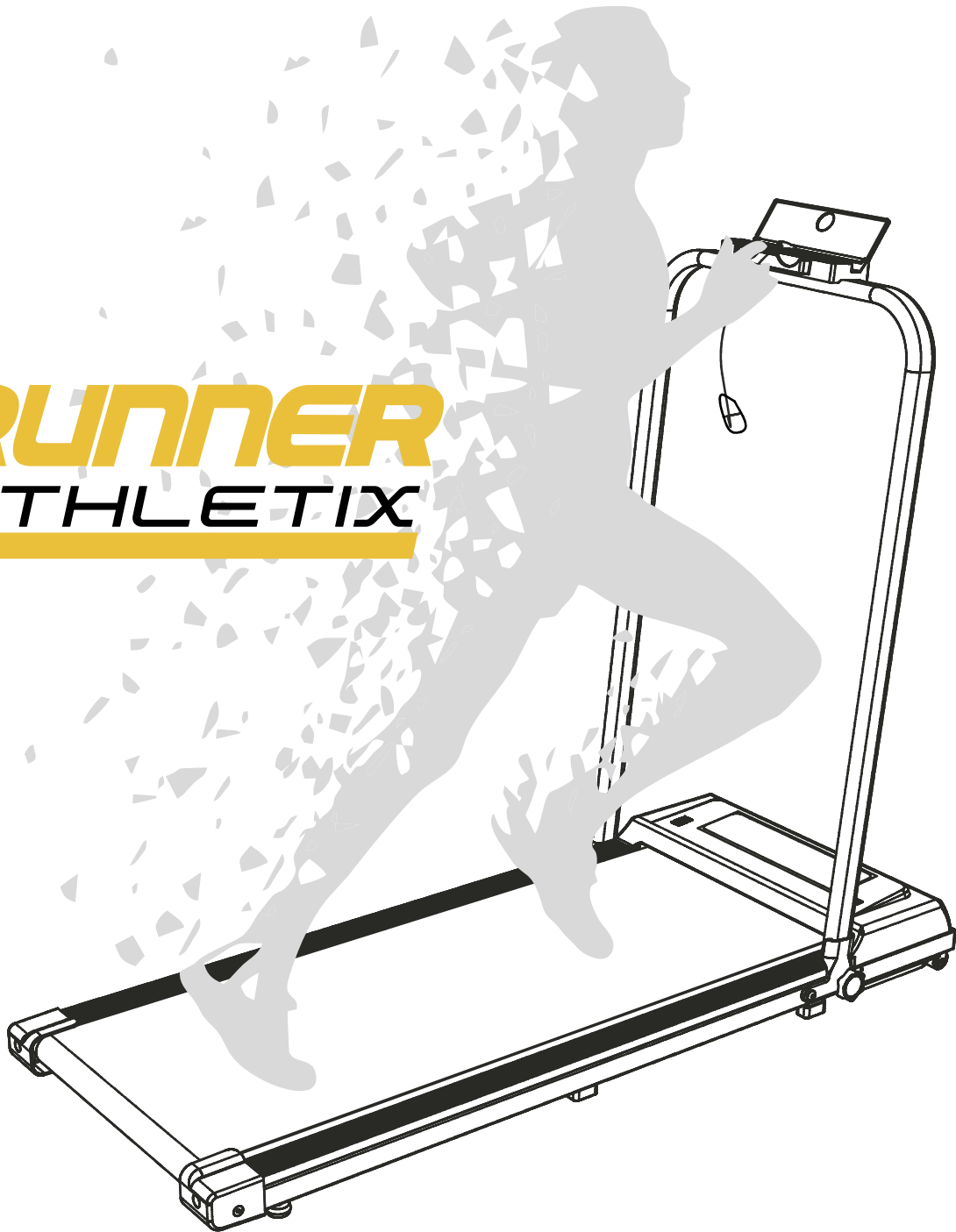


RUNNER
ATHLETIX



USER INSTRUCTION
INSTRUKCJA OBSŁUGI
GEBRAUCHSANWEISUNG

RAX9003
PRO SERIES

RUNNER

ATHLETIX

PRO SERIES

EN **03** Product profile

PL **03** Profil produktu

DE **03** Produktprofil

EN **04** Safety precautions, Warning Instructions

PL **05** Środki ostrożności, ostrzeżenia

DE **06** Sicherheitshinweise, Warnhinweise

EN **07** Installation Instructions

PL **08** Instrukcja instalacji

DE **09** Installationsanweisungen

EN **10** Exercise Recommendations and Guidelines

PL **11** Zalecenia i wskazówki dotyczące ćwiczeń

DE **12** Übungsempfehlungen und Richtlinien

EN **13** Product Instructions

PL **14** Instrukcje dotyczące produktu

DE **15** Product Hinweise

EN **16** Product Maintenance

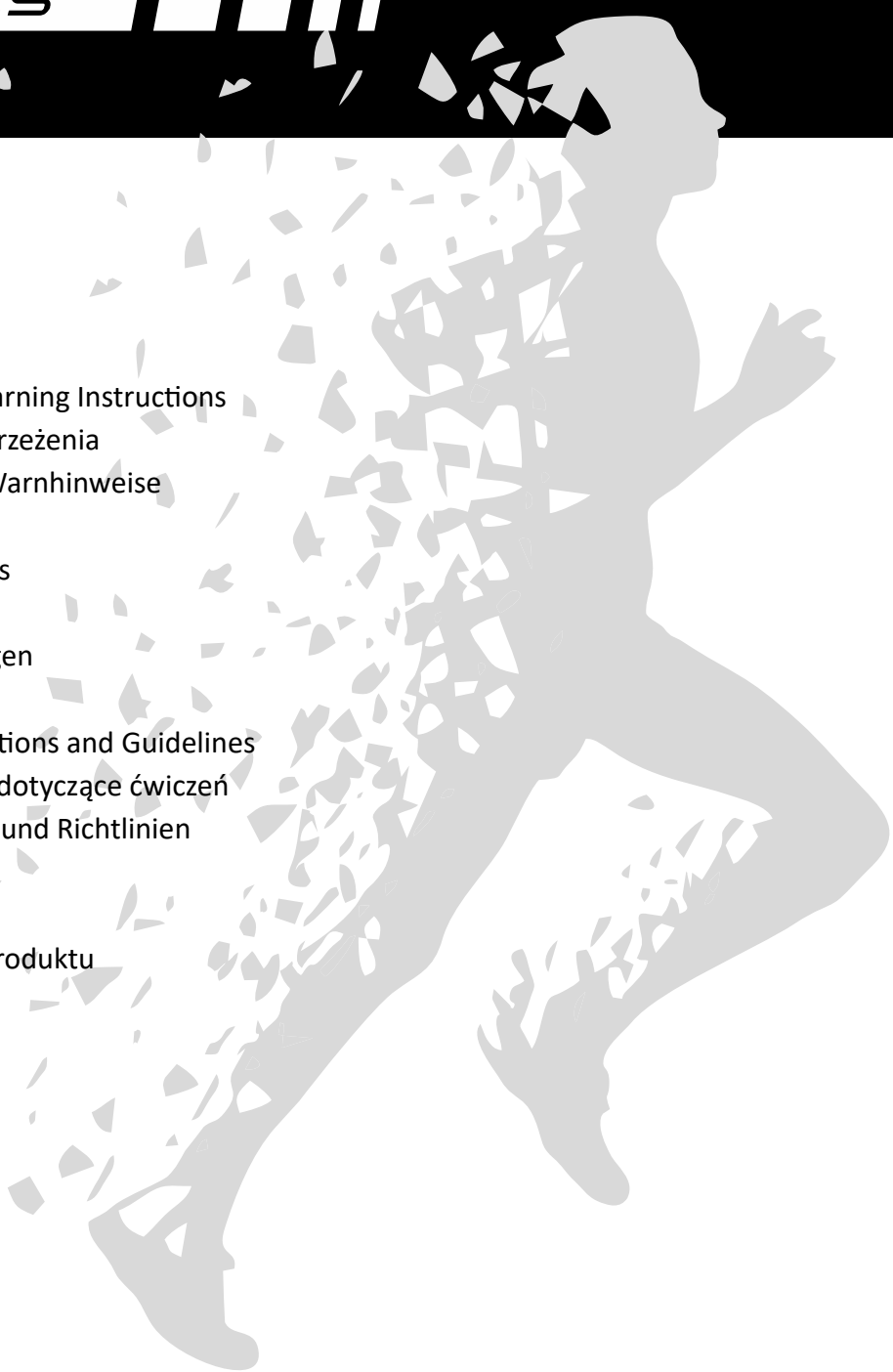
PL **17** Konserwacja produktu

DE **18** Produktpflege

EN **19** APP & Bluetooth

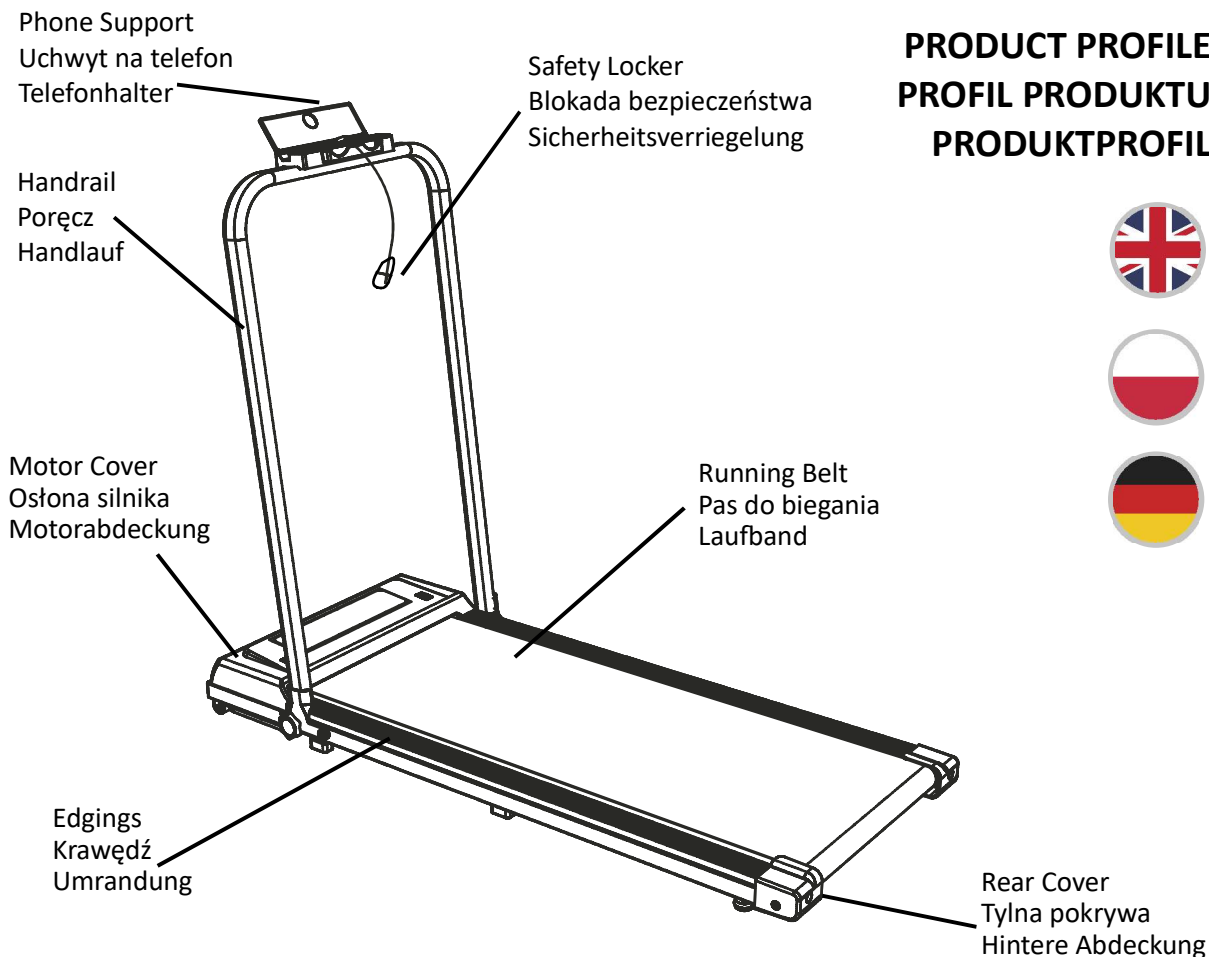
PL **19** Aplikacja i Bluetooth

DE **19** APP & Bluetooth



PRO SERIES RAX9003

PRODUCT PROFILE **PROFIL PRODUKTU** **PRODUKTPROFIL**



Main technical parameters Parametry techniczne Wichtigste technische Parameter			
Number Numer Nummer	The parameter name Nazwa parametru Der Name des Parameters	Description Opis Beschreibung	
1	Voltage Napięcie Spannung	AC 220V /50Hz	
2	Speed Szybkość Geschwindigkeit	1.0-10.0 KM/H	
3	Running area Powierzchnia biegu Laufender Bereich	1050*385mm	
4	Max Capacity Maksymalne obciążenie Maximale Belastung	120kg	
List of packing materials / Lista przedmiotów / Liste der Verpackungsmaterialien			
Number Numer Nummer	Name Nazwa Name	Unit Jednostka Einheit	Quantity Ilość Anzahl
1	Walking machine Bieżnia Gehmaschine	set	1
2	Accessories package Zestaw akcesoriów Zubehörpaket	bag	1



Accessories Package

Number	Name	Unit	quantity	picture
1	knob	pc	2	
2	phone support	pc	1	
3	Remote controller	pc	1	
4	M5 tools	pc	1	
5	silicone oil	pc	1	
6	instructions	pc	1	
7	M4 * 15 screw	pc	2	
8	Safety Locker	pc	1	

II. Safety precautions and warnings

Many safety issues in the design and manufacturing of this machine. In order to ensure your safety, please read all the contents of this manual, just in case. We do not bear any consequences caused by the abnormal operation.

WARNING

Please follow the instructions below to avoid causing harm to you and others.

- Before using this machine, ensure that the machine is fully grounded and flat the machine to avoid accidents and dangers.
