato.

ATTENZIONE:

- Evitare di toccare il nastro da corsa per prevenire danni o lesioni.
- Evitare di spostare l'apparecchio su una superficie irregolare per garantirne la stabilità.
- Mantenere un'angolazione appropriata tra l'apparecchio e il pavimento per evitare frizioni durante il movimento.

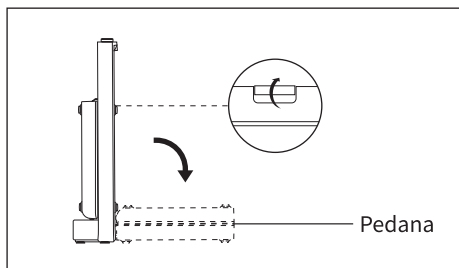
02 Come aprire il tapis roulant

Prima di aprire l'attrezzo, verificare che ci sia uno spazio libero di almeno 2000 mm × 1000 mm (78,7 × 39,4 pollici) sul retro e di almeno 600 mm (23,62 pollici) su ciascun lato.



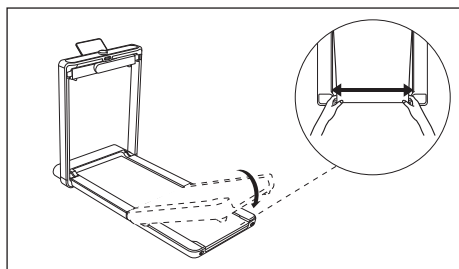
- ① Posizionare l'apparecchio in piano su una superficie piana e solida.

ATTENZIONE: evitare tappeti o moquette spessi e morbidi.



- ② Per aprire la pedana, afferrare la maniglia di sblocco, spingerla in avanti e poi sollevarla verso di sé.

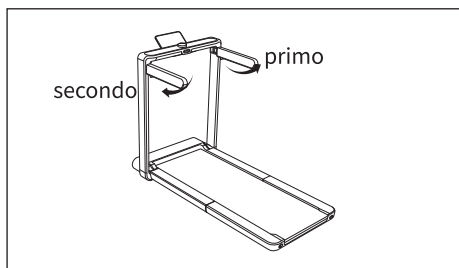
ATTENZIONE: evitare tappeti o moquette spessi e morbidi.



- ③ Aprire la pedana da corsa posteriore. Centrare il nastro da corsa regolando manualmente le estremità anteriore e posteriore. Esercitare pressione sulla la pedana da corsa posteriore per renderla completamente piatta. Se non è in piano con il pavimento, ruotare il piedino per regolarla.

ATTENZIONE:

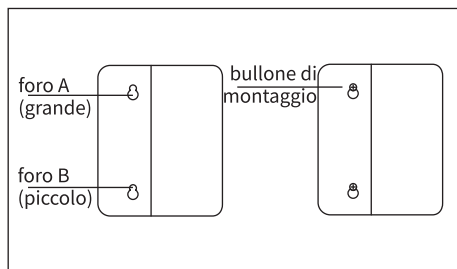
- La pedana da corsa posteriore può essere abbassata con forza manualmente senza danneggiare l'apparecchio.
- Quando si apre la pedana da corsa potrebbe venir percepito un forte rumore di risucchio e un leggero vuoto quando si poggiano i piedi sulla stessa. Si tratta di fenomeni normali che scompaiono man mano che si utilizza il prodotto.



- ④ Tenere premuto il pulsante di sblocco destro per aprire il corrimano destro e successivamente il corrimano sinistro.

ATTENZIONE: Il corrimano destro deve essere aperto prima di quello sinistro.

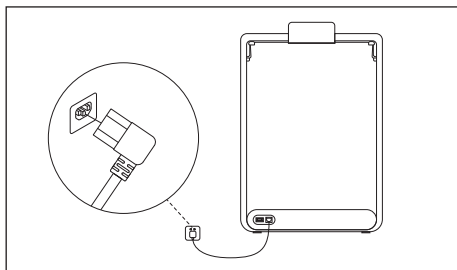
03 Come installare il portacellulare



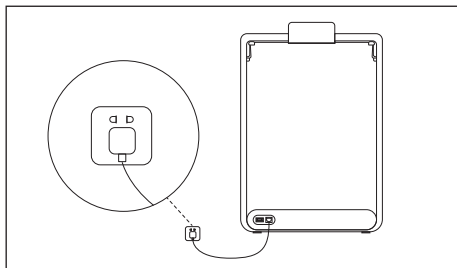
- ① Allineare il foro A con il bullone di montaggio e far scorrere il portacellulare nel foro B finché non si fissa in posizione.
ATTENZIONE: il portacellulare è stato progettato per una facile rimozione. Farlo scorrere nel foro A per staccarlo.

04 Come collegare il cavo di alimentazione

Il prodotto deve essere collegato a terra quando è in uso e il nostro apparecchio soddisfa i requisiti di messa a terra. In caso di malfunzionamento o danno, la messa a terra è in grado di fornire un percorso con la minima resistenza per la corrente elettrica, riducendo il rischio di scosse elettriche.



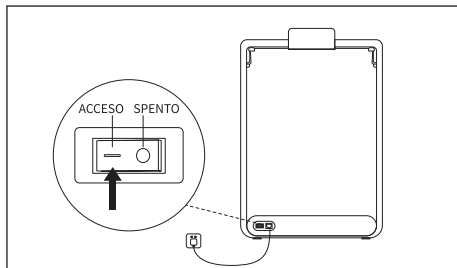
- ① Inserire l'estremità del cavo di alimentazione dell'apparecchio nell'apposita presa del prodotto.



- ② Inserire l'estremità del cavo di alimentazione nella presa di corrente.
ATTENZIONE:
 - Evitare di modificare la spina fornita insieme al prodotto. Se la spina non è adatta per la presa, contattare un elettricista qualificato affinché ne installi una corretta.
 - Se il cavo di alimentazione è danneggiato, deve essere sostituito con il cavo di alimentazione indicato dal produttore.

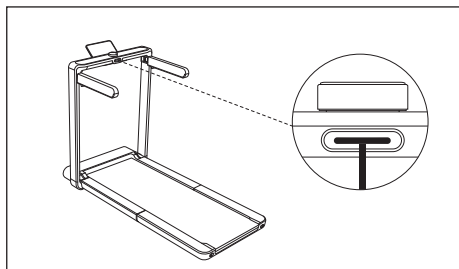
05 Come accendere l'apparecchio

Se l'apparecchio viene esposto a un ambiente freddo, lasciarlo tornare a temperatura ambiente prima di accendere l'interruttore di alimentazione. In caso contrario, i componenti dell'apparecchio potrebbero danneggiarsi.



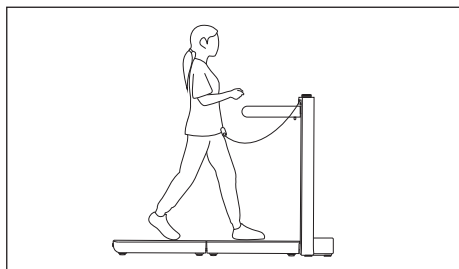
- ① Accendere l'interruttore di alimentazione finché non viene udito un segnale acustico e il pannello si illumina.
ATTENZIONE:
 - Spegner l'attrezzo solo dopo aver disattivato la funzione principale.
 - Consumo energetico da spento: 0,5 W.

06 Come utilizzare la chiave di sicurezza

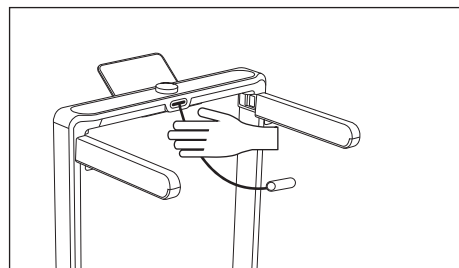


- ① Inserire la chiave di sicurezza nell'apposita fessura per avviare il tapis roulant.

ATTENZIONE: Per motivi di sicurezza, l'apparecchio non può essere avviato senza chiave di sicurezza.



- ② Agganciare il cordino della chiave di sicurezza ai vestiti all'altezza della vita.



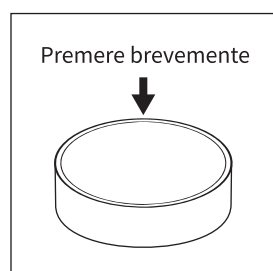
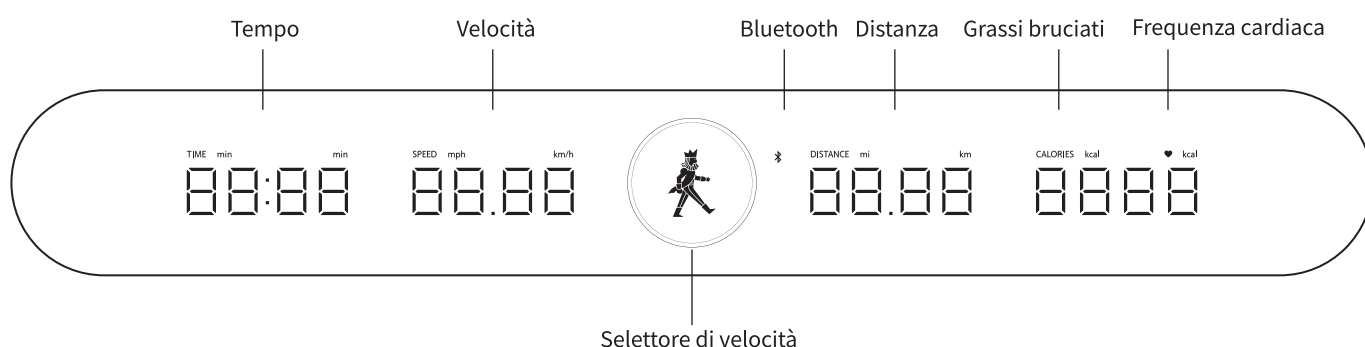
- ③ In caso di emergenza, rimuovere la chiave di sicurezza per arrestare l'apparecchio. Tenersi al corrimano e scendere dalle fasce antiscivolo laterali quando l'apparecchio si arresta completamente.

Avvertenza: Prestare attenzione quando si rimuove la chiave di sicurezza, in quanto l'apparecchio si arresta improvvisamente.

07 Come utilizzare il pannello del display

① Uso del selettore di velocità

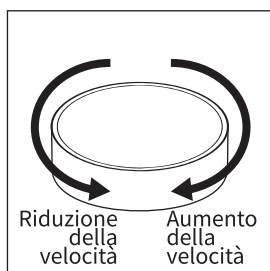
Accensione: portare l'interruttore dell'apparecchio in posizione di accensione. Il pannello del display mostra in sequenza la durata, la velocità, la distanza e la quantità di grassi bruciati.



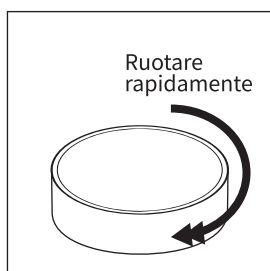
Corsa: salire sul nastro da corsa e premere il SELETTORE DI VELOCITÀ. Dopo un conto alla rovescia di 3 secondi, l'apparecchio inizia a muoversi a una velocità di 1 km/h (1 mph).

Attenzione:

- Per motivi di sicurezza, l'apparecchio entra in pausa automaticamente dopo 60 secondi di funzionamento se nessuno sale sul nastro da corsa dopo aver premuto il selettore di velocità. Questa funzionalità di sicurezza, chiamata "Arresto senza carico", è disattivata per impostazione predefinita, tuttavia può essere attivata attraverso l'app KS Fit ("Motion" > "Settings" > "No-load stop").
- Assicurarsi che la chiave di sicurezza sia inserita. In caso contrario, l'apparecchio non funzionerà.



Aumento/Diminuzione della velocità: ruotare il SELETTORE DI VELOCITÀ in senso orario per aumentare la velocità o in senso antiorario per ridurla mentre l'apparecchio è in funzione.



