Run Now

Benutzerhandbuch



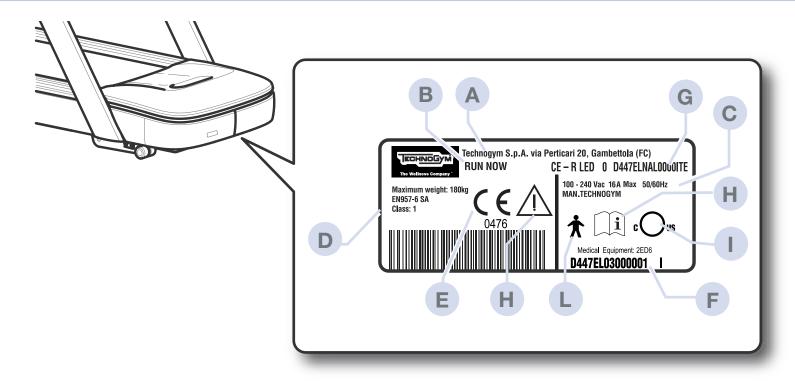


Inhaltsverzeichnis

Angaben zu Hersteller und Gerät	3
Beschreibung des Geräts	5
Technische Daten	15
Sicherheitsvorrichtungen und -schilder	17
Installationsort	19
Verschieben des Gerätes	20
Niveauregulierung	21
Netzanschluss	22
Anschluss an eine andere Vorrichtung	24
Routinewartung	26
Regulierung des Laufbandes	29
Abhilfe bei Störungen	30
Technischer Kundendienst	32
Lagerung	33
Entsorgung des Geräts	33
Ein- und Ausschalten	34
Feststellung der Herzfrequenz	36
Ergonomische Trainingsposition	39



Angaben zu Hersteller und Gerät



- A Name und Anschrift des Herstellers
- **B** Produktbeschreibung
- **C** Elektrische Eigenschaften
- D Geräteklasse
- E CE-Zertifizierung

- **F** Serien- und Produktionsnummer
- **G** Produktnummer
- H Weist auf das Benutzerhandbuch hin
- I Zertifikationszeichen für USA und Kanada
- L Anwendungsteil Typ B

Die in der Abbildung angeführten Werte sind rein ungefähre. Für korrekte Informationen kontrollieren Sie bitte das Etikett auf dem Gerät oder die im Abschnitt *Technische Daten*_angeführten Daten.



Angaben zu Hersteller und Gerät

Run Now ist ein Apparat der Klasse A. In Wohngebieten können diese Geräte Funkstörungen hervorrufen. In diesem Fall können vom Benutzer entsprechende Maßnahmen gefordert werden.

Die Geräte mit den Codes DAK6M.., DAK8M.., DAK6U.., DAK8U.., DAK9U.. sind für eine medizinische Verwendung bestimmt und wurden für die Verwendung in praxen, Krankenhäusern, Kliniken und Sportzentren entwickelt und realisiert, zum Zwecke der therapie und der muskulären rehabilitation.

Die Geräte mit den Codes DAK6M.., DAK8M..,DAK9M... dürfen nur von oder in der Nähe von Kindern, Invaliden, Behinderten oder personen mit offensichtlichen physischen problemen verwendet werden, wenn sie unter strenger aufsicht eines arztes oder qualifiziertem Fachpersonal stehen.



✓ Bedienfeld

Laufband

<u>Seitengriffe</u>

Mittlerer Griff

Sensoren

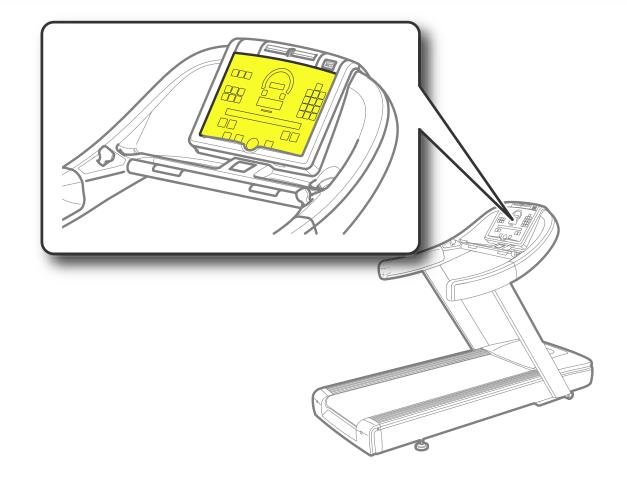
<u>Fußstütze</u>

Lesehalter

<u>Trinkflaschenhalter</u>

TGS-Lesevorrichtung

<u>Joystick</u>



Bedienfeld: Ermöglicht die Verwaltung aller verfügbaren Funktionen, von der Einstellung der Trainingsprogramme bis zur Anzeige der Meldungen und Daten bezüglich des Trainings.



Bedienfeld

✓ Laufband

<u>Seitengriffe</u>

Mittlerer Griff

<u>Sensoren</u>

<u>Fußstütze</u>

Lesehalter

<u>Trinkflaschenhalter</u>

TGS-Lesevorrichtung

Joystick



Laufband: Vollständig aus Gummi hergestellt und daher antistatisch und abfedernd.



Bedienfeld

Laufband

✓ Seitengriffe

Mittlerer Griff

Sensoren

Fußstütze

Lesehalter

Trinkflaschenhalter

TGS-Lesevorrichtung

<u>Joystick</u>



Seitengriffe: Können beim Gehen mit raumgreifenden Schritten umfasst werden.

Das Leuchtsignal am linken Griff leuchtet zu Beginn der Übung auf, um zu signalisieren, dass das Gerät in Gebrauch ist. Am Ende der Übung blinkt es, um zu signalisieren, dass das Gerät bald wieder einsatzbereit ist.

Bedienfeld

Laufband

<u>Seitengriffe</u>

✓ Mittlerer Griff

<u>Sensoren</u>

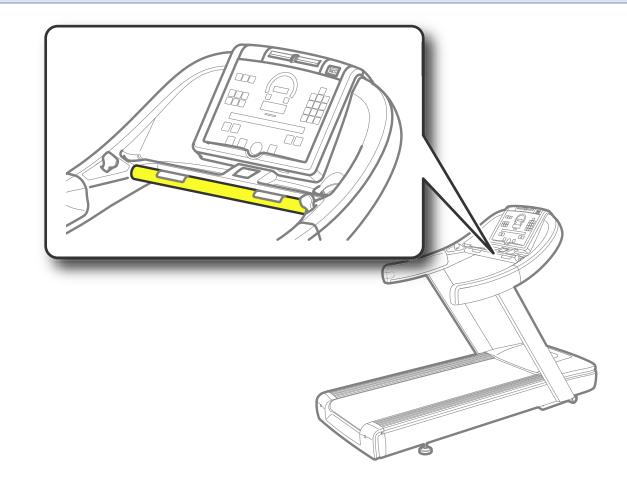
<u>Fußstütze</u>

Lesehalter

Trinkflaschenhalter

TGS-Lesevorrichtung

Joystick



Mittlerer Griff: Kann beim Gehen mit kleinen Schritten umfasst werden. Auf den Griffen befinden sich die Sensoren für die Erfassung der Herzfrequenz (Handsensor) angebracht.