- Please consult your health care doctor before exercising.
 - Please wear appropriate sports clothes for exercise (do not wear soft platform shoes to run, otherwise the sole chips will be sucked into the motor and control system, resulting in the operation failure of the machine).
 - Keep the room clean and tidy to avoid debris being brought into the machine, by electrostatic adsorption, causing the operation failure of the machine.
 - The user's weight should not exceed 120kg.
- This product is available only for one person at operation. Do not allow children or pets to play nearby to avoid accidents.
- The minimum spacing requirement in the home (that is, the distance from the wall and furniture), the front and both sides are not less than 100CM, and the rear is not less than 200CM.
- Do not use this machine if the power cord is damaged.
- In case of damage or break, do not use this machine and contact the local dealer for repair.
- Do not touch any parts in the movement, do not press any objects in or plug into the machine.
- The scope of this machine is indoor household, shall not be used in outdoor and gym.
- Please put the machine on a clean and flat ground, keep the ventilation condition of the machine good, ensure that there are no sharp items nearby, and do not use them near the water and heat source.
- Please use the handrail when getting up and down the machine. When the walking machine is not completely stopped, do not get off the machine. Do not operate the machine when using oxygen equipment or near the machine.
- To maintain the normal operation of the machine, do not install any accessories not provided by the original factory.
- All the parts of this machine must be kept firmly installed.

NOTE:

Turn off the power supply and unplug the plug after using the machine.

Numer	Nazwa	Jednostka	Ilość	rysunek
1	Nakrętka	szt.	2	
2	Uchwyt na telefon	szt.	1	
3	Pilot zdalnego sterowania	szt.	1	
4	M5 klucz imbusowy	szt.	1	
5	Olej silikonowy	szt.	1	
6	Instrukcja	szt.	1	
7	M4 * 15 śruby	szt.	2	
8	Blokada bezpieczeństwa	szt.	1	



Lista przedmiotów

II. Środki ostrożności i ostrzeżenia

Podczas projektowania i produkcji tego urządzenia zwrócono uwagę na wiele kwestii związanych z bezpieczeństwem. Aby zapewnić sobie bezpieczeństwo, należy zapoznać się z całą treścią niniejszej instrukcji.

OSTRZEŻENIE

Należy postępować zgodnie z poniższymi instrukcjami, aby uniknąć wyrządzenia szkody sobie i innym.