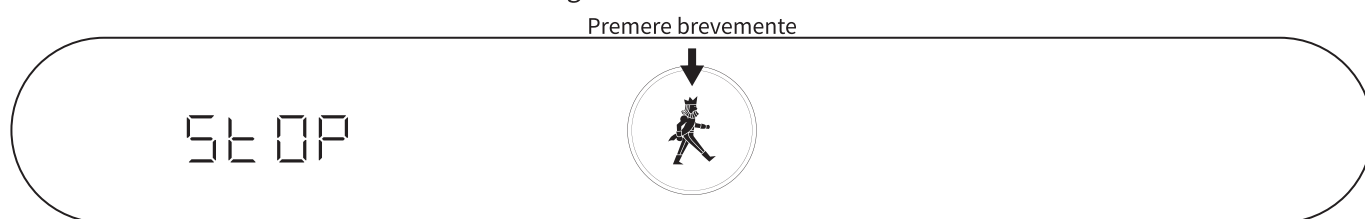
Tasti rapidi della velocità: Per una regolazione rapida della velocità, ruotare velocemente il SELETTORE DI VELOCITÀ in senso orario per aumentare la velocità (1/3/6/9/12/14 km/h), o in senso antiorario per ridurla (14/12/9/6/3/1 km/h).

Avvertenza: i principianti dovrebbero evitare di correre a 14 km/h per via dell'aumento del rischio di lesioni.

Attenzione: nel sistema imperiale, il cambio di velocità corrispondente è 1/3/6/8,5 mph.

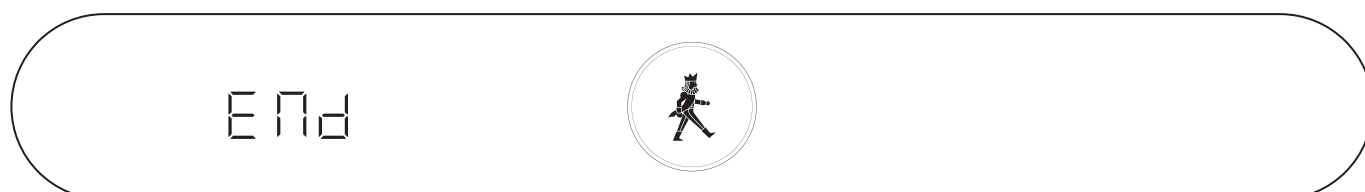
Messa in pausa dell'allenamento: Premere il SELETTORE DI VELOCITÀ, l'apparecchio rallenta e sul display viene visualizzato "Stop". All'arresto dell'apparecchio, i dati di allenamento lampeggiano.

Attenzione: per riprendere l'allenamento, premere di nuovo il SELETTORE DI VELOCITÀ e i dati dell'allenamento continueranno ad essere registrati.



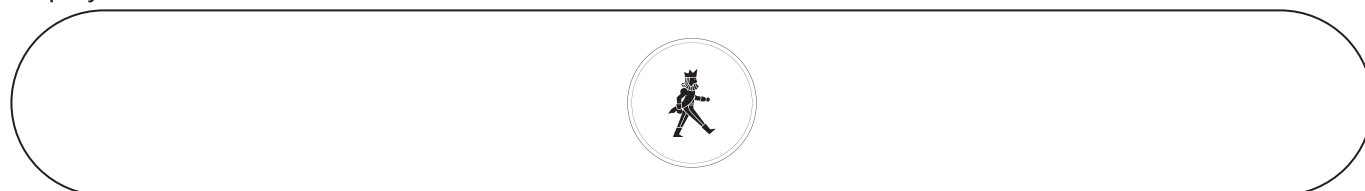
Fine allenamento: Premere il SELETTORE DI VELOCITÀ per 2 secondi, oppure lasciare l'apparecchio inattivo per 10 minuti dopo interrotto l'allenamento; in questo modo i dati verranno resettati (se l'app non è connessa).

Attenzione: Se l'app è connessa, i dati di allenamento verranno salvati.

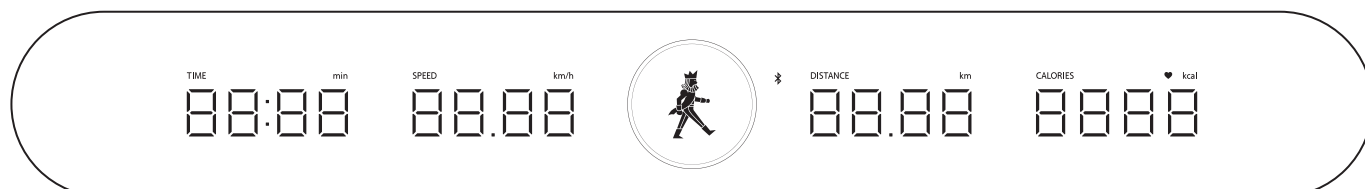


Attesa: premere il pulsante SELETTORE DI VELOCITÀ per 2 secondi, oppure lasciare l'apparecchio inattivo per 10 minuti dopo aver terminato l'allenamento; in questo modo il pannello del display si spegnerà.

Attenzione: per riattivare l'apparecchio dalla modalità Attesa, premere un pulsante qualsiasi del pannello del display.



Conversione dell'unità di misura: Il pannello del display permette di passare dalle unità metriche a quelle imperiali. Riavviare l'attrezzo, associarlo all'app KS Fit, toccare "ME" > "Settings" > "Unit Settings", scegliere "Metric" o "Imperial", quindi riavviare nuovamente l'apparecchio.



② Descrizione dello stato

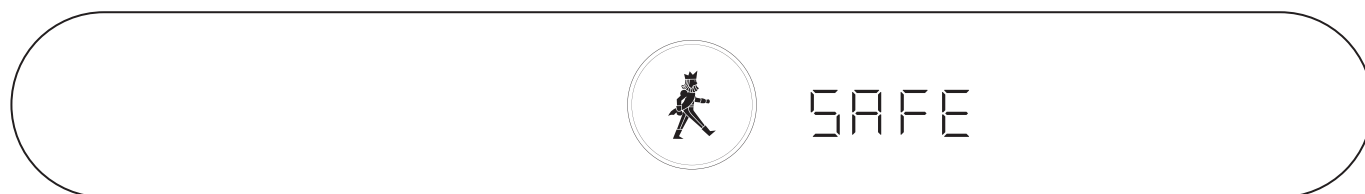
Connessione dell'app: la spia Bluetooth lampeggia quando l'apparecchio non è connesso all'app e resta accesa quando è connesso.



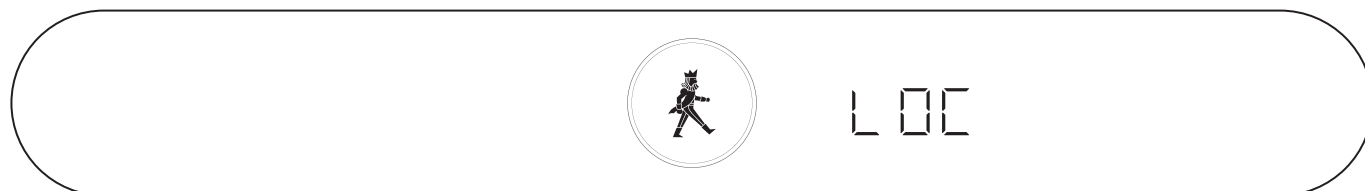
Frequenza cardiaca: Quando il tapis roulant e l'Apple Watch sono associati all'app KS Fit, l'indicatore della frequenza cardiaca e quello delle calorie si alternano sul display. In caso contrario, l'indicatore della frequenza cardiaca rimane spento.



Chiave di sicurezza: senza la chiave di sicurezza inserita, sul pannello del display viene visualizzato "SAFE". Inserire la chiave di sicurezza per cancellare il messaggio "SAFE".

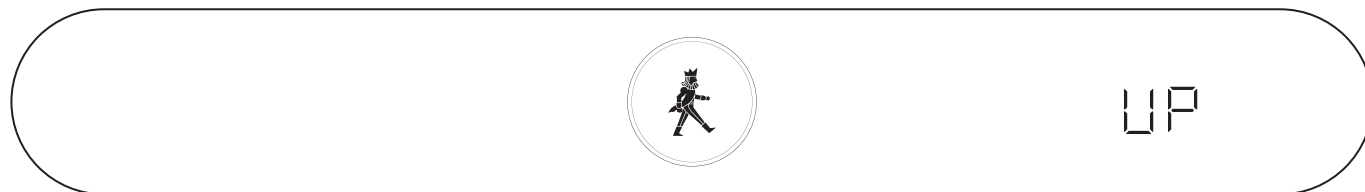


Blocco bambini: con il blocco bambini abilitato nell'app KS Fit, l'apparecchio non si avvia e il pannello visualizza "LOC". Disattivare il blocco bambini nell'app per cancellare il messaggio "LOC".



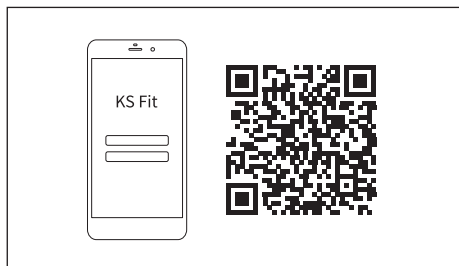
Aggiornamento: quando il firmware è in fase di aggiornamento, sul pannello del display lampeggia "UP" e l'apparecchio non può essere avviato. Attendere il completamento dell'aggiornamento fino a quando il messaggio non scompare.

Attenzione: non spegnere l'apparecchio quando è in fase di aggiornamento.



08 Come connettere l'app

Migliora l'esperienza di allenamento con l'app KS Fit. Il monitoraggio dei dati in tempo reale e la guida personalizzata aiutano a raggiungere più rapidamente i propri obiettivi di forma fisica.



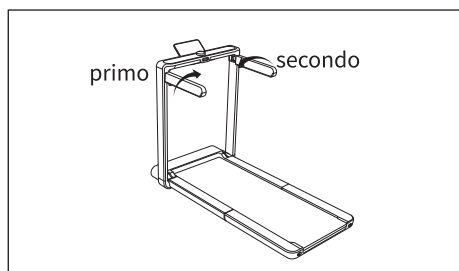
- ① Scansionare il codice QR, scaricare e installare l'app KS Fit per controllare i dati dell'allenamento.
- ② Avvicinare il telefono all'apparecchio.
- ③ Attivare il Bluetooth sul telefono (consentendogli di cercare i dispositivi vicini) e contemporaneamente accendere l'interruttore dell'apparecchio.
- ④ Aprire l'app KS Fit e aggiungere l'apparecchio.

Attenzione:

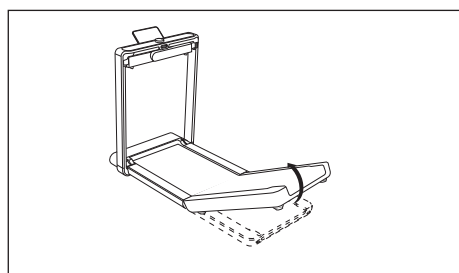
- L'apparecchio può essere aggiunto solamente attraverso l'app KS Fit. Se è già stato connesso tramite le impostazioni Bluetooth, rimuoverlo e aggiungerlo nuovamente tramite l'app.
- Se l'abbinamento non va a buon fine, spegnere l'apparecchio, attendere 10 secondi e ripetere i passaggi dal ② al ④.
- Per motivi di sicurezza, non collegare altri telefoni all'apparecchio quando è in uso.

09 Come chiudere il tapis roulant

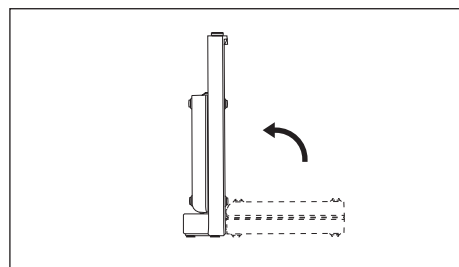
Per la propria sicurezza e per evitare di danneggiare l'apparecchio, spegnerlo sempre e scollegare entrambe le estremità del cavo di alimentazione prima di chiuderlo.