Bedienfeld

Laufband

<u>Seitengriffe</u>

Mittlerer Griff

✓ Sensoren

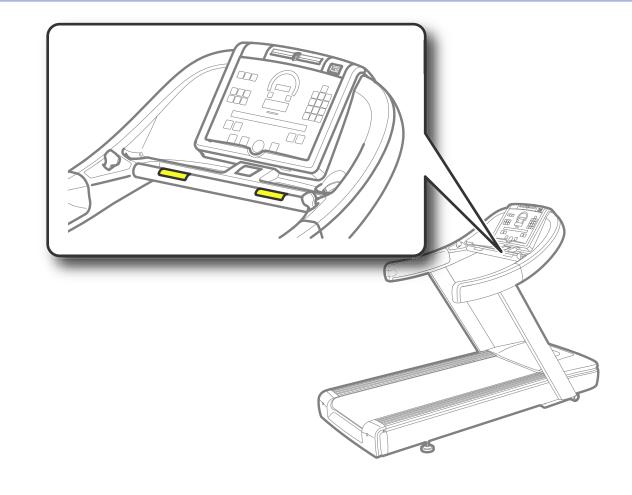
<u>Fußstütze</u>

Lesehalter

Trinkflaschenhalter

TGS-Lesevorrichtung

<u>Joystick</u>



Mittlerer Griff: Kann beim Gehen mit kleinen Schritten umfasst werden. Auf den Griffen befinden sich die Sensoren für die Erfassung der Herzfrequenz (Handsensor) angebracht.



Bedienfeld

Laufband

<u>Seitengriffe</u>

Mittlerer Griff

<u>Sensoren</u>

✓ Fußstütze

Lesehalter

<u>Trinkflaschenhalter</u>

TGS-Lesevorrichtung

Joystick



Fußstütze: Bei Ermüdung oder Gefahr kann der Benutzer eine kurze Pause einlegen und hierzu die Füße auf den Fußstütze stellen.

Bedienfeld

Laufband

<u>Seitengriffe</u>

Mittlerer Griff

<u>Sensoren</u>

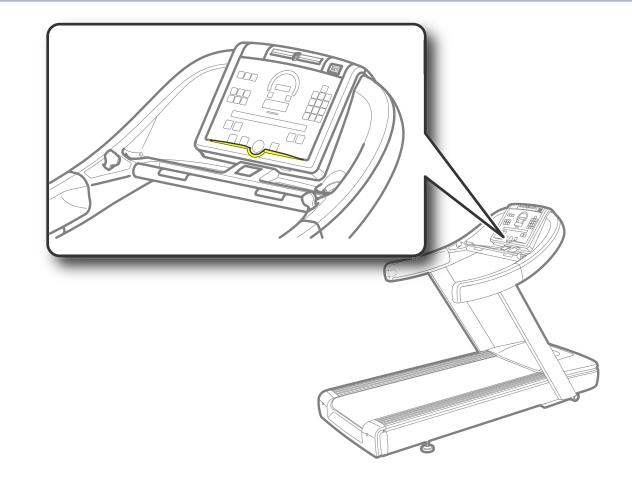
<u>Fußstütze</u>

✓ Lesehalter

<u>Trinkflaschenhalter</u>

TGS-Lesevorrichtung

Joystick



Lesehalter: Ermöglicht das Auflegen von Zeitschriften oder Büchern zum Lesen.

Bedienfeld

Laufband

<u>Seitengriffe</u>

Mittlerer Griff

<u>Sensoren</u>

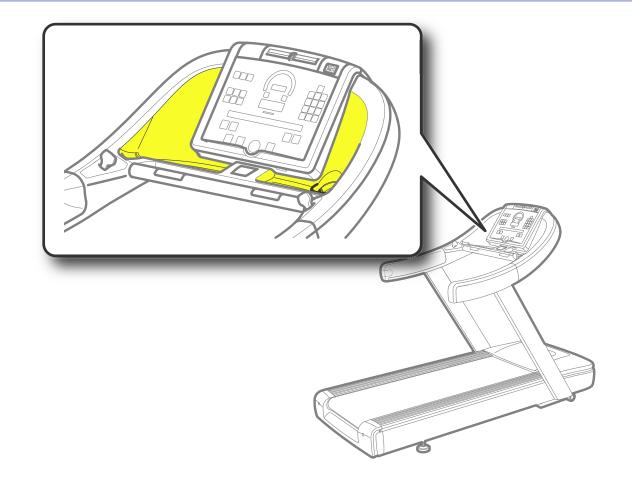
<u>Fußstütze</u>

Lesehalter

✓ Trinkflaschenhalter

TGS-Lesevorrichtung

<u>Joystick</u>



Trinkflaschenhalter: Zur Aufbewahrung der Trinkflasche oder anderer Gegenstände während des Trainings.

Bedienfeld

Laufband

<u>Seitengriffe</u>

Mittlerer Griff

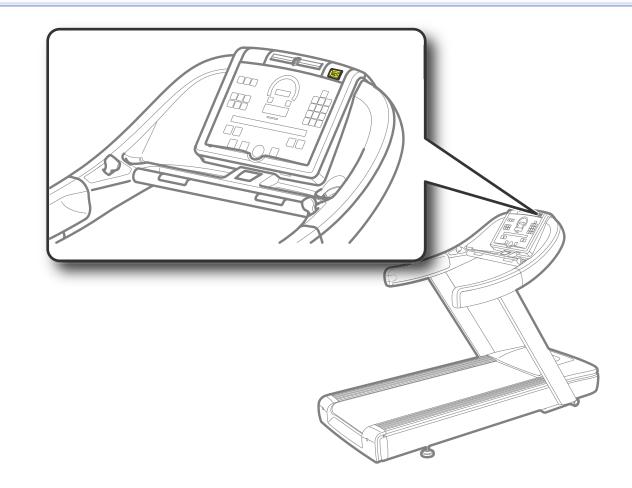
<u>Sensoren</u>

<u>Fußstütze</u>

Lesehalter

<u>Trinkflaschenhalter</u>

✓ TGS-Lesevorrichtung <u>Joystick</u>



TGS-Lesevorrichtung: Für den TGS-Schlüssel (optional).



Bedienfeld

Laufband

<u>Seitengriffe</u>

Mittlerer Griff

<u>Sensoren</u>

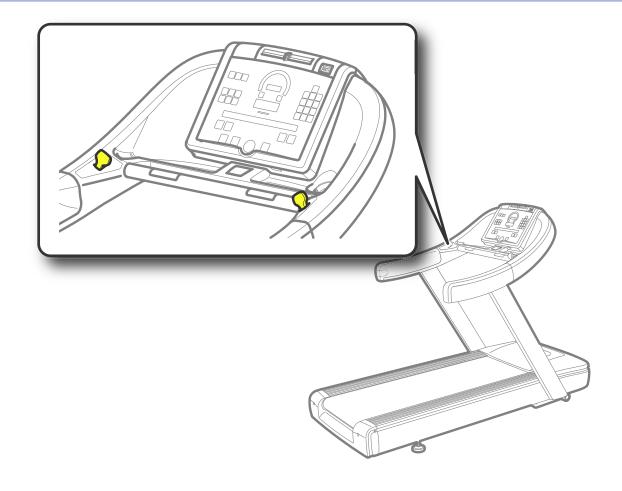
<u>Fußstütze</u>

Lesehalter

<u>Trinkflaschenhalter</u>

TGS-Lesevorrichtung

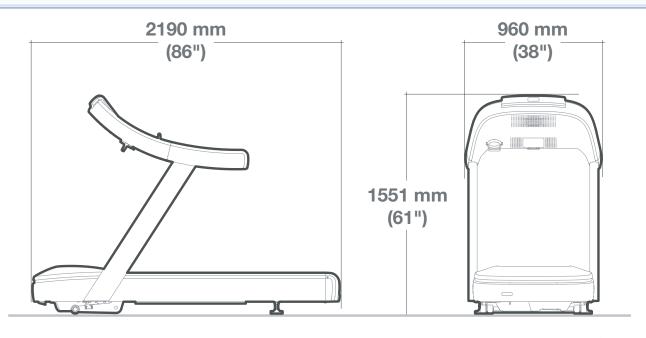
✓ Joystick



Joystick: Erlaubt die Veränderung der Geschwindigkeit und der Neigung des Laufbandes während des Trainings. Bei den Versionen 900 und 700 vorhanden.