1. Przed rozpoczęciem korzystania z urządzenia należy upewnić się, że jest ono rozłożone na płasko, aby uniknąć wypadków i zagrożeń.
2. A. Przed rozpoczęciem ćwiczeń należy skonsultować się z lekarzem.
B. Do ćwiczeń należy nosić odpowiednią odzież sportową (nie należy nosić butów na miękkiej podeszwie do biegania, w przeciwnym razie wióry podeszwy zostaną zassane do silnika i układu sterowania, co spowoduje awarię urządzenia).
C. Należy utrzymywać czystość i porządek w pomieszczeniu, aby uniknąć przedostawania się zanieczyszczeń do urządzenia w wyniku adsorpcji elektrostatycznej, co może spowodować awarię urządzenia.
D. Waga użytkownika nie powinna przekraczać 120 kg.
3. Ten produkt może obsługiwać tylko jedna osoba. Aby uniknąć wypadków, w pobliżu urządzenia nie mogą przebywać dzieci ani zwierzęta domowe.
4. Minimalny wymagany odstęp w domu (tj. odległość od ściany i mebli), z przodu i po obu stronach wynosi nie mniej niż 100 cm, a z tyłu nie mniej niż 200 cm.
5. Nie używaj urządzenia, jeśli przewód zasilający jest uszkodzony.
6. W przypadku uszkodzenia lub pęknięcia nie należy używać urządzenia i skontaktować się z lokalnym dealerem w celu naprawy.
7. Nie dotykaj żadnych części w ruchu, nie wciskaj żadnych przedmiotów ani nie podłączaj wtyczki do urządzenia.
8. Urządzenie jest przeznaczone do użytku domowego.
9. Urządzenie należy ustawić na czystym i płaskim podłożu, utrzymywać dobrą wentylację urządzenia, upewnić się, że w pobliżu nie znajdują się żadne ostre przedmioty i nie używać go w pobliżu źródeł wody i ciepła.
10. Podczas wchodzenia i schodzenia z urządzenia należy korzystać z poręczy. Gdy bieżnia nie jest całkowicie zatrzymana, nie należy z niej zsiadać. Nie używaj urządzenia, gdy korzystasz z aparatury tlenowej lub znajdujesz się w jej pobliżu.
11. Aby utrzymać normalne działanie urządzenia, nie należy instalować żadnych akcesoriów, które nie zostały dostarczone przez fabrykę.
12. Wszystkie części urządzenia muszą być solidnie zamontowane.

UWAGA: Po zakończeniu korzystania z urządzenia należy wyłączyć zasilanie i wyjąć wtyczkę z gniazdka.



Zubehör-Paket

Nummer	Name	Einheit	Anzahl	Bild
1	Knopf	Stück	2	
2	Telefonhalter	Stück	1	
3	Fernsteuerung	Stück	1	
4	M5-Werkzeug	Stück	1	
5	Silikonöl	Stück	1	
6	Anleitung	Stück	1	
7	M4 * 15 schraube	Stück	2	
8	Sicherheitsverriegelung	Stück	1	

II. Sicherheitsvorkehrungen und Warnhinweise

Bei der Entwicklung und Herstellung dieses Geräts wurden viele Sicherheitsaspekte berücksichtigt. Um Ihre Sicherheit zu gewährleisten, lesen Sie bitte vorsichtshalber den gesamten Inhalt dieses Handbuchs vor. Wir übernehmen keine Haftung für Folgen, die durch einen fehlerhaften Betrieb verursacht werden.

WARNUNG

Bitte befolgen Sie die folgenden Anweisungen, um Schäden für sich und andere zu vermeiden.

1. Vergewissern Sie sich vor der Verwendung des Geräts, dass es vollständig geerdet ist, und legen Sie das Gerät flach, um Unfälle und Gefahren zu vermeiden.
2. A. Bitte konsultieren Sie Ihren Arzt, bevor Sie trainieren.
B. Bitte tragen Sie für das Training geeignete Sportkleidung (tragen Sie zum Laufen keine weichen Plateauschuhe, da sonst die Späne der Sohle in den Motor und das Steuersystem gesaugt werden, was zu einem Ausfall des Geräts führt).
C. Halten Sie den Raum sauber und aufgeräumt, um zu vermeiden, dass Schmutz durch elektrostatische Adsorption in das Gerät gelangt, was zu einem Betriebsausfall des Geräts führen kann.
D. Das Gewicht des Benutzers sollte 120 kg nicht überschreiten.
3. Dieses Produkt ist nur für eine Person zur Bedienung vorgesehen. Lassen Sie keine Kinder oder Haustiere in der Nähe spielen, um Unfälle zu vermeiden.
4. Der Mindestabstand in der Wohnung (d.h. der Abstand von der Wand und den Möbeln), die Vorderseite und beide Seiten sind nicht weniger als 100CM, und die Rückseite ist nicht weniger als 200CM.
5. Verwenden Sie dieses Gerät nicht, wenn das Netzkabel beschädigt ist.
6. Im Falle einer Beschädigung oder eines Bruchs darf das Gerät nicht verwendet werden und muss von einem Fachhändler repariert werden.
7. Berühren Sie keine Teile im Uhrwerk, drücken Sie keine Gegenstände hinein und stecken Sie keinen Stecker in das Gerät.
8. Das Gerät darf nur in Innenräumen verwendet werden, nicht im Freien oder in Fitnessstudios.
9. Bitte stellen Sie die Maschine auf einen sauberen und ebenen Boden, halten Sie die Belüftung der Maschine gut, stellen Sie sicher, dass es keine scharfen Gegenstände in der Nähe sind, und verwenden Sie sie nicht in der Nähe von Wasser und Wärmequelle.
10. Benutzen Sie bitte den Handlauf, wenn Sie auf die Maschine auf- und absteigen. Steigen Sie nicht aus, wenn das Gerät nicht vollständig zum Stillstand gekommen ist. Bedienen Sie das Gerät nicht, wenn Sie Sauerstoffgeräte verwenden oder sich in der Nähe des Geräts befinden.
11. Um den normalen Betrieb des Geräts aufrechtzuerhalten, installieren Sie kein Zubehör, das nicht vom Hersteller geliefert wurde.
12. Alle Teile des Geräts müssen fest installiert bleiben.

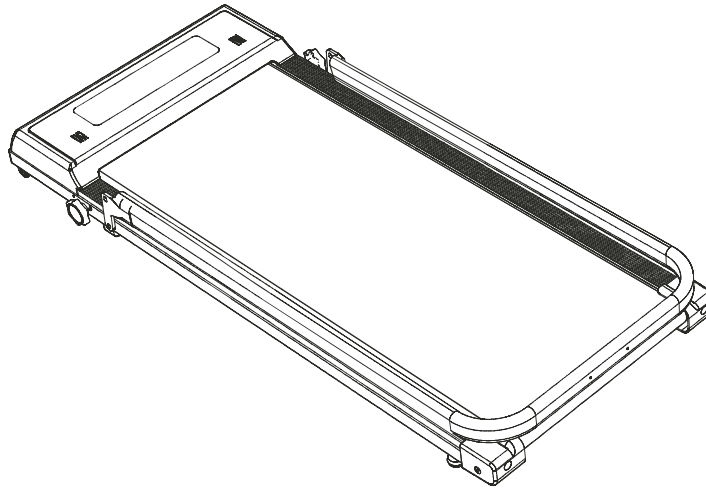
HINWEIS:

Nach dem nutzen des Gerätes schalten Sie die Stromversorgung aus und ziehen Sie den Netzstecker.

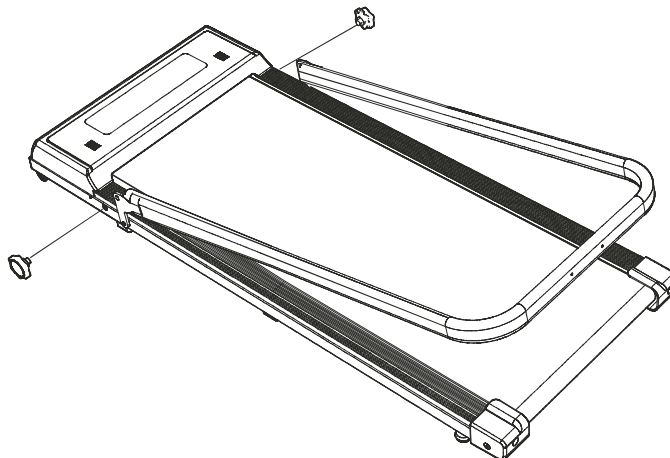
III. Installation Instructions



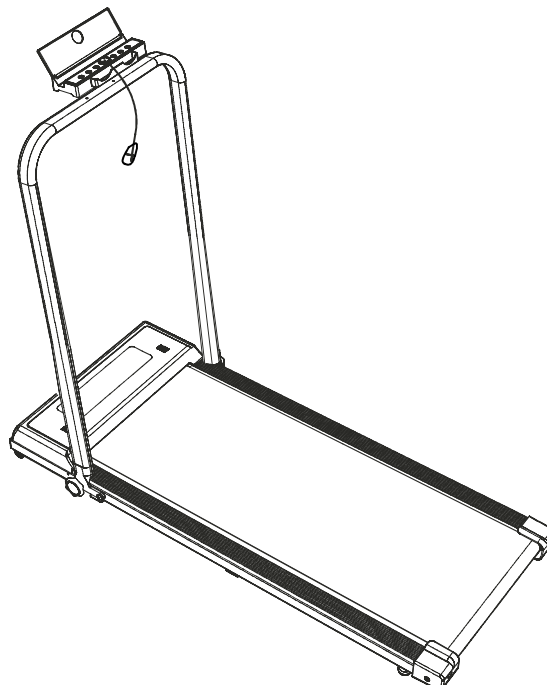
- 1) Open the package, remove the product accessories from the carton, and put the machine flat on the ground.