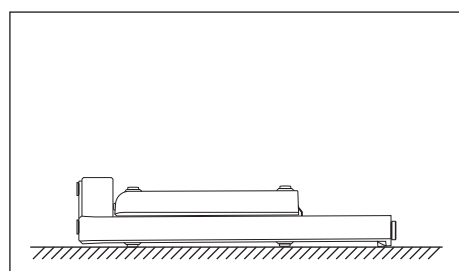
- ① Tenere premuto il pulsante di sblocco sinistro per chiudere il corrimano sinistro, Ripetere l'operazione per il corrimano destro.
Attenzione: il corrimano sinistro deve essere chiuso prima di quello destro.



- ② Sollevare la pedana da corsa posteriore fino a chiuderla completamente.



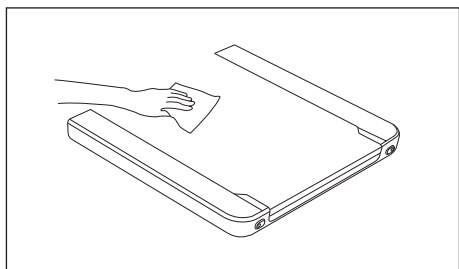
- ③ Chiudere la pedana da corsa tenendo la maniglia di sblocco e sollevandola fino a quando l'apparecchio non è completamente chiuso.



- ④ Spostare l'apparecchio nel luogo desiderato e riporlo in piano.
Avvertenza: Non mettere in funzione l'apparecchio quando è chiuso.
Attenzione: Riporre il cavo di alimentazione in modo appropriato per il successivo utilizzo.

3. Cura e manutenzione

Per ottenere prestazioni e durata ottimali, effettuare una manutenzione regolare dell'apparecchio in base ai seguenti aspetti. Se si notano segni di danneggiamento o usura, interrompere immediatamente l'uso dell'apparecchio e contattare l'assistenza clienti o un tecnico qualificato per le riparazioni.

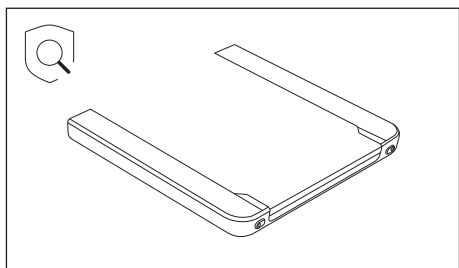


① Pulire l'apparecchio

- Spegnerlo l'apparecchio e scollegare il cavo di alimentazione.
- Aggiungere una piccola quantità di detergente delicato a un panno in cotone al 100% e pulire il pannello del display, il nastro da corsa, il corrimano, ecc.

Attenzione:

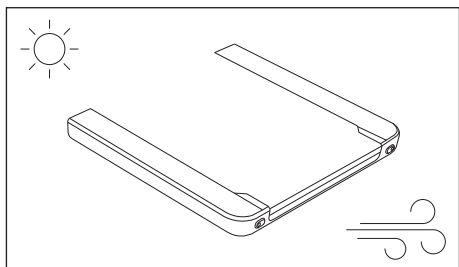
- Non spruzzare il detergente direttamente sul pannello del display o sul nastro da corsa.
- Non utilizzare detergenti acidi o corrosivi.
- Non strofinare sotto il nastro da corsa.
- Dopo un certo periodo di utilizzo, sulla superficie posteriore possono presentarsi polvere e macchie. Si tratta di un fenomeno normale ed è sufficiente passare un panno per rimuovere tutto.



② Controllare l'apparecchio

- Controllare il cavo di alimentazione. Nel caso in cui vengano notati segni di danni o usura, interrompere l'utilizzo e sostituire il cavo di alimentazione immediatamente.
- Controllare il nastro da corsa. Se quest'ultimo non è centrato, è troppo teso o allentato, regolare il nastro da corsa (→P52).

Attenzione: Se fosse necessaria la sostituzione, utilizzare i componenti indicati dal produttore.



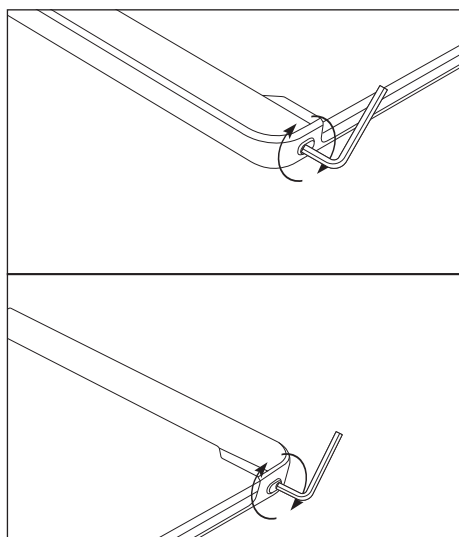
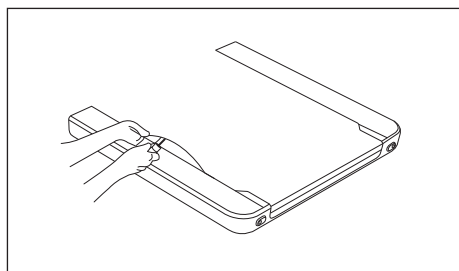
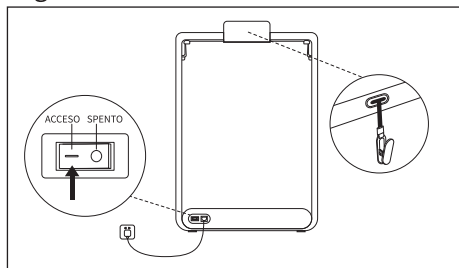
③ Mantenerlo al fresco e asciutto

- Conservare l'apparecchio in un luogo fresco e asciutto.
- Lasciar raffreddare l'apparecchio per 20 minuti ogni due ore di utilizzo.

Attenzione: non utilizzare l'apparecchio in modo continuato per più di 2 ore.

4. Risoluzione dei problemi

La maggior parte dei malfunzionamenti può essere risolta con i seguenti passaggi. Se si riscontrano problemi durante l'uso, interrompere immediatamente l'utilizzo dell'apparecchio e cercare di risolverli come indicato di seguito.



- ① Problema: impossibile effettuare l'accensione/lo spegnimento durante l'uso.
 - Assicurarsi che entrambe le estremità del cavo di alimentazione siano collegate.
 - Assicurarsi che l'interruttore di alimentazione si trovi in posizione di accensione.
- ② Problema: il nastro da corsa si muove in modo irregolare ed emette rumori
 - Spegner l'apparecchio e scollegare entrambe le estremità del cavo di alimentazione.
 - Sollevare delicatamente la pedana da corsa posteriore, sollevare il nastro da corsa e applicare dell'olio al silicone disponendolo a "Z" al centro della pedana da corsa.
 - Accendere l'apparecchio e riprovare.

Attenzione:

 - Non è necessario applicare l'olio al silicone sull'intera pedana da corsa, in quanto si distribuisce in modo naturale durante l'uso.
 - Per ogni lubrificazione sono necessari 5-10 ml di olio al silicone. L'utilizzo eccessivo di olio può causare lo slittamento.
- ③ Problema: il nastro da corsa devia o slitta

Nota: sul lato destro e sinistro della scocca in plastica, nella parte anteriore del nastro da corsa, sono presenti due spazi vuoti. Il nastro da corsa deve essere mantenuto in posizione centrale. Quando il nastro da corsa è spostato a sinistra o a destra rispetto al segno bianco sul bordo, è necessario arrestare il movimento e regolare il nastro da corsa in posizione centrale.

 - Se il nastro da corsa è decentrato:
Sollevare delicatamente la pedana da corsa posteriore e regolare il nastro da corsa manualmente (→P45).
 - Se il nastro da corsa continua a deviare, regolarlo con la chiave a brugola fornita in dotazione, procedendo nel modo seguente:
 - a. Il nastro da corsa tende a sinistra: ruotare la vite del foro di regolazione sinistro in senso orario di 1/4 di giro.
 - b. Il nastro da corsa tende a destra: ruotare la vite del foro di regolazione destro in senso orario di 1/4 di giro.
 - c. Il nastro da corsa slitta: ruotare contemporaneamente la vite di regolazione del foro destro e sinistro in senso orario di 1/2 giro.Dopo ogni regolazione, effettuare una verifica facendo funzionare l'apparecchio a una velocità di 1,95-2,5 mph (3-4 km/h) per 1-2 minuti. Ripetere le regolazioni se necessario.

Attenzione: se il nastro da corsa è troppo teso o troppo allentato, le prestazioni dell'apparecchio risulteranno compromesse e il nastro da corsa verrà danneggiato.

④ Descrizione del codice di errore

In caso di malfunzionamento, il pannello del display visualizza un codice di errore, come indicato di seguito. Spegner e riavviare l'apparecchio per verificare se il codice di errore scompare. Se il problema persiste, contattare il servizio clienti per ottenere assistenza. Assicurarsi di avere a portata di mano il modello del prodotto e il numero seriale, che possono essere trovati sulla targhetta dati (si veda la copertura).

E01 Sovracorrente software

E02 Sovracorrente hardware

E03 Surriscaldamento modulo IPM

E04 Protezione contro la sottotensione

E05 Protezione contro la sovratensione

E06 Protezione contro la perdita di fase del motore

E07 Protezione contro il blocco del rotore del motore

E09 Mancato avvio del motore

E12 Protezione contro la sovracorrente del motore

E13 Protezione dal sovraccarico

E14 Segnale Hall mancante

E15 Errore di comunicazione

E16 Errore di collegamento modulo

5. Guida pratica

Intensità di allenamento

Sia che l'obiettivo sia quello di bruciare i grassi o di migliorare le capacità cardiovascolari, allenarsi con la giusta intensità è la chiave per ottenere risultati. Per trovare il giusto livello di intensità è possibile sfruttare la frequenza cardiaca come riferimento. La tabella mostra, solamente a scopo di riferimento, le fasce di frequenza cardiaca consigliate per bruciare i grassi e per il benessere cardiovascolare.

165	155	145	140	130	125	115	♥♥
145	138	130	125	118	110	103	♥
125	120	115	110	105	95	90	♥
20	30	40	50	60	70	80	Età

Per trovare il giusto livello di intensità, individuare la propria età in fondo alla tabella (arrotondandola alla decina più vicina). La cifra più bassa corrisponde alla frequenza cardiaca brucia-grassi, quella intermedia alla frequenza cardiaca massima brucia-grassi e quella più alta alla frequenza cardiaca per migliorare la forma cardiovascolare (si consiglia di indossare un monitor della frequenza cardiaca durante l'allenamento per garantirne l'efficienza, il quale dovrà essere acquistato separatamente).

Bruciare i grassi: per utilizzare efficacemente i grassi come fonte di energia, è necessario svolgere attività fisica a bassa intensità per un periodo di tempo prolungato. Durante i primi minuti di allenamento, il corpo sfrutta il glicogeno come energia. Solo dopo i primi minuti di esercizio il corpo inizia a utilizzare i grassi accumulati come energia. Se il proprio obiettivo è quello di bruciare i grassi, regolare l'intensità dell'allenamento finché la frequenza cardiaca non si avvicina al valore più basso della propria fascia di allenamento.

Guida all'attività sportiva

Riscaldamento: si consiglia di riscaldarsi per 5-10 minuti prima di fare attività fisica, mobilizzando completamente le articolazioni e facendo stretching prima di dedicarsi all'attività fisica a bassa intensità.

Allenamento: si consiglia di allenarsi per 20-30 minuti, mantenendo l'intensità dell'attività fisica all'interno dell'intervallo previsto (durante le prime settimane di allenamento, il tempo dell'esercizio deve essere mantenuto entro i 20 minuti) mentre la respirazione deve essere mantenuta regolare.

