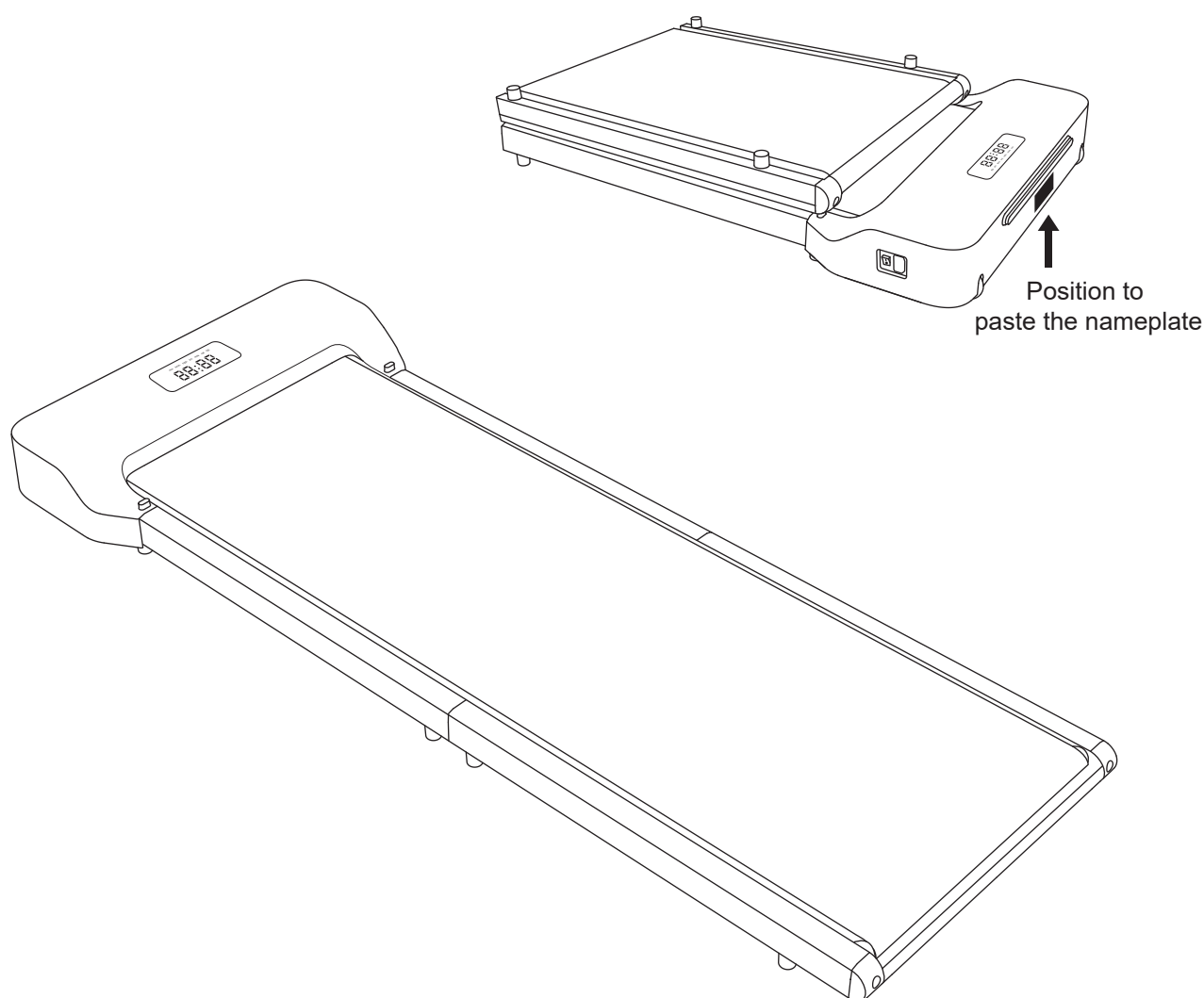


WalkingPad

Z1F

USER MANUAL



WARNING

Please be careful to avoid slipping and injury when using.

Don't let children approach or use this equipment.

The WalkingPad has an innovative folding design. Mind your hands when folding/unfolding it.

Please read the user manual carefully before using the appliance to ensure safe and proper use. Save the user manual for future reference.



Scan the QR code
for APP download

1.0 EN	PG/1
--------	------

2.0 FR	PG/11
--------	-------

3.0 DE	PG/21
--------	-------

4.0 IT	PG/31
--------	-------

5.0 ES	PG/41
--------	-------

6.0 NL	PG/51
--------	-------

Important Precautions

The appliance is intended for residential use.

DANGER - To reduce the risk of electric shock:

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

WARNING - This appliance can be used by children aged from 8 years and above and persons with reduced physical, sensory or mental capabilities or lack of experience and knowledge if they have been given supervision or instruction concerning use of the appliance in a safe way and understand the hazards involved. Children shall not play with the appliance. Cleaning and user maintenance shall not be made by children without supervision. This appliance 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 appliance by a person responsible for their safety. Children should be supervised to ensure that they do not play with the appliance.

WARNING - Store the appliance upright and try to place it in a space with support points on both sides, 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:

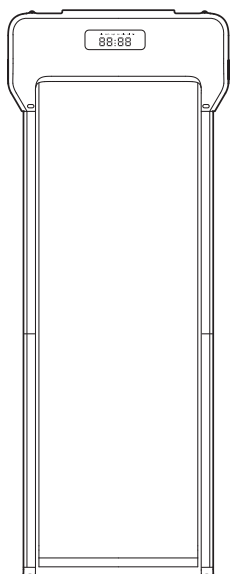
- 1) An appliance should never be left unattended when plugged in. Unplug from outlet when not in use, and before putting on or taking off parts.
- 2) Close supervision is necessary when this appliance is used by, or near children, invalids, or disabled persons.
- 3) Use this appliance only for its intended use as described in this manual. Do not use attachments not recommended by the manufacturer.
- 4) Never operate this appliance 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. Return the appliance to a service center for examination and repair.
- 5) Do not carry this appliance by the supply cord or use the cord as a handle.
- 6) Keep the cord away from heated surfaces.
- 7) Never drop or insert any object into any opening.
- 8) Do not use outdoors.
- 9) Do not operate where aerosol (spray) products are being used or where oxygen is being administered.
- 10) To disconnect, turn all controls to the off position, then remove the plug from the outlet.
- 11) If you feel uncomfortable, please stop exercising immediately and consult a doctor to avoid damage to your health.
- 12) Ensure there is a distance of at least 2000 mm (78.7 in.) behind the appliance and a distance of at least 500 mm (19.7 in.) on both sides. In case of emergency, you can quickly move away from the appliance to avoid personal injuries by colliding with surrounding objects or walls.
- 13) Wear a sports suit to use the appliance and exercise according to your own condition.
- 14) Ensure personal items are kept away from the appliance to avoid accidental entanglement. Otherwise, it may cause damage to the machine and personal injury.
- 15) Do not use this equipment on uneven ground to prevent accidents or damage to the appliance.
- 16) Do not stand or step on the head of the appliance to prevent any damage to the product.
- 17) Do not use this appliance with pets to avoid scaring them and causing other safety issues.
- 18) Do not walk on this appliance in a non-forward posture to prevent loss of balance, falling and injury.
- 19) The elderly, children, and pregnant women Must use this device with caution. Please consult a doctor and obtain relevant guidance before using this appliance.
- 20) Do not fold this appliance when the power is not turned off. Otherwise, the service life of the product may be affected, and it may lead to other safety hazards.
- 21) Store the appliance according to the prescribed method in the manual for safety.
- 22) Do not get on or off this appliance when the appliance is running to prevent accidents.
- 23) Use this appliance within the specified weight range to ensure the normal operation of the machine and your personal safety.
- 24) Avoid exposing this appliance to direct sunlight to prevent damage to the machine. Please use this appliance in a cool and dry environment.
- 25) Keep this appliance away from water to avoid damaging the machine and to reduce the risk of electric shock, because it is not water-resistant.
- 26) Never continuously use the appliance beyond the specified duration and take a 20-minute break before using it again to extend the lifespan of the appliance.
- 27) Do not place the appliance on an inclined surface or have anything placed underneath it. Otherwise, it may affect the stability and performance of the appliance, or even impair it.
- 28) The value of the A-weighted emission sound pressure level at the trainer's ear is around 57dB(A). Noise emission under load is higher than without load.
- 29) Injuries to health may result from incorrect or excessive training.

Contents

Product Introduction	2
Before Starting	3
Operation and Adjustment	4
Care and Maintenance	8
Troubleshooting	8
Practice Guide	9
Trademark and Legal Declaration	10
Regulatory Compliance Information	10

Product Introduction

After receiving the product, you will find the following items in the packaging box. Please inspect all the components for damage. If any of the items is missing, please contact the seller of the product.



WalkingPad

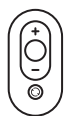
Specs

Product Name	Walking Device	Net Weight	23 kg / 50 lbs
Model	WP400F4	Unfolded Size	1425 x 560 x 106 mm 56.1 x 22 x 4.1 inch
Speed Range	1-6 km/h 1-4 mph	Folded Size	810 x 560 x 138 mm 31.8 x 22 x 5.4 inch
Walking Area	1210 x 400 mm 47.6 x 15.7 inch	Class	HC
Max Load	110 kg / 242 lbs	Age Range	14 years and above
Rated Voltage	220-240 V~	Rated Power	550 W
Rated Frequency	50/60 Hz		

Accessories



Power cord



Remote controller



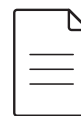
Wristband



Silicone Oil



Allen key



User manual

Radio Frequency and Radio Transmission Power

	Working Frequency	Maximum Output Power
Walking device	2402-2480MHz	8.51dBm(EIRP)
Remote controller	2402-2480MHz	-2.45dBm(EIRP)

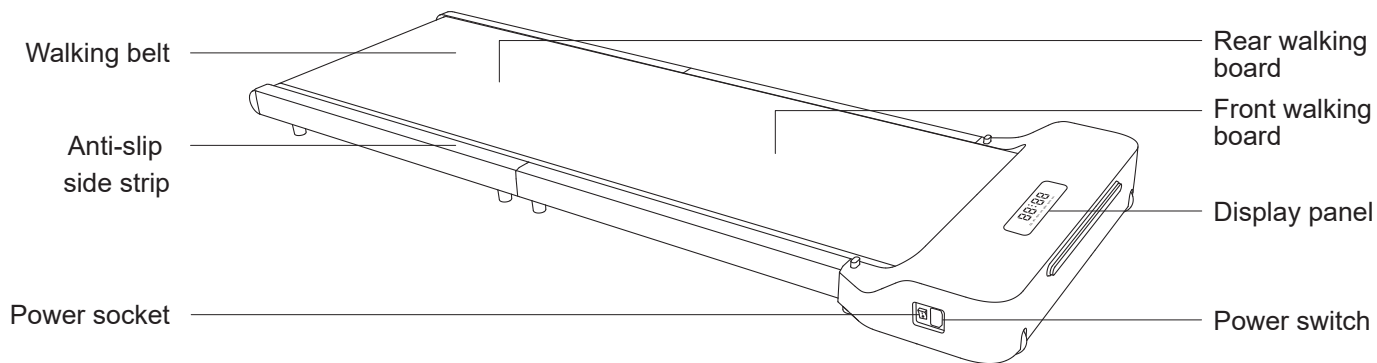
Energy Efficiency

This product has standby mode and off mode.

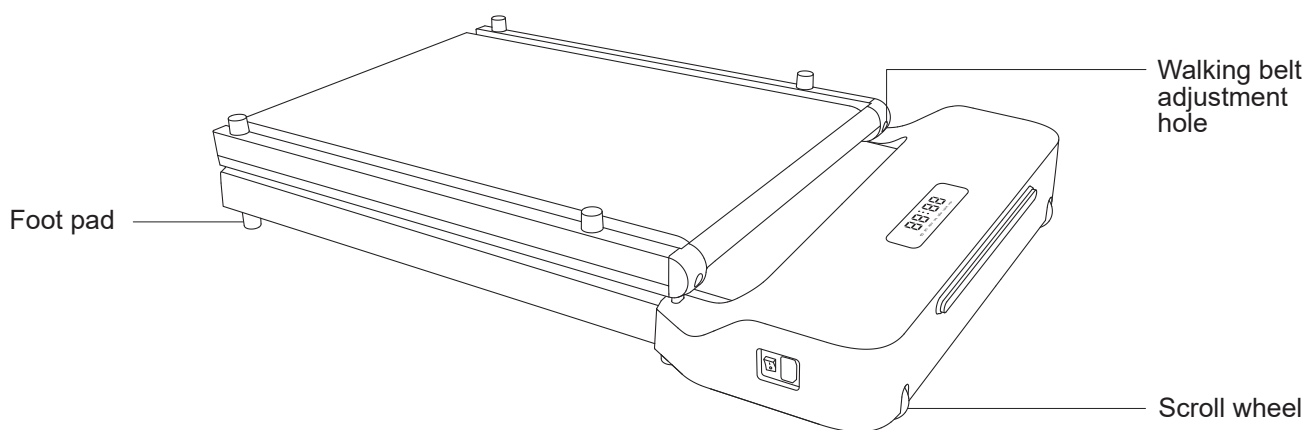
Power consumption	off mode: 0 W standby mode: 0.4 W
Time to enter the Condition	standby mode: 20 min

Before Starting

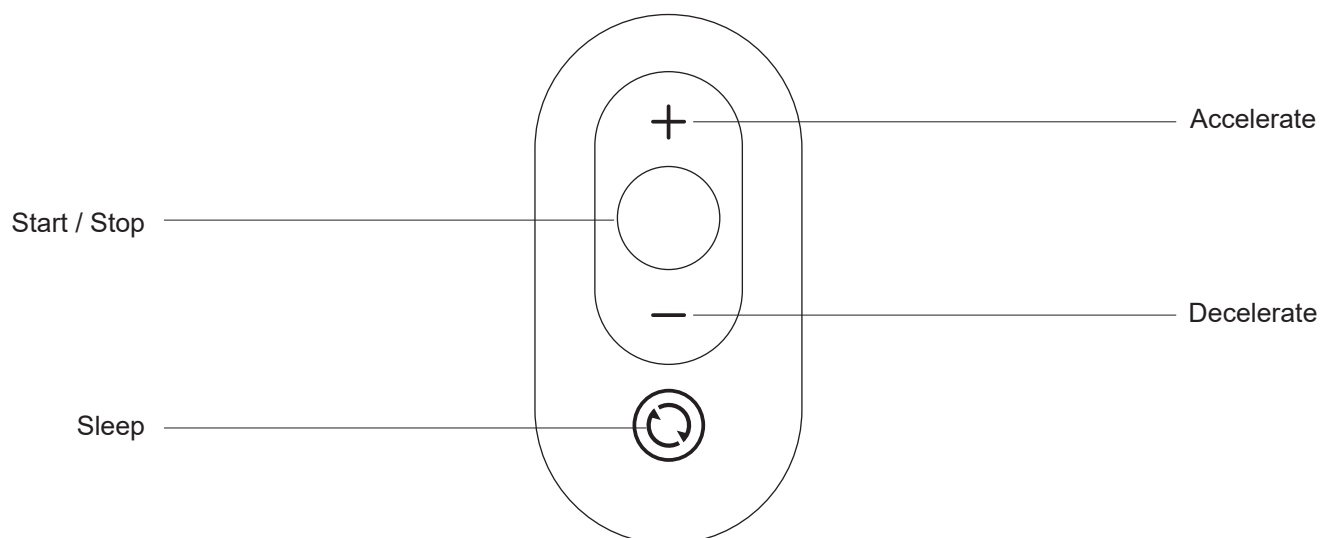
For your benefit, please read this manual carefully before using the equipment. If you need our assistance while reading this manual, please write down the product model and serial number on the nameplate sticker at the front of the equipment before contacting customer service.



Unfolded state



Folded state

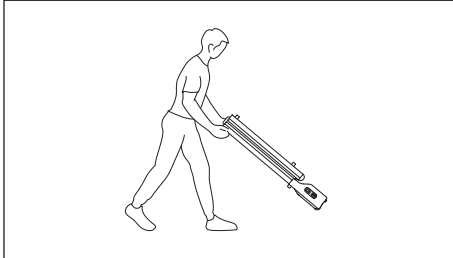


Remote controller

Operation and Adjustment

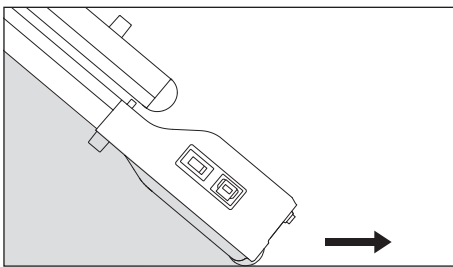
How to move the WalkingPad

Before moving the WalkingPad, please make sure the walking platform is in the folded state. When moving the WalkingPad, do not touch the walking board and push it forward on a flat ground.



- ① As shown in the figure, lift the equipment from the area below the back end of the front walking board.

* Before lifting the WalkingPad, please turn off the power switch on the device, unplug and store the power cord.

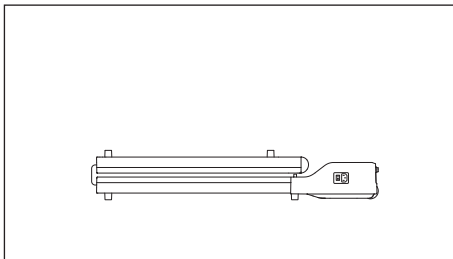


- ② Keep the scroll wheels on the ground and move the WalkingPad forward or backward.

* When moving the WalkingPad, make sure to maintain a certain angle between the appliance and the ground to avoid friction.

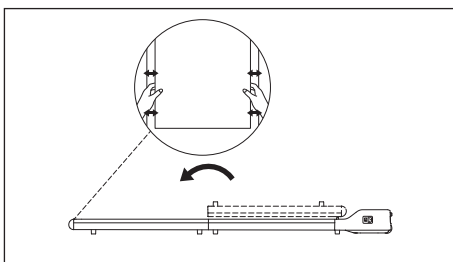
How to unfold the WalkingPad

To avoid damaging the WalkingPad and causing serious injury, please make sure the floor is flat and there is enough space to unfold the WalkingPad.



- ① Place the folded WalkingPad horizontally and check if it is placed on a solid and flat surface.

* Do not place the appliance on a thick and soft carpet or mat. Otherwise, the sensor will work improperly.