Technische Daten



Modell	DAK6E, DAK6M , DAK62	DAK8E, DAK8M , DAK81	DAK9E, DAK9M , DAK91
Versorgung	200÷240 Vac 50/60 Hz		
Leistungsaufnahme	1800 VA	2200 VA	2500 VA
Spitzenleistung des Motors		8 Hp	
Gewicht des Gerätes	194 kg (428 lb)		
Max. Körpergewicht des Benutzers	220 kg (485 lb)		
Geschwindigkeit	0,8÷20 km/h	0,8÷25 km/h	0,8÷27 km/h
Steigung	0÷15% 0÷18%		0÷18%
Geräuschentwicklung	Unter 80 dB		
Schutzart	IP 20		
Betriebstemperatur	von +5°C bis +30°C (von +41°F bis +86°F)		
Max. Tragfähigkeit des Trinkflaschenhalters	2 kg (4 lb)		
Elektrische Schutzklasse	Klasse I		



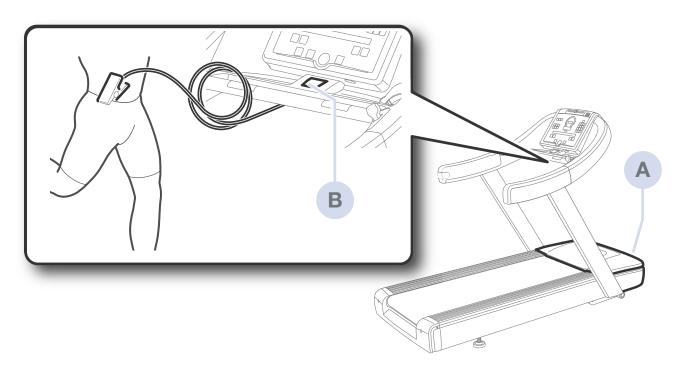
Technische Daten

Modell	DAK6U, DAK6A	DAK8U , DAK8A	DAK9U , DAK9A
Versorgung	100÷240 Vac 50/60 Hz		
Spitzenleistung des Motors	8 Hp		
Gewicht des Gerätes	194 kg (428 lb)		
Max. Körpergewicht des Benutzers	220 kg (485 lb)		
Geschwindigkeit bei einer Versorgung von 100 Vac Max. Leistungsaufnahme		0.8÷20 km/h (0.5÷12.4 mph) 1800 VA	
Geschwindigkeit bei einer Versorgung von 120 Vac Max. Leistungsaufnahme	0.8÷20 km/h (0.5÷12.4 mph) 1800 VA	0.8÷22 km/h (0.5÷13.6 mph) 2200 VA	0.8÷22 km/h (0.5÷13.6 mph 2200 VA)
Geschwindigkeit bei einer Versorgung von 200÷240 Vac Max. Leistungsaufnahme	0.8÷20 km/h (0.5÷12.4 mph) 0.8÷25 km/h (0.5÷15.5 mph) 0.8÷27 km/h (0.5÷1 200 VA 2500 VA		0.8÷27 km/h (0.5÷16.7 mph) 2500 VA
Steigung	0÷15% 0÷18%		
Geräuschentwicklung	Unter 80 dB		
Schutzart	IP 20		
Betriebstemperatur	von +5°C bis +30°C (von +41°F bis +86°F)		
Max. Tragfähigkeit des Trinkflaschenhalters	2 kg (4 lb)		
Elektrische Schutzklasse	Klasse I		

Modell	DAK61	DAK81	DAK91
Versorgung	100÷120 Vac 50/60 Hz		
Spitzenleistung des Motors	8 Hp		
Gewicht des Gerätes		194 kg (428 lb)	
Max. Körpergewicht des Benutzers	220 kg (485 lb)		
Geschwindigkeit bei einer Versorgung von 100 Vac Max. Leistungsaufnahme	0.8÷20 km/h (0.5÷12.4 mph) 1800 VA		
Geschwindigkeit bei einer Versorgung von 120 Vac Max. Leistungsaufnahme	0.8÷20 km/h (0.5÷12.4 mph) 1800 VA	0.8÷22 km/h (0.5÷13.6 mph) 2200 VA	0.8÷22 km/h (0.5÷13.6 mph) 2200 VA
Steigung	0÷	15%	0÷18%
Geräuschentwicklung	Unter 80 dB		
Schutzart	IP 20		
Betriebstemperatur	von +5°C bis +30°C (von +41°F bis +86°F)		
Max. Tragfähigkeit des Trinkflaschenhalters	2 kg (4 lb)		
Elektrische Schutzklasse	Klasse I		



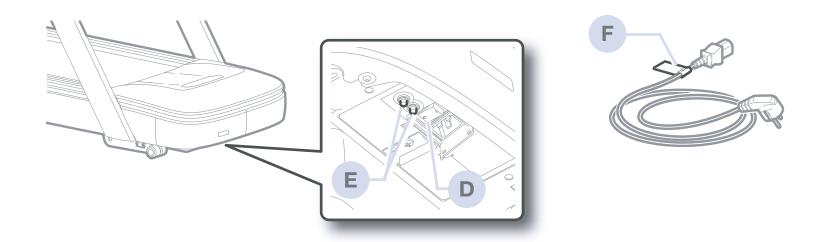
Sicherheitsvorrichtungen und -schilder



- A Feste Schutzverkleidungen: Verhindern den Zugang zum Innenbereich.
- **B** Not-Aus-Taste: Bewirkt das sofortige Anhalten des Gerätes im Notfall. Mit dieser Taste ist es in einer Gefahrensituation möglich, das Gerät ohne Betätigung eines Bedienelements sofort anzuhalten. Die Taste ist auch mit einer Schnur mit einer an der Kleidung zu befestigenden Klammer ausgestattet. In diesem Fall betätigt der Benutzer den Schalter, wenn er sich zu weit vom Bedienfeld entfernt, d.h. an der Schnur zieht.

Sicherheitsvorrichtungen und -schilder

- D Hauptschalter: Dient dem Ein- und Ausschalten des Gerätes.
- **E** Circuit breaker: Schützt die elektrische Anlage des Gerätes. Wenn der Strom einen zu hohen Wert erreicht, aktiviert die Schutzvorrichtung und verhindert dadurch Schäden an der elektrischen Anlage.