Defaticamento: si consiglia di fare stretching per 5-10 minuti dopo l'attività fisica, per migliorare la flessibilità articolare e l'estensibilità muscolare e prevenire gli infortuni dovuti all'attività fisica.

Frequenza di allenamento

Per mantenere o migliorare la propria condizione fisica, completare tre sessioni di allenamento a settimana con almeno un giorno di riposo tra una sessione e l'altra. Dopo alcuni mesi di allenamento regolare, se necessario, è possibile completare fino a cinque sessioni alla settimana. Tenere a mente che la chiave per il successo è fare dell'attività fisica una parte ricorrente e piacevole della propria vita quotidiana.

6. Marchio registrato e dichiarazione legale

Vari brevetti relativi alla serie di tapis roulant WalkingPad Kingsmith sono sviluppati e protetti da copyright da Beijing Kingsmith Technology Co., Ltd. ("Kingsmith" in breve). Senza l'autorizzazione scritta di Kingsmith, qualsiasi organizzazione o individuo non può copiare o distribuire tutto o parte del presente Manuale d'uso e non può utilizzare i brevetti in esso contenuti. Il presente Manuale d'uso include, per quanto possibile, le introduzioni alle funzioni e le istruzioni operative più recenti al momento della stampa.

Tuttavia, potrebbero esserci delle discrepanze tra il tapis roulant acquistato e quello descritto nel presente documento, a causa della continua ottimizzazione delle funzioni e del design. Pertanto, in caso di differenze di colore e di aspetto, farà fede il tapis roulant reale.

7. Informazioni relative alla conformità normativa

Informazioni sullo smaltimento e il riciclaggio dei RAEE



Tutti i prodotti che recano questo simbolo rappresentano rifiuti di apparecchiature elettriche ed elettroniche (RAEE, come da direttiva 2012/19/UE) che non devono essere mischiati con i rifiuti domestici non differenziati. A tutela della salute delle persone e dell'ambiente, è opportuno consegnare i rifiuti delle apparecchiature presso un centro di raccolta designato per il riciclaggio dei rifiuti di apparecchiature elettriche ed elettroniche, indicato dal governo o dalle autorità locali. Il corretto smaltimento e riciclaggio contribuisce a prevenire potenziali conseguenze negative per l'ambiente e la salute delle persone. Per ulteriori informazioni sull'ubicazione e sui termini e le condizioni di tali centri di raccolta, rivolgersi all'installatore o alle autorità locali.

Dichiarazione di conformità UE



Con la presente, Beijing Kingsmith Technology Co., Ltd. dichiara che il tipo di apparecchiatura radio [WP460B4] è conforme alla Direttiva 2014/53/UE. Il testo integrale della dichiarazione di conformità UE è disponibile al seguente indirizzo internet:
<https://de.walkingpad.com/pages/weitere-informationen>

Dichiarazione di conformità UKCA



Con la presente, Beijing Kingsmith Technology Co., Ltd. dichiara che il tipo di apparecchiatura radio [WP460B4] è conforme alle Normative sulle apparecchiature radio 2017. Il testo integrale della dichiarazione di conformità UKCA è disponibile al seguente indirizzo internet:
<https://uk.walkingpad.com/pages/other-information>

Dichiarazioni di conformità UKCA PSTI

Con la presente, Beijing Kingsmith Technology Co., Ltd. dichiara che il tipo di apparecchiatura radio [WP460B4] è conforme al Regolamento 2023 sulla sicurezza dei prodotti e delle infrastrutture di telecomunicazione (requisiti di sicurezza per i prodotti collegabili rilevanti). Il testo integrale della dichiarazione di conformità PSTI è disponibile al seguente indirizzo internet:
<https://uk.walkingpad.com/pages/other-information>

Precauciones de seguridad

Gracias por elegir la cinta de correr KINGSMITH WalkingPad (en adelante, "el equipo", "el producto", etc.). Para asegurar una comprensión completa y utilizar este producto correctamente, lea atentamente las siguientes instrucciones antes de usarlo.

El equipo está destinado para uso residencial.

PELIGRO - PARA REDUCIR EL RIESGO DE DESCARGA ELÉCTRICA:

Desenchufe siempre el aparato de la toma de corriente inmediatamente después de usarlo y antes de limpiarlo.

ADVERTENCIA - Este aparato puede ser utilizado por niños a partir de 8 años y por personas con capacidades físicas, sensoriales o mentales reducidas o con falta de experiencia y conocimiento si han recibido supervisión o instrucciones sobre utilizar el aparato de forma segura y comprender los peligros que implica. Los niños no deben jugar con el aparato. Los niños no deben realizar la limpieza ni el mantenimiento sin supervisión. Este aparato no está diseñado para que lo utilicen personas (incluidos niños) con capacidades físicas, sensoriales o mentales reducidas, o con falta de experiencia y conocimiento, a menos que hayan recibido supervisión o instrucciones sobre el uso del aparato por parte de una persona responsable de su seguridad. Asegúrese de que los niños no jueguen con el aparato.

ADVERTENCIA - Almacenar el aparato en posición plana. Mantenga a los niños pequeños alejados de esta máquina en todo momento.

El contacto con la superficie en movimiento puede provocar graves quemaduras por fricción.

ADVERTENCIA - PARA REDUCIR EL RIESGO DE QUEMADURAS, INCENDIO, DESCARGA ELÉCTRICA O LESIONES A PERSONAS:

- 1) Nunca se debe dejar el aparato desatendido cuando está enchufado. Desenchúfelo de la toma de corriente cuando no esté en uso y antes de poner o quitar piezas.
- 2) No lo utilice debajo o cerca de una manta o almohada. Puede calentarse excesivamente y provocar fuego, descargas eléctricas o lesiones personales.
- 3) El aparato solo debe ser utilizado por personas adultas sanas y físicamente aptas. Es necesaria una estrecha supervisión cuando este aparato esté siendo utilizado por niños, inválidos o personas discapacitadas o se utilice cerca de ellos.
- 4) El aparato está destinado únicamente para uso residencial y privado. No lo utilice en entornos comerciales o comerciales ligeros, ni en exteriores ni con fines de tratamiento médico.
- 5) Nunca use este aparato si tiene un cable o enchufe dañado, si no funciona correctamente, si se ha caído o dañado o si se ha caído al agua. Póngase en contacto con el servicio de atención al cliente para su examen y reparación. No utilice accesorios no recomendados por el fabricante.
- 6) No transporte este aparato por el cable de alimentación ni utilice el cable como mango.
- 7) Mantenga el cable alejado de fuentes calientes.
- 8) Nunca deje caer ni introduzca ningún objeto en ninguna abertura.
- 9) Conecte este aparato únicamente a una toma de corriente debidamente conectada a tierra.
- 10) No lo use donde se estén usando productos en aerosol (spray) o donde se esté administrando oxígeno.
- 11) Para desconectar, gire todos los controles a la posición de apagado y, a continuación, retire el enchufe de la toma de corriente.
- 12) Si no se siente bien, deje de hacer ejercicio inmediatamente y consulte a un médico para evitar daños a su salud.
- 13) Asegúrese de que haya una distancia de al menos 2000 × 1000 mm detrás del equipo y una distancia de al menos 600 mm a ambos lados.
- 14) Utilice ropa deportiva adecuada cuando use el equipo y haga ejercicio adecuándose a su forma física. No haga ejercicio descalzo ni únicamente con calcetines.
- 15) No vista prendas sueltas o que cuelguen mientras esté utilizando el producto.
- 16) No se ponga de pie ni pise en la parte frontal del aparato.
- 17) No utilice este equipo con mascotas ni cerca de ellas.
- 18) No camine hacia atrás sobre el equipo para garantizar la estabilidad.
- 19) Las personas mayores, niños y mujeres embarazadas deben utilizar este dispositivo con precaución. Consulte a un médico y obtenga orientación pertinente antes de utilizar este aparato.

-
- 20) No pliegue el aparato cuando esté encendido. De lo contrario, podría afectar la vida útil del producto y generar otros riesgos de seguridad. No ponga en marcha el aparato cuando esté plegado.
 - 21) Guarde el aparato según las instrucciones del manual para mayor seguridad.
 - 22) No suba ni baje de este equipo cuando esté en funcionamiento para evitar accidentes.
 - 23) No exceda el peso máximo especificado del usuario.
 - 24) No exponga este equipo a la luz solar directa. Manténgalo en un lugar fresco y seco.
 - 25) No utilice el equipo en un ambiente húmedo o bajo la lluvia, ya que no es resistente al agua.
 - 26) No exceda el tiempo de uso recomendado. Deje que el equipo se enfríe durante 20 minutos antes de reiniciarlo.
 - 27) Para un rendimiento y estabilidad óptimas utilice el aparato sobre una superficie sólida nivelada y asegúrese de que no hay obstáculos bajo él.
 - 28) El valor del nivel de presión acústica de emisión ponderado A en el oído del entrenador es de unos 60 dB(A). La emisión de ruido bajo carga es mayor que sin carga.
 - 29) Un entrenamiento incorrecto o excesivo puede resultar perjudicial para la salud.
 - 30) ¡ADVERTENCIA! Los sistemas de control de frecuencia cardíaca pueden ser inexactos. El ejercicio excesivo puede provocar lesiones graves o la muerte. Si siente que se va a desmayar, deje de hacer ejercicio inmediatamente.
 - 31) En caso de emergencia, retire la llave de seguridad para detener el equipo. Sujétese a los mangos y pise las tiras laterales antideslizantes hasta que el equipo se detenga por completo.
 - 32) Nuestra empresa no es responsable de lesiones personales ni de pérdidas materiales causadas por el uso inadecuado de este producto. Nos reservamos el derecho de actualizar, revisar o cancelar el manual de usuario y las instrucciones relacionadas sin previo aviso.

ADVERTENCIA:

El nivel de seguridad del aparato solo se puede mantener si se examina periódicamente para detectar daños y desgaste, por ejemplo, correas y puntos de conexión.

Sustituya los componentes defectuosos inmediatamente y/o mantenga el equipo fuera de uso hasta su reparación.

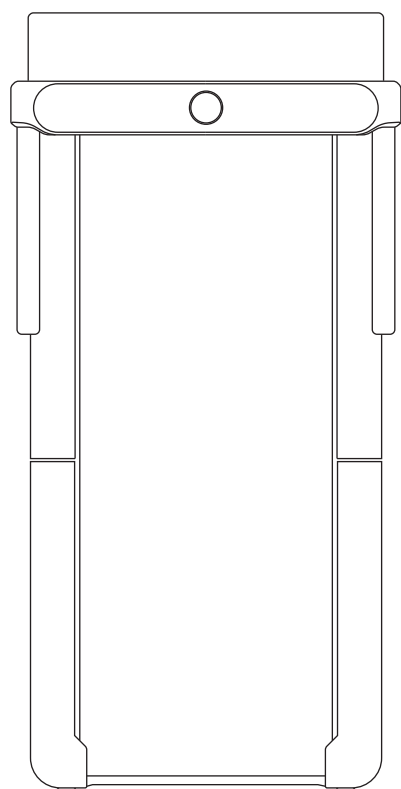
Preste especial atención a los componentes más susceptibles al desgaste, como la correa.

Contenido

1. Información básica sobre el producto	57
2. Operación y ajuste	59
3. Cuidado y mantenimiento	65
4. Solución de problemas	6
5. Consejos para hacer ejercicio	67
6. Marca registrada y declaración legal	67
7. Información de cumplimiento normativo	68

1. Información básica sobre el producto

Desembale el producto y compruebe el contenido del interior. Si hay algún daño o faltan piezas, contacte con el vendedor.