- 2) Vertical the handrail and fix the handrail on the bottom frame in the corresponding screw hole with two knobs.



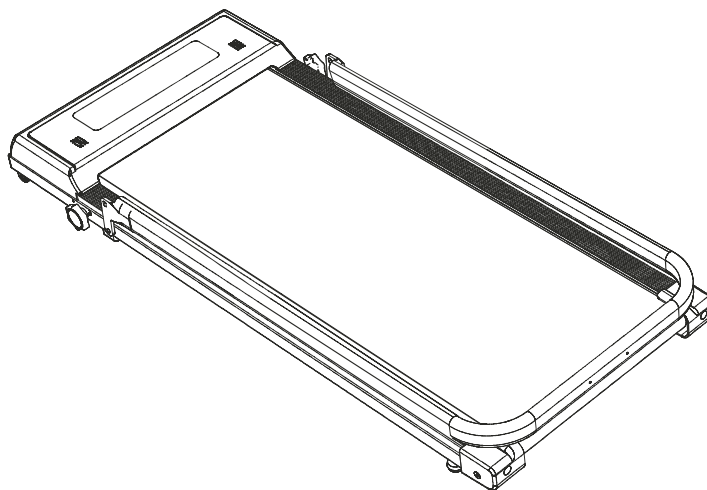
- 3) Insert the cable of the Phone Holder into the handrail left direction from the hole. Assemble the phone holder with two M4*15 screws in the corresponding screw hole in the middle of the handrail pipe, and rotate tightly.



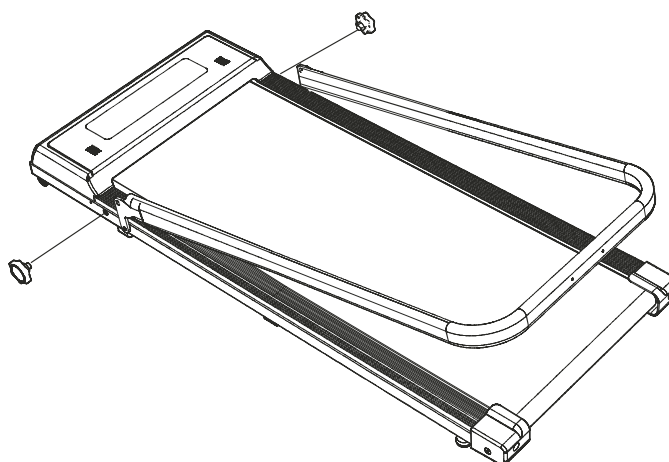


III. Instrukcja instalacji

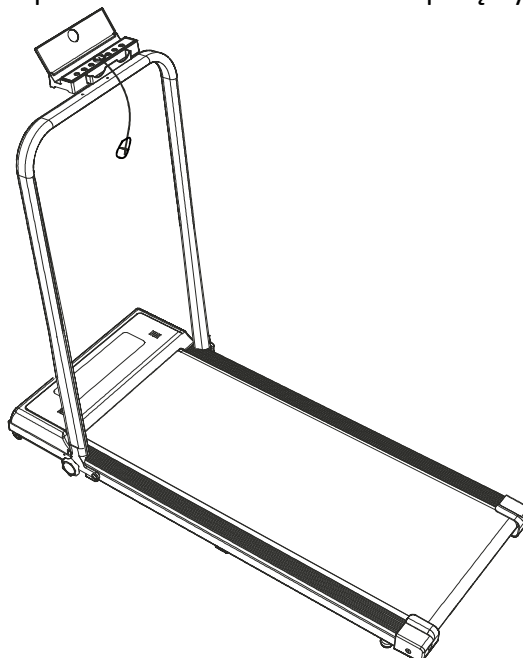
- 1) Otwórz opakowanie, wyjmij akcesoria z kartonu, i połóż urządzenie płasko na ziemi.



- 2) Ustaw poręcz pionowo i zamocuj ją na dolnej ramie w odpowiednim otworze za pomocą dwóch pokręteł.



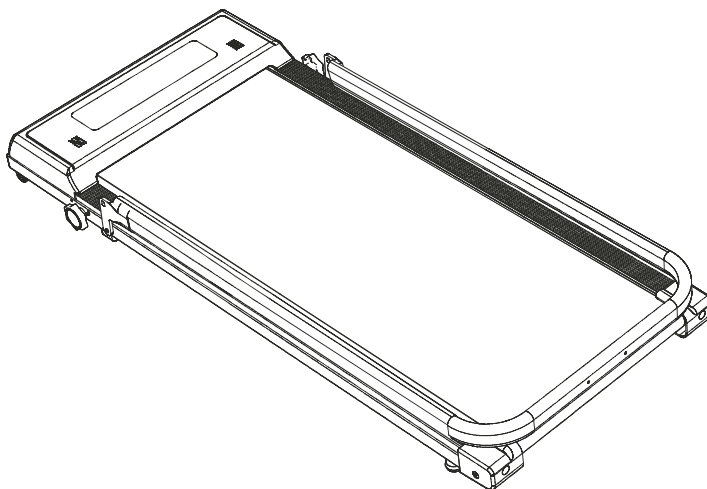
- 3) Włóż kabel uchwytu na telefon do poręczy w lewym kierunku od otworu. Zamontuj uchwyt na telefon za pomocą dwóch śrub M4*15 w odpowiednim otworze w środku poręczy.



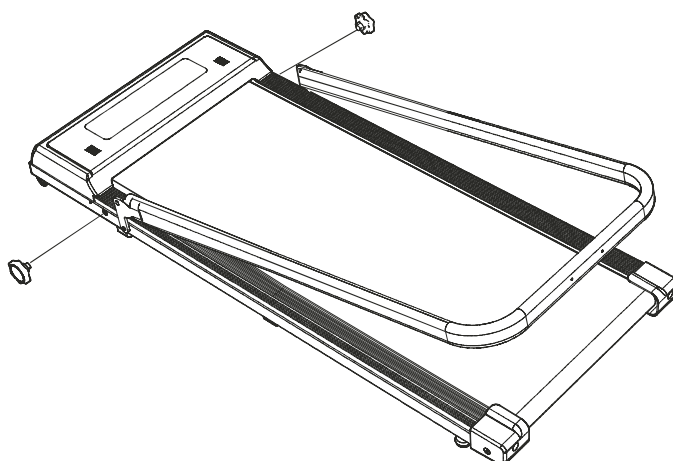
III. Installationsanweisungen



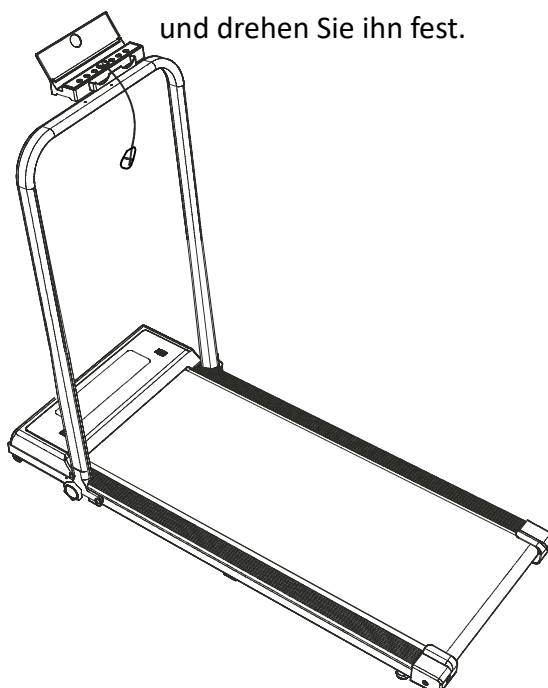
- 1) Öffnen Sie die Verpackung, nehmen Sie das Produktzubehör aus dem Karton, und stellen Sie die Maschine flach auf den Boden.



- 2) Stellen Sie den Handlauf senkrecht und befestigen Sie den Handlauf am unteren Rahmen in den entsprechenden Schraublöchern mit zwei Knöpfen.



- 3) Führen Sie das Kabel des Telefonhalters in den Handlauf ein, und zwar von der linken Seite des Lochs aus. Befestigen Sie den Telefonhalter mit zwei M4*15 Schrauben in den entsprechenden Schraubenlöchern Loch in der Mitte des Handlaufrohrs und drehen Sie ihn fest.