ACHTUNG

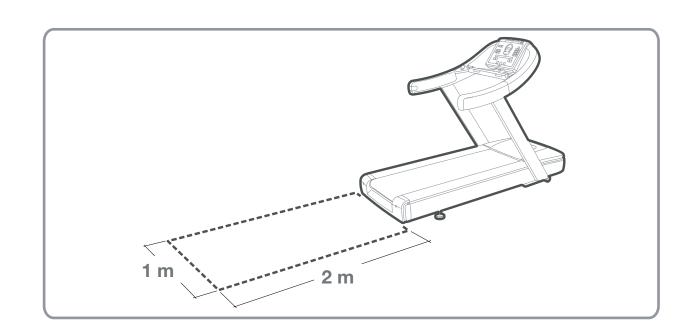
Es wird empfohlen, auf die Klebeschilder am Gerät zu achten, die über mögliche Risiken und Gefahren informieren.

F Das Etikett, das auf dem Netzkabel angebracht sein kann, enthält die elektrischen Daten.

Installationsort

Um ein angenehmes, wirksames und risikofreies Training mit Run Now zu gewährleisten, sollten bei der Wahl des Aufstellungsortes insbesondere folgende Bedingungen gegeben sein:

- Eine Raumtemperatur zwischen +10°C und +25°C.
- Eine ausreichend belüftete Umgebung, die auch während des Trainings eine Luftfeuchtigkeit von 20 % bis 90 % aufweist.
- Eine ausreichende **Beleuchtung**, die eine angenehme und entspannende Atmosphäre für das Training schafft.
- Ausreichend Abstand rund um das Gerät und einen Sicherheitsabstand von 2x1 m vordem Laufband (siehe Abbildung).
- Eine ebene, stabile und schwingungsfreie Oberfläche mit angemessener Tragfähigkeit, wobei auch das Gewicht des Benutzers mit einzubeziehen ist.



Der Aufstellungsort muss allen einschlägigen Gesetzesbestimmungen entsprechen.

Das Gerät ist nicht geeignet für den Gebrauch bei Verwendung von Betäubungssprays, die mit Luft, Sauerstoff oder Stickstoffoxydul entzündbar sind.

Um die vom Hersteller angegebenen Leistungen zu garantieren, wird vom Gebrauch des Geräts in Umgebung mit erhöhtem Vorkommen von Kurzwellen oder ähnlichem abgeraten.



Verschieben des Gerätes

Das Gerät verfügt über nicht drehende Vorderrollen. Zum Verschieben des Gerätes muss es wie in der Abbildung gezeigt leicht angehoben und nach vorne geschoben oder hinten gezogen werden. Heben Sie das Gerät dabei keinesfalls zu stark an, damit das Vorderteil nicht beschädigt wird.

Da das Gerät ein beträchtliches Gewicht aufweist, sollte es von mehreren Personen verschoben werden.

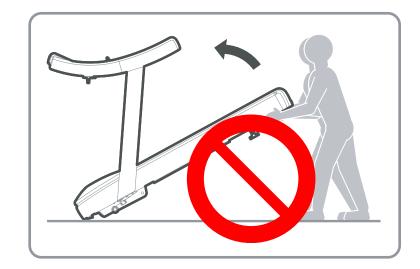
Wenn der Boden ein Verschieben des Gerätes mit Hilfe der Rollen nicht zulässt, muss das Gerät mit normalen Hub- und Transportvorrichtungen bewegt werden.

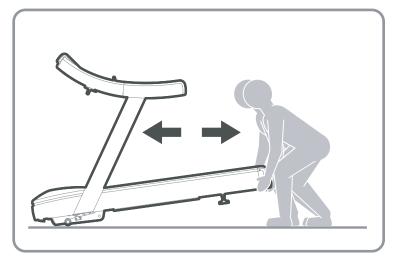


ACHTUNG

Fassen Sie zum Verschieben des Gerätes nicht an den Kunststoffabdeckungen an, sondern am Rahmen.

Verschieben Sie das Gerät sehr vorsichtig, um die Stabilität nicht zu beeinträchtigen.



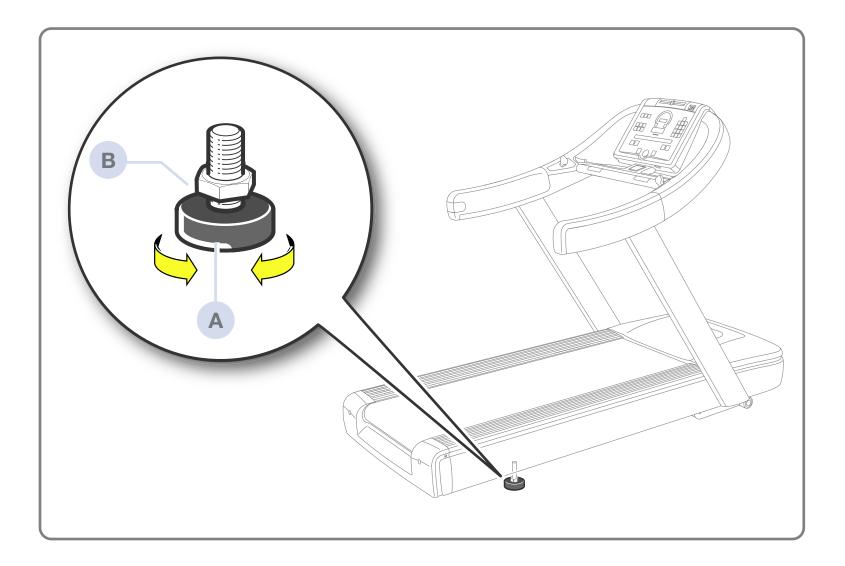




Niveauregulierung

Die Niveauregulierung erfolgt anhand der hinteren Stellfüße auf der in der Abbildung gezeigten Seite:

- Schrauben Sie den Stellfuß (A) heraus oder hinein, bis sich der Rahmen in stabiler Stellung befindet.
- Ziehen Sie anschließend die Gegenmutter (**B**) fest.





Netzanschluss

Bevor Sie das Gerät an das Netz anschließen, versichern Sie sich, dass die Eigenschaften der elektrischen Anlage den einschlägigen Gesetzesbestimmungen entsprechen. Überprüfen Sie die Daten der Hauptversorgung auf dem Klebeschild, das sich neben dem Hauptschalter befindet.

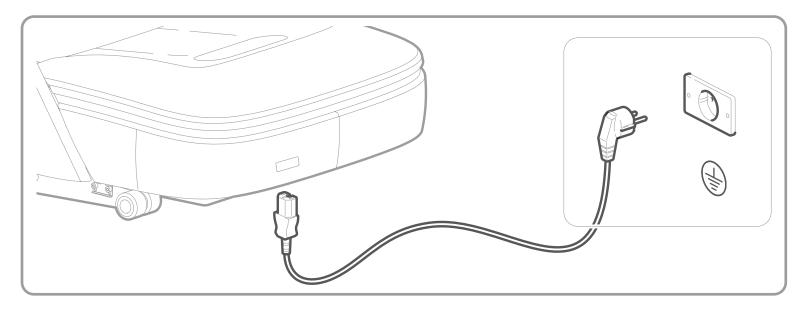


GEFAHR

Die Wandsteckdose sollte sich an einem Ort befinden, der ein leichtes Einstecken und Herausziehen des Steckers ermöglicht, ohne eine Gefahrenquelle darzustellen.