Cinta de correr

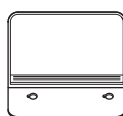
01 Especificaciones técnicas

Nombre del producto	Cinta de correr motorizada	Tamaño de la cinta	1210 × 460 mm 47,6 × 18,1 pulgadas
Modelo	WP460B4	Tamaño desplegado	1419 × 711 × 1017 mm 55,8 × 27,9 × 40 pulgadas
Rango de velocidad	1-14 km/h / 1-8,5 mph	Tamaño plegado	225 × 711 × 1017 mm 8,6 × 27,9 × 40 pulgadas
Peso máximo del usuario	110 kg / 242 lb	Clase	HC
Peso neto	43,2 kg / 95,2 lb	Rango de edad	desde 14 años
Tensión nominal	220-240 V~		
Frecuencia nominal	50/60 Hz		
Potencia nominal	918 W		

02 Lista del contenido



Cable de alimentación



Soporte del teléfono



Llave de seguridad



Llave Allen



Aceite de silicona

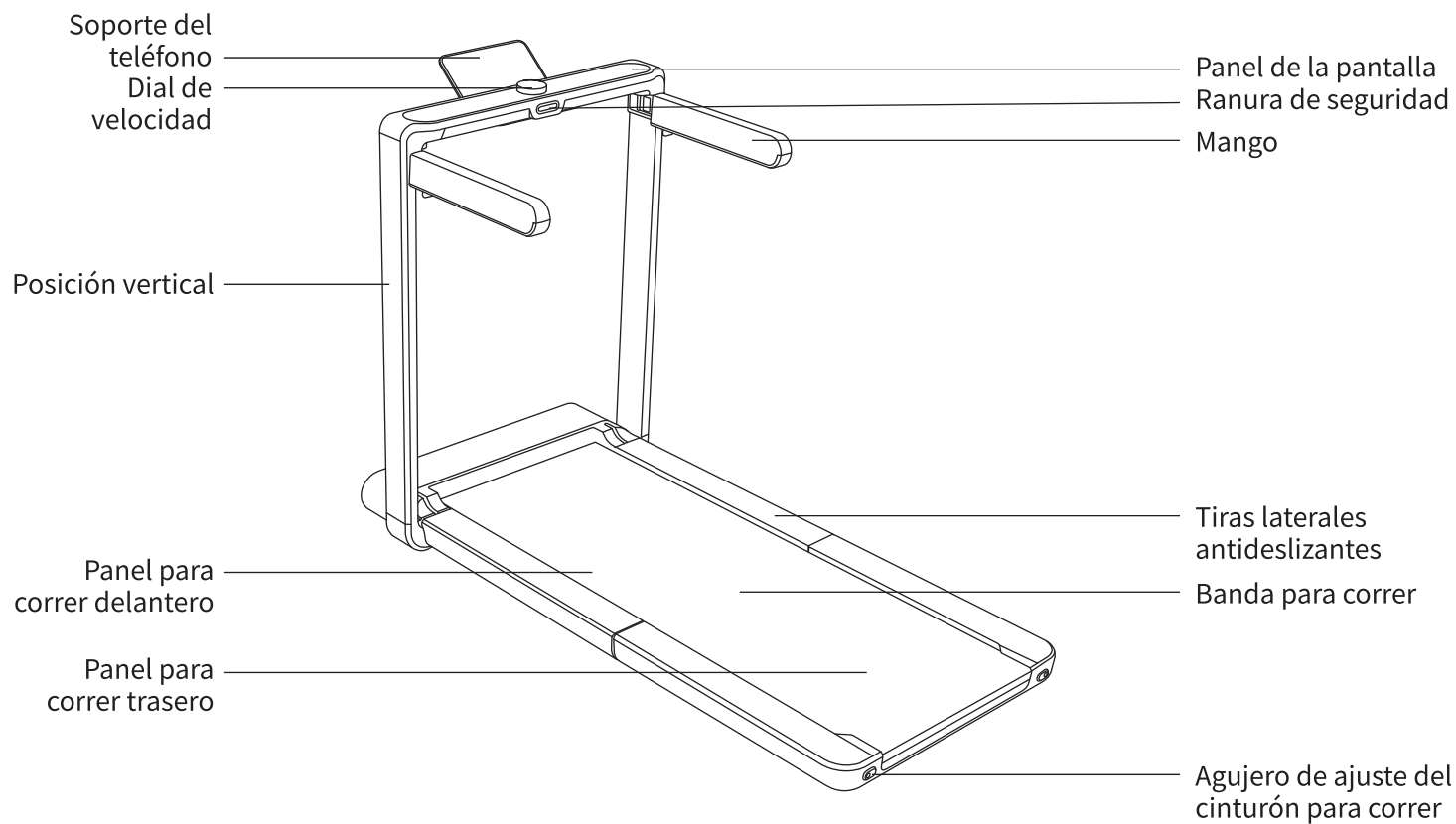


Manual de usuario

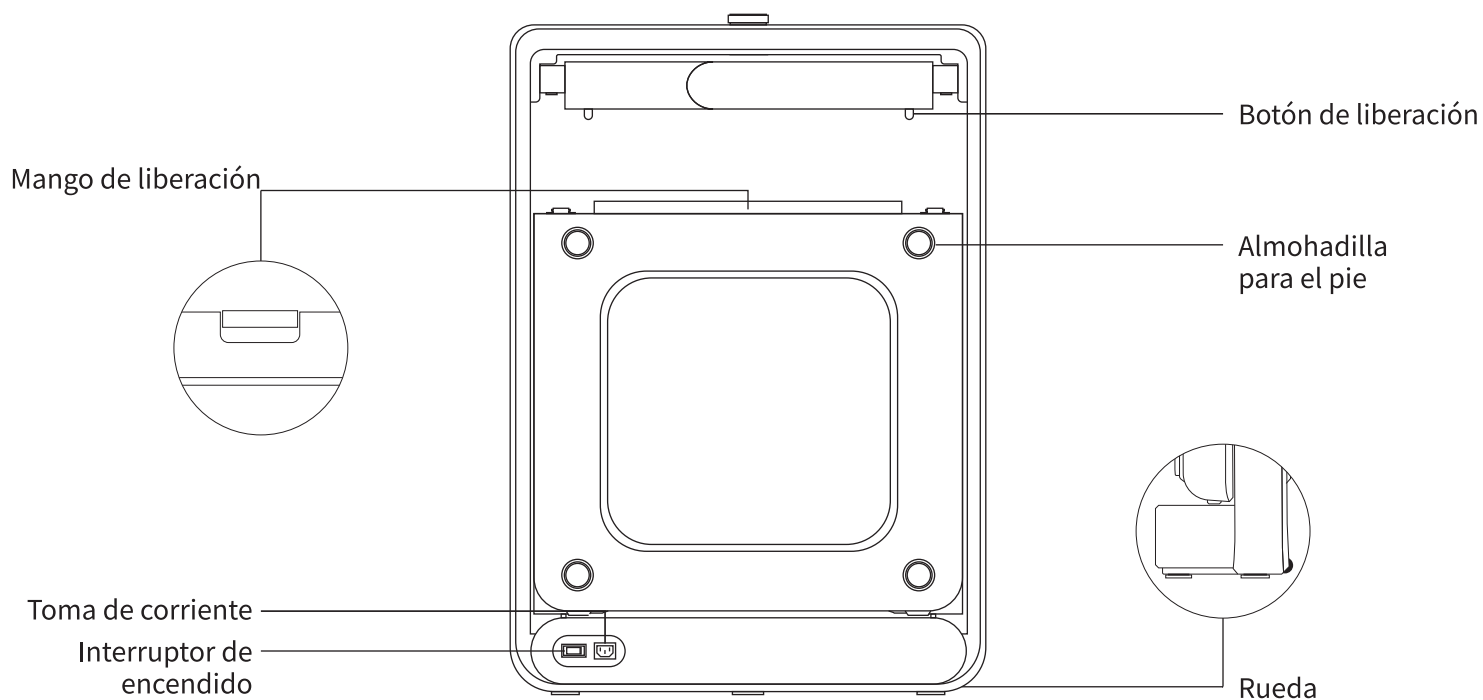
Energía de radiofrecuencia y radiotransmisión

Especificación de RF	Frecuencia de trabajo	Potencia de salida máxima
Bluetooth	2400-2483,5 MHz	<10 dBm (PIRE)

03 Nombre de las piezas



Estado desplegado

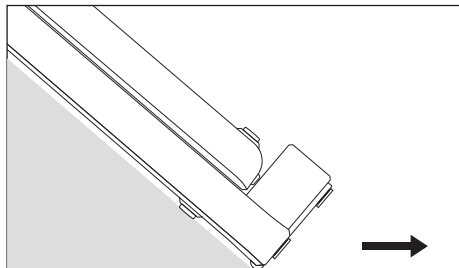


Estado plegado

2. Operación y ajuste

01 Cómo mover la cinta de correr

Antes de moverlo, asegúrese de que el equipo esté apagado, el cable de alimentación esté desenchufado y guardado de forma segura, los mangos y el panel para correr estén completamente plegados.



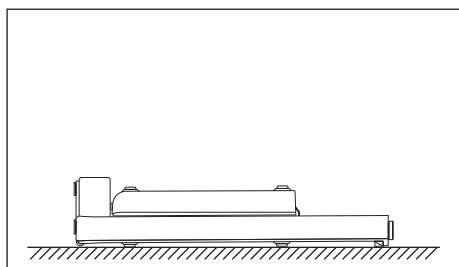
- ① Levante el equipo del área debajo del panel de la pantalla y muévalo a la ubicación deseada.

PRECAUCIÓN:

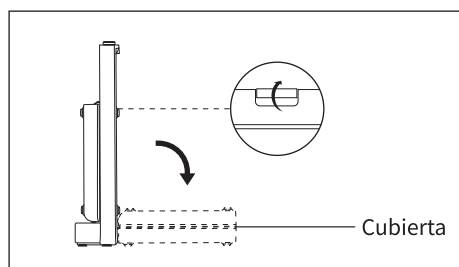
- Evite tocar la banda para correr para evitar daños o lesiones.
- Evite mover el equipo sobre suelos irregulares para garantizar la estabilidad.
- Mantenga un ángulo adecuado entre el equipo y el suelo para evitar la fricción cuando se mueva.

02 Cómo desplegar la cinta de correr

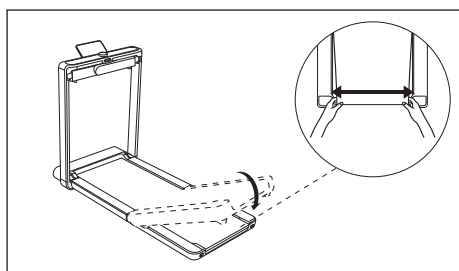
Antes de desplegar el equipo, asegúrese de que el área libre detrás del aparato sea de al menos 2000 × 1000 mm (78,7 × 39,4 pulgadas) y el área libre a cada lado sea de al menos 600 mm (23,62 pulgadas).



- ① Coloque el equipo sobre una superficie estable y nivelada.
PRECAUCIÓN: Evite alfombras o tapetes gruesos y suaves.



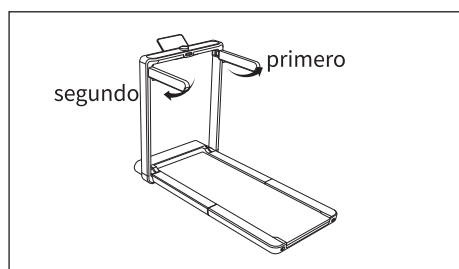
- ② Despliegue la cubierta sosteniendo el mango de liberación, empujándolo hacia delante y levantándolo hacia usted.
PRECAUCIÓN: Evite alfombras o tapetes gruesos y suaves.



- ③ Despliegue el panel para correr trasero. Centre la banda para correr ajustando manualmente sus extremos delantero y trasero. Pulse hacia abajo el panel para correr trasero para que quede completamente plano. Si no está nivelado con el suelo, gire la almohadilla para los pies para ajustarla.