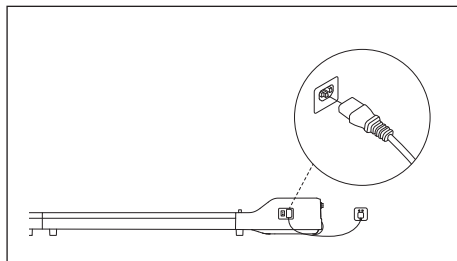


- ② Unfold the rear walking board. **Center the walking belt by manually adjusting its front and back ends.** Press down the rear running board to make it level with the floor. If it is not level, rotate the foot pad to level it.

* The rear walking board can be pressed down with strength without causing any damage to the appliance.

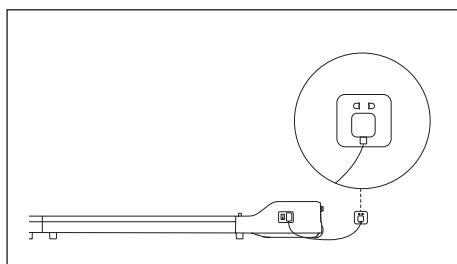
How to plug in the power cord

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 power cord into the power socket at the front of the WalkingPad.

* Improper grounding wire connection may increase the risk of electric shock.



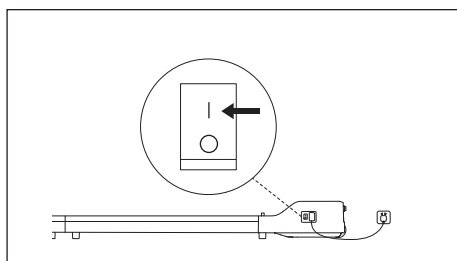
- ② Insert the other end of the power cord into a suitable outlet, which should be installed and grounded correctly according to local regulations and ordinances.

* 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.

NOTE: If the power cord is damaged, it must be replaced with the power cord designated by the manufacturer.

How to turn on the power

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

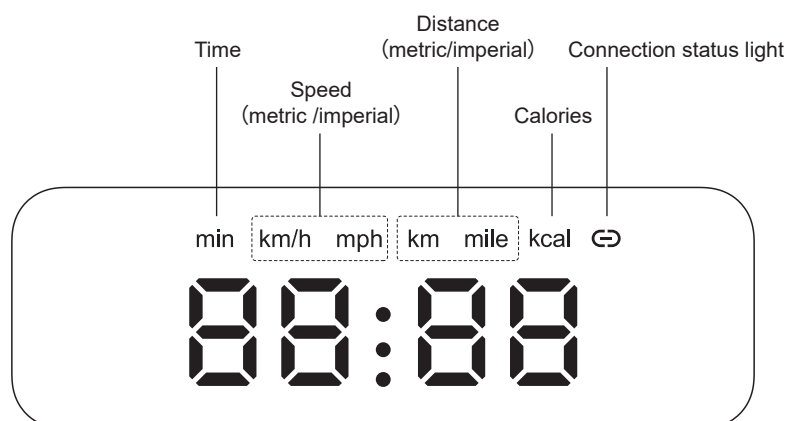


Find the power switch at the front of the WalkingPad and turn it on.

* When you hear a “beep” sound and see the panel lights up, the power switch is in the “I” position.

How to use the display panel

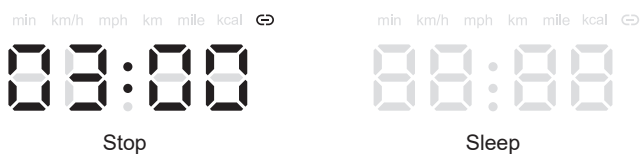
The display panel utilizes advanced LED display technology and offers a range of features to make your workout enjoyable. The following information will help you master how to use it quickly.



Turn on the WalkingPad, the display panel will show Time, Speed, Distance and Calories in turn.



The WalkingPad supports No-Load-Stop function, which means it will stop if there is no load for 8 to 60 seconds. This function is disabled by default, but can be enabled in the KS Fit APP by clicking "Motion" - "Settings" - "No-load stop". After the no-load stop, the workout data will be retained. Then 10 minutes later, the display panel will turn off and the device will enter Sleep mode.



When the WalkingPad is not connected to the APP, the indicator flashes.
When the WalkingPad is connected to the APP, the indicator stays on.

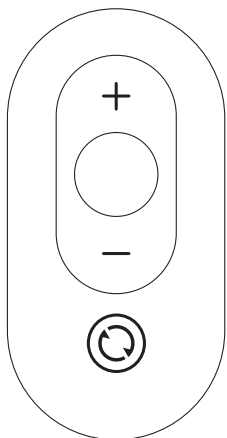


When the firmware is upgrading, the panel flashes "UP". When the upgrade finishes, the machine stops.
When the child lock is turned on in the app, the machine stops, the panel displays "LOC". If no-load operation lasts for 10 minutes, the machine sleeps.



How to use the remote controller

The remote controller and the WalkingPad are pre-paired before delivery by default. If the remote controller does not work or you change a new remote controller, please re-pair by pressing and holding the Sleep button on the remote controller while turning on the WalkingPad. When you hear a "beep" sound, it proves a successful pairing.



- Press the Start/Stop button while the machine is switched on.
Outcome: After a 3-second countdown, the machine starts running slowly at 1 km/h (1 mph) by default.
- + Press + while the machine is running.
Outcome: The speed switches among 1/1.5/2/2.5/3/3.5/4/4.5/5/5.5/6 km/h (1/1.5/2/2.5/3/3.5/4 mph).
- Press — while the machine is running.
Outcome: The speed switches among 6/5.5/5/4.5/4/3.5/3/2.5/2/1.5/1 km/h (4/3.5/3/2.5/2/1.5/1 mph).
- Press the Start/Stop button while the machine is running.
Outcome: The machine slowly speeds down and pauses. Then if there is no operation for 10 minutes, the display panel turns off* and the machine enters Sleep mode.
* With APP connected, the display panel stays on.
- ⌚ Press and hold the Sleep button when the machine pauses.
Outcome: The machine sleeps. To wake up the machine, press any button on the remote controller.

Speed adjustment:

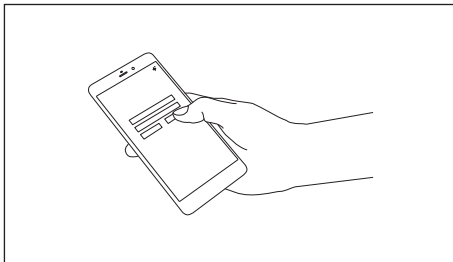
- ① Press +/- button on the remote controller, the speed increases/decreases by 0.5 km/h (0.5 mph).
 - * When the speed is set at 2~2.4 km/h or 2.5~2.9 km/h in the app, press + on the remote controller, the actual speed will reach 2.5 km/h or 3 km/h. The same goes for other speed values set in the app.
- ② Press +/- button in the app, the speed increases/decreases by 0.1 km/h (0.1 mph).
 - * When the speed is set at 2 km/h on the remote controller, press - in the app, the actual speed will reach 1.9 km/h. The same goes for other speed values set on the remote controller.

How to connect the APP

The WalkingPad can be used with a connected app to make your training more professional and enhance your workout experience.



- ① Scan the QR code above or search the Apple Store or Google Play for "KS Fit" and complete the installation and registration.



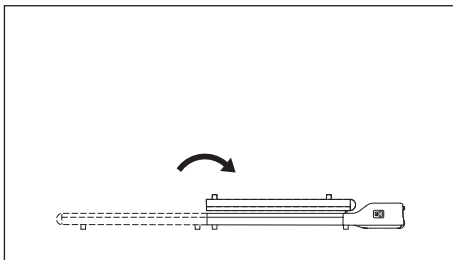
- ② Bring the mobile phone close to the WalkingPad.
- ③ Turn on Bluetooth on your mobile phone.
- ④ Turn on the power switch of the WalkingPad.
- ⑤ Open the KS Fit app and Add the equipment.

- * Please give permission to the APP, so it could search for devices nearby.
- * Add the equipment through the APP instead of selecting the equipment from the Bluetooth list. If it is already selected, remove the equipment from the Bluetooth list, and pair again through the APP.
- * Repeat Step ③-⑤, if it fails to pair with the equipment.
- * For safety, do not connect a second mobile phone to the WalkingPad while exercising, if a phone has been paired with the equipment.

* The display panel supports metric/imperial switch. You are free to set it by the following steps: (1) Restart the WalkingPad (2) Connect to KS Fit APP (3) Click "Me" - "Settings" - "Unit Settings" - "Metric/Imperial" (4) Restart the WalkingPad again.

How to fold the WalkingPad

To avoid damaging the WalkingPad and causing serious injury, please make sure the machine is turned off and both ends of the power cord are unplugged before folding the WalkingPad.

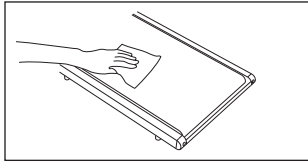


Fold the rear walking board above the front walking board, and make sure it is in the designated position.

- * Do not start the WalkingPad when it is folded.

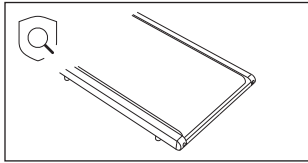
Care and Maintenance

To make your WalkingPad work properly and prolong its lifespan, it is recommended to perform regular maintenance from the following aspects. If any damage and wear is found, stop using the WalkingPad immediately until the problem is solved.



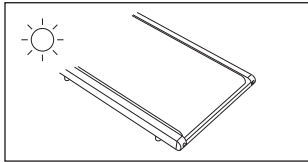
① Clean the walking belt

- Power off the WalkingPad and unplug the power cord.
- Add a small quantity of mild cleaner to a 100% cotton cloth, and wipe down the display panel, walking belt, etc.
- * Do not spray the cleaner directly on the display panel or walking belt.
- * Do not use acidic and corrosive cleaner.
- * Do not wipe under the walking belt.
- * After a period of exercise, dust and stains may appear on the rear floor. This is normal and can be simply wiped.



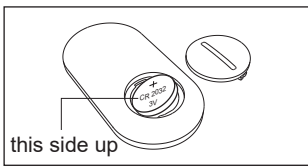
② Check the WalkingPad

- Check the power cord. If any damage and wear appears, stop using it and replace the power cord immediately.
- Check the walking belt. If it is not centered, too tight or too loose, adjust the walking belt (refer to Page 7 "Walking belt deviating/slipping and correction" part).
- * If any replacement is needed, use the components designated by the manufacturer.



③ Keep cool and dry

- Keep the WalkingPad in a cool and dry condition.
- * Do not use the WalkingPad outdoors or in areas of high humidity or extreme temperature changes.
- Take a 20-minute break after every one hour of use to help the WalkingPad with heat dissipation.
- * Do not use the WalkingPad continuously for more than 1 hour.



④ Battery replacement

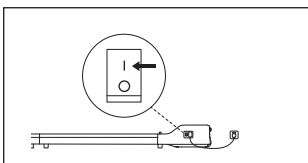
- If the remote controller runs out of power or has not been used for a long time, please replace the battery (model: CR2032 3V) by opening the back cover of the remote controller. Make sure the polarity (+/-) is aligned correctly.

WARNING:

- To maintain the safety level of this equipment, it must be examined regularly for damage and wear. This includes components such as walking belt and motor.
- If you discover any defective components, replace them immediately. Do not use the equipment until repairs are complete.
- Pay special attention to components that are most susceptible to wear, such as the motor and walking belt. These components should be inspected more frequently and replaced when necessary.
- Non-rechargeable batteries are not to be recharged;
- Rechargeable batteries are to be removed from the appliance before being charged;
- Different types of batteries or new and used batteries are not to be mixed;
- Batteries are to be inserted with the correct polarity;
- Exhausted batteries are to be removed from the appliance and safely disposed of;
- If the appliance is to be stored unused for a long period, the batteries should be removed;
- The supply terminals are not to be short-circuited.

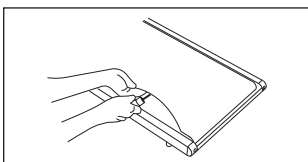
Troubleshooting

Most WalkingPad malfunctions can be solved by following these simple steps to identify the problem and perform the necessary actions.



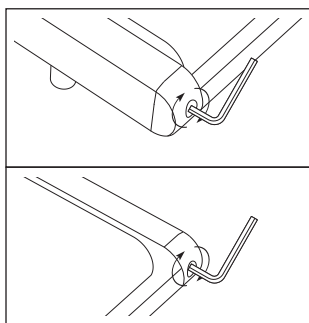
① Power cannot be turned on / Power off during use

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



② Walking belt lubrication

- Power off the WalkingPad and unplug the power cord.
- Lift the rear walking board, raise the walking belt, and apply silicone oil in a "Z" shape on the inner surface of the walking board at the center position.
- Power on the WalkingPad and try again.
- * It is not necessary to apply the entire walking board, as the oil will naturally spread during use.
- * 5-10 ml of silicone oil is required for each lubrication. Excessive silicone oil may cause slipping and affect normal use.



③ Walking belt deviating/slipping and correction

- If the walking belt is not centered:
Lift the rear walking board and adjust the walking belt manually (refer to Page 3 "How to unfold the WalkingPad" part).
- If the walking belt still deviates, adjust it with the Allen Key supplied by the following steps:
Walking belt goes to the left: turn the left adjusting hole screw clockwise by 1/4 turn.
Walking belt goes to the right: turn the right adjusting hole screw clockwise by 1/4 turn.
Walking belt is slipping: turn the left and right adjusting screws clockwise for 1/2 turn at the same time. After each adjustment, use at a speed of 3-4 km/h (1.95-2.5 mph) for 1-2 minutes to observe the calibration. If necessary, adjust again.
- * If the walking belt is too tight or too loose, it will affect the performance of WalkingPad and damage the walking belt.

④ Fault code description

* When a malfunction occurs, the display screen will show an error code. If the error code below appears, please turn off and restart the WalkingPad. If the error code still appears, please stop using it, write down the product model and serial number on the nameplate sticker at the front of the WalkingPad, and contact the dealer or customer service department for repair until the problem is resolved.

E01 Software overcurrent	E09 Motor unable to start
E02 Hardware overcurrent	E12 Motor overcurrent protection
E03 IPM module overheating	E13 Overload protection
E04 Undervoltage protection	E14 Hall signal missing
E05 Overvoltage protection	E15 Communication fault
E06 Motor phase loss protection	E16 Module connection error
E07 Motor locked-rotor protection	

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 below 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	

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.

Trademark and Legal Declaration

Beijing Kingsmith Technology Co., Ltd holds the patents of Walkingpad Walking Device series products. Kingsmith edits and owns the copyright of this manual book. Without Kingsmith's written permission, any form of unauthorized distribution, reproduction, publication, release or quotation by any institution or individual is prohibited. This manual contains as many as possible of all the functions and instructions for use. However, due to product imperfections, design changes, etc., the description may still have discrepancies with what you have purchased. In view of product updates, description in this manual book may differ from what you have purchased in color, appearance, etc. Actual supplies prevail. This appliance is not intended for 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 appliance by a person responsible for their safety. Children should be supervised to ensure that they do not play with the appliance. Children aged from 8 years and above and persons can use this appliance with reduced physical, sensory or mental capabilities or lack of experience and knowledge if they have been given supervision or instruction concerning use of the appliance in a safe way and understood the hazards involved. Children shall not play with the appliance. Cleaning and user maintenance shall not be made by children without supervision.

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 [WP400F4] 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://www.walkingpad.com/pages/declaration>

UKCA Declaration of Conformity



Hereby, Beijing Kingsmith Technology Co.,Ltd. declares that the radio equipment type [WP400F4] 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 [WP400F4] 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 importantes

L'appareil est destiné à un usage résidentiel.

DANGER - Pour réduire le risque de choc électrique :

Débranchez toujours cet appareil de la prise électrique immédiatement après utilisation et avant de le nettoyer.

AVERTISSEMENT - Cet appareil peut être utilisé par des enfants de 8 ans et plus, et par des personnes ayant une incapacité physique, sensorielle ou mentale, ou manquant d'expérience ou de connaissance si elles sont supervisées ou instruites sur l'usage de l'appareil en sécurité et si elles comprennent les dangers impliqués. Les enfants ne doivent pas jouer avec l'appareil. Le nettoyage et la maintenance de l'utilisateur ne doivent pas être effectués par les enfants sans supervision. L'appareil 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'appareil, par une personne responsable de leur sécurité. Les enfants doivent être surveillés afin qu'ils ne puissent pas jouer avec cet appareil.

AVERTISSEMENT - Rangez l'appareil en position verticale et tâchez de le placer dans un espace comportant des points d'appui des deux côtés. Gardez l'appareil toujours hors de la portée des jeunes enfants. Le contact avec la surface mobile peut entraîner de graves brûlures par frottement.