Bei der Verbindung muss der Schalter des Gerätes auf OFF (0) stehen (das Gerät muss ausgeschaltet sein).

Stecken Sie das Netzkabel erst in die Steckverbindung des Gerätes und anschließend in die Wandsteckdose.





ACHTUNG

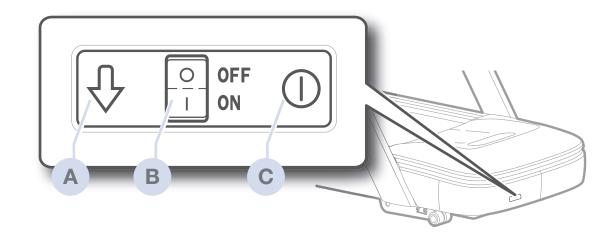
Überprüfen Sie regelmäßig den ordnungsgemäßen Zustand des Netzkabels.



Netzanschluss

Das Klebeschild oberhalb des Hauptschalters gibt die beiden Positionen An und Aus an.

- A Bezeichnet die Lage des Schalters.
- B Bezeichnet die Seite, an der sich die Positionen ON und OFF (I und 0) befinde. Je nach Geräteversion kann die Position ON (I) und OFF (0) variieren; kontrollieren Sie zur Bestimmung der richtigen Position den Aufkleber auf dem Gerät.
- **C** Bezeichnet die Art des Schalters (zwei stabile Stellungen).



Das Gerät muss geerdet sein. Im Falle eines Defektes oder Schadens am Gerät liefert das Erdungskabel dem elektrischen Strom einen Leiter mit minimalem Widerstand und reduziert so das Stromschlagrisiko. Das Gerät ist mit einem Erdungskabel und -stecker ausgerüstet. Der Stecker muss an eine dafür vorgesehene und korrekt installierte und geerdete Steckdose angeschlossen werden, die den örtlichen gesetzlichen Bestimmungen entspricht.



GEFAHR

Der Stromanschluss muss geerdet sein (). Ist keine Erdung vorhanden, so muss sie vor dem Anschluss des Gerätes von einem spezialisierten Techniker installiert werden.

Ein fehlerhafter Anschluss des Erdkabels kann das Risiko von Stromschlägen bergen. Lassen Sie im Zweifelsfall einen Elektriker oder einen qualifizierten Fachmann überprüfen, ob das Gerät korrekt geerdet ist. Nehmen Sie keine Veränderungen am gelieferten Stecker vor. Lassen Sie von einem qualifizierten Elektriker eine passende Steckdose installieren, falls der Stecker nicht in die Steckdose passen sollte.



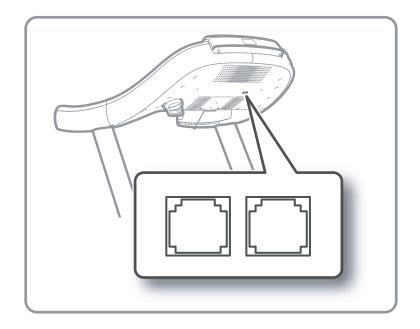
Anschluss an eine andere Vorrichtung

Das Gerät kann an ein Audio-/Videoempfangsgerät vom Typ **Cardio Theater**. Außerdem, wenn das Gerät nicht über TV verfügt, kann es an ein Netz von Geräten angeschlossen werden, welche mit dem Protokoll CSAFE übereinstimmen.



ACHTUNG

Die angeschlossenen Geräte müssen den internationalen Normen entsprechen.



Die Geräte mit den Codes DAK6M.., DAK8M..,DAK9M..., DAK6U.., DAK8U.., DAK9U.. können nur für Funktionen der Eingabe oder Wartung an Vorrichtungen angeschlossen werden, welche das CSAFE-Protokoll verwenden. Die zusätzlichen an die digitale Schnittstelle angeschlossenen Geräte müssen dem IEC-Standard entsprechen (d.h. IEC 60950 für EDV-Einrichtungen und IEC 60601-1 für medizinische Einrichtungen). Wer Zusatzgeräte an den Signaleingang oder Signalausgang anschließt, nimmt eine Konfiguration einer medizinischen Einrichtung vor und ist somit verantwortlich für die Einhaltung der Vorschriften des Standards IEC 60601-1. Bei Zweifeln wenden Sie sich bitte an den technischen Kundendienst oder Ihre örtliche Kundenbetreuung.

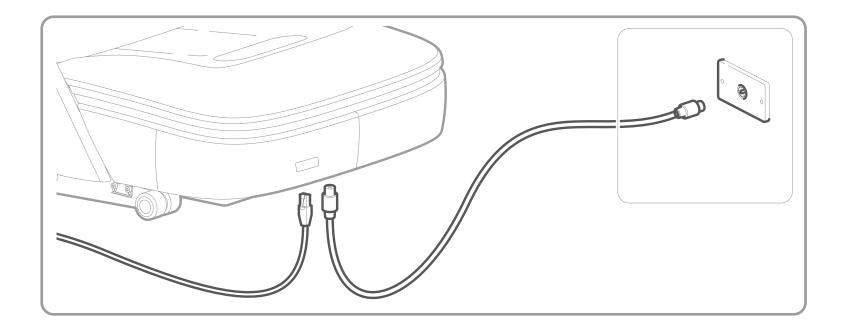


Anschluss an eine andere Vorrichtung

Verfügt das Gerät über TV, so schließen Sie das Kabel für die Antenne an das Gerät und an die Wandsteckdose an. Für die Verbindung wird ein RF-Koaxialkabel mit einem Anschluss vom Typ F für das Gerät verwendet.

Der Wandstecker für das Antennenkabel muss sich an einem Ort befinden, der es ermöglicht, den Stecker leicht herauszuziehen und einzustecken.

Neben der Steckdose für die Antenne ist auch eine Netzsteckdose verfügbar, die für die Ethernet-Verbindung bestimmt ist.





Es wird empfohlen, das Gerät unter Beachtung der allgemein gültigen Gesundheitsschutz- und Hygienevorschriften immer sauber und staubfrei zu halten, besonders, wenn es innerhalb einer sportlichen Einrichtung und von mehreren Personen benutzt wird.

Gehen Sie bitte bei der Reinigung des Bedienfeldes wie folgt vor:

- Schalten Sie das Gerät ab, indem Sie den Schalter auf Position **OFF** (0) stellen;
- Ziehen Sie den Versorgungsstecker des Geräts aus der Wandsteckdose;
- Reinigen Sie das Bedienfeld mit einem feuchten, aber nicht nassen Tuch.

Reinigen Sie das **gesamte Gerät** wöchentlich wie folgt:

- Reinigen Sie die äußeren Teile des ausgeschalteten Gerätes mit einem feuchten Tuch;
- Rücken Sie das Gerät zur Seite, um darunter Staub zu saugen.

Vermeiden Sie Chemikalien und Lösungsmittel.



ACHTUNG

Achten Sie darauf, bei der Reinigung nicht zu stark auf dem Bedienfeld, den Illustrationen und den Anweisungen auf den Klebeschildern zu reiben.

Die Sicherheit des Geräts bleibt nur gewährleistet, wenn alle zwei Wochen eine gründliche Inspektion auf etwaige Schäden und/oder Verschleißerscheinungen vorgenommen wird.

Bei einem Einsatz zu medizinischen Zwecken müssen die Handsensoren vor jedem Einsatz desinfiziert werden.