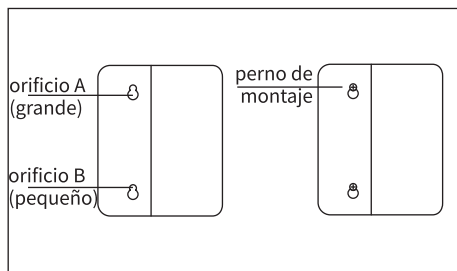
PRECAUCIÓN:

- El panel para correr trasero se puede presionar con fuerza con la mano sin dañar el equipo.
- Es posible que escuche un fuerte sonido parecido a una succión al desplegar el panel para correr y sienta un ligero espacio al pisar la banda para correr rodante. Estos son normales y desaparecerán con el uso continuo.



- ④ Mantenga pulsado el botón de liberación derecho para desplegar los mangos derechos, seguidos de los mangos izquierdos.
PRECAUCIÓN: Los mandos derechos deben desplegarse antes de desplegar los mangos izquierdos.

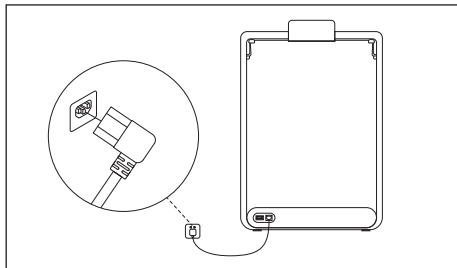
03 Cómo instalar el soporte del teléfono



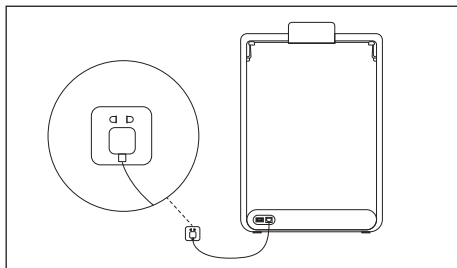
- ① Alinee el orificio A con el perno de montaje y deslice el soporte del teléfono en el orificio B hasta que encaje en su lugar.
PRECAUCIÓN: El soporte del teléfono está diseñado para quitarlo fácilmente. Deslícelo en el orificio A para separarlo.

04 Cómo enchufar el cable de alimentación

Este producto debe estar conectado a tierra cuando esté en uso y nuestro equipo cumple con el requisito de conexión a tierra. Si hay un mal funcionamiento o daño, la conexión a tierra puede proporcionar un camino con la menor resistencia para la corriente eléctrica, reduciendo el riesgo de descarga eléctrica.



- ① Introduzca el extremo del cable de alimentación del aparato en la toma de corriente del equipo.



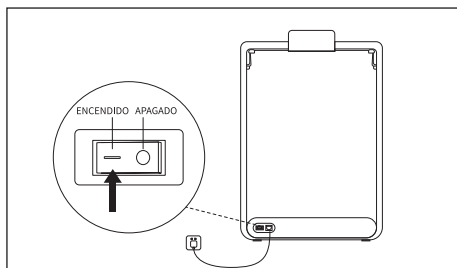
- ② Introduzca el extremo del cable de alimentación que va a la toma de corriente de pared en la toma de corriente.

PRECAUCIÓN:

- No modifique el enchufe suministrado con el producto. Si el enchufe no es adecuado para la toma de corriente, haga que un electricista calificado instale una toma de corriente apropiada.
- Si el cable de alimentación está dañado, sustitúyalo por el cable de alimentación designado por el fabricante.

05 Cómo se enciende

Si el equipo está expuesto a un ambiente frío, deje que vuelva a la temperatura ambiente antes de encenderlo. De lo contrario, los componentes del equipo podrían dañarse.

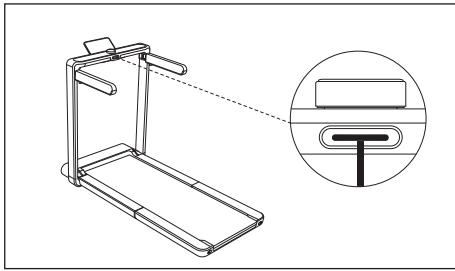


- ① Active el interruptor de encendido hasta que escuche un pitido y vea que el panel se ilumina.

PRECAUCIÓN:

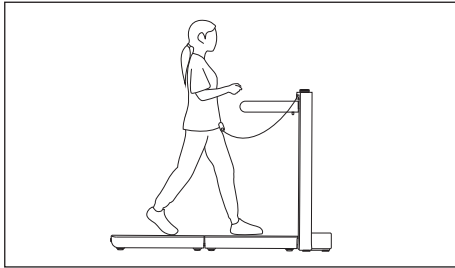
- Solo modo apagado cuando el aparato tiene la función principal desactivada.
- Consumo de energía en modo apagado: 0,5 W.

06 Cómo utilizar la llave de seguridad

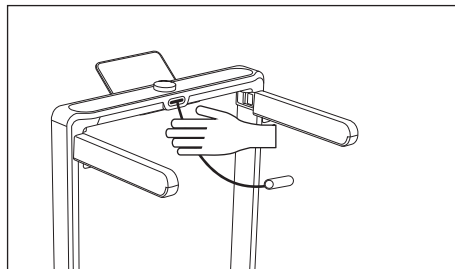


- ① Introduzca la llave de seguridad en la ranura de seguridad para poner en marcha la cinta de correr.

PRECAUCIÓN: Por motivos de seguridad, el equipo no puede arrancar sin la llave de seguridad.



- ② Fije el cordón de la llave de seguridad a su ropa a la altura de la cintura.



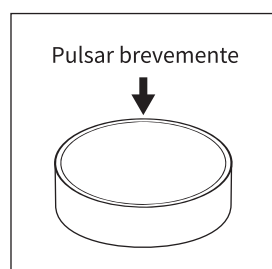
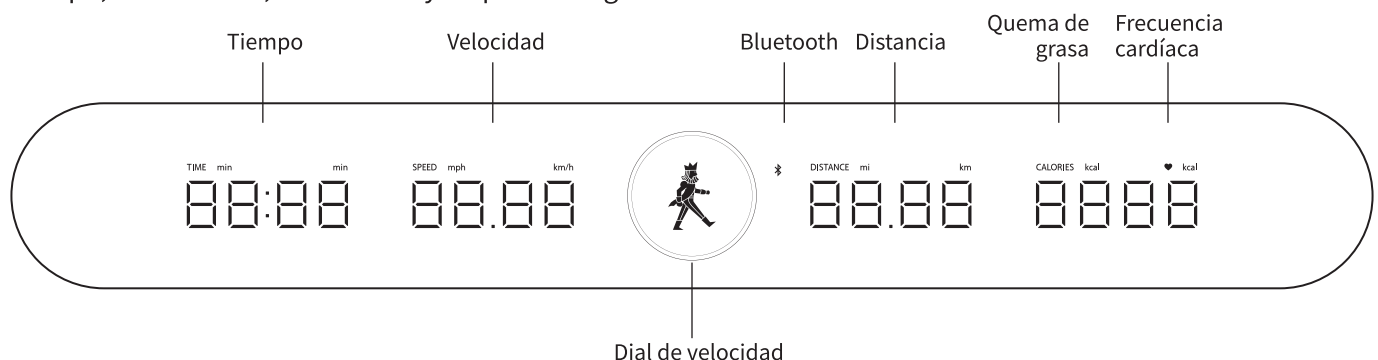
- ③ En caso de emergencia, retire la llave de seguridad para detener el equipo. Sujétese a la barandilla y pise las tiras laterales antideslizantes hasta que el equipo se detenga por completo.

Advertencia: Tenga cuidado al retirar la llave de seguridad, ya que el equipo se detendrá repentinamente.

07 Cómo utilizar el panel de la pantalla

① Uso del dial de velocidad

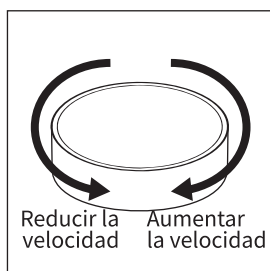
Encender: Active el interruptor de encendido del equipo. El panel de la pantalla mostrará secuencialmente el tiempo, la velocidad, la distancia y la quema de grasa.



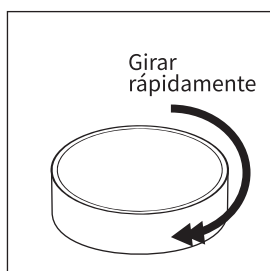
Correr: Póngase de pie sobre la banda para correr y pulse el DIAL DE VELOCIDAD. Después de una cuenta regresiva de 3 segundos, el equipo comenzará a moverse a 1 km/h (1 mph).

Precaución:

- Por razones de seguridad, el equipo se detendrá automáticamente después de funcionar durante 60 segundos si nadie pisa la banda para correr después de pulsar el dial de velocidad. Esta característica de seguridad, llamada "Parada sin carga", está deshabilitada de forma predeterminada, pero se puede habilitar a través de la aplicación KS Fit ("Motion" > "Settings" > "No-load stop").
- Asegúrese de que la llave de seguridad esté insertada. De lo contrario, el equipo no se moverá.



Aumentar/reducir velocidad: Gire el DIAL DE VELOCIDAD hacia la derecha para aumentar la velocidad o hacia la izquierda para reducirla mientras el equipo está en funcionamiento.



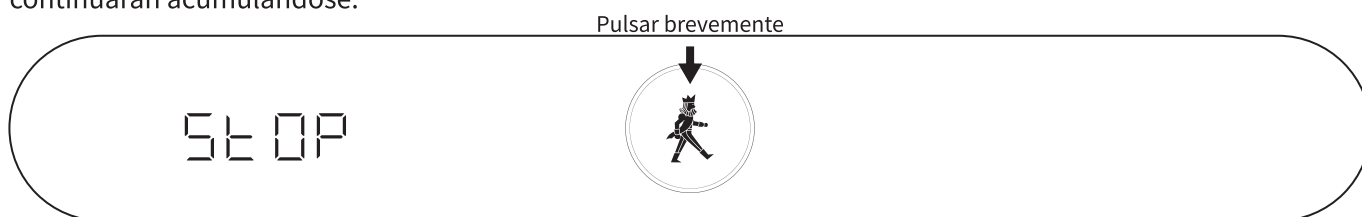
Teclas de velocidad de acceso rápido: Para ajustes rápidos de velocidad, gire el DIAL DE VELOCIDAD rápidamente hacia la derecha para aumentar la velocidad (1/3/6/9/12/14 km/h) o hacia la izquierda para reducir la velocidad (14/12/9/6/3/1 km/h).

Advertencia: Los principiantes no deben correr a 14 km/h, ya que puede suponer al mayor riesgo de lesiones.

Precaución: En el sistema imperial, el cambio de velocidad correspondiente es 1/3/6/8,5 mph.

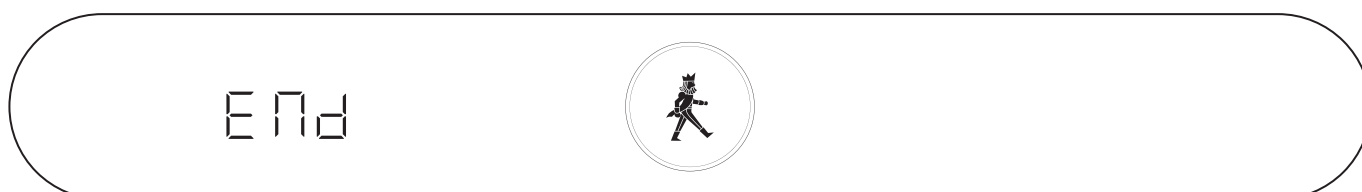
Pausar entrenamiento: Pulse el DIAL DE VELOCIDAD, el equipo reducirá su velocidad y mostrará "Stop". Cuando el equipo se detiene, los datos del entrenamiento parpadearán.

Precaución: Para reanudar el entrenamiento, pulse el DIAL DE VELOCIDAD y los datos del entrenamiento continuarán acumulándose.