AVERTISSEMENT - Pour réduire le risque de brûlures, d'incendie, de choc électrique ou de blessures :

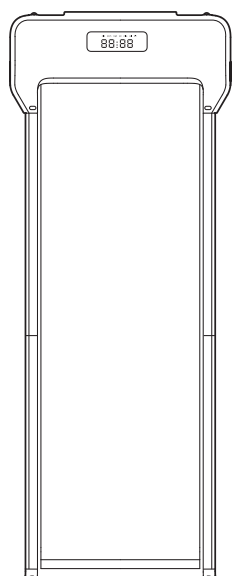
- 1) Un appareil ne doit jamais être laissé sans surveillance lorsqu'il est branché. Débranchez-le de la prise lorsqu'il n'est pas utilisé, et avant de mettre ou d'enlever des pièces.
- 2) Il est nécessaire d'entreprendre une surveillance étroite lorsque cet appareil est utilisé par, chez ou à proximité d'enfants, de personnes invalides ou handicapées.
- 3) Utilisez cet appareil uniquement pour l'usage auquel il est destiné, tel que décrit dans ce manuel. N'utilisez pas d'accessoires non recommandés par le fabricant.
- 4) N'utilisez jamais cet appareil 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. Retournez l'appareil à un centre de service pour examen et réparation.
- 5) Ne transportez pas cet appareil par le cordon d'alimentation et n'utilisez pas le cordon comme poignée.
- 6) Gardez le cordon à l'écart des surfaces chauffées.
- 7) Ne laissez jamais tomber ou n'insérez jamais d'objet dans l'une des ouvertures.
- 8) Ne l'utilisez pas à l'extérieur.
- 9) Ne pas utiliser là où des produits aérosols sont utilisés ou où de l'oxygène est administré.
- 10) Pour déconnecter, mettez toutes les commandes en position arrêt, puis retirez la fiche de la prise.
- 11) 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.
- 12) Assurez-vous qu'il y a une distance d'au moins 2000 mm (78,7 po/200 cm) derrière l'appareil et une distance d'au moins 500 mm (19,7 po/50 cm) des deux côtés. En cas d'urgence, vous pouvez vous éloigner rapidement de l'appareil pour éviter de vous blesser en entrant en collision avec des objets ou des murs environnants.
- 13) Portez une tenue de sport pour utiliser l'appareil et faites de l'exercice en fonction de votre propre condition.
- 14) Assurez-vous que les objets personnels sont tenus à l'écart de l'appareil pour éviter tout enchevêtrement accidentel. Dans le cas contraire, cela peut causer des dommages à la machine et des blessures corporelles.
- 15) N'utilisez pas cet équipement sur un sol accidenté pour éviter les accidents ou les dommages à l'appareil.
- 16) Ne vous tenez pas debout ni ne marchez sur la tête de l'appareil pour éviter d'endommager le produit.
- 17) N'utilisez pas cet appareil avec des animaux domestiques pour éviter de les effrayer et de causer d'autres problèmes de sécurité.
- 18) Ne marchez pas sur cet appareil dans une posture non avancée pour éviter la perte d'équilibre, les chutes et les blessures.
- 19) Les personnes âgées, les enfants et les femmes enceintes doivent utiliser cet appareil avec prudence. Veuillez consulter un médecin et obtenir des conseils pertinents avant d'utiliser cet appareil.
- 20) Ne pliez pas cet appareil lorsque l'alimentation n'est pas coupée. Sinon, la durée de vie du produit peut être affectée et entraîner d'autres risques pour la sécurité.
- 21) Entreposer l'appareil selon la méthode prescrite dans le manuel de sécurité.
- 22) Ne pas monter ou descendre de cet appareil lorsqu'il est en marche pour éviter les accidents.
- 23) Utilisez cet appareil dans la plage de poids spécifiée pour assurer le fonctionnement normal de la machine et votre sécurité personnelle.
- 24) Évitez d'exposer cet appareil à la lumière directe du soleil pour éviter d'endommager la machine. Veuillez utiliser cet appareil dans un environnement frais et sec.
- 25) Conservez cet appareil à l'abri de l'eau pour éviter de l'endommager et pour réduire le risque de choc électrique, car il n'est pas résistant à l'eau.
- 26) N'utilisez jamais l'appareil en continu au-delà de la durée spécifiée et faites une pause de 20 minutes avant de l'utiliser à nouveau pour prolonger sa durée de vie.
- 27) Ne placez pas l'appareil sur une surface inclinée et ne placez rien en dessous. Dans le cas contraire, cela peut affecter la stabilité et les performances de l'appareil, voire l'altérer.
- 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 57 dB(A). Les émissions sonores avec charge sont plus élevées qu'à vide.
- 29) Des blessures peuvent résulter d'un entraînement incorrect ou excessif.

Contenu

Présentation du produit.....	12
Avant de démarrer.....	13
Fonctionnement et réglage.....	14
Entretien et maintenance.....	18
Dépannage.....	18
Guide pratique.....	19
Marque et déclaration légale.....	20
Informations sur la conformité et les réglementations.....	20

Présentation du produit

Après avoir reçu le produit, vous trouverez les éléments suivants dans la boîte d'emballage. Veuillez inspecter tous les composants pour détecter tout dommage. Si l'un des articles est manquant, veuillez contacter le vendeur du produit.



Spécifications

Nom du produit	Walking Device
Modèle	WP400F4
Plage de vitesse	1-6 mph 1-4 mph
Zone de marche	1210 x 400 mm 47.6 x 15.7 po
Charge max	110 kg / 242 lb
Tension nominale	220-240 V~
Fréquence nominale	50/60 Hz

Poids net	23 kg / 50 lb
Taille lorsque dépliée	1425 x 560 x 106 mm 56.1 x 22 x 4.1 po
Taille lorsque pliée	810 x 560 x 138 mm 31.8 x 22 x 5.4 po
Classe	HC
Plage d'âge	14 ans et plus
Puissance nominale	550 W

Accessoires



WalkingPad



Cordon d'alimentation



Télécommande



Bracelet



Huile de silicone



Clé Allen



Manuel d'utilisation

Radiofréquence et puissance de transmission radio

	Fréquence de fonctionnement	Puissance de sortie maximale
Dispositif de marche	2402-2480MHz	8.51dBm(EIRP)
Télécommande	2402-2480MHz	-2.45dBm(EIRP)

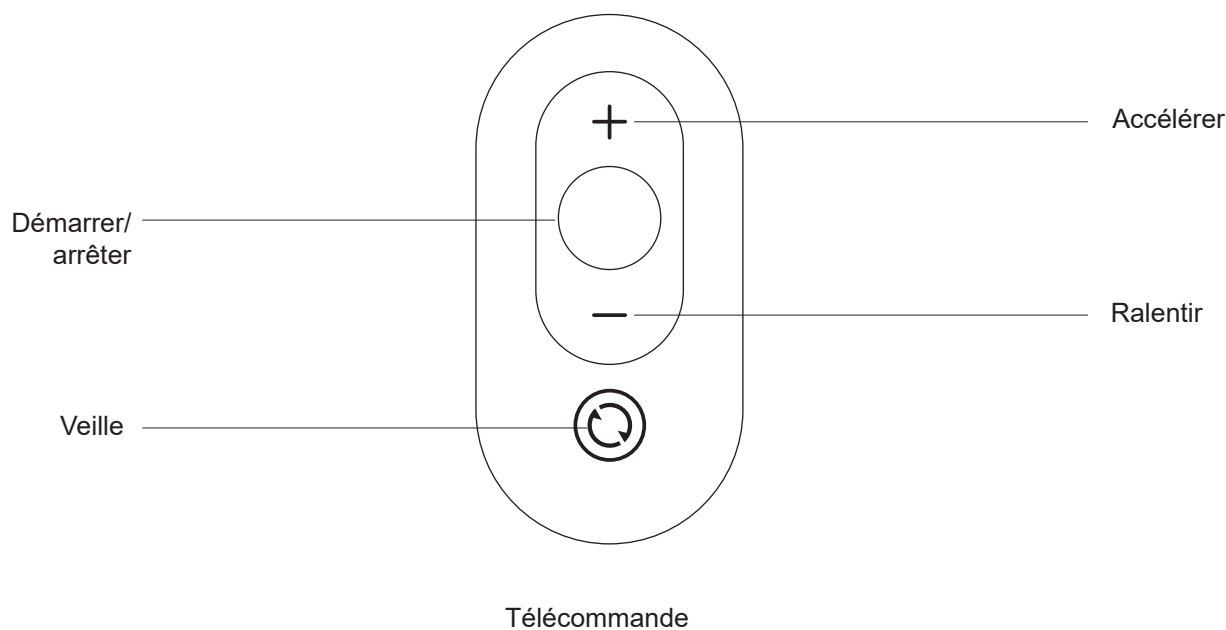
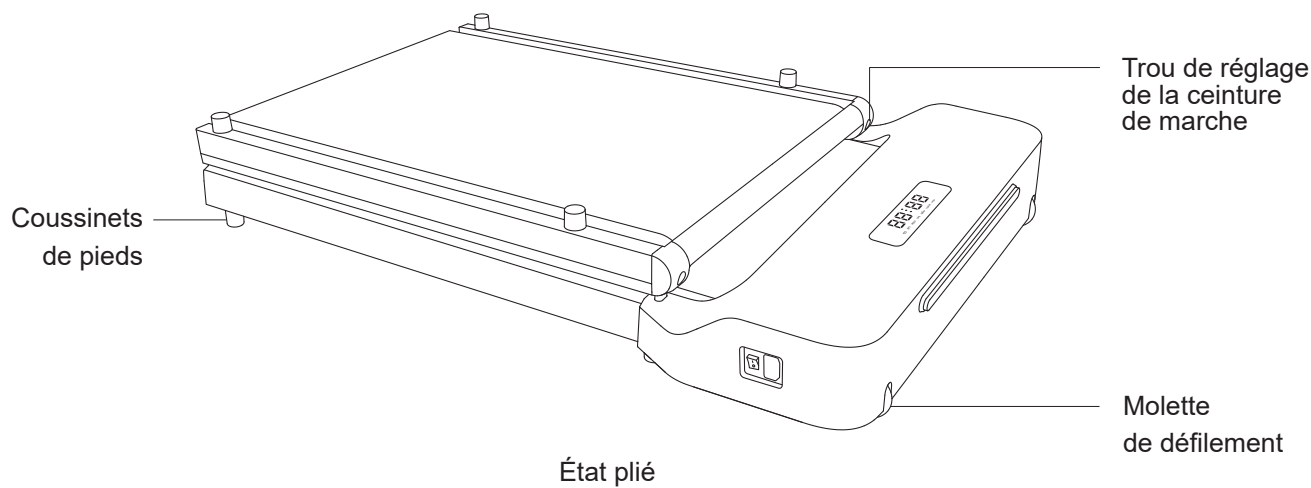
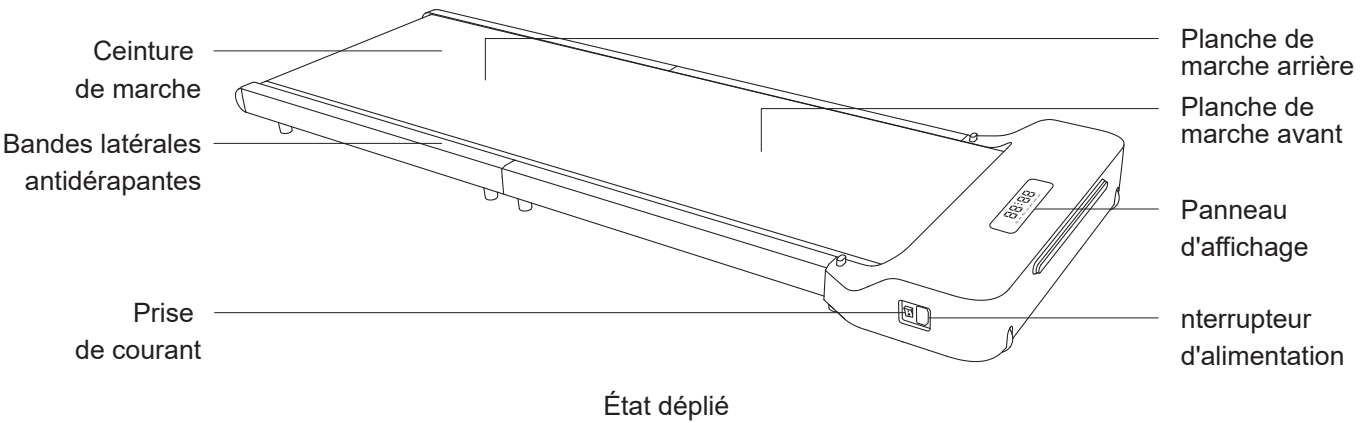
Efficacité énergétique

Ce produit dispose d'un mode veille et d'un mode arrêt.

Consommation électrique	Mode arrêt : 0 W Mode veille : 0,4 W
Temps pour atteindre l'état	Mode veille : 20 min

Avant de démarrer

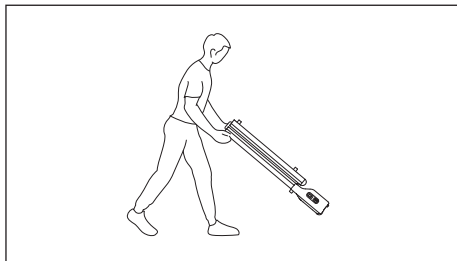
Pour votre bien, veuillez lire attentivement ce manuel avant d'utiliser l'équipement. Si vous avez besoin de notre aide lors de la lecture de ce manuel, veuillez noter le modèle du produit et le numéro de série sur l'autocollant de plaque signalétique à l'avant du l'équipement avant de contacter le service client.



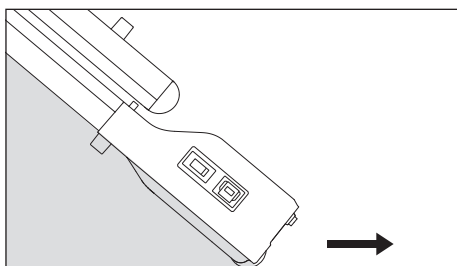
Fonctionnement et réglage

Comment déplacer le WalkingPad

Avant de déplacer le WalkingPad, assurez-vous que la plate-forme de marche est à l'état plié. Lorsque vous déplacez le WalkingPad, ne touchez pas à la planche de marche et poussez-la vers l'avant sur une surface plane.



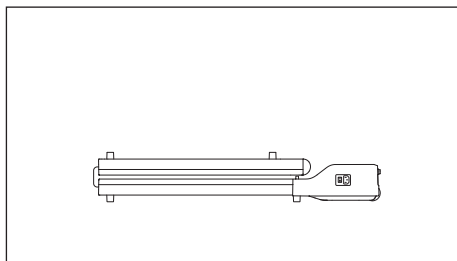
- ① Comme le montre la figure, soulevez l'équipement de la zone située sous l'extrémité arrière de la planche de marche avant.
* Avant de soulever le WalkingPad, veuillez éteindre l'interrupteur d'alimentation situé sur l'appareil, débrancher et ranger le cordon d'alimentation.



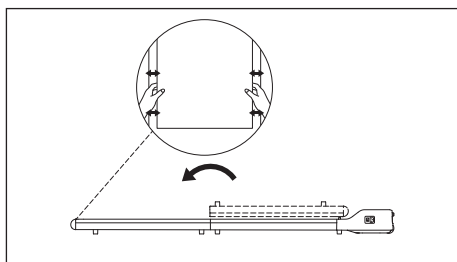
- ② Maintenez les roues de défilement au sol et déplacez le WalkingPad vers l'avant ou vers l'arrière.
* Lorsque vous déplacez l'équipement, assurez-vous de maintenir un certain angle entre l'appareil et le sol pour éviter les frottements.

Comment déplier le WalkingPad

Pour éviter d'endommager le WalkingPad et de provoquer des blessures graves, assurez-vous que le sol est plat et qu'il y a suffisamment d'espace pour déplier le WalkingPad.



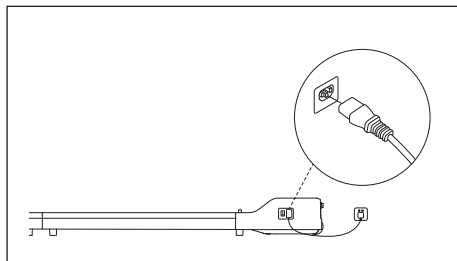
- ① Placez l'équipement plié horizontalement et vérifiez s'il est placé sur une surface solide et plane.
* Ne placez pas l'appareil sur un tapis épais et doux.
Dans le cas contraire, le capteur ne fonctionnera pas correctement.



- ② Dépliez la planche de marche arrière. Centrez la **ceinture de marche** en réglant **manuellement** ses **extrémités avant** et **arrière**. Appuyez sur la planche de marche arrière pour le mettre au niveau du sol. S'il n'est pas à niveau, faites tourner le coussinet des pieds pour le mettre à niveau.
* La planche de marche arrière peut être enfoncée avec force sans endommager l'appareil.

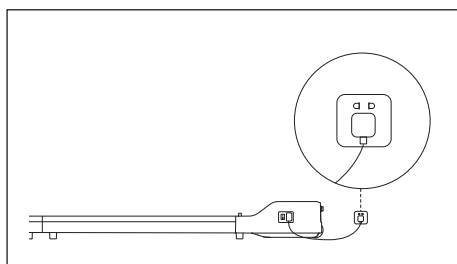
Comment brancher le cordon d'alimentation

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 le cordon d'alimentation dans la prise de courant à l'avant du WalkingPad.

* Une mauvaise connexion du fil de mise à la terre peut augmenter le risque de choc électrique.



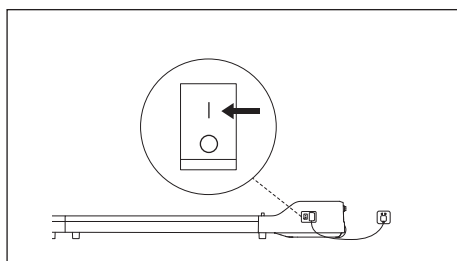
- ② Insérez l'autre extrémité du cordon d'alimentation dans une prise appropriée, qui doit être installée et mise à la terre correctement, conformément aux réglementations et ordonnances locales.

* 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.

REMARQUE : Si le cordon d'alimentation est endommagé, il doit être remplacé par un cordon d'alimentation désigné par le fabricant.

Comment mettre en marche

Si le WalkingPad est exposé à un environnement froid, veuillez le laisser revenir à température ambiante avant de le mettre en marche. Sinon, les composants WalkingPad risquent d'être endommagés.

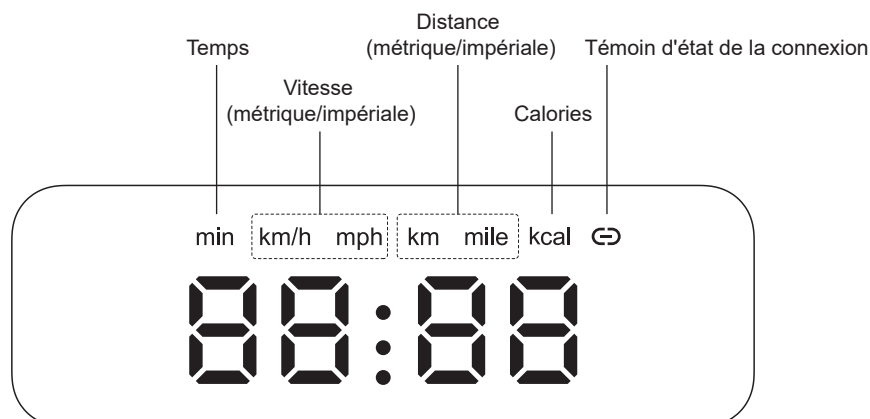


Trouvez l'interrupteur d'alimentation à l'avant du WalkingPad et allumez-le.

* Lorsque vous entendez un « signal sonore » et que le panneau s'allume, l'interrupteur d'alimentation est en position « | ».

Utilisation du panneau d'affichage

Le panneau d'affichage est doté d'une technologie d'affichage LED de pointe et offre toute une série de fonctions qui rendent votre séance d'entraînement agréable. Les informations suivantes vous aideront à maîtriser rapidement son utilisation.



Mettez le WalkingPad en marche, le panneau d'affichage indiquera tour à tour le temps, la vitesse, la distance et les calories.