Für in diesem Handbuch nicht beschriebene Wartungsarbeiten wenden Sie sich bitte an den Kundendienst von Technogym.





GEFAHR

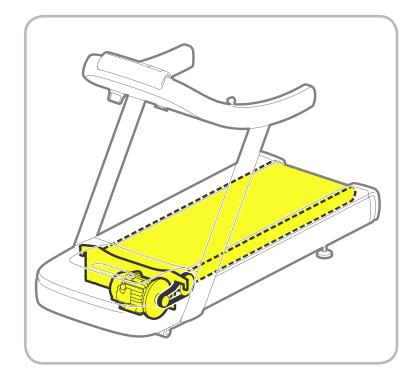
Die regelmäßige Wartung, die Einstellung und Schmierung des Gerätes müssen vom Technischen Kundendienst von Technogym durchgeführt werden.

Vor jedem Eingriff muss das Gerät ausgeschaltet werden, indem der Schalter in die Position OFF (0) gebracht und der Netzstecker aus der Steckdose gezogen wird.

Monatlich:

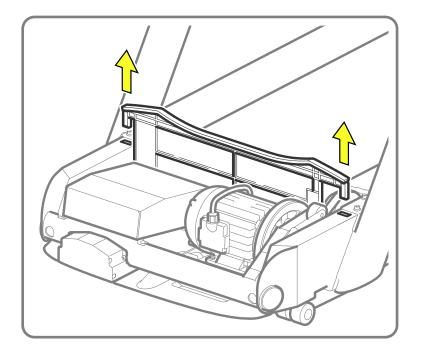
- Überprüfen Sie den Abnutzungsgrad der Laufbandes;
- Reinigen Sie den Motorraum und den Staubfilter.

Überprüfen Sie den Abnutzungsgrad der **Antriebsriemen des Laufbandes** jährlich.



Staubfilter

Der Staubfilter befindet sich zwischen dem Laufband und dem Motorraum und dient als Schutz vor Fremdkörpern, die während des Betriebs am Laufband haften bleiben können. Reinigen Sie den Staubfilter und seine Umgebung monatlich. Nehmen Sie dazu das Schutzgehäuse ab und ziehen Sie den Filter aus den Führungen. Reinigen Sie ihn mit einem Staubsauger. Aus Sicherheitsgründen muss der Staubschutzfilter immer neu eingesetzt werden.





Notstopptaste

Prüfen Sie monatlich die Unversehrtheit der Notstopptaste:

- Prüfen Sie, ob Schnur und Klammer vorhanden und unversehrt sind.
- Prüfen Sie, ob die Notstopptaste unversehrt ist.
- Ziehen Sie, wenn sich das Laufband mit 5 km/h bewegt, die Schnur mit der Klammer, um den Notstopp auszulösen und prüfen Sie, ob das Laufband zum Stillstand kommt.
- Betätigen Sie, wenn sich das Laufband mit 5 km/h bewegt, die Notstopptaste, um zu prüfen, ob das Laufband zum Stillstand kommt.

Wenn die Notstopptaste nicht ordnungsgemäß funktioniert, nehmen Sie das Produkt außer Betrieb und kontaktieren Sie den Technischen Kundendienst von Technogym.

Für den Austausch mangelhafter oder beschädigter Teile kontaktieren Sie bitte den Technischen Kundendienst von Technogym.



Regulierung des Laufbandes

Während des Betriebs muss das Laufband in zentraler Stellung laufen: die Schriftzüge müssen rechts und links die gleiche Entfernung vom Rahmen aufweisen. Verschiebt sich das Laufband dagegen nach rechts oder links, muss es erneut zentriert werden.

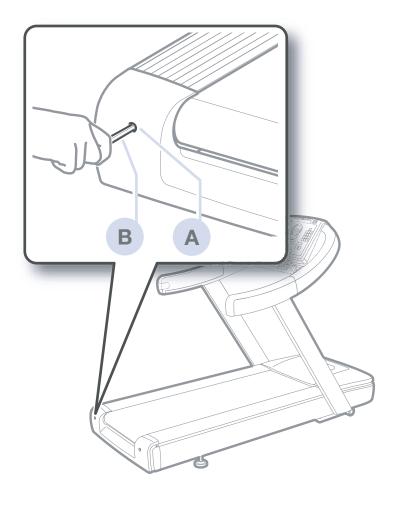
Die Regulierung wird bei laufendem Gerät vorgenommen.

Betätigen Sie die entsprechende Regulierungsschraube (A) mit dem Schlüssel (B) aus dem Zubehör auf der in der Abbildung gezeigten Seite, bis die Schriftzüge den gleichen Abstand vom Rahmen aufweisen.



ACHTUNG

Gehen Sie bei der Regulierung des Laufbandes langsam vor. Drehen Sie die Schraube um ¼ oder ½ Drehung und überprüfen Sie das Resultat, bevor Sie die Schraube erneut betätigen.



Abhilfe bei Störungen

Es folgt eine Aufstellung von Störungen, die beim normalen Betrieb des Gerätes auftreten können. Sollten es die hier aufgeführten Maßnahmen nicht ermöglichen, bei den genannten Störungen Abhilfe zu schaffen, so wenden Sie sich bitte an den Technischen Kundendienst.

Störung	Ursache
	Abhilfe
Das Gerät schaltet sich nicht ein	Es ist keine Netzspannung vorhanden. Vergewissern Sie sich, dass Spannung an der Steckdose anliegt, an die das Gerät angeschlossen ist, indem Sie Geräte anschließen, die korrekt funktionieren.
	Die Circuit Breaker ist aktiviert. Vergewissern Sie sich, dass die beiden Tasten neben dem Schalter ausgeschaltet sind, indem Sie sie bis zum Anschlag drücken.
	Das Netzkabel ist beschädigt.
	Wenden Sie sich an den Technischen Kundendienst von Technogym.
	Der Steckverbinder des Bedienfeldes wurde versehentlich herausgezogen. Wenden Sie sich an den Technischen Kundendienst von Technogym.
Übermäßiger innerer Schallpegel	Das Gerät steht nicht eben. Prüfen Sie die Nivellierung und regulieren Sie ggf. die hinteren Stellfüße.
	Die Lager sind defekt. Wenden Sie sich an den Technischen Kundendienst von Technogym.
	Der Riemen ist abgenutzt. Wenden Sie sich an den Technischen Kundendienst von Technogym.
Anormales Geräusch aus der Motorengegend	Das Laufband ist nicht zentriert. Regulieren Sie das Laufband wie in Abschnitt Regulierung des Laufbandes beschrieben.