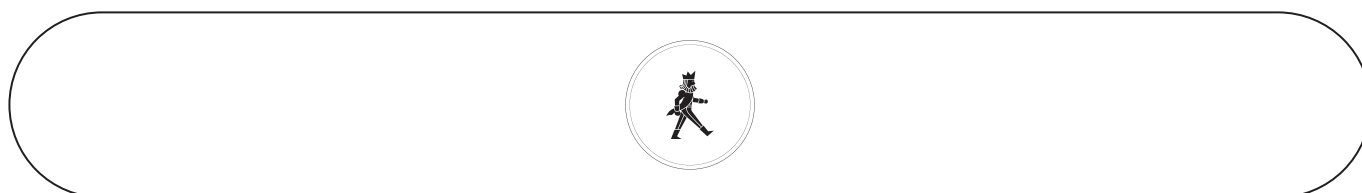
Finalizar el entrenamiento: Pulse el DIAL DE VELOCIDAD durante 2 segundos o deje el equipo inactivo durante 10 minutos después de pausar el entrenamiento, los datos se restablecerán (si la aplicación está desconectada).

Precaución: Si la aplicación está conectada, se guardarán los datos del entrenamiento.

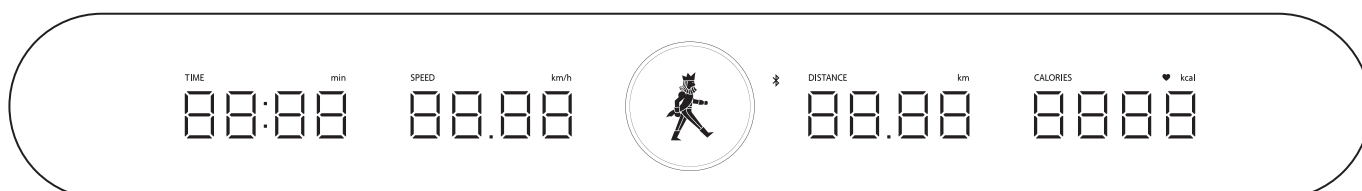


Suspensión: Mantenga pulsado el DIAL DE VELOCIDAD durante 2 segundos o deje el equipo inactivo durante 10 minutos después de finalizar el entrenamiento; el panel de la pantalla se apagará.

Precaución: Para reactivar el equipo del modo de suspensión, pulse cualquier botón del panel de la pantalla.



Conversión de unidades: El panel de la pantalla le permite cambiar entre unidades métricas e imperiales. Reinicie el equipo, conéctese a la aplicación KS Fit, pulse en "ME" > "Settings" > "Unit Settings", elija "Metric" o "Imperial" y reinicie el equipo nuevamente.



② Descripción del estado

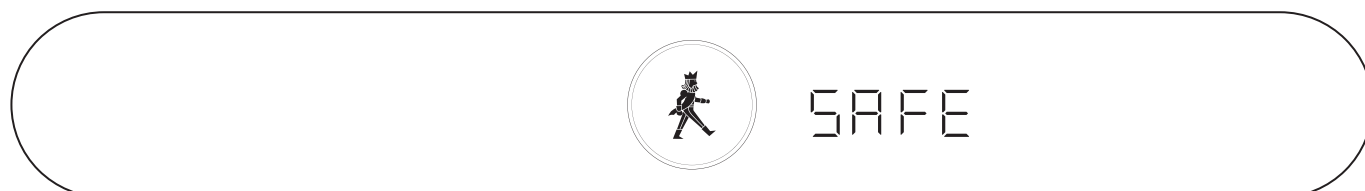
Conexión de la aplicación: El indicador Bluetooth parpadea cuando el equipo no está conectado a la aplicación y permanece fijo cuando está conectado.



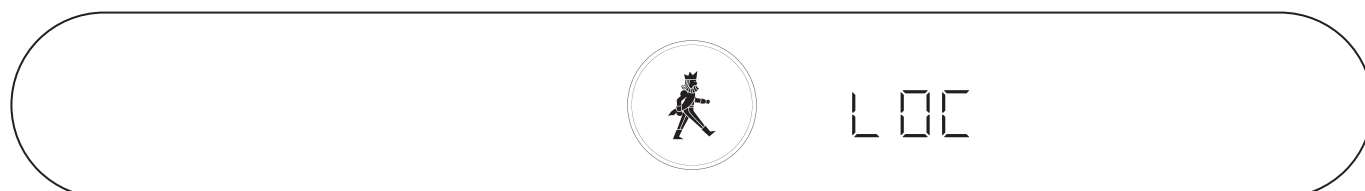
Frecuencia cardíaca: El indicador de frecuencia cardíaca se muestra alternativamente con el indicador de calorías cuando su cinta de correr y su Apple Watch están emparejados con la aplicación KS Fit. De lo contrario, el indicador de frecuencia cardíaca está apagado.



Llave de seguridad: Sin la llave de seguridad insertada, el panel de la pantalla mostrará "SAFE". Introduzca la llave de seguridad para eliminar el mensaje "SAFE".

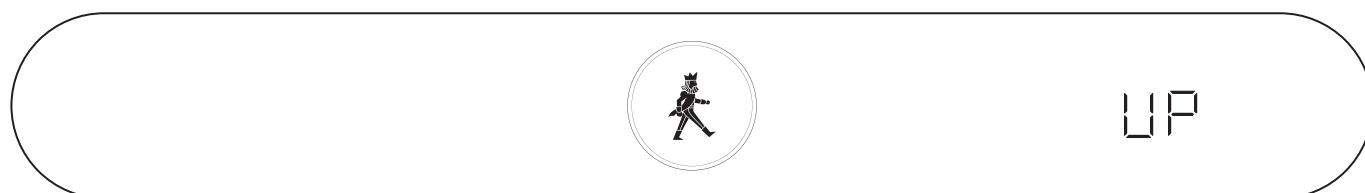


Bloqueo infantil: Con el bloqueo infantil habilitado en la aplicación KS Fit, el equipo no se iniciará y el panel mostrará "LOC". Desactive el bloqueo infantil en la aplicación para borrar el mensaje "LOC".



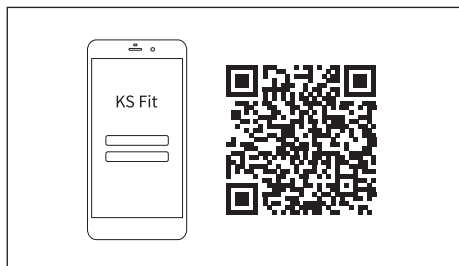
Actualizando: Cuando se está actualizando el firmware, en el panel de la pantalla se muestra "UP" y el equipo no puede iniciarse. Espere hasta que se complete la actualización y el mensaje desaparezca.

Precaución: No apague mientras el equipo se esté actualizando.



08 Cómo conectar la aplicación

Mejore su experiencia de entrenamiento con la aplicación KS Fit. El seguimiento de datos en tiempo real y la orientación personalizada le ayudarán a alcanzar sus objetivos de estado físico más rápido.



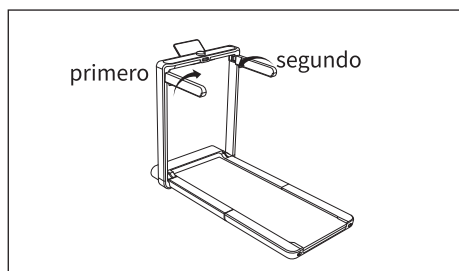
- ① Escanee el código QR, descargue e instale la aplicación KS Fit para verificar los datos de su entrenamiento.
- ② Acerque el teléfono al equipo.
- ③ Encienda el Bluetooth en su teléfono (permítale buscar dispositivos cercanos) mientras enciende el interruptor en su equipo.
- ④ Abra la aplicación KS Fit y añada su equipo.

Precaución:

- El equipo solo se puede añadir a través de la aplicación KS Fit. Si ya lo ha conectado a través de la configuración de Bluetooth, elimínelo y añádalo nuevamente usando la aplicación.
- En caso de que falle el emparejamiento, apague el equipo, espere 10 segundos y repita los pasos del ② al ④.
- Por seguridad, no conecte otro teléfono cuando el equipo esté en uso.

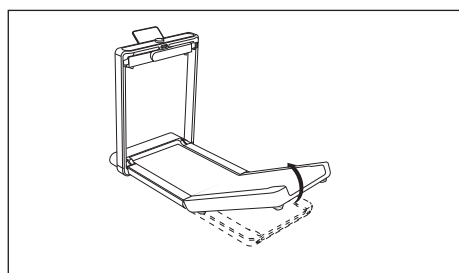
09 Cómo plegar la cinta de correr

Para su seguridad y para evitar daños al equipo, apague siempre el equipo y desenchufe ambos extremos del cable de alimentación antes de plegarlo.

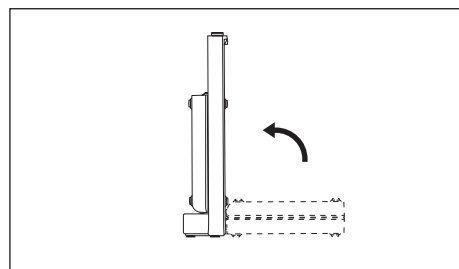


- ① Mantenga pulsado el botón de liberación izquierdo para plegar los mangos izquierdos, seguidos de los mangos derechos.

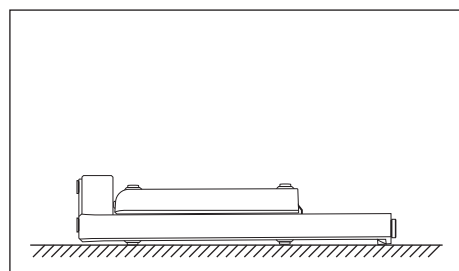
Precaución: Los mangos izquierdos deben plegarse antes de plegar los mangos derechos.



- ② Levante el panel para correr trasero hasta que quede completamente plegado.



- ③ Pliegue la cubierta para correr sujetando el mango de liberación y levantándolo hasta que el equipo esté completamente plegado.



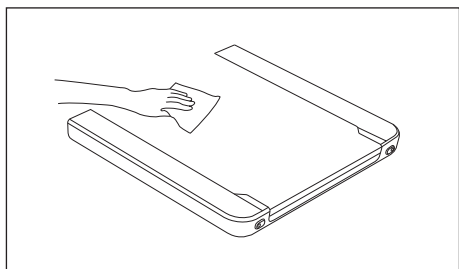
- ④ Mueva el equipo al lugar deseado y guárdelo plano.

Advertencia: No use el equipo plegado.

Precaución: Guarde el cable de alimentación correctamente para el próximo uso.

3. Cuidado y mantenimiento

Para un rendimiento y una longevidad óptimos, realice un mantenimiento regular de su equipo desde los siguientes aspectos. Si descubre algún daño o desgaste, deje de usar el equipo inmediatamente y contacte con el servicio de atención al cliente o con un técnico cualificado para su reparación.

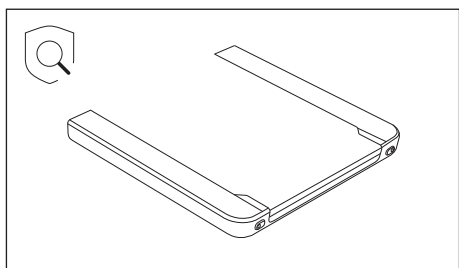


① Limpie el equipo

- Apague el equipo y desenchufe el cable de alimentación.
- Añada una pequeña cantidad de limpiador suave a un paño 100 % algodón y limpie el panel de la pantalla, la banda para correr, el pasamanos, etc.

Precaución:

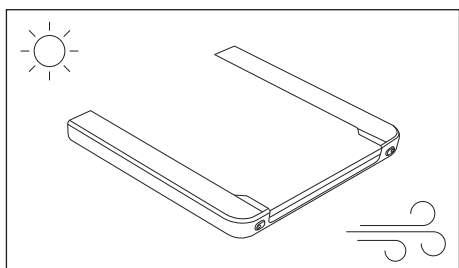
- No pulverice el limpiador directamente en el panel de la pantalla o en la banda para correr.
- No utilice limpiadores ácidos ni corrosivos.
- No limpie debajo de la banda para correr.
- Después de un período de ejercicio, pueden aparecer polvo y manchas en el suelo por la parte trasera. Esto es normal y se puede limpiar simplemente con un paño.