Le WalkingPad prend en charge la fonction d'arrêt à vide, ce qui signifie qu'il s'arrêtera s'il n'y a pas de charge pendant 8 à 60 secondes. Cette fonction est désactivée par défaut, mais peut être activée dans l'APPLICATION KS Fit en cliquant sur « Mouvement » - « Réglages » - « Arrêt à vide ». Après l'arrêt à vide, les données de la séance d'entraînement sont conservées. Ensuite, 10 minutes plus tard, l'écran s'éteindra et l'appareil passera en mode veille.



Lorsque le WalkingPad n'est pas connecté à l'APPLICATION, le voyant clignote.

Lorsque le WalkingPad est connecté à l'APPLICATION, le voyant reste allumé.



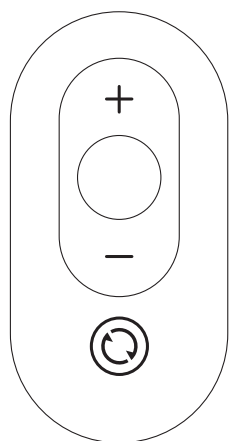
Lorsque le micrologiciel est en cours de mise à jour, le panneau clignote « UP ». Lorsque la mise à niveau est terminée, la machine s'arrête.

Lorsque la sécurité enfant est activée dans l'application, la machine s'arrête, le panneau affiche « LOC ». Si le fonctionnement d'arrêt à vide dure 10 minutes, la machine se met en veille.



Comment utiliser la télécommande

La télécommande et le WalkingPad sont préappariés avant la livraison par défaut. Si la télécommande ne fonctionne pas ou si vous changez de télécommande, veuillez procéder à un nouvel appairage en appuyant sur le bouton Veille de la télécommande, en le maintenant enfoncé tout en allumant le WalkingPad. Si un « signal sonore » retentit, l'appairage est réussi.



- Appuyez sur la touche Démarrer/arrêter lorsque la machine est en marche.
Résultat : Après un compte à rebours de 3 secondes, la machine commence à fonctionner lentement à 1 km/h (1 mph) par défaut.
- + Appuyez sur + lorsque la machine est en marche.
Résultat : La vitesse varie entre 1/1,5/2/2,5/3/3,5/4/4,5/5/5,5/6 km/h (1/1,5/2/2,5/3/3,5/4 mph).
- Appuyez sur - lorsque la machine est en marche.
Résultat : La vitesse varie entre les 6/5,5/5/4,5/4/3,5/3/2,5/2/1,5/1 km/h (4/3,5/3/2,5/2/1,5/1 mph).
- Appuyez sur le bouton Démarrer/arrêter lorsque la machine est en marche.
Résultat : La machine ralentit lentement et se met en pause. Puis, si aucune opération n'est effectuée pendant 10 minutes, le panneau d'affichage s'éteint * et la machine passe en mode Veille.
- * Lorsque l'application est connectée, l'écran reste allumé.
- ⌚ Appuyez sur la touche Veille et maintenez-la enfoncée lorsque l'appareil se met en pause.
Résultat : La machine se met en veille. Pour réactiver l'appareil, appuyez sur n'importe quelle bouton de la télécommande.

Réglage de la vitesse :

- ① Appuyez sur le bouton +/- de la télécommande, la vitesse augmente/diminue de 0,5 km/h (0,5 mph).

* Lorsque la vitesse est réglée sur 2~2,4 km/h ou 2,5~2,9 km/h dans l'application, appuyez sur + sur la télécommande, la vitesse réelle atteindra 2,5 km/h ou 3 km/h. Il en va de même pour les autres valeurs de vitesse réglées dans l'application.

- ② Appuyez sur le bouton +/- dans l'application, la vitesse augmente/diminue de 0,1 km/h (0,1 mph).

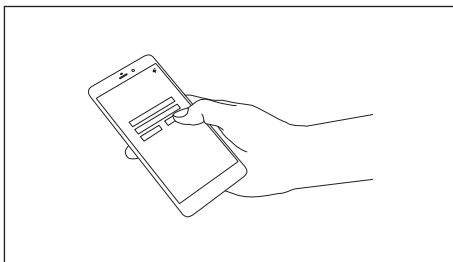
* Lorsque la vitesse est réglée à 2 km/h sur la télécommande, appuyez sur - dans l'application, la vitesse réelle atteindra 1,9 km/h. Il en va de même pour les autres valeurs de vitesse réglées sur la télécommande.

Comment connecter l'APR

Le WalkingPad peut être utilisé avec une application connectée pour rendre votre entraînement plus professionnel et améliorer votre expérience d'entraînement.



- ① Scannez le code QR ou recherchez « KS Fit » sur Apple Store ou Google Play, puis terminez l'installation et l'enregistrement.



- ② Rapprochez le téléphone portable du WalkingPad.
- ③ Activez le Bluetooth sur votre téléphone portable.
- ④ Allumez l'interrupteur d'alimentation du WalkingPad.
- ⑤ Ouvrez l'application KS Fit et ajoutez l'équipement.

* Veuillez autoriser l'application à rechercher des appareils à proximité.

* Ajoutez l'équipement à travers l'application au lieu de sélectionner l'équipement à partir de la liste Bluetooth. Si l'équipement est déjà sélectionné, supprimez-le de la liste Bluetooth et procédez à un nouveau couplage via l'application.

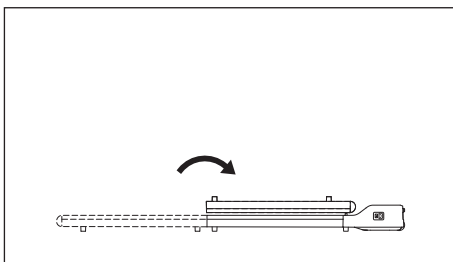
* Répétez les étapes ③-⑤, si l'appairage avec l'équipement échoue.

* Pour des raisons de sécurité, ne connectez pas un deuxième téléphone portable au WalkingPad au cours de son fonctionnement, si un téléphone a déjà été couplé à l'équipement.

* Le panneau d'affichage prend en charge la commutation métrique/impériale. Vous êtes libre de le régler en suivant les étapes suivantes : (1) Redémarrez le WalkingPad (2) Connectez-vous à l'APPLICATION KS Fit (3) Cliquez sur « Moi » - « Installation » - « Paramètres de l'unité » - « Métrique/Impérial » (4) Redémarrez le WalkingPad à nouveau.

Pliage du WalkingPad

Afin d'éviter d'endommager le WalkingPad et de provoquer des blessures graves, assurez-vous que la machine est éteinte et que les deux extrémités du cordon d'alimentation sont débranchées avant de plier le WalkingPad.

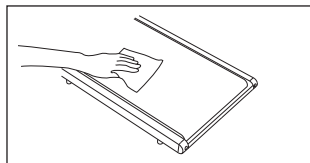


Pliez la planche de marche arrière au-dessus de la planche de marche avant et assurez-vous qu'elle est dans la position prévue.

* Ne démarrez pas le WalkingPad lorsqu'il est plié.

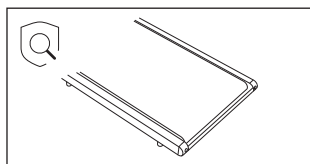
Entretien et maintenance

Pour assurer le bon fonctionnement de votre WalkingPad et prolonger sa durée de vie, il est recommandé d'effectuer une maintenance régulière sous les aspects suivants. Si des dommages ou de l'usure sont constatés, cessez immédiatement d'utiliser le WalkingPad jusqu'à ce que le problème soit résolu.



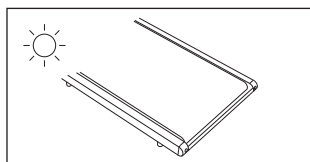
① Nettoyez la ceinture de marche

- Arrêtez le WalkingPad et débranchez le cordon d'alimentation.
- Ajoutez une petite quantité de nettoyant doux à un chiffon 100 % coton et essuyez le panneau d'affichage, la ceinture de marche, etc.
- * Ne vaporisez pas le nettoyant directement sur le panneau d'affichage ou sur la ceinture de marche. N'utilisez pas de nettoyant acide ou corrosif.
- * Ne nettoyez pas le dessous de la ceinture de marche.
- * Après une période de fonctionnement, une couche de poussière et des taches peuvent apparaître sur le plancher arrière.
- * Il s'agit d'un phénomène normal et vous pouvez simplement les nettoyer.



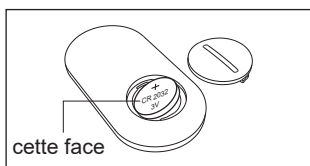
② Vérifiez le WalkingPad

- Vérifiez le cordon d'alimentation. En cas d'endommagement ou d'usure, cessez de l'utiliser et remplacez immédiatement le cordon d'alimentation.
- Vérifiez la ceinture de marche. Si elle n'est pas centrée, trop serrée ou trop lâche, réglez la ceinture de marche (voir page 18 « Déviation/glisement de la ceinture de marche et correction »).
- * Si un remplacement est nécessaire, utilisez les composants recommandés par le fabricant.



③ Gardez l'équipement au frais et au sec

- Conservez le WalkingPad dans un endroit frais et au sec.
- * N'utilisez pas le WalkingPad à l'extérieur ou dans des zones très humides ou soumises à des changements de température extrêmes.
- Faites une pause de 20 minutes après chaque heure d'utilisation afin de permettre à l'équipement de dissiper la chaleur.
- * N'utilisez pas le WalkingPad en continu pendant plus d'1 heure.



④ Remplacement des piles

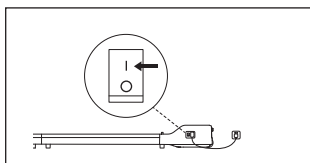
- Si la télécommande n'est plus alimentée ou n'a pas été utilisée pendant une longue période, remplacez les piles (modèle : CR2032 3V) en ouvrant le couvercle arrière de la télécommande. Assurez-vous que la polarité (+/-) est correctement alignée.

AVERTISSEMENT :

- Pour maintenir le niveau de sécurité de cet équipement, il faut l'examiner régulièrement pour vérifier qu'il n'est pas endommagé ou usé. Cela concerne des composants tels que le tapis de marche et le moteur.
- Si vous découvrez des composants défectueux, remplacez-les immédiatement. N'utilisez pas l'appareil tant que les réparations ne sont pas terminées.
- Portez une attention particulière aux composants les plus sensibles à l'usure, tels que le moteur et le tapis de marche. Ces composants doivent être inspectés plus fréquemment et remplacés si nécessaire.
- Les piles non rechargeables ne doivent pas être rechargées.
- Les piles rechargeables doivent être retirées de l'appareil avant d'être rechargées.
- Les différents types de piles ou les piles neuves et usagées ne doivent pas être mélangés.
- Les piles doivent être insérées en respectant la polarité.
- Les piles épuisées doivent être retirées de l'appareil et éliminées en toute sécurité.
- Si l'appareil doit rester inutilisé pendant une longue période, les piles doivent être retirées.
- Les bornes d'alimentation ne doivent pas être court-circuitées.

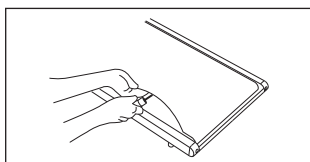
Dépannage

La plupart des dysfonctionnements du WalkingPad peuvent être résolus en suivant ces étapes simples en vue d'identifier le problème et d'effectuer les actions nécessaires.



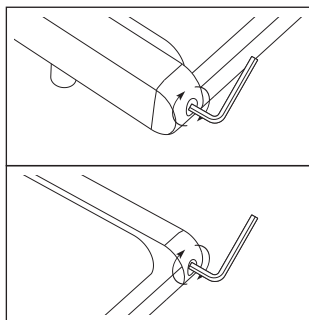
① Impossible de mettre l'appareil sous tension/hors tension pendant l'utilisation

- Assurez-vous que les deux extrémités du cordon d'alimentation sont branchées.
- Assurez-vous que le commutateur d'alimentation est allumé.



② Lubrification de la ceinture de marche

- Arrêtez le WalkingPad et débranchez le cordon d'alimentation.
- Soulevez la planche de marche arrière, relevez la ceinture de marche et appliquez de l'huile de silicone en forme de « Z » sur la surface intérieure de la planche de marche à la position centrale.
- Mettez le WalkingPad sous tension et réessayez.
- * Il n'est pas nécessaire d'appliquer de l'huile sur toute la surface de la planche de marche, puisque l'huile s'étendra progressivement au cours de l'utilisation.
- * 5 à 10 ml d'huile de silicone sont nécessaires pour chaque lubrification. Une quantité excessive d'huile de silicone peut entraîner un glissement et nuire par conséquent à une utilisation normale.



③ Déviation/glissement de la ceinture de marche et correction

- Si la ceinture de marche n'est pas centrée :
Soulevez la planche de marche arrière et réglez la ceinture de marche manuellement (voir page 14 « Comment déplier le WalkingPad »).
- Si la ceinture de marche dévie toujours, ajustez-la à l'aide de la clé Allen fournie en suivant les étapes suivantes :
La ceinture de marche va vers la gauche : tournez la vis du trou de réglage gauche d'un quart de tour dans le sens horaire.
La ceinture de marche va vers la droite : tournez la vis du trou de réglage droit d'un quart de tour dans le sens horaire.
La ceinture de marche glisse : tournez simultanément les vis de réglage gauche et droite d'un demi-tour dans le sens horaire.
Après chaque ajustement, utilisez l'appareil à une vitesse de 3 à 4 km/h (1,95 à 2,5 mph) pendant 1 à 2 minutes afin d'observer l'étalonnage. Au besoin, procédez à un nouvel ajustement.
- * Si la ceinture de marche est trop serrée ou trop lâche, les performances du WalkingPad en seront affectées et la ceinture de marche endommagée.

④ Description du code d'erreur

* En cas de dysfonctionnement, l'écran affiche un code d'erreur. Si le code d'erreur ci-dessous apparaît, veuillez éteindre et redémarrer le WalkingPad. Si le code d'erreur persiste, veuillez cesser de l'utiliser, notez le modèle et le numéro de série du produit sur la plaque signalétique située à l'avant du WalkingPad, et contactez le revendeur ou le service client pour une réparation afin que le problème soit résolu.

E01 Surintensité logicielle	E09 Impossibilité de démarrer le moteur
E02 Surintensité matérielle	E12 Protection contre la surintensité du moteur
E03 Surchauffe du module IPM	E13 Protection contre la surcharge
E04 Protection contre la sous-tension	E14 Signal Hall manquant
E05 Protection contre la surtension	E15 Erreur de communication
E06 Protection contre la perte de phase du moteur	E16 Erreur de connexion du module
E07 Protection du rotor verrouillé du moteur	

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 ci-dessous 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	

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).

Guide des sports

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.

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 limitée à 20 minutes), tandis que 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.

Marque et déclaration légale

Beijing Kingsmith Technology Co. est propriétaire de brevets sur les produits de la série WalkingPad Walking Device. Kingsmith édite et détient les droits d'auteur de ce manuel. Sans l'autorisation écrite de Kingsmith, toute forme de distribution, de reproduction, de publication, de diffusion ou de citation non autorisée par une institution ou un particulier est interdite. Le présent manuel contient le plus grand nombre possible de fonctions et d'instructions d'utilisation. Toutefois, en raison d'imperfections du produit et de modifications de la conception entre autres, il est possible que la description présente des différences par rapport à ce que vous avez acheté. En raison des mises à jour du produit, la description dans ce manuel peut différer de ce que vous avez acheté en termes de couleur, d'apparence, etc. Les fournitures réelles prévalent. L'appareil 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'appareil, par une personne responsable de leur sécurité. Les enfants doivent être surveillés afin qu'ils ne puissent pas jouer avec cet appareil. Les enfants âgés de 8 ans et plus et les personnes aux capacités physiques, sensorielles ou mentales réduites ou manquant d'expérience et de connaissances peuvent utiliser cet appareil s'ils sont encadrés, s'ils ont reçu des instructions concernant l'utilisation de l'appareil en toute sécurité ou s'ils ont compris les risques encourus. Les enfants ne doivent pas jouer avec l'appareil. Le nettoyage et la maintenance de l'utilisateur ne doivent pas être effectués par les enfants sans supervision.

Informations sur la conformité et les réglementations

Informations sur la réglementation DEEE sur la mise au rebut et le recyclage



Tous les produits portant ce symbole deviennent des déchets d'équipements électriques et électroniques (DEEE dans la Directive européenne 2012/19/UE) qui ne doivent pas être mélangés aux déchets ménagers non triés. Vous devez contribuer à la protection de l'environnement et de la santé humaine en apportant l'équipement usagé à un point de collecte dédié au recyclage des équipements électriques et électroniques, agréé par le gouvernement ou les autorités locales. Le recyclage et la destruction appropriés permettront d'éviter tout impact potentiellement négatif sur l'environnement et la santé humaine. Contactez l'installateur ou les autorités locales pour obtenir plus d'informations concernant l'emplacement ainsi que les conditions d'utilisation de ce type de point de collecte.

Déclaration de conformité pour l'Union européenne



Par la présente, Beijing Kingsmith Technology Co., Ltd. déclare que cet équipement radio de type [WP400F4] est conforme à la Directive européenne 2014/53/UE. L'intégralité de la déclaration de conformité pour l'UE est disponible à l'adresse suivante : <https://www.walkingpad.com/pages/declaration>

Déclaration de conformité de l'UKCA



Par la présente, Beijing Kingsmith Technology Co. déclare que l'équipement radio de type [WP400F4] est conforme à la réglementation sur les équipements radio de 2017. Le texte intégral de la déclaration de conformité du UKCA est disponible à l'adresse internet suivante : <https://uk.walkingpad.com/pages/other-information>

Déclarations de Conformité PSTI UKCA

Par la présente, Beijing Kingsmith Technology Co., Ltd. déclare que l'équipement radio de type [WP400F4] est conforme au Règlement de 2023 sur la sécurité des produits et les infrastructures de télécommunications (exigences de sécurité pour les produits connectables concernés).

Le texte intégral de la déclaration de conformité PSTI est disponible à l'adresse internet suivante : <https://uk.walkingpad.com/pages/other-information>

Wichtige Sicherheitshinweise

Das Gerät ist für den privaten Gebrauch bestimmt.

GEFAHR

- Zur Vermeidung von Stromschlag:

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

WARNUNG

- Dieses Gerät kann von Kindern ab 8 Jahren und darüber sowie von Personen mit verringerten physischen, sensorischen oder mentalen Fähigkeiten oder einem Mangel an Erfahrung und Wissen benutzt werden, wenn sie beaufsichtigt oder bezüglich des sicheren Gebrauchs des Geräts. Kinder dürfen nicht mit dem Gerät spielen. Die 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 mangels 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

– Bewahren Sie Ihr Gerät aufrecht stehend und nach Möglichkeit an einem Ort auf, an dem es auf beiden Seiten abgestützt ist. Halten Sie kleine Kinder stets vom Gerät fern. Der Kontakt mit der sich bewegenden Oberfläche kann zu schweren Reibungsverbrennungen führen.