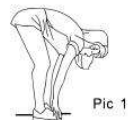


IV. Exercise recommendations and guidelines

- Please consult your doctor before starting an exercise or training program. Please follow the doctor's advice and instructions.
- After consulting with your doctor, set the exercise goals to ensure that the plan is practical and start the training plan leisurely.
- You can add some aerobic exercises to your exercise plan, such as walking, jogging, swimming, dancing or riding a bike. Check your pulse regularly. If you do not have an electronic heartbeat monitoring table, ask your doctor about the right way to measure your pulse from your wrist or neck. In addition, you must set the target heart rate based on your age and physical kindness.
- Drink enough water during the exercise. You must replenish the water lost from excessive exercise to prevent dehydration. Avoid drinking large amounts of ice water or drink, and the drinking water or drink temperature is equal to room temperature.

V. Warm Exercise

Warm and soothing exercises: A successful exercise program must include warm, aerobic and soothing exercises. Exercise at least two to three times a week, take a day off. After a few months, you can increase the number of exercises to a Thursday to five days. Warm body is a very important part of your fitness exercise, warm your body before each exercise, moderate warm body can make your body ready for the next more intense exercise, because warm body can help muscle warm and stretch, improve blood circulation, improve pulse, and send more oxygen into the muscle. After the end of aerobic exercise, repeated warm-up exercises can also reduce muscle soreness. We recommend the following body-warming and soothing exercises.

1. Stretch down: With your knees slightly, bend your body slowly forward, relax your back and shoulders, and touch your hands touch your toes as much as possible. Hold for 10-15 seconds, and then relax. Repeat 3 times	
2. Foot tendon extension: Sit on a clean cushion, straighten one leg, and then the other inward, making it close to the inside of the straight leg, and try to touch your toes with your hands. Hold for 10-15 seconds, and then relax. Repeat for each leg three times	
3. Crus and heel tendon extension: Hold the wall or stand with two hands, one foot behind, keep your hind legs upright, heel on the ground, leaning in the direction of the wall. Hold for 10-15 seconds, and then relax. Each leg was repeated for three times	
4. The quadriceps stretch: Hold your left hand against the wall or table, then stretch your right hand back and hold your right heel to your hips until you feel the muscles in the front of your thigh. Hold for 10-15 seconds, and then relax. Repeat for each leg	
5. Setter muscles (inner thigh) extension: Hold the soles of your feet opposite, your knees outward and pull in the groin. Hold for 10-15 seconds, and then relax. Repeat three times	

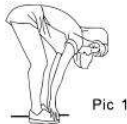


IV. Zalecenia i wskazówki dotyczące ćwiczeń

- Przed rozpoczęciem ćwiczeń lub programu treningowego należy skonsultować się z lekarzem. Należy postępować zgodnie z zaleceniami i instrukcjami lekarza.
- Po konsultacji z lekarzem ustal cele ćwiczeń, aby upewnić się, że plan jest praktyczny i rozpocznij plan treningowy spokojnie.
- Do planu ćwiczeń można dodać ćwiczenia aerobowe, takie jak chodzenie, jogging, pływanie, taniec lub jazda na rowerze. Regularnie sprawdzaj swój puls. Jeśli nie masz elektronicznego urządzenia do monitorowania tętna, zapytaj lekarza o właściwy sposób pomiaru pulsu z nadgarstka lub szyi. Ponadto należy ustawić docelowe tętno na podstawie wieku i sprawności fizycznej.
- Pij wystarczającą ilość wody podczas ćwiczeń. Należy uzupełniać wodę utraconą w wyniku nadmiernych ćwiczeń, aby zapobiec odwodnieniu. Należy unikać picia dużych ilości lodowatej wody lub napojów, a temperatura wody pitnej lub napojów powinna być równa temperaturze pokojowej.

V. Ćwiczenia rozgrzewające

Ćwiczenia rozgrzewające i uspokajające: Skuteczny program ćwiczeń musi obejmować ćwiczenia rozgrzewające, aerobowe i uspokajające. Ćwicz co najmniej dwa do trzech razy w tygodniu, zrób sobie dzień przerwy. Po kilku miesiącach można zwiększyć liczbę ćwiczeń do czwartku do pięciu dni. Ciepłe ciało jest bardzo ważną częścią ćwiczeń fitness, rozgrzej się przed każdym ćwiczeniem, żeby sprawić, że będziesz gotowy do następnego bardziej intensywnego ćwiczenia. Pomoże to mięśniom rozgrzać się i rozciągnąć, poprawić krążenie krwi, poprawić puls i wysłać więcej tlenu do mięśni. Po zakończeniu ćwiczeń aerobowych powtarzane ćwiczenia rozgrzewające mogą również zmniejszyć bolesność mięśni. Zalecamy następujące ćwiczenia rozgrzewające i kojące.

1. Rozciąganie Lekko uginając kolana, powoli pochyl ciało do przodu, rozluźnij plecy i ramiona, a dłońmi dotknij palców stóp tak mocno, jak to możliwe. Przytrzymaj przez 10-15 sekund, a następnie rozluźnij. Powtórz 3 razy	 Pic 1
2. Rozciąganie ścięgna stopy Usiądź na czystej poduszce, wyprostuj jedną nogę, a następnie drugą do wewnątrz, zbliżając ją do wewnętrznej strony prostej nogi i spróbuj dotknąć palców stóp dłońmi. Przytrzymaj przez 10-15 sekund, a następnie rozluźnij. Powtórz trzy razy na każdą nogę	 Pic 2
3. Rozciąganie ścięgna podkolanowego i piętowego: Oprzyj się o ścianę dwoma rękoma, jedna stopa z tyłu, trzymaj tylne nogi wyprostowane, pięty na ziemi, pochylając się w kierunku ściany. Przytrzymaj przez 10-15 sekund, a następnie rozluźnij. Powtórz trzy razy na każdą nogę	 Pic 3
4. Rozciąganie mięśnia czworogłowego Przytrzymaj lewą rękę przy ścianie lub stole, a następnie wyciągnij prawą rękę do tyłu i przytrzymaj prawą piętę przy biodrach, aż poczujesz mięśnie z przodu uda. Przytrzymaj przez 10-15 sekund, a następnie rozluźnij. Powtórz ćwiczenie na drugą nogę.	 Pic 4
5. Rozciąganie mięśni prostowników (wewnętrzna strona ud): Przytrzymaj podeszwy stóp naprzeciwko siebie, kolana na zewnątrz i wciągnij pachwiny. Przytrzymaj przez 10-15 sekund, a następnie rozluźnij. Powtórz trzy razy	 P



IV. Übungsempfehlungen und Richtlinien

- Bitte konsultieren Sie Ihren Arzt, bevor Sie ein Übungs- oder Trainingsprogramm beginnen. Bitte befolgen Sie die Ratschläge und Anweisungen Ihres Arztes.
- Legen Sie nach Rücksprache mit Ihrem Arzt die Trainingsziele fest, um sicherzustellen, dass der Plan praktikabel ist, und beginnen Sie den Trainingsplan in aller Ruhe.
- Sie können Ihren Trainingsplan um einige aerobe Übungen erweitern, wie z. B. Gehen, Joggen, Schwimmen, Tanzen oder Radfahren. Prüfen Sie regelmäßig Ihren Puls. Wenn Sie kein elektronisches Pulsmessgerät haben, fragen Sie Ihren Arzt nach der richtigen Methode, Ihren Puls am Handgelenk oder am Hals zu messen. Außerdem müssen Sie die Zielherzfrequenz auf der Grundlage Ihres Alters und Ihrer körperlichen Verfassung festlegen.
- Trinken Sie während des Trainings ausreichend Wasser. Sie müssen das durch übermäßige Bewegung verlorene Wasser wieder auffüllen, um eine Dehydrierung zu vermeiden. Vermeiden Sie es, große Mengen an Eiswasser oder Getränken zu trinken, und die Temperatur des Trinkwassers oder der Getränke sollte der Raumtemperatur entsprechen.

V. Warme Übungen

Warme und entspannende Übungen: Ein erfolgreiches Trainingsprogramm muss warme, aerobe und entspannende Übungen umfassen. Trainieren Sie mindestens zwei- bis dreimal pro Woche, machen Sie einen Tag Pause. Nach ein paar Monaten können Sie die Anzahl der Übungen auf einen Donnerstag bis fünf Tage erhöhen. Warm Körper ist ein sehr wichtiger Teil Ihrer Fitness-Übung, wärmen Sie Ihren Körper vor jeder Übung, mäßig warmen Körper kann Ihr Körper bereit für die nächste intensivere Übung, weil warmen Körper kann dazu beitragen, Muskel warm und dehnen, verbessern die Durchblutung, verbessern Puls, und senden Sie mehr Sauerstoff in den Muskel. Nach dem Ende des Aerobic-Trainings können wiederholte Aufwärmübungen auch den Muskelkater verringern. Wir empfehlen die folgenden Übungen zum Aufwärmen und Entspannen des Körpers.