Störung	Ursache Abhilfe
Probleme bei der Erfassung der Herzfrequenz mithilfe des Brustgurtes	Es sind weitere Sender in der Nähe vorhanden. Verschieben Sie das Gerät so weit, dass keine Überlagerungen von Signalen mehr auftreten können (der Mindestabstand zwischen zwei Geräten beträgt 80 cm); verwenden Sie ansonsten den Handensor.
	In Gerätenähe treten starke Funkstörungen auf. Ermitteln Sie die Störquelle (z.B. Elektrohaushaltsgeräte) und verschieben Sie diese oder das Gerät.
	Der Brustgurt für den Herzfrequenzmesser ist abgenutzt. Ersetzen Sie den Brustgurt durch einen neuen.
	Der Hautkontakt des Senders im Brustgurt ist unzureichend. Feuchten Sie die Innenseite des Brustgurtes mit Wasser an.
	Das Bedienfeld funktioniert nicht einwandfrei. Wenden Sie sich an den Technischen Kundendienst von Technogym.
	Der Sender ist defekt. Ersetzen Sie den Brustgurt.
Die während des Betriebs angezeigten Daten sind falsch oder unzuverlässig	Eine Taste auf dem Bedienfeld ist blockiert. Sollte das Problem weiterhin auftreten, so wenden Sie sich an den Technischen Kundendienst von Technogym.
	Das Gerät steht in der Nähe starker Funkstörquellen (z.B. Elektrohaushaltsgeräte). Verschieben Sie das Gerät an einen anderen Ort oder entfernen Sie die Elektrohaushaltsgeräte.
	Ein Anschluss im Geräteinneren hat sich versehentlich gelöst. Wenden Sie sich an den Technischen Kundendienst von Technogym.
	Im Bedienfeld ist ein Kurzschluss aufgetreten. Wenden Sie sich an den Technischen Kundendienst von Technogym.



Technischer Kundendienst

Der Technische Kundendienst von Technogym bietet Ihnen die folgenden Dienste:

- Telefonische Beratung;
- Bestimmung der Kundendiensteinsätze gegen Bezahlung und auf Garantie;
- Kundendienst vor Ort;
- Lieferung von Originalersatzteilen.

Technogym Technical Support Service

tel: 0547 650650 fax: 0547 650150

email: support@technogym.com

Bei Kundendienstanforderung geben Sie bitte folgende Daten an:

- Gerätemodell,
- Kaufdatum,
- Seriennummer,
- Genaue Beschreibung des aufgetretenen Problems.



ACHTUNG

Bei Eingriffen am Gerät durch Personal, das nicht von Technogym autorisiert wurde, verfällt die Garantie.

Technogym liefert Elektroschaltpläne und Kabelübersichten an die Kundendienstunternehmen.



Lagerung

Wird das Gerät lange Zeit nicht genutzt, sollte es wie folgt aufbewahrt werden:

- Stellen Sie es an einen trockenen und sauberen Ort und schützen Sie es mit einer Schutzhülle vor Staub.
- Ideale Bedingungen für die Aufbewahrung: eine Temperatur von -10 °C bis 70 °C und eine Luftfeuchtigkeit zwischen 20 % und 90 %.

Bitte verwenden Sie zur einwandfreien Aufbewahrung die Original Verpackung.

Entsorgung des Geräts

Versichern Sie sich bitte immer, dass das Gerät nicht zu einer Gefahrenquelle oder zu ungeeignetem Spielzeug für Kinder werden kann. Sollte das Gerät lange Zeit nicht genutzt oder sogar entsorgt werden, legen Sie es bitte still, indem Sie das Netzkabel entfernen.

Es ist verboten, das Gerät als Abfall in der Umwelt und in öffentlichen oder privaten, zu öffentlichen Zwecken genutzten Bereichen zu entsorgen.

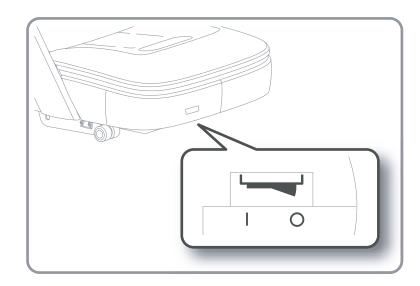
Das Gerät besteht aus recyclebaren Materialien wie Stahl, Aluminium und Kunststoff. Entsorgen Sie diese daher gemäß der Verfahrensweise für städtische und wieder verwertbare Abfälle und in Übereinstimmung mit den gültigen Bestimmungen, indem Sie sich an Firmen wenden, die auf städtische und umwelttechnische Entsorgung spezialisiert sind.



Ein- und Ausschalten

Schalten Sie das Gerät ein, indem Sie den Schalter auf Position **ON** (I) (eingeschaltet) stellen. Je nach Geräteversion kann die Position ON (I) und OFF (0) variieren; kontrollieren Sie zur Bestimmung der richtigen Position den Aufkleber auf dem Gerät.

Nach einer schnellen Selbstkontrolle (Reset) kann das Gerät benutzt werden.



In diesem Betriebsmodus sind folgende Funktionen aktiviert:

- Berechnung des Wertes des Herzfrequenz, falls diese ermittelt wird.
- Lesen der Zugriffscodes für das Konfigurationsmenü (siehe Abschnitt Konfigurationsmenü im Bereich zur Software).
- Veränderung der Steigung.

Ein- und Ausschalten

Schalten Sie das Gerät aus, indem Sie den Schalter auf Position **OFF** (**0**) (ausgeschaltet) stellen. Je nach Geräteversion kann die Position ON (I) und OFF (0) variieren; kontrollieren Sie zur Bestimmung der richtigen Position den Aufkleber auf dem Gerät.

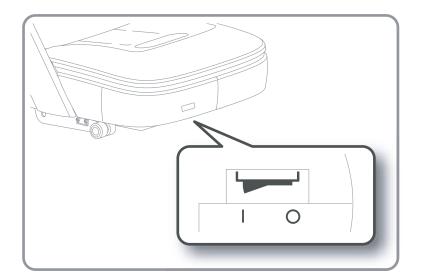
Schalten Sie das Gerät erst am Ende des Trainings aus, wenn es sich in Stand-by befindet.

Wird das Gerät über einen längeren Zeitraum nicht benutzt, so schalten Sie es am Schalter aus und ziehen am besten auch den Stecker aus der Wandsteckdose.



ACHTUNG

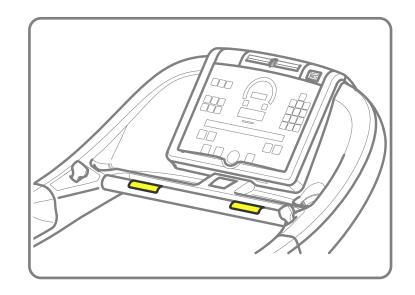
Der Schalter dient dem Ein- und Ausschalten des Gerätes, er isoliert es jedoch auch auf Position OFF (0) (ausgeschaltet) nicht vollständig von der Netzspannung. Um das Gerät vollständig spannungslos zu setzen, muss der Stecker des Stromkabels gezogen werden.



Feststellung der Herzfrequenz

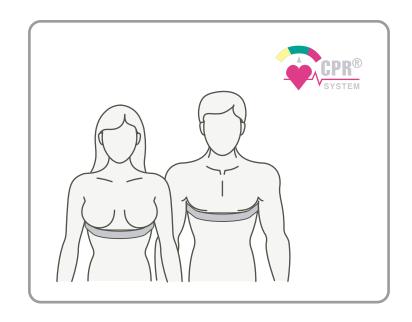
Das Gerät ermöglicht die Kontrolle der Herzfrequenz auf zwei verschiedene Arten:

- Mit einer Vorrichtung auf den Griffen (Handsensor), die durch das Umfassen der Griffe im Sensorbereich aktiviert wird.



- Mit einem Brustgurt mit integriertem Herzfrequenzsender vom Typ Polar T31.

Im Empfangsbereich des Empfängers darf sich nicht mehr als ein Sender befinden. Der Empfänger könnte sonst mehrere Signale gleichzeitig empfangen und den Herzschlag dadurch falsch darstellen. Falls in der Umgebung mehrere Empfängergeräte zur Herzfrequenzmessung vorhanden sind, beträgt der empfohlene Mindestabstand zwischen diesen 80 cm.