WARNUNG

- Zur Vermeidung von Verbrennungen, Feuer, Stromschlägen und Verletzungen:

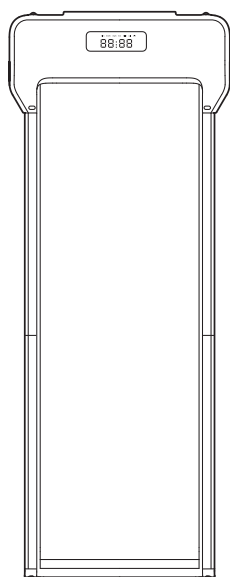
- 1) Lassen Sie das Gerät niemals unbeaufsichtigt, wenn es am Stromnetz angeschlossen ist. Ziehen Sie den Netzstecker, wenn Sie das Gerät nicht benutzen und bevor Sie Teile anbringen oder abnehmen.
- 2) Wenn dieses Gerät von oder in der Nähe von Kindern, körperlich eingeschränkten oder behinderten Personen verwendet wird, ist eine strenge Überwachung erforderlich.
- 3) Verwenden Sie das Gerät nur für den in diesem Handbuch beschriebenen Zweck. Verwenden Sie keine Zusatzgeräte, die nicht vom Hersteller empfohlen werden.
- 4) Nehmen Sie das Gerät nicht in Betrieb, wenn das Kabel oder der Netzstecker beschädigt ist, wenn es nicht richtig funktioniert, wenn es fallen gelassen oder beschädigt wurde oder wenn es ins Wasser gefallen ist. Bringen Sie das Gerät zur Überprüfung und Reparatur zu einem Kundendienst.
- 5) Tragen Sie das Gerät nicht am Netzkabel und benutzen Sie das Kabel nicht als Griff.
- 6) Halten Sie das Kabel von heißen Oberflächen fern.
- 7) Führen Sie keine Gegenstände in die Öffnungen ein.
- 8) Verwenden Sie das Gerät nicht im Freien.
- 9) Benutzen Sie das Gerät nicht, wo Aerosolprodukte (Sprays) verwendet werden oder wo Sauerstoff verabreicht wird.
- 10) Um das Gerät auszuschalten, schalten Sie alle Bedienelemente aus und ziehen Sie dann den Netzstecker.
- 11) Wenn Sie sich unwohl fühlen, beenden Sie bitte sofort das Training und suchen Sie einen Arzt auf, um gesundheitliche Schäden zu vermeiden.
- 12) Achten Sie darauf, dass hinter dem Gerät ein Abstand von mindestens 2000 mm und auf beiden Seiten von mindestens 500 mm vorhanden ist. Im Notfall können Sie sich so schnell vom Gerät entfernen, um Verletzungen durch Kollision mit umliegenden Gegenständen oder Wänden zu vermeiden.
- 13) Tragen Sie Sportkleidung, wenn Sie das Gerät benutzen und trainieren Sie entsprechend Ihrer eigenen Kondition.
- 14) Achten Sie darauf, dass persönliche Gegenstände vom Gerät ferngehalten werden, um ein Verheddern zu vermeiden. Anderenfalls kann es zu Schäden am Gerät und zu Verletzungen kommen.
- 15) Verwenden Sie das Gerät nicht auf unebenem Boden, um Unfälle oder Schäden am Gerät zu vermeiden.
- 16) Stellen oder treten Sie nicht auf den Kopf des Geräts, um Schäden am Produkt zu vermeiden.
- 17) Verwenden Sie das Gerät nicht zusammen mit Haustieren, um diese nicht zu verstören und andere Sicherheitsprobleme zu vermeiden.
- 18) Gehen Sie nur vorwärts auf dieses Gerät, um Gleichgewichtsverlust, Stürze und Verletzungen zu vermeiden.
- 19) Ältere Personen, Kinder und Schwangere müssen dieses Gerät mit Vorsicht verwenden. Bitte konsultieren Sie einen Arzt und lassen Sie sich beraten, bevor Sie dieses Gerät benutzen.
- 20) Klappen Sie das Gerät nicht zusammen, wenn der Strom nicht ausgeschaltet ist. Anderenfalls kann die Lebensdauer des Geräts beeinträchtigt werden, und es kann zu anderen Sicherheitsrisiken führen.
- 21) Lagern Sie das Gerät aus Sicherheitsgründen entsprechend den Hinweisen im Handbuch.
- 22) Um Unfälle zu vermeiden, steigen Sie nicht auf das Gerät oder ab, wenn es läuft.
- 23) Verwenden Sie dieses Gerät innerhalb des angegebenen Gewichtsbereichs, um den normalen Betrieb und Ihre persönliche Sicherheit zu gewährleisten.
- 24) Setzen Sie das Gerät nicht direkter Sonneneinstrahlung aus, um Schäden am Gerät zu vermeiden. Verwenden Sie das Gerät in einer kühlen und trockenen Umgebung.
- 25) Halten Sie das Gerät von Wasser fern, um Schäden am Gerät zu vermeiden und das Risiko eines Stromschlags zu verringern, da es nicht wasserfest ist.
- 26) Verwenden Sie das Gerät niemals kontinuierlich über die angegebene Dauer hinaus und machen Sie eine 20-minütige Pause, bevor Sie es wieder verwenden, um die Lebensdauer des Geräts zu verlängern.
- 27) Stellen Sie das Gerät nicht auf eine schiefe Ebene und stellen Sie keine Gegenstände darunter. Anderenfalls kann die Stabilität und Leistung des Geräts beeinträchtigt werden.
- 28) Der Wert des A-bewerteten Emissions-Schalldruckpegels am Ohr des Trainers liegt bei ca. 57 dB(A). Die Geräuschemission unter Last ist höher als bei Nulllast.
- 29) Bei fehlerhaftem oder übermäßigem Training können Gesundheitsschäden auftreten.

Inhalt

Überblick über das Produkt	22
Vor dem Start	23
Bedienung und Einstellung	24
Pflege und Wartung	28
Fehlersuche	28
Übungsanleitung	29
Markenzeichen und rechtlicher Hinweis	30
Informationen zur Einhaltung gesetzlicher Vorschriften	30

Überblick über das Produkt

Nachdem Sie das Produkt erhalten haben, finden Sie in der Verpackung folgende Teile. Überprüfen Sie bitte alles auf Beschädigung und Vollständigkeit. Sollte eines der Teile fehlen, wenden Sie sich bitte an den Verkäufer des Produkts.



WalkingPad

Technische Daten

Bezeichnung	Walking Device
Modell	WP400F4
Geschwindigkeitsbereich	1-6 km/h 1-4 mph
Lauffläche	1210 x 400 mm 47.6 x 15.7 Zoll
Maximale Belastung	110 kg / 242 lbs
Nennspannung	220-240 V~
Nennfrequenz	50/60 Hz

Nettogewicht	23 kg / 50 lbs
Abmessungen ausgeklappt	1425 x 560 x 106 mm 56.1 x 22 x 4.1 Zoll
Abmessungen zusammengeklappt	810 x 560 x 138 mm 31.8 x 22 x 5.4 Zoll
Klasse	HC
Altersbereich	14 Jahre und älter
Leistung	550 W

Zubehör



Netzkabel



Fernbedienung



Handgelenkband



Silikonöl



Innensechskantschlüssel



Benutzerhandbuch

Funkfrequenz und Funkübertragungsleistung

	Betriebsfrequenz	Maximale Ausgangsleistung
Laufgerät	2402-2480MHz	8.51dBm(EIRP)
Fernbedienung	2402-2480MHz	-2.45dBm(EIRP)

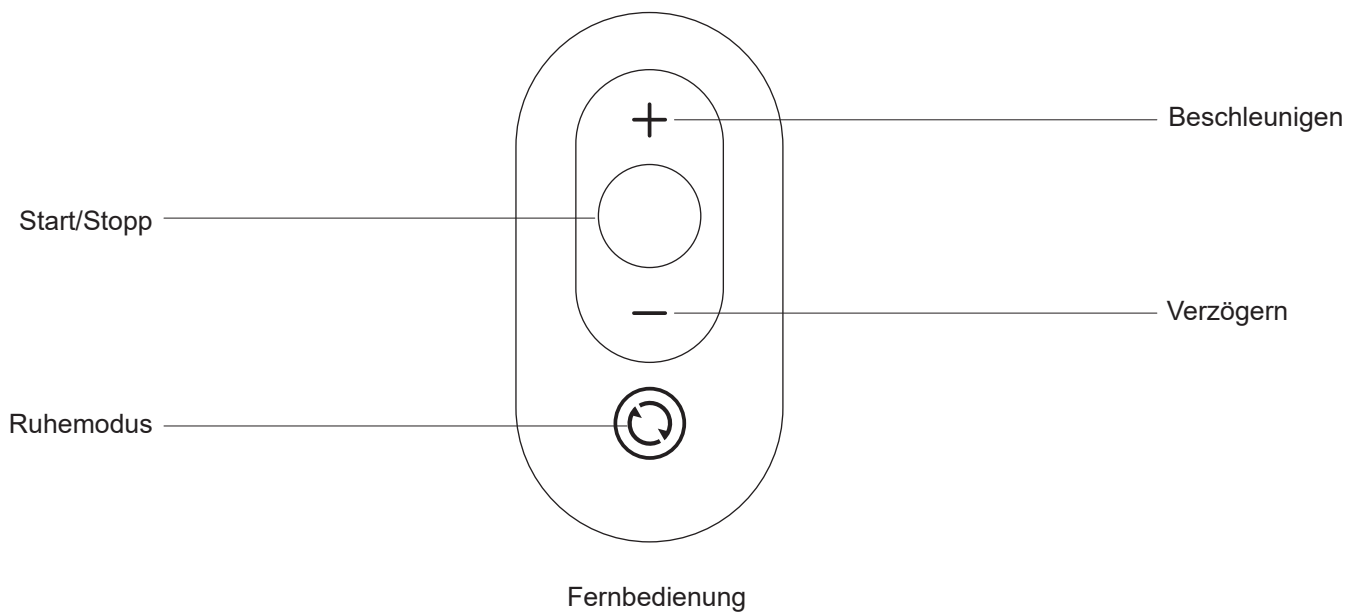
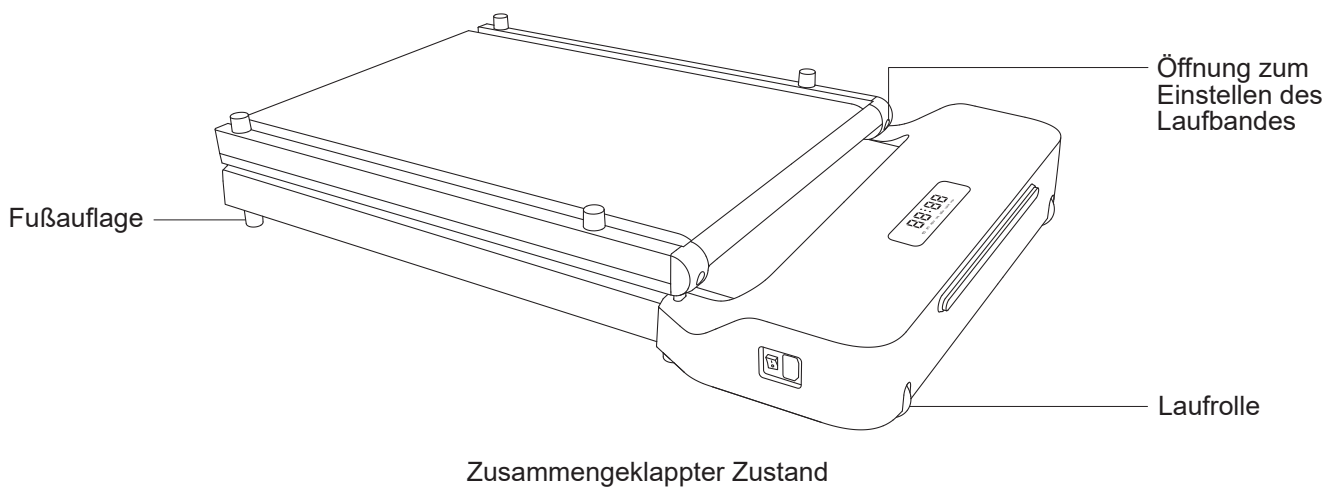
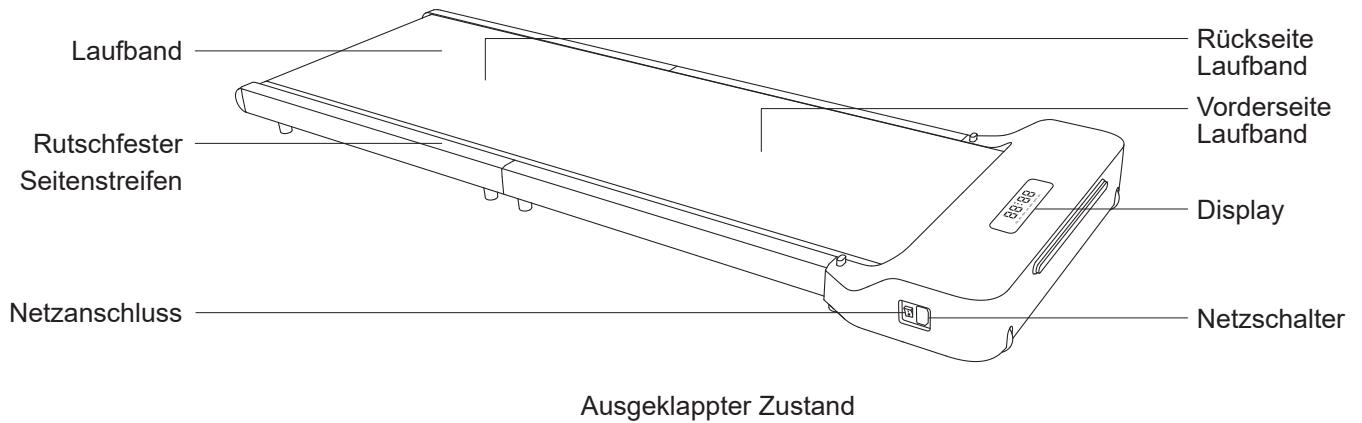
Energieeffizienz

Dieses Produkt verfügt über einen Standby-Modus und einen Aus-Modus.

Stromverbrauch	Aus-Modus: 0 W Standby-Modus: 0,4 W
Zeit bis zum Erreichen des Zustands	Standby-Modus: 20 min

Vor dem Start

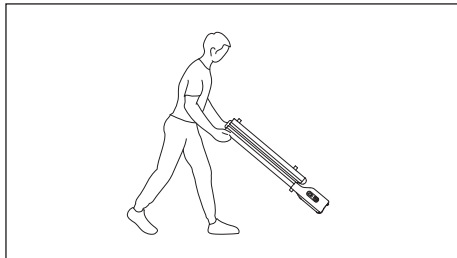
Bitte lesen Sie dieses Handbuch aufmerksam durch, bevor Sie das Geräts verwenden. Sollten Sie beim Lesen dieser Anleitung unsere Hilfe benötigen, notieren Sie bitte das Produktmodell und die Seriennummer auf dem Typenschild an der Vorderseite des Geräts, bevor Sie sich an den Kundendienst wenden.



Bedienung und Einstellung

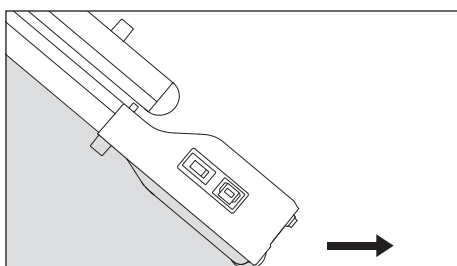
So bewegen Sie das WalkingPad

Bevor Sie das WalkingPad umsetzen, vergewissern Sie sich bitte, dass das Laufband eingeklappt ist. Wenn Sie das WalkingPad bewegen, berühren Sie das Laufband nicht und schieben Sie es auf einem ebenen Untergrund vorwärts.



- ① Wie in der Abbildung dargestellt, heben Sie das Geräts im Bereich unterhalb des hinteren Endes der Vorderseite des Laufbandes an.

* Bevor Sie das WalkingPad anheben, schalten Sie bitte den Netzschalter am Gerät aus, ziehen Sie den Netzstecker und bewahren Sie das Netzkabel auf.

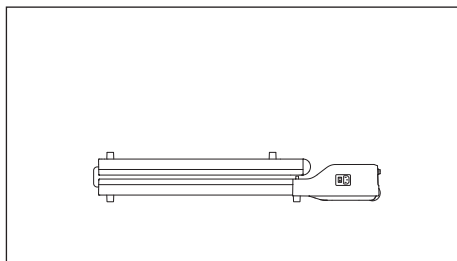


- ② Halten Sie die Laufrollen auf dem Boden und bewegen Sie das WalkingPad vorwärts oder rückwärts.

* Achten Sie beim Umsetzen des WalkingPads darauf, einen bestimmten Winkel zwischen dem Gerät und dem Boden einzuhalten, um Reibung zu vermeiden.

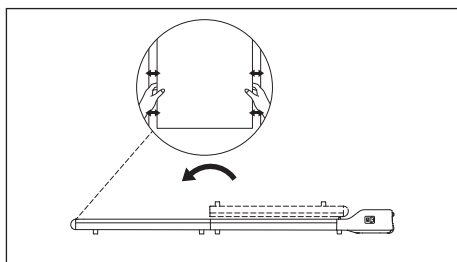
So klappen Sie das WalkingPad aus

Um das WalkingPad nicht zu beschädigen und schwere Verletzungen zu vermeiden, vergewissern Sie sich bitte, dass der Boden eben ist und genügend Platz zum Aufklappen des WalkingPads vorhanden ist.



- ① Legen Sie das zusammengeklappte Geräts waagerecht hin und überzeugen Sie sich davon, dass es auf einer festen und ebenen Fläche steht.

* Do not place the appliance on a thick and soft carpet or mat. Otherwise, the sensor will work improperly.