1. Nach unten strecken: Beugen Sie den Körper bei leicht gebeugten Knien langsam nach vorne, entspannen Sie Rücken und Schultern und berühren Sie mit den Händen so weit wie möglich die Zehen. Halten Sie die Position 10-15 Sekunden lang und entspannen Sie sich dann. 3 Mal wiederholen.	 Pic 1
2. Verlängerung der Fußsehne: Setzen Sie sich auf ein sauberes Kissen, strecken Sie ein Bein und dann das andere nach innen, so dass es sich der Innenseite des gestreckten Beins nähert, und versuchen Sie, mit den Händen die Zehen zu berühren. Halten Sie die Position 10-15 Sekunden lang und entspannen Sie sich dann. Wiederholen Sie die Übung für jedes Bein dreimal.	 Pic 2
3. Kreuzbein- und Fersensehnenstreckung: Halten Sie sich mit beiden Händen an der Wand fest oder stellen Sie sich mit einem Fuß nach hinten, halten Sie die Hinterbeine aufrecht, die Ferse auf dem Boden, lehnen Sie sich in Richtung der Wand. Halten Sie die Position 10-15 Sekunden lang und entspannen Sie sich dann. Jedes Bein wurde dreimal wiederholt.	 Pic 3
4. Die Quadrizeps-Dehnung: Halten Sie die linke Hand an die Wand oder den Tisch, strecken Sie dann die rechte Hand zurück und halten Sie die rechte Ferse an die Hüfte, bis Sie die Muskeln an der Vorderseite des Oberschenkels spüren. Halten Sie die Position 10-15 Sekunden lang und entspannen Sie sich dann. Wiederholen Sie die Übung für jedes Bein.	 Pic 4
5. Setter-Muskeln (innere Oberschenkel) strecken: Halten Sie die Fußsohlen gegenüber, die Knie nach außen und ziehen Sie die Leiste ein. Halten Sie die Position 10-15 Sekunden lang und entspannen Sie sich dann. Dreimal wiederholen.	 P



1. Speed, from 1-8 km / 1-10 km.
2. Time, the counting time is 00:00-99.00 min. When the number reaches 99:00, the machine slowly stops, and the machine enters the standby state.
3. Distance, with a distance ranging from 0-99.0 km.
4. Calories from 0-990, to the highest point to start counting again.



5. Remote control: press the key **ON/OFF** to start the machine in standby state, press **+** or **-** to increase or decrease speed by 0.1/ time, or by 0.5/ time when held for more than 2 seconds, continuous increase or decrease.
6. After the remote control button **ON/OFF** is pressed, the machine stops slowly.
7. Press **M** button to preset the time/distance/calories.
8. For emergency stop, please take off the Safety Locker.

Code	Description	SOLUTION
E1	communication exception	1. Possible cause: The communication between the electronic control and the electronic watch is blocked. Check each section of the connection between the electronic watch and the communication line of the lower control to ensure that each core is fully inserted 2. Check whether the cable between the electronic watch and the controller is damaged, and replace the cable
E2	the controller detects abnormal voltage and current on the motor	Possible causes: Check whether the motor has odor. Replace the motor, or the IGBT tube abnormal, replaces the controller
E5	Overcurrent protection: Under the running state, the down-control continuously detects that the DC motor current is greater than the rated current +10A for more than 3 seconds.	The possible cause is that the running time exceeds the rated load, and the system protects itself
E7	Safety switch off	Possible causes: 1. The safety switch is not installed 2. Safety switch induction line is bad



VI. Instrukcje dotyczące produktu



1. Prędkość, od 1-8 km / 1-10 km.
2. Czas, czas zliczania wynosi 00:00-99,00 min. Gdy liczba osiągnie 99:00, urządzenie powoli zatrzyma się i przejdzie w stan gotowości.
3. Dystans, z zakresem odległości od 0 do 99,0 km.
4. Kalorie od 0-990, do najwyższego punktu, aby rozpocząć liczenie od nowa.



5. Pilot zdalnego sterowania: naciśnij przycisk **ON/OFF** aby uruchomić urządzenie w trybie gotowości, naciśnij przycisk **+** lub **-** aby zwiększyć lub zmniejszyć prędkość o 0,1/czasu lub o 0,5/czasu, gdy przytrzymane przez ponad 2 sekundy, ciągłe zwiększanie lub zmniejszanie.
6. Po naciśnięciu przycisku pilota **ON/OFF** urządzenie zatrzymuje się powoli.
7. Naciśnij przycisk **M** aby ustawić czas/dystans/kalorie.
8. Awaryjne zatrzymanie po wyciągnięciu wtyczki bezpieczeństwa z urządzenia.

Kod	Opis problemu	Rozwiązanie
E1	Wyjątek dotyczący komunikacji	1. Możliwa przyczyna: Komunikacja między sterownikiem elektronicznym a zegarkiem elektronicznym jest zablokowana. Sprawdź każdą sekcję połączenia między zegarkiem elektronicznym a linią komunikacyjną dolnego sterownika, aby upewnić się, że każdy przewód jest całkowicie włożony. 2. Sprawdź, czy kabel między zegarkiem elektronicznym a sterownikiem nie jest uszkodzony i wymień kabel.
E2	Sterownik wykrył nieprawidłowe napięcie i prąd na silniku	Możliwe przyczyny: Sprawdź, czy nie ma niepokojącego zapachu z silnika. Wymień silnik lub nieprawidłowy przewód IGBT, wymień sterownik.
E5	Zabezpieczenie nadprądowe: W stanie pracy, funkcja down-control stale wykrywa, że prąd silnika DC jest większy niż prąd znamionowy +10A przez ponad 3 sekundy.	Możliwą przyczyną jest to, że czas pracy przekracza obciążenie znamionowe, a komunikat informuje że system sam się zabezpiecza.
E7	Wyłącznik bezpieczeństwa	Możliwe przyczyny: 1. Wyłącznik bezpieczeństwa nie jest zainstalowany. 2. Przewód indukcyjny wyłącznika bezpieczeństwa jest uszkodzony.



1. Geschwindigkeit, von 1-8 km / 1-10 km.
2. Zeit, die Zählzeit beträgt 00:00-99.00 min. Wenn die Zahl 99:00 erreicht, hält die Maschine langsam an und geht in den Standby-Zustand über.
3. Entfernung, mit einem Entfernungsbereich von 0-99,0 km.
4. Kalorien von 0-990, bis zum höchsten Punkt, um die Zählung erneut zu beginnen.



5. Fernbedienung: Drücken Sie die Taste **ON OFF** um die Maschine im Standby-Modus zu starten, drücken Sie **+** oder **-** um die Geschwindigkeit um 0,1/ Zeit oder um 0,5/ Zeit zu erhöhen oder zu verringern, wenn Sie die Taste länger als 2 Sekunden gedrückt halten, kontinuierlich erhöhen oder verringern.
6. Nach dem Drücken der Fernbedienungstaste **ON OFF** hält das Gerät langsam an.
7. Drücken Sie **M** die Taste, um die Zeit/Distanz/Kalorien einzustellen.
8. Für einen Notstopp nehmen Sie bitte die Sicherheitsverriegelung ab.

Code	Beschreibung	Lösung
E1	Kommunikationsausnahme	1. Mögliche Ursache: Die Kommunikation zwischen der elektronischen Steuerung und der elektronischen Uhr ist blockiert. Überprüfen Sie jeden Abschnitt der Verbindung zwischen der elektronischen Uhr und der Kommunikationsleitung der unteren Steuerung, um sicherzustellen, dass jede Ader vollständig eingesteckt ist. 2. Prüfen Sie, ob das Kabel zwischen der elektronischen Uhr und der Steuerung beschädigt ist, und ersetzen Sie das Kabel
E2	Der Controller erkennt eine abnormale Spannung und einen abnormalen Strom am Motor	Mögliche Ursachen: Prüfen Sie, ob der Motor Geruch hat. Tauschen Sie den Motor aus, oder die IGBT-Röhre ist abnormal, tauschen Sie den Controller aus.
E5	Überstromschutz: Im laufenden Betrieb erkennt die Abwärtssteuerung kontinuierlich, dass der Gleichstrom des Motors länger als 3 Sekunden größer als der Nennstrom +10A ist.	Die mögliche Ursache ist, dass die Laufzeit die Nennlast überschreitet und das System sich selbst schützt.
E7	Sicherheitsschalter aus	Mögliche Ursachen: 1. Der Sicherheitsschalter ist nicht installiert. 2. Die Induktionsleitung des Sicherheitsschalters ist defect.

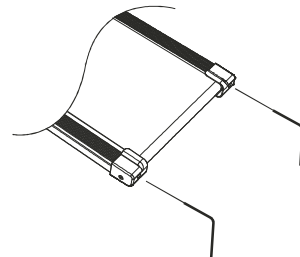


VII. Product maintenance

Proper maintenance always keeps your machine in optimal condition; the wrong maintenance can harm or shorten the machine life.