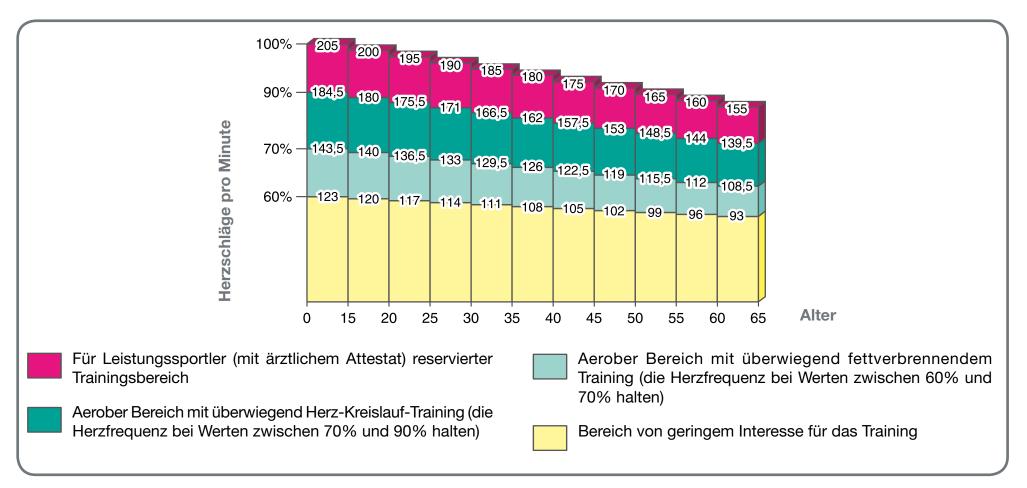


Feststellung der Herzfrequenz

Das Messen der Herzfrequenz führt in der Nähe von Funkstörquellen (TV, Handys usw.) zu nicht korrekten Ergebnissen.

Falls Sie Zweifel in Bezug auf die Korrektheit der Daten haben, wenden Sie sich bitte an den Technischen Kundendienst.

In der folgenden Tabelle sind die optimalen Prozentsätze im Verhältnis von Alter und gesetztem Trainingsziel aufgeführt. Die theoretische maximale Herzfrequenz (100 %) basiert auf dem Alter und wird wie folgt berechnet: 220 - Alter.





Feststellung der Herzfrequenz

Um das Schaubild zu lesen, suchen Sie auf der horizontalen Achse Ihr Alter und folgen Sie der vertikalen Achse so weit, bis Sie die entsprechenden Werte bei 60 %, 70 %, 90 % erreichen.

Die körperliche Aktivität mit einer Herzfrequenz **zwischen 60% und 70%** zeichnet sich vor allem durch den Verbrauch von Fetten für die Energiebereitstellung aus.

Bei körperlicher Aktivität mit einer Herzfrequenz **zwischen 70% und 90%** wird dagegen besonders das Herz-Kreislauf-System trainiert.

Bei einem Alter von z. B. **30 Jahren** sollte, wenn das Ziel die Fettverbrennung ist, während des Trainings eine Herzfrequenz zwischen 114 (60%) und 133 (70%) eingehalten werden. Soll dagegen das Herz-Atemsystem trainiert werden, sollte der Herzschlag zwischen 133 (70%) und 171 (90%) liegen.



GEFAHR

Der Herzschlag darf während des Trainings 90 % des Maximalwertes in keinem Fall übersteigen (es sei denn, der Benutzer ist ein Leistungssportler).



ACHTUNG

Der Herzfrequenzmesser dient, sowohl mit dem Brustgurt als auch mit dem Handsensor, ausschließlich der Anzeige des Herzschlags während des Trainings und in keinem Fall der Diagnose oder der Feststellung von Herzanomalien oder kardialen Dysfunktionen. Der auf dem Display angezeigte Herzfrequenzwert ist daher rein indikativ und darf nicht als sicherer Wert angesehen werden.

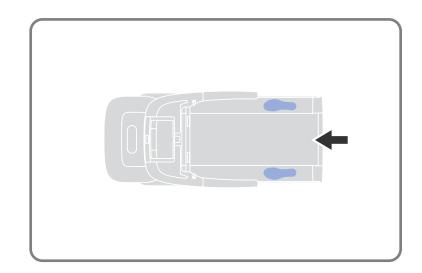
Vom Gebrauch des Brustgurtes mit Herzfrequenzmesser ist abzuraten, falls der Benutzer einen Herzschrittmacher oder Ähnliches trägt.

Zum Ablesen der prozentuellen Herzfrequenz auf dem Bedienfeld siehe Abschnitt *LEDs für die Herzfrequenz* im Bereich zur Software.

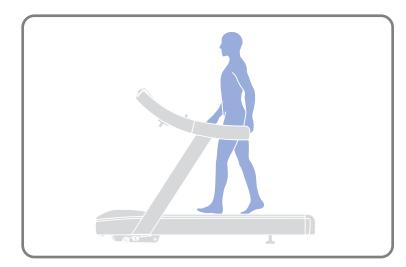


Ergonomische Trainingsposition

Steigen Sie von hinten auf das Laufband, wobei Sie nach vorne schauen, und stellen Sie die Füße auf den rechten und linken Fußstütze seitlich am Rahmen. In dieser Ruhestellung halten Sie sich mit einer Hand an einem Griff und stellen mit der anderen das Bedienfeld ein. Fassen Sie beim Start des Laufbandes die Griffe mit beiden Händen und beginnen Sie langsam zu gehen.



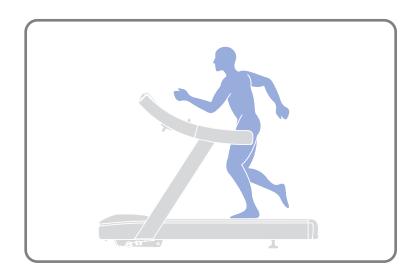
Die beiden **seitlichen Griffe** dienen der größeren Sicherheit während der ersten Trainingssitzungen mit Run Now; in der Folge ist es ratsam, ohne diese Stütze zu gehen oder zu laufen, um Gleichgewicht und Haltung zu verbessern.





Ergonomische Trainingsposition

Bei ca. 6-7 km/h geht der Benutzer vom schnellen Gehen zum Laufen mit entsprechend längeren Schritten über. Die Geschwindigkeit sollte schrittweise erhöht werden, sobald eine größere Sicherheit und Stabilität erreicht wird.





ACHTUNG

Denken Sie daran, dass Ablenkung aus der Umgebung zu Gleichgewichts- und Stabilitätsverlust führen kann.

Es obliegt dem Benutzer sicherzustellen, dass das Produkt, das er gerade benutzt, dabei nicht mit einem anderen beweglichen Gut kollidiert.



GEFAHR

Es ist verboten, rückwärts zu gehen oder zu laufen.

Der Gebrauch des Gerätes von zwei Personen gleichzeitig ist verboten.

Run Now darf nur zu solchem Gebrauch eingesetzt werden, zu dem es entwickelt und hergestellt wurde, d. h. als Gerät zur Simulation von Gehen und Laufen. Jeder bestimmungsfremde Gebrauch ist als falsch und somit gefährlich anzusehen.