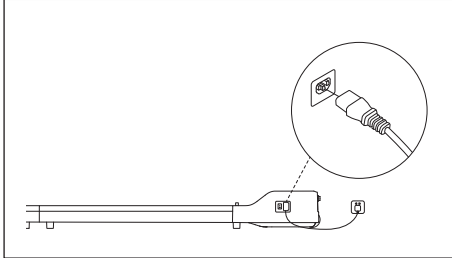


- ② Klappen Sie das hintere Trittbrett aus. **Zentrieren** Sie das **Laufband**, indem Sie seine **vorderen** und **hinteren Enden** **manuell** einstellen. Drücken Sie das hintere Trittbrett nach unten, um es mit dem Boden abzugleichen. Wenn es nicht waagerecht ist, drehen Sie die Fußplatte, um es zu nivellieren.

* Das rückseitige Laufband kann mit Kraft heruntergedrückt werden, ohne das Gerät zu beschädigen.

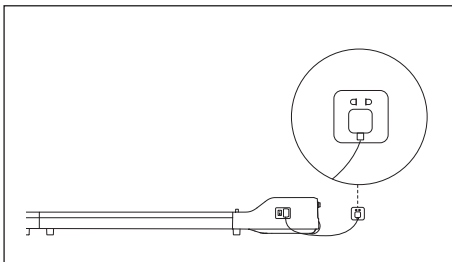
Netzkabel anschließen

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 Netzanschluss an der Vorderseite des WalkingPads an.

* Ein unsachgemäßer Anschluss des Kabels erhöht das Stromschlagrisiko.



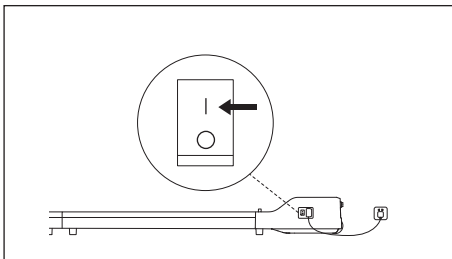
- ② Schließen Sie das andere Ende des Netzkabels an einer geeigneten Steckdose an, die gemäß den örtlichen Vorschriften korrekt installiert und geerdet sein muss.

* 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.

HINWEIS: Wenn das Netzkabel beschädigt ist, muss es durch das vom Hersteller angegebene Netzkabel ersetzt werden.

Gerät einschalten

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

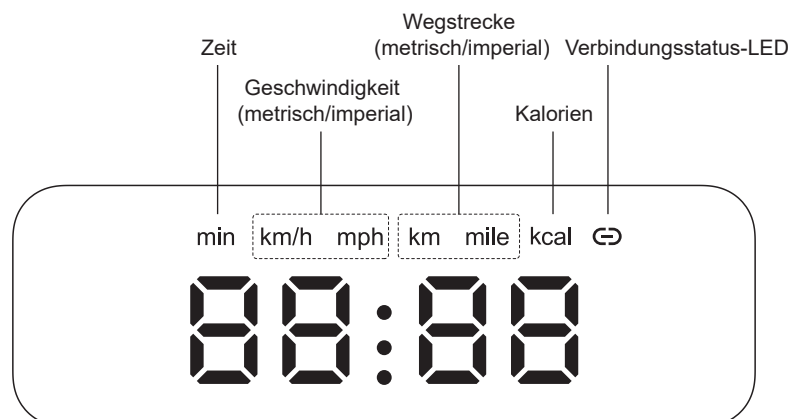


Schalten Sie das WalkingPad mit dem Ein/Aus-Schalter an der Vorderseite ein.

* Wenn Sie einen Piepton hören und sehen, dass das Bedienfeld aufleuchtet, befindet sich der Netzschalter in der Position „I“.

So benutzen Sie das Display

Das Display ist mit fortschrittlicher LED-Anzeigetechnologie ausgestattet und bietet eine Reihe von Funktionen, die Ihr Training angenehm gestalten. Mit den folgenden Informationen können Sie in kürzester Zeit Ihr Gerät effizient nutzen.



Schalten Sie das WalkingPad ein. Auf dem Display werden nacheinander Zeit, Geschwindigkeit, Entfernung und Kalorien angezeigt.

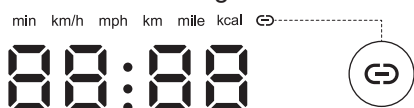


Das WalkingPad unterstützt die Leerlaufstopp-Funktion, d. h. es hält an, wenn 8 bis 60 Sekunden lang keine Last vorhanden ist. Diese Funktion ist standardmäßig deaktiviert, kann aber in der KS Fit APP durch Anklicken von „Bewegung“ - „Einstellungen“ - „Leerlaufstopp“ aktiviert werden. Nach dem Leerlaufstopp bleiben die Trainingsdaten erhalten. Nach 10 Minuten schaltet sich das Display aus und das Gerät geht in den Ruhemodus über.



Wenn das WalkingPad nicht mit der APP verbunden ist, blinkt die Anzeige.

Wenn das WalkingPad mit der APP verbunden ist, bleibt die Anzeige eingeschaltet.



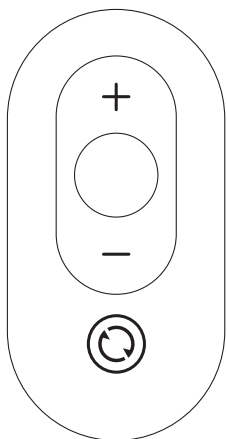
Wenn die Firmware aktualisiert wird, blinkt auf dem Bedienfeld „UP“. Nach Abschluss der Aktualisierung wird das Gerät angehalten.

Wenn die Kindersicherung in der App aktiviert wird, hält das Gerät an und das Bedienfeld zeigt „LOC“ an. Wenn der Leerlauf 10 Minuten dauert, geht das Gerät in den Ruhezustand.



Benutzung der Fernbedienung

Fernbedienung und WalkingPad werden standardmäßig vor der Auslieferung miteinander verbunden. Wenn die Fernbedienung nicht funktioniert oder Sie eine neue Fernbedienung verwenden, koppeln Sie das WalkingPad erneut, indem Sie die Sleep-Taste auf der Fernbedienung gedrückt halten und das WalkingPad einschalten. Wenn Sie einen Signalton hören, war die Kopplung erfolgreich.



- Drücken Sie bei eingeschaltetem Gerät die Start/Stop-Taste.
Ergebnis: Nach einem 3-Sekunden-Countdown beginnt das Gerät standardmäßig langsam mit 1 km/h (1 mph) zu laufen.
- + Drücken Sie +, während das Gerät läuft.
Ergebnis: Die Geschwindigkeit wechselt zwischen 1/1,5/2/2,5/3/3,5/4/4,5/5/5,5/6 km/h (1/1,5/2/2,5/3/3,5/4 mph).
- Drücken Sie -, während das Gerät läuft.
Ergebnis: Die Geschwindigkeit wechselt zwischen 6/5,5/5/4,5/4/3,5/3/2,5/2/1,5/1 km/h (4/3,5/3/2,5/2/1,5/1 mph).
- Drücken Sie die Start/Stop-Taste, während das Gerät läuft.
Ergebnis: Das Gerät fährt langsam herunter und hält an. Wenn 10 Minuten lang keine Bedienung erfolgt, schaltet sich das Display aus* und das Gerät geht in den Ruhemodus.
* Bei angeschlossener APP bleibt die Displayanzeige eingeschaltet.
- Ⓞ Halten Sie die Ruhetaste gedrückt, wenn das Gerät pausiert.
Ergebnis: Das Gerät geht in den Ruhemodus. Um das Gerät aufzuwecken, drücken Sie eine beliebige Taste auf der Fernbedienung.

Geschwindigkeitseinstellung:

- ① Drücken Sie die Taste +/- auf der Fernbedienung, die Geschwindigkeit erhöht/verringert sich um 0,5 km/h (0,5 mph).

* Wenn die Geschwindigkeit in der App auf 2~2,4 km/h oder 2,5~2,9 km/h eingestellt ist, drücken Sie + auf der Fernbedienung, und die tatsächliche Geschwindigkeit erreicht 2,5 km/h oder 3 km/h. Das Gleiche gilt für andere in der App eingestellte Geschwindigkeitswerte.

- ② Drücken Sie die +/- Taste in der App, die Geschwindigkeit erhöht/verringert sich um 0,1 km/h (0,1 mph).

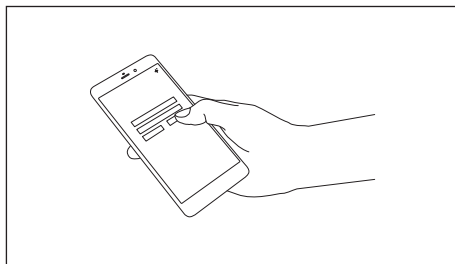
* Wenn die Geschwindigkeit auf der Fernbedienung auf 2 km/h eingestellt ist und Sie in der App - drücken, erreicht die tatsächliche Geschwindigkeit 1,9 km/h. Das Gleiche gilt für andere Geschwindigkeitswerte, die an der Fernbedienung eingestellt werden.

So verbinden Sie das Gerät mit der APP

Das Gerät kann mit einer verbundenen App verwendet werden, um Ihr Training zu professionalisieren und Ihr Workout-Erlebnis zu verbessern.



- ① Scannen Sie den QR-Code oder suchen Sie im Apple Store oder bei Google Play nach „KS Fit und schließen Sie Installation und Registrierung ab.



- ② Bringen Sie das Handy in die Nähe des WalkingPads.
- ③ Schalten Sie die Bluetooth-Funktion auf Ihrem Handy ein.
- ④ Schalten Sie den Ein/Aus-Schalter des WalkingPads auf Ein.
- ⑤ Öffnen Sie die KS Fit-App und fügen Sie das Gerät hinzu.

* Geben Sie der App bitte die erforderliche Berechtigung, damit sie nach sich in der Nähe befindliche Geräte suchen kann.

* Fügen Sie das Gerät über die App hinzu, anstatt das Gerät aus der Bluetooth-Liste auszuwählen. Wenn das Gerät bereits ausgewählt ist, entfernen Sie es aus der Bluetooth-Liste und koppeln es erneut über die App.

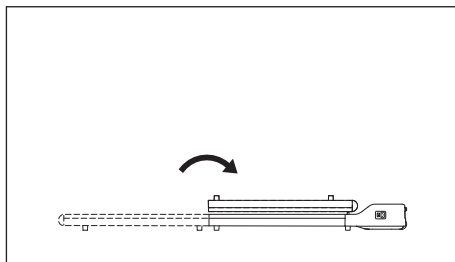
* Wiederholen Sie Schritt ③-⑤, wenn die Kopplung mit dem Gerät fehlschlägt.

* Verbinden Sie aus Sicherheitsgründen während des Trainings kein zweites Handy mit dem WalkingPad, wenn bereits ein Handy gekoppelt wurde.

* Das Anzeigefeld unterstützt die Umschaltung zwischen metrischem und imperialem System. Sie können dies mit den folgenden Schritten frei einstellen: (1) Starten Sie das WalkingPad neu (2) Verbinden Sie sich mit der KS Fit APP (3) Klicken Sie auf „Profil - „Kaloreinverbrauch“ - „Einstellungen der Einheit“ - „Metrisch/Imperial“ (4) Starten Sie das WalkingPad erneut.

WalkingPad zusammenklappen

Um das WalkingPad nicht zu beschädigen und schwere Verletzungen zu vermeiden, vergewissern Sie sich, dass das Gerät ausgeschaltet ist und beide Stecker des Netzkabels abgezogen sind, bevor Sie das WalkingPad zusammenklappen.

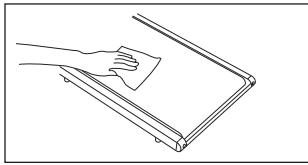


Klappen Sie das rückseitige Laufband über das vordere Laufband, und vergewissern Sie sich, dass es sich in der vorgesehenen Position befindet.

* Starten Sie das WalkingPad nicht, wenn es zusammengeklappt ist.

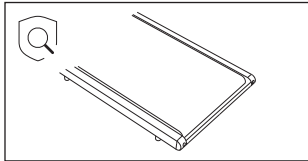
Pflege und Wartung

Damit Ihr WalkingPad ordnungsgemäß funktioniert und seine Lebensdauer verlängert, wird eine regelmäßige Wartung unter folgenden Aspekten empfohlen. Wenn Sie Beschädigungen oder Abnutzungserscheinungen feststellen, stellen Sie die Verwendung des WalkingPads sofort ein, bis das Problem behoben ist.



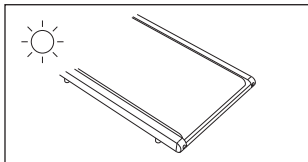
① Laufband reinigen

- Schalten Sie das WalkingPad aus und ziehen Sie den Netzstecker.
- Geben Sie eine kleine Menge eines milden Reinigungsmittels auf ein Tuch aus 100 % Baumwolle und wischen Sie die Anzeigetafel, das Laufband usw. ab.
- * Sprühen Sie den Reiniger nicht direkt auf die Anzeigetafel oder das Laufband.
- * Verwenden Sie keine säurehaltigen oder ätzenden Reinigungsmittel.
- * Wischen Sie nicht unter dem Laufband.
- * Nach einer gewissen Zeit des Trainings können Staub und Flecken auf dem rückwärtigen Laufband erscheinen. Das ist normal und kann einfach abgewischt werden.



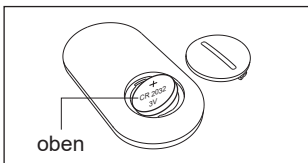
② Überprüfen Sie das WalkingPad

- Überprüfen Sie das Netzkabel. Wenn Schäden oder Abnutzungserscheinungen auftreten, verwenden Sie das Gerät nicht mehr und tauschen Sie das Netzkabel sofort aus.
- Überprüfen Sie das Laufband. Wenn es nicht zentriert ist, zu fest oder zu locker sitzt, stellen Sie das Laufband ein (siehe Seite 28 „Laufbandabweichung und -korrektur“).
- * Wenn ein Austausch erforderlich ist, verwenden Sie die vom Hersteller vorgesehenen Bauteile.



③ Kühl und trocken lagern

- Bewahren Sie das WalkingPad in einem kühlen und trockenen Zustand auf.
- * Verwenden Sie das WalkingPad nicht im Freien oder in Bereichen mit hoher Luftfeuchtigkeit oder extremen Temperaturschwankungen.
- Legen Sie nach jeder Nutzungsstunde eine 20-minütige Pause ein, um die Wärmeableitung des WalkingPad zu unterstützen.
- * Verwenden Sie das WalkingPad nicht länger als 1 Stunde ununterbrochen.



④ Batterien austauschen

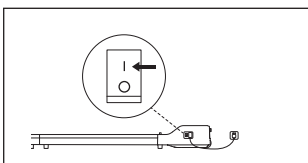
- Wenn die Fernbedienung nicht arbeitet oder längere Zeit nicht benutzt wurde, tauschen Sie bitte die Batterien (CR2032 3V) aus. Öffnen Sie hierzu das Batteriefach auf der Rückseite der Fernbedienung. Achten Sie auf die richtige Polarität (+/-).

WARNUNG:

- Zur Wahrung der Sicherheit dieses Gerätes muss es regelmäßig auf Schäden und Verschleiß geprüft werden. Dies beinhaltet Bauteile, wie Laufband und Motor.
- Wenn Sie defekte Bauteile entdecken, ersetzen Sie diese umgehend. Verwenden Sie das Gerät erst nach Abschluss der Reparaturen wieder.
- Achten Sie insbesondere auf Bauteile, die Verschleiß besonders stark ausgesetzt sind, wie zum Beispiel Motor und Laufband. Diese Bauteile sollten häufiger geprüft und bei Bedarf ersetzt werden.
- Nicht wiederaufladbare Batterien dürfen nicht wieder aufgeladen werden.
- Akkus müssen vor dem Aufladen aus dem Gerät entfernt werden.
- Verschiedene Batterietypen oder neue und gebrauchte Batterien dürfen nicht kombiniert werden.
- Beim Einsetzen der Batterien ist die Polarität zu beachten.
- Erschöpfte Batterien müssen aus dem Gerät entfernt und auf sichere Weise entsorgt werden.
- Wenn das Gerät längere Zeit gelagert wird, müssen die Akkus entfernt werden.
- Die Versorgungsanschlüsse dürfen nicht kurzgeschlossen werden.

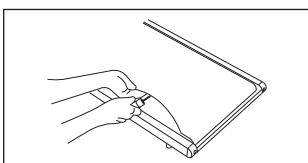
Fehlersuche

Die meisten Fehlfunktionen des WalkingPads lassen sich mit den folgenden einfachen Schritten beheben, um das Problem zu identifizieren und die erforderlichen Maßnahmen zu ergreifen.



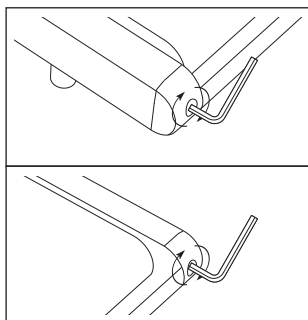
① Das Gerät lässt sich nicht einschalten bzw. schaltet sich während der Benutzung aus

- Vergewissern Sie sich, dass beide Enden des Netzkabels verbunden sind.
- Vergewissern Sie sich, dass der Ein/Aus-Schalter eingeschaltet ist.



② Schmierung des Laufbands

- Schalten Sie das WalkingPad aus und ziehen Sie den Netzstecker.
- Heben Sie das rückseitige Laufband an, und tragen Sie darunter Silikonöl Z-förmig auf die Innenfläche des Laufbands mittig auf.
- Schalten Sie das WalkingPad ein und versuchen Sie es erneut.
- * Es ist nicht notwendig, das gesamte Laufband zu bestreichen, da sich das Öl während des Gebrauchs von selbst verteilt.
- * Für jede Schmierung sind 5 - 10 ml Silikonöl erforderlich. Zu viel Silikonöl kann zum Rutschen führen und den normalen Gebrauch beeinträchtigen.



③ Verschobenes/rutschendes Laufband korrigieren

- Wenn das Laufband nicht zentriert ist:
Heben Sie das Trittbrett an und stellen Sie das Laufband manuell ein (siehe Seite 24, Abschnitt „Aufklappen des WalkingPads“).
- Wenn das Laufband immer noch nicht mittig läuft, justieren Sie es mit dem mitgelieferten Innensechskantschlüssel anhand der folgenden Schritte:
Das Laufband bewegt sich nach links: Drehen Sie die linke Einstellschraube im Uhrzeigersinn um 1/4 Umdrehung.
Das Laufband bewegt sich nach rechts: Drehen Sie die rechte Einstellschraube im Uhrzeigersinn um 1/4 Umdrehung.
Das Laufband rutscht: Drehen Sie die linke und rechte Einstellschraube gleichzeitig um 1/2 Umdrehung im Uhrzeigersinn.
Verwenden Sie das Gerät nach jeder Einstellung bei einer Geschwindigkeit von 3 - 4 km/h für 1 - 2 Minuten, um die Korrektur zu beobachten. Falls erforderlich, justieren Sie erneut.
- * Wenn das Laufband zu fest oder zu locker sitzt, beeinträchtigt dies die Leistung des WalkingPads und beschädigt das Laufband.