Warning: Remove the power plug of the machine before cleaning or maintaining the product!

1. Remove the dust regularly to keep the parts clean.
2. After each use of the machine, wipe the clean instrument and other sweat stains and debris with a clean towel or cloth. Please be careful not to splash the water on the electrical components and under the running belt.
3. Place your machine in a clean, dry environment to make sure the power is turned off and unplugged.
4. To facilitate movement, the wheels are installed in the machine setting. Please confirm the power supply before moving.
5. Always check and lock all parts of the machine; damaged parts must be replaced immediately.
6. In order to better maintain and extend the life of the machine, it is recommended that you let the machine rest for 10 minutes after continuing to use it for 30 minutes.
7. The running belt has been adjusted when leaving the factory, but after use, the running belt will be stretched, will deviate from the center position and cause the friction edge and rear cover damage. It is normal for the belt to be stretched during use. After a period of time, if you slip or fail when using the machine, you can adjust the tightness of the belt to improve.



- A. Tightening adjustment of the running belt: if the running belt is too loose, please insert the random hexagon wrench into the adjustment hole of the left guard of the machine, rotate 1/4 clockwise, and then rotate the adjustment of the right foot by 1/4 clockwise. Pay attention to the left and right adjustment synchronously, so that the running belt can be tightened and the running belt will not deviate from the center point. If the running belt is too tight, the left and right are counterclockwise.

Note: The belt should not be adjusted too tightly. This will pull the running belt, increase the pressure of the front/back roller, bring damage to the roller bearing, produce abnormal sounds or other problems, just adjust to the running belt does not slip as the most appropriate.

- B. Running belt center alignment adjustment: When you use, because the two feet are not as strong when running, the pressure generated by the running belt is unbalanced, resulting in the running belt off-center. This deviation is normal, and when no one is running on the running belt, it automatically returns to the center. If you can't go back to the center, you need to run back to the center.

Start the machine speed at 6km and observe the distance to the left and right bars:

- If turning to the left, rotate the left screw clockwise by 1/4 circle;
- If turning to the right, rotate the screw on the right 1/4 times clockwise;
- If the running belt is still not in the middle, repeat the above action until you adjust to the middle.

After adjusting the run to the middle, adjust the speed to speed 6, and observe the deviation of the run belt and the smoothness of the running. If there is any deviation, repeat the adjustment steps.

WARNING! Do not over tighten the drum! This will cause permanent damage to the bearing!

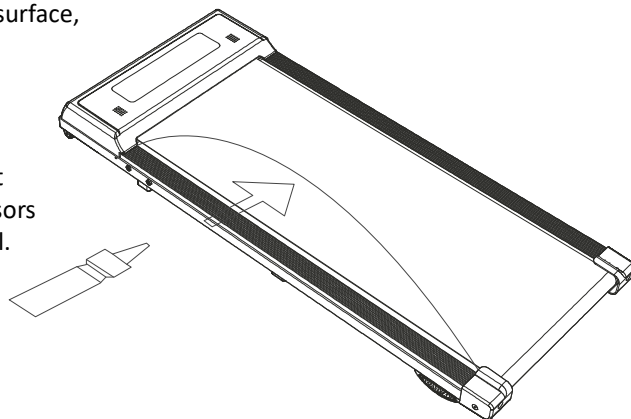
8. Lube

The machine leaves the factory with lubricating oil, but often check the lubrication of the machine, which helps to keep the machine in the best use state. Machine must be lubricating after a year or 100 hours.

After every 30 hours or 30 days of use, in the stationary state of the machine, pull the starting belt from the side to touch the surface of the running platform as far as possible, if you feel the lubricating oil, there is no need to add lubricating oil; If there is a strong feeling of dryness when touching the surface, please follow the instructions below to add oil.
(Please use non-petroleum lubricants)

How to add lubricating oil?

Please follow picture to operate. Pull up the running belt from one side, cut the lubricating oil bottle with the scissors or the art knife, and then do as the picture shown to fuel.



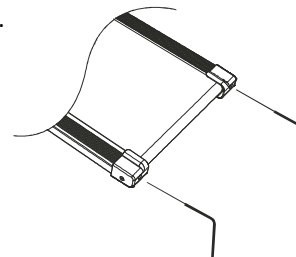


Właściwa konserwacja zawsze utrzymuje maszynę w optymalnym stanie; niewłaściwa konserwacja może uszkodzić lub skrócić żywotność maszyny.

Ostrzeżenie:

Przed przystąpieniem do czyszczenia lub konserwacji produktu należy wyjąć wtyczkę zasilania urządzenia!

1. Regularnie usuwaj kurz, aby utrzymać części w czystości.
2. Po każdym użyciu urządzenia należy wytrzeć bieżnię: plamy potu i zanieczyszczenia czystym ręcznikiem lub ściereczką. Należy uważać, aby nie rozchlapać wody na elementy elektryczne i pod pas bieżny.
3. Umieść urządzenie w czystym, suchym miejscu i upewnij się, że zasilanie jest wyłączone i odłączone.
4. Aby ułatwić przemieszczanie, w urządzeniu zamontowano kółka. Przed przemieszczeniem należy sprawdzić zasilanie.
5. Zawsze sprawdzaj i blokuj wszystkie części urządzenia, uszkodzone części należy natychmiast wymienić.
6. W celu lepszej konserwacji i wydłużenia żywotności urządzenia zaleca się pozostawienie urządzenia na 10 minut po 30 minutach użytkowania.
7. Pas bieżny został wyregulowany w momencie opuszczenia fabryki. Jednak po użyciu pas bieżny zostanie rozciągnięty, odchyli się od pozycji środkowej i spowoduje uszkodzenie krawędzi czarnej i tylnej pokryw. Rozciągnięcie pasa podczas użytkowania jest zjawiskiem normalnym. Po pewnym czasie, w przypadku poślizgu lub awarii podczas korzystania z maszyny, można wyregulować napięcie pasa.



- A. Regulacja napięcia pasa bieżnego: jeśli pas bieżny jest zbyt luźny, należy włożyć klucz sześciokątny do otworu regulacyjnego lewej osłony maszyny, obrócić o 1/4 w prawo, a następnie obrócić regulację prawej stopy o 1/4 w prawo. Należy zwrócić uwagę na synchroniczną regulację lewej i prawej strony, aby pas bieżny mógł zostać napięty i nie odchylił się od punktu środkowego. Jeśli pas bieżny jest zbyt mocno napięty, lewy i prawy pas należy obrócić w kierunku przeciwnym do ruchu wskazówek zegara.

Uwaga: Pasek nie powinien być regulowany zbyt ciasno. Spowoduje to pociągnięcie paska, zwiększenie nacisku przedniej/tylnej rolki, uszkodzenie łożyska rolki, wydawanie nietypowych dźwięków lub inne problemy.

- B. Regulacja wyśrodkowania pasa bieżnego: Podczas użytkowania, ponieważ dwie stopy nie są tak silne podczas biegania, nacisk generowany przez pas bieżny jest niezrównoważony, co powoduje, że pas bieżny nie jest wyśrodkowany. Odchylenie to jest normalne, a gdy nikt nie biegnie po pasie, automatycznie powraca on do środka.

Ustaw prędkość maszyny na 6 km i obserwuj odległość od lewego i prawego drążka:

- Jeśli obraca się w lewo, obróć lewą śrubę zgodnie z ruchem wskazówek zegara o 1/4 okręgu;
- Jeśli obraca się w prawo, obróć śrubę po prawej stronie 1/4 razy zgodnie z ruchem wskazówek zegara;
- Jeśli pas bieżny nadal nie znajduje się na środku, powtórz powyższą czynność, aż ustawisz go na środku.

Po ustawieniu biegu na środku wyreguluj prędkość do prędkości 6 i obserwuj odchylenie pasa bieżnego oraz płynność biegu. Jeśli występują jakiegokolwiek odchylenia, należy powtórzyć kroki regulacji.

OSTRZEŻENIE! Nie dokręcać bębna zbyt mocno! Spowoduje to trwałe uszkodzenie łożyska!

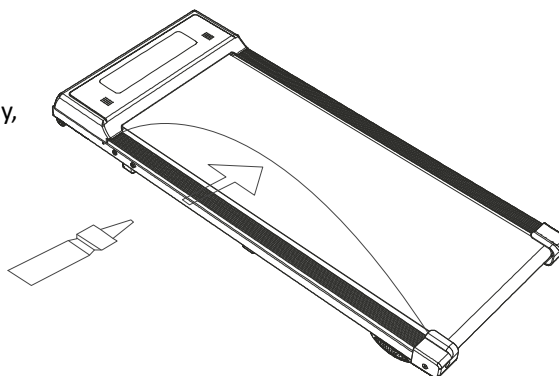
8. Smar

Maszyna opuszcza fabrykę z olejem smarowym, ale mimo to często sprawdzaj smarowanie maszyny. Pomoże to utrzymać maszynę w najlepszym stanie użytkowania. Maszynę należy nasmarować po roku lub 100 godzinach pracy.