② Compruebe el equipo

- Compruebe el cable de alimentación. Si encuentra algún daño o desgaste, deje de usarlo y sustituya el cable de alimentación inmediatamente.
- Compruebe la banda para correr. Si no está centrada, está demasiado apretada o demasiado floja, ajuste la banda para correr (→P66).

Precaución: Si es necesario hacer alguna sustitución, utilice los componentes designados por el fabricante.



③ Mantenga fresco y seco

- Mantenga el equipo en un lugar fresco y seco.

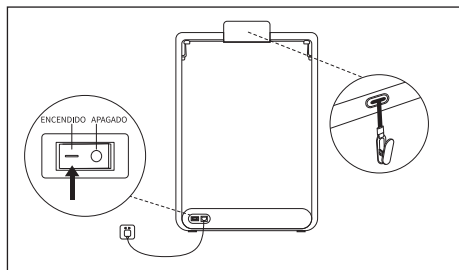
Precaución: No utilice el aparato al aire libre ni en áreas de alta humedad o cambios extremos de temperatura.

- Deje que el equipo se enfríe durante 20 minutos después de 2 horas de uso.

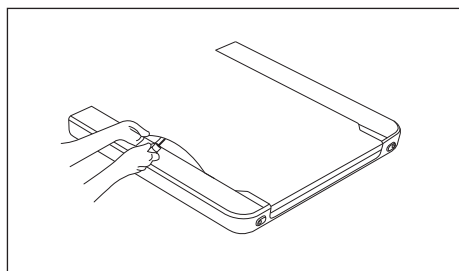
Precaución: No utilice el equipo de forma continua durante más de 2 horas.

4. Solución de problemas

La mayoría de las averías se pueden solucionar siguiendo los siguientes pasos. Si encuentra algún problema durante el uso, deje de utilizar el equipo inmediatamente e intente resolverlo siguiendo las instrucciones mostradas a continuación.



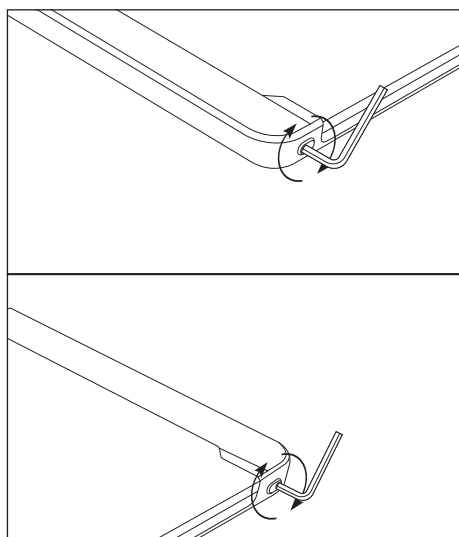
- ① Síntoma: La alimentación no se puede encender/la alimentación está apagada durante el uso.
- Asegúrese de que ambos extremos del cable de alimentación estén enchufados.
 - Asegúrese de que el interruptor de encendido esté encendido.



- ② Síntoma: La banda para correr se mueve de manera desigual y hace ruido
- Apague el equipo y desconecte ambos extremos del cable de alimentación.
 - Levante suavemente el panel para correr trasero, levante la banda para correr y aplique el aceite de silicona en forma de "Z" en el centro del panel.
 - Encienda el equipo e inténtelo nuevamente.

Precaución:

- No es necesario aplicar aceite de silicona en todo el panel para correr, ya que se esparcirá naturalmente durante el uso.
- Para cada lubricación se necesitan 5-10 ml de aceite de silicona. El exceso puede provocar resbalones.



- ③ Síntoma: La banda para correr se desvía o se desliza
- Nota:** Hay dos huecos en los lados izquierdo y derecho de la carcasa de plástico en la parte delantera de la banda para correr. La banda para correr debe mantenerse funcionando en la posición central. Cuando la banda para correr se desplaza hacia el lado izquierdo o derecho de la marca blanca en el borde, debe detener el movimiento y ajustar la banda para correr a la posición central.

- Si la banda para correr no está centrada:
Levante suavemente el panel para correr trasero y ajuste la banda para correr manualmente (→P59).
- Si la banda para correr todavía se desvía, ajústela con la llave Allen que se adjunta siguiendo los pasos siguientes:
 - a. La banda para correr se desvía a la izquierda; gire el tornillo del agujero de ajuste izquierdo hacia la derecha 1/4 de giro.
 - b. La banda para correr se desvía a la derecha; gire el tornillo del agujero de ajuste derecho hacia la derecha 1/4 de giro.
 - c. La banda para correr patina: gire los tornillos de ajuste izquierdo y derecho hacia la derecha 1/2 giro al mismo tiempo.

Después de cada ajuste, ponga a funcionar el equipo a una velocidad de 1,95-2,5 mph (3-4 km/h) durante 1-2 minutos para verificar el ajuste. Repita los ajustes si es necesario.

Precaución: Si la banda para correr está demasiado apretada o demasiado floja, afectará el rendimiento del equipo y se dañará la banda para correr.

④ Descripción del código de error

En caso de mal funcionamiento, el panel de la pantalla mostrará un código de error como se muestra a continuación. Apague y reinicie el equipo para ver si el código de error desaparece. Si aún persiste, contacte con el servicio de atención al cliente para obtener ayuda. Asegúrese de tener a mano el modelo y el número de serie de su producto, que se encuentran en la placa de identificación (ver portada).

E01 Sobrecorriente del software

E02 Sobrecorriente de hardware

E03 Sobrecalentamiento del módulo IPM

E04 Protección contra subtensión

E05 Protección contra sobretensión

E06 Protección de pérdida de fase del motor

E07 Protección de rotor del motor bloqueado

E09 El motor no puede arrancar

E12 Protección contra sobrecorriente del motor

E13 Protección contra sobrecarga

Falta la señal del área E14

E15 Fallo de comunicación

E16 Error de conexión del módulo

5. Guía práctica

Intensidad del ejercicio

Ya sea que su objetivo sea quemar grasa o mejorar la condición cardiovascular, hacer ejercicio a la intensidad adecuada es clave para lograr resultados. Puede utilizar su frecuencia cardíaca como guía para encontrar el nivel de intensidad adecuado. La siguiente tabla muestra las zonas de frecuencia cardíaca recomendadas para quemar grasa y hacer ejercicio cardiovascular, solo con fines de referencia.

165	155	145	140	130	125	115	
145	138	130	125	118	110	103	
125	120	115	110	105	95	90	
20	30	40	50	60	70	80	Edad

Para encontrar el nivel de intensidad apropiado, indique su edad en la parte inferior del cuadro (redondeando a la decena más cercana). El número más bajo es la frecuencia cardíaca para quemar grasa, el número medio es la frecuencia cardíaca máxima para quemar grasa y el número más alto es la frecuencia cardíaca para mejorar la condición cardiovascular (se recomienda usar un monitor de frecuencia cardíaca durante el ejercicio para garantizar la eficiencia, lo cual requiere una compra adicional).

Quemar grasa: para utilizar eficazmente la grasa como fuente de energía, debe realizar ejercicio de baja intensidad durante un período de tiempo sostenido. Durante los primeros minutos de ejercicio, su cuerpo utilizará el glucógeno como energía. Sólo después de los primeros minutos de ejercicio su cuerpo comienza a utilizar la grasa almacenada como energía. Si su objetivo es quemar grasa, ajuste la intensidad del ejercicio hasta que su frecuencia cardíaca se acerque al valor más bajo de su zona de entrenamiento.

Guía de deportes

Calentamiento: Se recomienda calentar durante 5-10 minutos antes de realizar ejercicio, movilizándolo completamente las articulaciones y realizando estiramientos antes de iniciar el ejercicio de baja intensidad. Ejercicio: Se recomienda hacer ejercicio durante 20 a 30 minutos, manteniendo la intensidad del ejercicio dentro del rango de entrenamiento (durante las primeras semanas de entrenamiento, el tiempo de ejercicio debe mantenerse dentro de los 20 minutos) y la respiración debe mantenerse incluso durante el ejercicio. Enfriamiento: Se recomienda estirar durante 5 a 10 minutos después del ejercicio, lo que puede mejorar la flexibilidad de las articulaciones y la extensibilidad de los músculos y prevenir lesiones por ejercicio.

Frecuencia de ejercicio

Para mantener o mejorar su condición física realice tres sesiones de entrenamiento por semana con al menos un día de descanso entre cada sesión. Después de varios meses de ejercicio regular, si es necesario, puede completar hasta cinco sesiones por semana. Recuerde, la clave del éxito es hacer del ejercicio una parte frecuente y placentera de su vida diaria.

6. Marca registrada y declaración legal

Se han desarrollado y tienen copyright varias patentes relacionadas con la cinta de correr KingSmith WalkingPad por parte de Beijing KingSmith Technology Co., Ltd. ("KingSmith" para abreviar). Sin el permiso escrito de KingSmith, queda prohibido que ninguna organización o individuo copie o distribuya todo o parte del presente manual de usuario y queda prohibido el uso de las patentes que aquí se describen. Este manual de usuario, en la medida de lo posible, ha incluido diversas funciones, introducciones e instrucciones operativas en el momento de su impresión.

No obstante, es posible que existan discrepancias entre la cinta de correr comprada y aquellas aquí descritas debido a la optimización continua de funciones y diseños. Por lo tanto, la cinta de correr actual prevalecerá en caso de cualquier desviación del color o apariencia.

7. Información de cumplimiento normativo

Información sobre eliminación y reciclaje de RAEE



Todos los productos que llevan este símbolo son residuos de aparatos eléctricos y electrónicos (RAEE según la Directiva 2012/19/UE) que no deben mezclarse con residuos domésticos sin clasificar. En lugar de ello, debe proteger la salud humana y el medio ambiente entregando sus equipos usados en un punto de recogida designado para el reciclaje de equipos eléctricos y electrónicos usados, designado por el gobierno o las autoridades locales. La eliminación y el reciclaje correctos ayudarán a prevenir posibles consecuencias negativas para el medio ambiente y la salud humana. Contacte con el instalador o las autoridades locales para obtener más información sobre la ubicación, así como los términos y condiciones de dichos puntos de recogida.

Declaración de conformidad de la UE



Por la presente, Beijing Kingsmith Technology Co., Ltd. declara que el tipo de equipo de radio [WP460B4] cumple con la Directiva 2014/53/UE. El texto completo de la declaración de conformidad de la UE está disponible en la siguiente dirección de Internet:
<https://de.walkingpad.com/pages/weitere-informationen>

Declaración de conformidad de UKCA



Por la presente, Beijing Kingsmith Technology Co., Ltd. declara que el tipo de equipo de radio [WP460B4] cumple con las Regulaciones de equipos de radio de 2017. El texto completo de la declaración de conformidad de UKCA está disponible en la siguiente dirección de Internet:
<https://uk.walkingpad.com/pages/other-information>

Declaraciones de cumplimiento de UKCA PSTI

Por la presente, Beijing Kingsmith Technology Co., Ltd. declara que el tipo de equipo de radio [WP460B4] cumple con las Regulaciones de Seguridad de Productos e Infraestructura de Telecomunicaciones (Requisitos de Seguridad para Productos Conectables Relevantes) de 2023. El texto completo de la declaración de conformidad de PSTI está disponible en la siguiente dirección de Internet:
<https://uk.walkingpad.com/pages/other-information>



Manufacturer: Beijing Kingsmith Technology Co., Ltd.
Address: Floor 4, Building 25, Area 18, ABP Park, Fengtai, Beijing, China
MADE IN CHINA