④ Beschreibung der Fehlercodes

* Wenn eine Fehlfunktion auftritt, wird im Display ein Fehlercode angezeigt. Wenn der nachstehende Fehlercode angezeigt wird, schalten Sie das WalkingPad bitte aus und starten Sie es neu. Wird der Fehlercode weiterhin angezeigt, verwenden Sie das WalkingPad nicht weiter, notieren Sie Produktmodell und Seriennummer auf dem Typenschild an der Vorderseite des WalkingPads und wenden Sie sich an den Fachhändler oder an den Kundendienst, um das Problem zu beheben.

E01 Software-Überspannung	E09 Motor kann nicht gestartet werden
E02 Hardware-Überspannung	E12 Motor Überspannungsschutz
E03 IPM modul überhitzt	E13 Überlastschutz
E04 Unterspannungsschutz	E14 Hall-Signal fehlt
E05 Überspannungsschutz	E15 Kommunikationsfehler
E06 Motorphasenausfallschutz	E16 Modul Verbindungsfehler
E07 Schutz des Motors bei blockiertem Rotor	

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	

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: Es ist empfehlenswert, 20 – 30 Minuten lang zu trainieren und dabei die Trainingsintensität innerhalb des Trainingsbereichs beizubehalten

(in den ersten Trainingswochen sollte eine Übungszeit von 20 Minuten nicht überschritten werden), und es sollte auf eine gleichmäßige Atmung geachtet werden.

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.

Markenzeichen und rechtlicher Hinweis

Beijing Kingsmith Technology Co., Ltd besitzt die Patente für die Produkt der Laufgeräteserie WalkingPad. Kingsmith ist Herausgeber und Inhaber des Urheberrechts an diesem Handbuch. Ohne die schriftliche Genehmigung von Kingsmith ist jede Form der unbefugten Verbreitung, Vervielfältigung, Veröffentlichung, Freigabe oder Zitierung durch Institutionen oder Einzelpersonen untersagt. In diesem Handbuch werden soviel Funktionen wie möglich beschrieben und Benutzungsanweisungen gegeben. Aufgrund von Produktfehlerbehebungen, Designänderungen usw. kann die Beschreibung jedoch von dem Ihnen vorliegenden Produkt abweichen. Aufgrund von Produktaktualisierungen kann die Beschreibung in diesem Handbuch in Farbe, Aussehen usw. von dem Ihnen vorliegenden Produkt abweichen. Beziehen Sie sich in diesem Fall immer auf das Ihnen vorliegende Produkt. Dieses Gerät ist nicht dafür bestimmt, durch Personen (einschließlich Kinder) mit eingeschränkten physischen, sensorischen oder geistigen Fähigkeiten oder mangels 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. Kinder ab 8 Jahren und Personen mit eingeschränkten körperlichen, sensorischen oder geistigen Fähigkeiten oder mangelnder Erfahrung und Kenntnis können dieses Gerät benutzen, wenn sie beaufsichtigt oder in die sichere Benutzung des Geräts eingewiesen wurden und die damit verbundenen Gefahren verstanden haben. Kinder dürfen nicht mit dem Gerät spielen. Die Reinigung und Wartung des Geräts darf nicht von Kindern ohne Aufsicht durchgeführt werden.

Informationen zur Einhaltung gesetzlicher Vorschriften

WEEE-Informationen zur Entsorgung und zum Recycling



Alle mit diesem Symbol gekennzeichneten Produkte sind Elektroschrott und Elektrogeräte (WEEE entsprechend EU-Richtlinie 2012/19/EU) und dürfen nicht mit unsortiertem Haushaltsmüll vermisch werden. Schützen Sie stattdessen Ihre Mitmenschen und die Umwelt, indem Sie Ihre zu entsorgenden Geräte an eine dafür vorgesehene, von der Regierung oder einer lokalen Behörde eingerichtete Sammelstelle zum Recycling von Elektroschrott und Elektrogeräten bringen. Eine ordnungsgemäße Entsorgung und Recycling helfen, negative Auswirkungen auf die Gesundheit von Umwelt und Menschen zu vermeiden. Wenden Sie sich bitte an den Installateur oder lokale Behörden, um Informationen zum Standort und den allgemeinen Geschäftsbedingungen solcher Sammelstellen zu erhalten.

EU-Konformitätserklärung



Hiermit bestätigt Beijing Kingsmith Technology Co., Ltd., dass das Funkgerät des Typs [WP400F4] mit der Verordnung 2014/53/EU in Einklang steht. Der vollständige Wortlaut der EU-Konformitätserklärung ist unter der folgenden Internetadresse abrufbar: <https://www.walkingpad.com/pages/declaration>

UKCA-Konformitätserklärung



Hiermit erklärt Beijing Kingsmith Technology Co., Ltd., dass die Funkanlage des Typs [WP400F4] 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 Konformitätserklärungen

Hiermit erklärt die Beijing Kingsmith Technology Co., Ltd., dass der Funkgerädetyp [WP400F4] der Verordnung über Produktsicherheit und Telekommunikationsinfrastruktur (Sicherheitsanforderungen für relevante konnektierbare Produkte) 2023 entspricht.

Der vollständige Text der PSTI-Konformitätserklärung ist unter der folgenden Internetadresse verfügbar: <https://uk.walkingpad.com/pages/other-information>

Precauzioni importanti

L'apparecchio è destinato all'uso in ambienti interni residenziali.

PERICOLO - Per ridurre il rischio di scossa elettrica:

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 posizione verticale e cercare di posizionarlo in uno spazio provvisto di punti di appoggio su entrambi i lati, 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, incendio, scossa elettrica o lesioni personali:

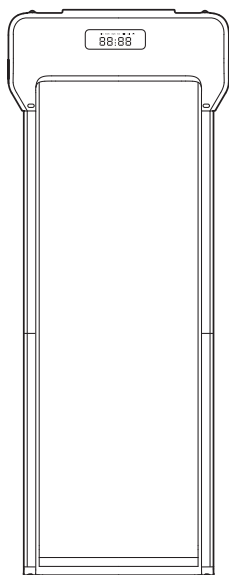
- 1) L'apparecchio non deve mai essere lasciato incustodito quando è collegato alla presa elettrica. Scollegare la spina dalla presa elettrica quando non viene utilizzato e prima di montare o smontare parti dell'apparecchio.
- 2) Quando l'apparecchio viene utilizzato da, su o in prossimità di bambini, persone disabili o invalide, è necessaria un'attenta sorveglianza.
- 3) Utilizzare l'apparecchio esclusivamente per lo scopo previsto come descritto nel presente manuale. Non utilizzare accessori non consigliati dal produttore.
- 4) 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. Consegnare l'apparecchio presso un centro di assistenza per il controllo e la riparazione.
- 5) Non trasportare l'apparecchio tramite il cavo di alimentazione o utilizzando il cavo come maniglia.
- 6) Tenere il cavo lontano da superfici riscaldate.
- 7) Evitare in qualsiasi caso di lasciar cadere o inserire oggetti nelle aperture.
- 8) Evitare l'uso all'aperto.
- 9) Evitare l'uso in luoghi in cui vengono utilizzati prodotti aerosol (spray) o in cui viene somministrato ossigeno.
- 10) Per lo scollegamento, portare tutti i comandi in posizione di spegnimento, dopodiché togliere la spina dalla presa elettrica.
- 11) In caso di malessere, interrompere immediatamente l'esercizio e consultare un medico per evitare problemi di salute.
- 12) Garantire una distanza di almeno 2000 mm (78,7") dietro l'apparecchio e una distanza di almeno 500 mm (19,7") su entrambi i lati. In caso di emergenza, è possibile allontanarsi rapidamente dall'apparecchio per evitare lesioni personali dovute alla collisione con oggetti o pareti circostanti.
- 13) Indossare abiti sportivi per utilizzare l'apparecchio e fare attività fisica in base alle proprie condizioni.
- 14) Assicurarsi di tenere lontano dall'apparecchio gli oggetti personali per evitare che rimangano impigliati accidentalmente. In caso contrario, potrebbero verificarsi danni alla macchina e lesioni personali.
- 15) Non utilizzare l'apparecchio su superfici irregolari per evitare incidenti o danni all'apparecchio stesso.
- 16) Per evitare di danneggiare il prodotto, non salire o poggiare i piedi sulla testa dell'apparecchio.
- 17) Non utilizzare l'apparecchio in presenza di animali domestici per evitare di spaventarli e causare altri problemi di sicurezza.
- 18) Non camminare sull'apparecchio in una posizione diversa da quella frontale per evitare di perdere l'equilibrio, cadere e subire lesioni.
- 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 richiudere l'apparecchio quando non è spento. In caso contrario, la vita utile del prodotto potrebbe essere compromessa e potrebbero verificarsi altri pericoli per la sicurezza.
- 21) Conservare l'apparecchio secondo le modalità previste dal manuale per la sicurezza.
- 22) Per evitare incidenti, non salire o scendere dall'apparecchio quando è in funzione.
- 23) Per garantire il normale funzionamento della macchina e la sicurezza personale, utilizzare l'apparecchio entro il limite di peso specificato.
- 24) Evitare di esporre l'apparecchio alla luce diretta del sole per non danneggiarlo. Utilizzare l'apparecchio in un ambiente fresco e asciutto.
- 25) Tenere l'apparecchio lontano dall'acqua per evitare di danneggiarlo e per ridurre il rischio di scosse elettriche, in quanto non è resistente all'acqua.
- 26) Evitare in qualsiasi caso di utilizzare in modo continuo l'apparecchio oltre il tempo previsto e fare una pausa di 20 minuti prima di rimetterlo in funzione per prolungarne la durata.
- 27) Non collocare l'apparecchio su superfici inclinate e non posizionare nulla sotto di esso. In caso contrario, la stabilità e le prestazioni dell'apparecchio verrebbero alterate o addirittura compromesse.
- 28) Il valore del livello di pressione sonora di emissione ponderato A all'orecchio dell'istruttore è di circa 57 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.

Contenuti

Presentazione del prodotto	32
Prima di cominciare	33
Funzionamento e regolazione	34
Cura e manutenzione	38
Risoluzione dei problemi	38
Guida pratica	39
Marchio registrato e dichiarazione legale	40
Informazioni sulla conformità a normative e standard	40

Presentazione del prodotto

Dopo aver ricevuto il prodotto, nella scatola di imballaggio sono presenti i seguenti componenti. Controllarli tutti per scongiurare la presenza di eventuali segni di danneggiamento. In assenza di eventuali componenti, contattare il venditore del prodotto.



WalkingPad

Specifiche

Nome prodotto	Walking Device
Modello	WP400F4
Intervallo di velocità	1-6 km/h 1-4 mph
Superficie di camminata	1210 x 400 mm 47.6 x 15.7 pollici
Max Load	110 kg / 242 lbs
Tensione nominale	220-240 V~
Frequenza nominale	50/60 Hz

Peso netto	23 kg / 50 lbs
Dimensioni da aperto	1425 x 560 x 106 mm 56.1 x 22 x 4.1 pollici
Dimensioni da chiuso	810 x 560 x 138 mm 31.8 x 22 x 5.4 pollici
Classe	HC
Fascia di età	14 anni in su
Potenza nominale	550 W

Accessori



Cavo di alimentazione



Telecomando



Cinturino da polso



Manuale d'uso



Chiave a brugola



Manuale d'uso

Radiofrequenza e potenza di trasmissione radio

	Frequenza operativa	Massima potenza in uscita
Dispositivo per camminata	2402-2480MHz	8.51dBm(EIRP)
Telecomando	2402-2480MHz	-2.45dBm(EIRP)

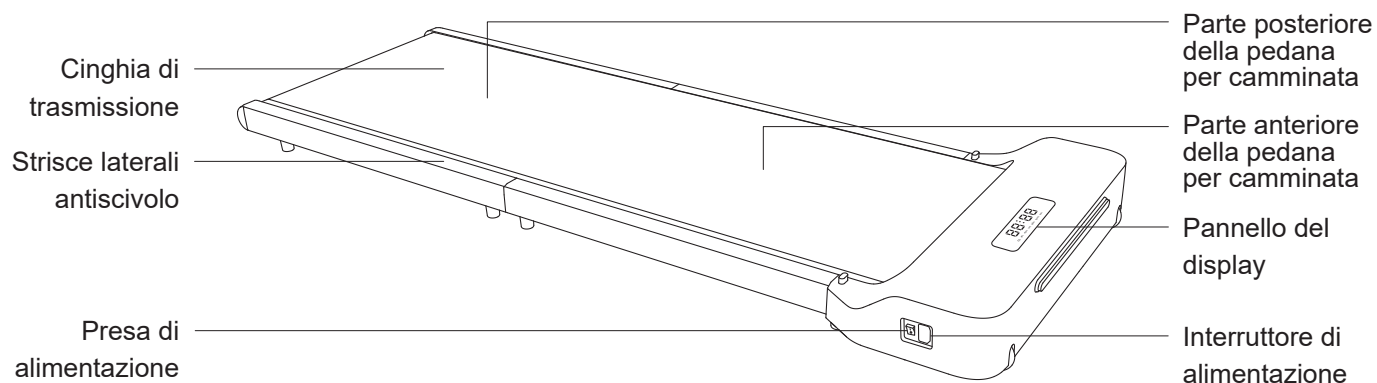
Efficienza energetica

Questo prodotto ha una modalità standby e una modalità spento.

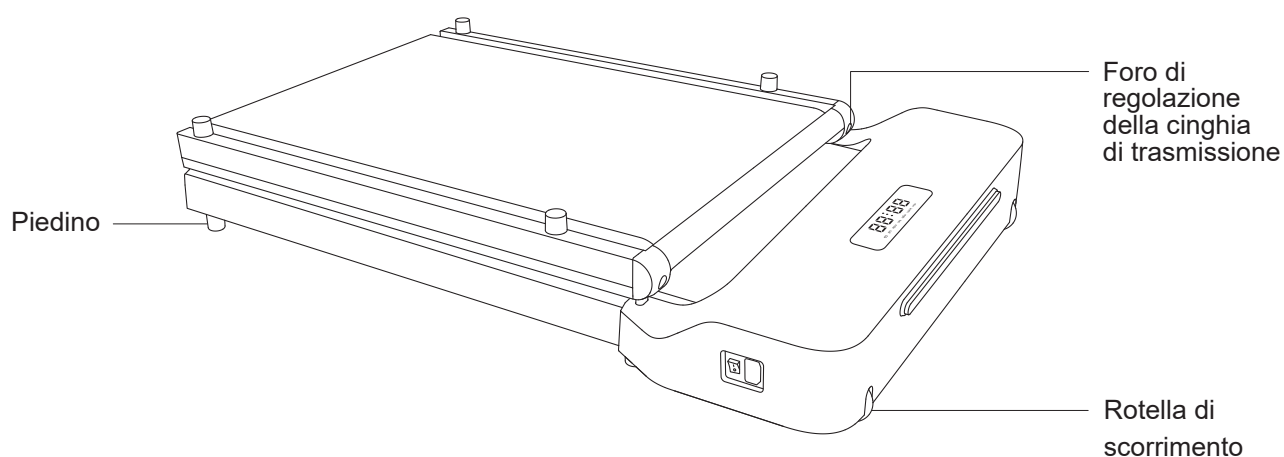
Consumo energetico	Modalità spento: 0 W Modalità standby: 0,4 W
Tempo per entrare nella modalità	Modalità standby: 20 min

Prima di cominciare

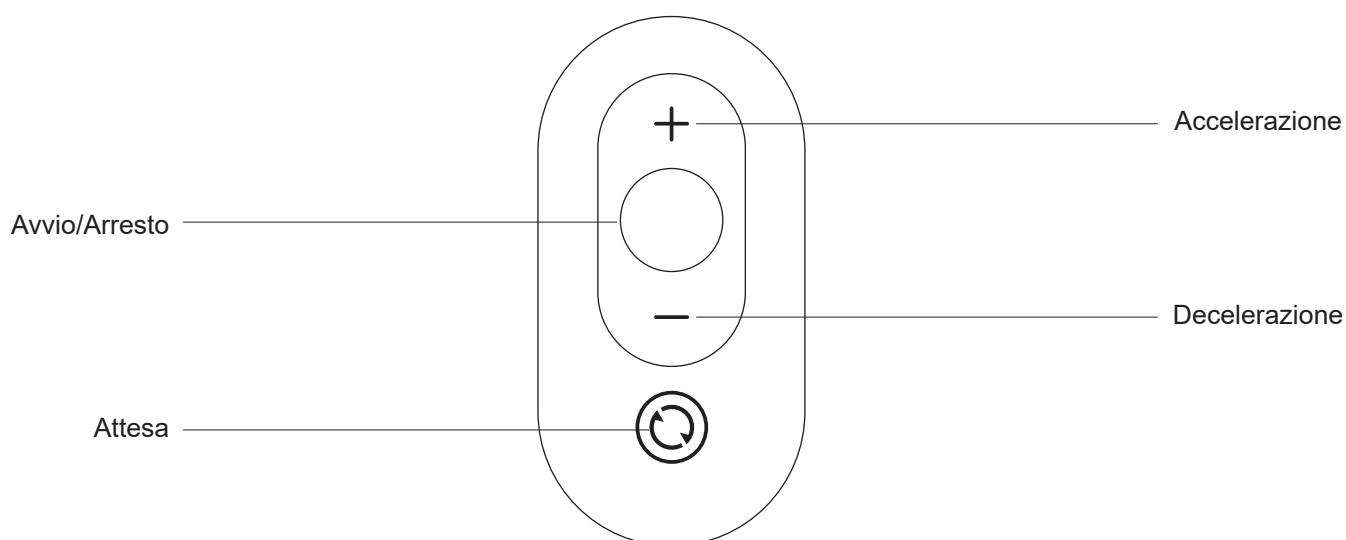
Prima di utilizzare l'apparecchio, leggere attentamente il presente manuale. Se si necessita di assistenza durante la lettura del presente manuale, annotare il modello del prodotto e il numero di serie sull'adesivo della targhetta di identificazione posta sulla parte anteriore dell'apparecchio prima di contattare il servizio clienti.