Po każdym 30 godzinach lub 30 dniach użytkowania, w stanie stacjonarnym maszyny, pociągnij pasek rozruchowy z boku, aby dotknąć powierzchni platformy jezdnej tak daleko, jak to możliwe, jeśli poczujesz olej smarujący, nie ma potrzeby dodawania oleju smarującego. Jeśli podczas dotykania powierzchni występuje silne uczucie suchości, należy postępować zgodnie z poniższymi instrukcjami, aby dodać olej.

Jak dodać olej smarujący?

Postępuj zgodnie z ilustracją. Pociągnij pasek bieżny z jednej strony, przetrnij butelkę oleju smarowego nożyczkami lub nożem, a następnie wykonaj czynności przedstawione na rysunku.



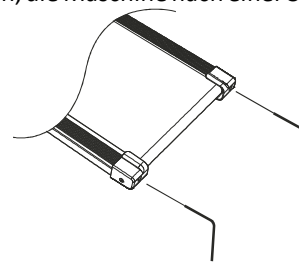


VII. Produktpflege

Eine ordnungsgemäße Wartung hält Ihre Maschine immer in optimalem Zustand; eine falsche Wartung kann die Lebensdauer der Maschine beeinträchtigen oder verkürzen.

Achtung! Ziehen Sie den Netzstecker der Maschine, bevor Sie das Produkt reinigen oder warten!

1. Entfernen Sie regelmäßig den Staub, um die Teile sauber zu halten.
2. Wischen Sie nach jedem Gebrauch des Geräts das saubere Instrument und andere Schweißflecken und Verschmutzungen mit einem sauberen Handtuch oder Tuch ab. Achten Sie darauf, dass das Wasser nicht auf die elektrischen Bauteile und unter das laufende Band spritzt.
3. Stellen Sie Ihr Gerät an einen sauberen, trockenen Ort und stellen Sie sicher, dass der Strom ausgeschaltet und der Stecker gezogen ist.
4. Zur Erleichterung der Bewegung sind die Räder in der Maschinenaufstellung installiert. Bitte überprüfen Sie die Stromversorgung, bevor Sie das Gerät bewegen.
5. Prüfen und sichern Sie immer alle Teile der Maschine; beschädigte Teile müssen sofort ersetzt werden.
6. Um die Maschine besser zu pflegen und ihre Lebensdauer zu verlängern, wird empfohlen, die Maschine nach einer 30-minütigen Benutzung 10 Minuten ruhen zu lassen.
7. Der Laufriemen wurde beim Verlassen des Werks eingestellt, aber nach dem Gebrauch, wird der Laufriemen gedehnt, weicht von der Mittelposition ab und verursacht Schäden an der Reibkante und der hinteren Abdeckung. Es ist normal, dass der Riemen während des Gebrauchs gedehnt wird. Wenn Sie nach einiger Zeit bei der Verwendung der Maschine ausrutschen oder versagen. Wenn Sie nach einiger Zeit bei der Benutzung der Maschine ausrutschen oder versagen, können Sie die Spannung des Riemens verbessern.



- A. Straffungseinstellung des Laufriemens: Wenn der Laufriemen zu locker ist, stecken Sie bitte den Sechskantschlüssel in das Einstelloch des linken Schutzes der Maschine, drehen Sie ihn 1/4 im Uhrzeigersinn, und drehen Sie dann die Einstellung des rechten Fußes um 1/4 im Uhrzeigersinn. Achten Sie darauf, dass die linke und rechte Einstellung synchron erfolgt, so dass der Laufriemen gestrafft werden kann und der Laufriemen nicht vom Mittelpunkt abweicht. Wenn der Laufriemen zu straff ist, werden links und rechts gegen den Uhrzeigersinn eingestellt.

Hinweis: Der Riemen sollte nicht zu straff eingestellt werden. Dies wird den laufenden Riemen ziehen, den Druck der vorderen/hinteren Walze erhöhen, Schäden am Walzenlager verursachen, abnormale Geräusche oder andere Probleme erzeugen.

- B. Einstellung der Mittellage des Laufbandes: Da die beiden Füße beim Laufen nicht so stark sind, ist der vom Laufband erzeugte Druck unausgewogen, was dazu führt, dass das Laufband nicht zentriert ist. Diese Abweichung ist normal, und wenn niemand auf dem Laufband läuft, kehrt es automatisch in die Mitte zurück. Wenn Sie nicht in die Mitte zurückkehren können, müssen Sie zurück in die Mitte laufen.

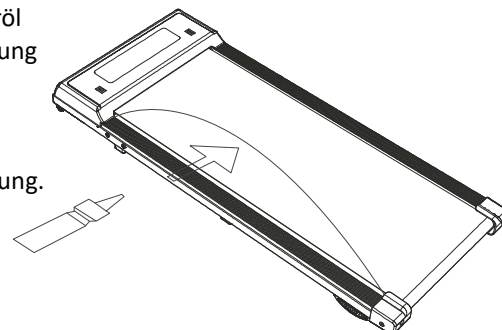
Starten Sie die Maschine mit einer Geschwindigkeit von 6 km und beobachten Sie den Abstand zu den linken und rechten Stangen:

- Wenn Sie nach links drehen, drehen Sie die linke Schraube im Uhrzeigersinn um 1/4 Kreis;
- Bei Drehung nach rechts, die rechte Schraube 1/4 mal im Uhrzeigersinn drehen;
- Wenn der Laufriemen immer noch nicht in der Mitte ist, wiederholen Sie die obige Aktion, bis Sie die Mitte eingestellt haben. Nachdem Sie den Lauf auf die Mitte eingestellt haben, stellen Sie die Geschwindigkeit auf Stufe 6 ein, und beobachten Sie die Abweichung des Laufbandes und die Laufruhe. Wenn eine Abweichung vorliegt, wiederholen Sie die Einstellschritte.

WARNUNG! Ziehen Sie die Trommel nicht zu fest an! Dies führt zu dauerhaften Schäden am Lager!

8. Schmiermittel

Die Maschine verlässt das Werk mit Schmieröl, aber überprüfen Sie häufig die Schmierung der Maschine, was dazu beiträgt, die Maschine im besten Gebrauchszustand zu halten. Die Maschine muss nach einem Jahr oder 100 Betriebsstunden geschmiert werden. Nach jeweils 30 Betriebsstunden oder 30 Tagen, im stationären Zustand der Maschine, ziehen Sie den Startriemen von der Seite, um die Oberfläche der Laufplattform so weit wie möglich zu berühren, wenn Sie das Schmieröl fühlen, ist es nicht notwendig, Schmieröl hinzuzufügen; Wenn es ein starkes Gefühl der Trockenheit bei der Berührung der Oberfläche gibt, befolgen Sie bitte die nachstehenden Anweisungen zum Nachfüllen von Öl. (Bitte verwenden Sie erdölfreie Schmiermittel)



Wie fügt man Schmieröl hinzu? Bitte folgen Sie der Abbildung zur Bedienung. Ziehen Sie den Laufriemen hoch von einer Seite, schneiden Sie die Schmierölflasche mit einer Schere oder mit einem Messer aufschneiden und dann wie in der Abbildung gezeigt auftanken.



VIII.

APP and Bluetooth

1. Use phone to scan the App QR Code which is on the cover to download the App. Follow the App instruction to operate. The App instruction is in the bag with this manual.
2. Use phone bluetooth to find the device name :YX-Walking Machine", and Connect it well. Now, it can play music with phone.



Aplikacja i Bluetooth

1. Za pomocą telefonu zeskanuj kod QR aplikacji znajdujący się na obudowie, aby pobrać aplikację. Postępuj zgodnie z instrukcjami aplikacji. Instrukcja aplikacji znajduje się w torbie z niniejszą instrukcją.
2. Użyj bluetooth w telefonie, aby znaleźć nazwę urządzenia: „YX-Walking Machine” i podłącz je do telefonu. Teraz urządzenie może odtwarzać muzykę z telefonu.



APP und Bluetooth

1. Verwenden Sie das Telefon, um den App-QR-Code zu scannen, der auf der Abdeckung ist, um die App herunterzuladen. Befolgen Sie die Anweisungen der App zur Bedienung. Die App-Anleitung befindet sich in der Tasche mit dieser Anleitung.
2. Benutzen Sie das Bluetooth des Telefons, um das Gerät mit dem Namen „YX-Walking Machine“ zu finden und Verbinden Sie es. Jetzt kann es Musik aus dem Telefon abspielen.



RAX9003
PRO SERIES





RUNNER ***ATHLETIX***