Da aperto



Da chiuso

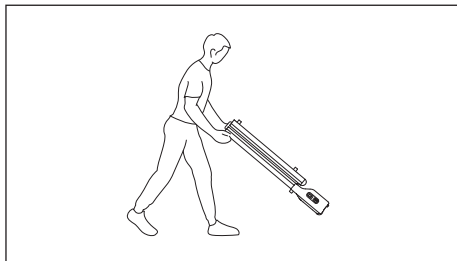


Telecomando

Funzionamento e regolazione

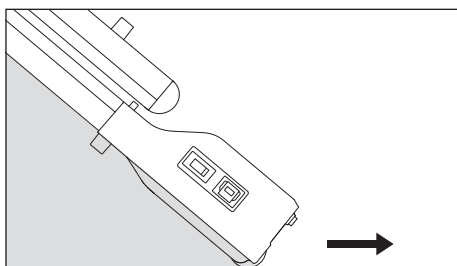
Come spostare il WalkingPad

Prima di spostare il WalkingPad, accertarsi che la piattaforma sia chiusa. Quando si sposta il WalkingPad, non toccare la pedana di camminata e spingerlo avanti su una superficie piana.



- ① Sollevare l'apparecchio dall'area sottostante l'estremità posteriore della parte anteriore della pedana per camminata, come mostrato in figura.

* Prima di sollevare il WalkingPad, spegnere l'interruttore di alimentazione del dispositivo, scollegare e conservare il cavo di alimentazione.

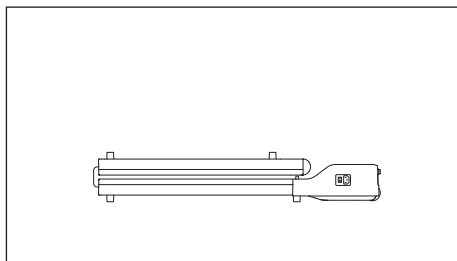


- ② Tenere le rotelle di scorrimento sul pavimento e spostare il WalkingPad in avanti o indietro.

* Durante lo spostamento dell'apparecchio, assicurarsi di mantenere una certa inclinazione tra l'apparecchio e il suolo per evitare l'attrito.

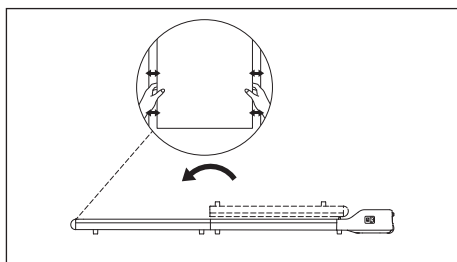
Come aprire il WalkingPad

Per evitare di danneggiare il WalkingPad e di provocare gravi lesioni, assicurarsi che il pavimento sia in piano e ci sia spazio sufficiente per aprire il WalkingPad.



- ① Posizionare l'apparecchio da chiuso in posizione orizzontale e assicurarsi di collocarlo su una superficie piana e stabile.

* Non collocare l'apparecchio su tappeti o moquette spessi e morbidi. In caso contrario il sensore non funziona correttamente.

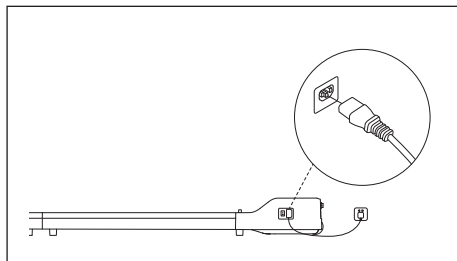


- ② Aprire la parte posteriore della pedana. **Centrare la cinghia di trasmissione** regolando **manualmente** le sue **estremità anteriore e posteriore**. Premere sulla pedana posteriore per livellarla al pavimento. Se non fosse livellata, ruotare il piedino.

* La parte posteriore della pedana per camminata può essere premuta con forza senza causare danni all'apparecchio.

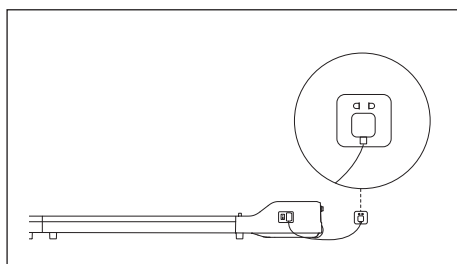
Come collegare il cavo di alimentazione

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 il cavo di alimentazione nella presa elettrica situata nella parte anteriore del WalkingPad.

* Un collegamento errato del filo di messa a terra può aumentare il rischio di scosse elettriche.



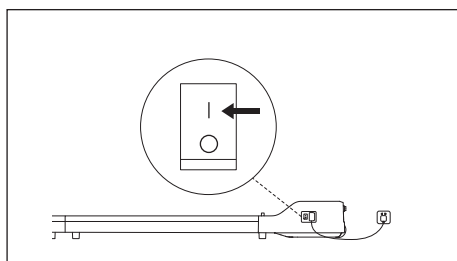
- ② Inserire l'altra estremità del cavo di alimentazione in una presa elettrica adeguata, la quale deve essere installata e messa a terra correttamente secondo le norme e le disposizioni locali.

* 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.

NOTA: se il cavo di alimentazione è danneggiato, deve essere sostituito con il cavo di alimentazione indicato dal produttore.

Come accendere l'apparecchio

Se il WalkingPad è situato in un ambiente freddo, attendere che raggiunga la temperatura ambiente prima di accenderlo. In caso contrario, i componenti del WalkingPad potrebbero subire danni.

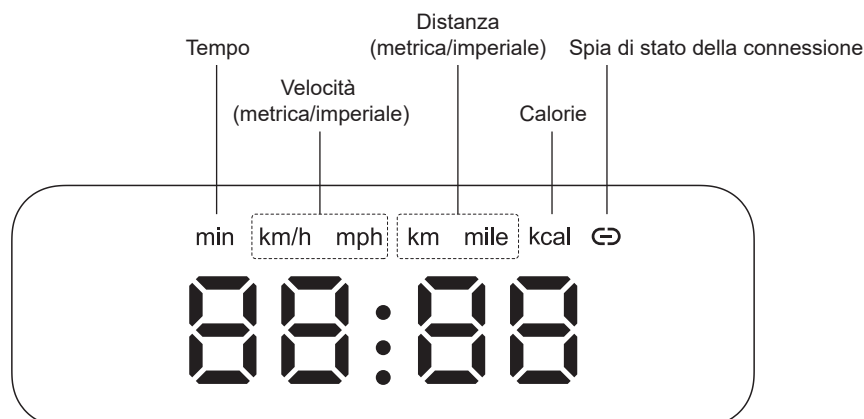


Individuare l'interruttore di alimentazione nella parte anteriore del WalkingPad e accenderlo.

* Quando si ode un "bip" e si vedono le luci del pannello accese, l'interruttore di alimentazione è in posizione "I".

Come utilizzare il pannello del display

Il pannello del display utilizza una tecnologia avanzata di visualizzazione a LED e offre diverse funzioni per rendere più piacevole l'allenamento. Le seguenti informazioni aiutano a padroneggiare rapidamente l'uso di questo apparecchio.



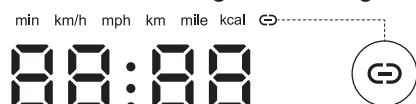
Accendere il WalkingPad, il pannello del display mostrerà Ora, Velocità, Distanza e Calorie.



WalkingPad supporta la funzione No-Load-Stop (Arresto senza carico), vale a dire che si ferma in assenza di carico per 8-60 secondi. Questa funzione è disattivata per impostazione predefinita, ma può essere attivata nell'APP KS Fit facendo clic su "Motion" (Movimento) - "Settings" (Impostazioni) - "No-load stop" (Arresto senza carico). Dopo un no-load stop, i dati di allenamento saranno conservati. Dopo 10 minuti, il pannello del display si spegne e il dispositivo entra in modalità Sleep (Attesa).



Quando il WalkingPad non è collegato all'APP, l'indicatore lampeggia.
Quando il WalkingPad è collegato all'APP, l'indicatore resta acceso fisso.

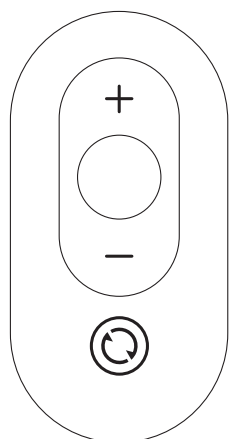


Quando il firmware è in aggiornamento, il pannello lampeggia "UP". Quando l'aggiornamento finisce, l'apparecchio si ferma. Quando il blocco di sicurezza per bambini è attivato nell'app, l'apparecchio si ferma e sul pannello viene visualizzato "LOC". Se il funzionamento senza carico dura più di 10 minuti, l'apparecchio entra in modalità di attesa.



Come utilizzare il telecomando

Il telecomando e il WalkingPad sono stati preassociati in fabbrica prima della consegna. Se il telecomando non funziona o lo si cambia con uno nuovo, effettuare l'associazione tenendo premuto il pulsante Sleep (Attesa) sul telecomando mentre si accende il WalkingPad. Quando viene udito un "bip", significa che l'associazione è avvenuta con successo.



- Premere il pulsante Start/Stop (Avvio/Arresto) con apparecchio acceso.
Risultato: Dopo un conto alla rovescia di 3 secondi, l'apparecchio comincia a funzionare lentamente a 1 km/h (1 mph) per impostazione predefinita.
- + Premere + mentre l'apparecchio è in funzione.
Risultato: La velocità aumenta progressivamente: 1/1,5/2/2,5/3/3,5/4/4,5/5/5,5/6 km/h (1/1,5/2/2,5/3/3,5/4 mph).
- Premere - mentre l'apparecchio è in funzione.
Risultato: La velocità diminuisce progressivamente: 6/5,5/5/4,5/4/3,5/3/2,5/2/1,5/1 km/h (4/3,5/3/2,5/2/1,5/1 mph).
- Premere il pulsante Start/Stop (Avvio/Arresto) con apparecchio in funzione.
Risultato: L'apparecchio rallenta lentamente ed entra in pausa. Quindi, se non entra in funzione entro 10 minuti, il pannello del display si spegne* e la macchina entra in modalità Sleep (Attesa).
- * Con APP collegata, il pannello del display resta acceso.
- ⌚ Quando l'apparecchio entra in pausa, tenere premuto il pulsante Sleep (Attesa).
Risultato: L'apparecchio resta in attesa. Per riavviare l'apparecchio, premere un pulsante qualsiasi del telecomando.

Regolazione della velocità:

- ① Premere il pulsante +/- sul telecomando, la velocità aumenta/diminuisce di 0,5 km/h (0,5 mph).

* Quando la velocità è impostata su 2~2,4 km/h o 2,5~2,9 km/h nell'app, premere + sul telecomando perché la velocità reale raggiunga i 2,5 km/h o i 3 km/h. Lo stesso vale per altri valori di velocità impostati nell'app.

- ② Premere il pulsante +/- nell'app, la velocità aumenta/diminuisce di 0,1 km/h (0,1 mph).

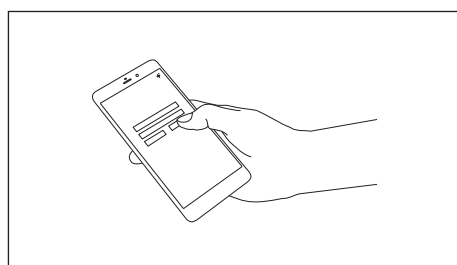
* Quando la velocità è impostata su 2 km/h sul telecomando, premere - nell'app e la velocità reale raggiungerà 1,9 km/h. Lo stesso vale per altri valori di velocità impostati sul telecomando.

Come collegare l'APR

Il WalkingPad può essere utilizzato connettendolo a un'app per rendere l'allenamento più professionale e migliorare l'esperienza di allenamento.



- ① Eseguire la scansione del codice QR o cercare "KS Fit" su Apple Store o Google Play, dopodiché completare l'installazione e la registrazione.



- ② Avvicinare lo smartphone al WalkingPad.
- ③ Attivare il Bluetooth sullo smartphone.
- ④ Portare l'interruttore del WalkingPad in posizione di accensione.
- ⑤ Aprire l'app KS Fit e aggiungere l'apparecchio.

* Concedere l'autorizzazione all'app in modo che possa cercare i dispositivi nelle vicinanze.

* Aggiungere l'apparecchio tramite l'app anziché selezionarlo dall'elenco Bluetooth. Nel caso in cui fosse già stato selezionato, rimuovere l'apparecchio dall'elenco Bluetooth e associarlo nuovamente tramite l'app.

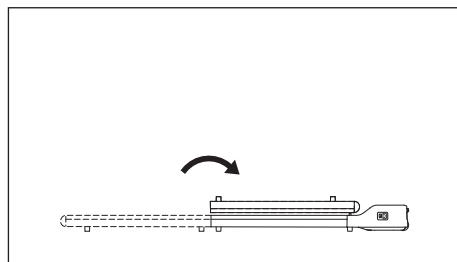
* Ripetere i passaggi ③-⑤, nel caso in cui l'associazione con l'apparecchio non vada a buon fine.

* Per motivi di sicurezza, evitare di connettere un secondo smartphone al WalkingPad durante l'esercizio, qualora ne sia già stato associato uno all'apparecchio.

* Il pannello del display supporta il cambio metrico/imperiale. L'impostazione è libera procedendo come segue: (1) Riavviare il WalkingPad (2) Collegare all'APP KS Fit (3) Fare clic su "Il mio" - "Installazione" - "Impostazioni dell'unità" - "Metrico/Imperiale" (4) Riavviare il WalkingPad.

Come chiudere il WalkingPad

Per evitare di danneggiare il WalkingPad e di provocare gravi lesioni, assicurarsi che la macchina sia spenta e che entrambe le estremità del cavo di alimentazione siano scollegate prima di chiudere il WalkingPad.

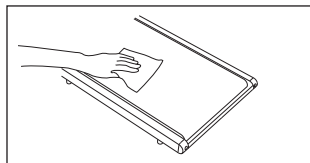


Ripiegare la parte posteriore della pedana per camminata sopra quella anteriore e assicurarsi che si trovi nella posizione prevista.

* Evitare di avviare il WalkingPad da chiuso.

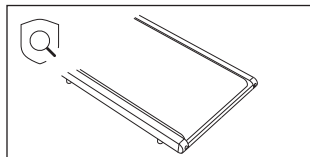
Cura e manutenzione

Perché il WalkingPad funzioni correttamente aumentandone la durata nel tempo, si consiglia di eseguire una manutenzione regolare sulla base degli aspetti che seguono. Se si riscontrano danni o usura, cessare immediatamente di utilizzare il WalkingPad finché il problema non viene risolto.



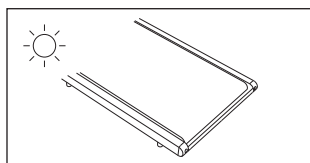
① Pulire la cinghia di trasmissione

- Spegner il WalkingPad e scollegare il cavo di alimentazione.
- Aggiungere una piccola quantità di detersivo delicato a un panno di cotone al 100% e passarlo sul pannello del display, la cinghia di trasmissione, ecc.
- * Non spruzzare il detersivo direttamente sul pannello del display o sulla cinghia di trasmissione.
- * Non utilizzare prodotti acidi e corrosivi.
- * Non pulire sotto la cinghia di trasmissione.
- * Dopo un certo periodo di utilizzo, sulla superficie posteriore possono presentarsi polvere e macchie. Si tratta di un fenomeno normale risolvibile con la semplice pulizia.



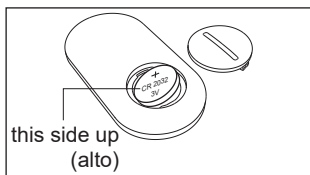
② Controllare il WalkingPad

- Controllare il cavo di alimentazione. Se si riscontrano danni o usura, cessare di utilizzarlo e sostituirlo immediatamente.
- Controllare la cinghia di trasmissione. Se non è centrata, è troppo stretta o troppo allentata, procedere alla regolazione (vedere a pagina 38 la sezione "Deviazione/slittamento della cinghia di trasmissione e correzione").
- * Se fosse necessaria la sostituzione, utilizzare i componenti indicati dal produttore.



③ Mantenerlo al fresco e asciutto

- Tenere il WalkingPad in condizioni fresche e asciutte.
- * Non utilizzare il WalkingPad all'esterno o in luoghi molto umidi o soggetti a variazioni di temperatura estreme.
- Fare una pausa di 20 minuti dopo ogni ora di utilizzo per favorire la dissipazione del calore nel WalkingPad.
- * Non utilizzare il WalkingPad continuativamente per più di 1 ora.



④ Sostituzione della batteria

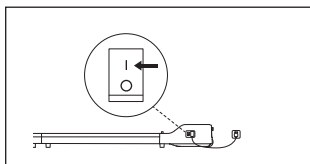
- Se il telecomando si scarica o non è stato utilizzato per molto tempo, sostituire le batterie (modello: CR2032 3V) aprendo il coperchio posteriore del telecomando. Assicurarsi di rispettare la polarità corretta (+/-).

AVVERTENZA:

- Per preservare il livello di sicurezza di questa apparecchiatura è necessario controllarla regolarmente per verificare l'assenza di danni e usura. Il controllo riguarda componenti come la cinghia di trasmissione e il motore.
- Nel caso in cui si notino componenti difettosi, sostituirli immediatamente. Non utilizzare l'apparecchio fino al termine della riparazione.
- Prestare particolare attenzione ai componenti maggiormente soggetti a usura, come il motore e la cinghia di trasmissione. Tali componenti devono essere controllati più frequentemente e sostituiti quando necessario.
- Le batterie non ricaricabili non devono essere ricaricate.
- Le batterie ricaricabili devono essere rimosse dall'apparecchio prima della ricarica.
- Evitare di utilizzare insieme diversi tipi di batterie o batterie nuove insieme a quelle vecchie.
- Le batterie vanno inserite rispettando la polarità corretta.
- Le batterie scariche devono essere rimosse dall'apparecchio e smaltite in modo sicuro.
- Se si prevede di riporre l'apparecchio per periodi di tempo prolungati, provvedere alla rimozione delle batterie.
- I terminali di alimentazione non devono essere messi in cortocircuito.

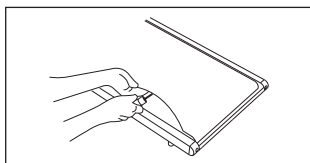
Risoluzione dei problemi

La maggior parte dei malfunzionamenti del WalkingPad può essere risolta seguendo questi semplici passaggi per identificare il problema ed effettuare gli interventi necessari.



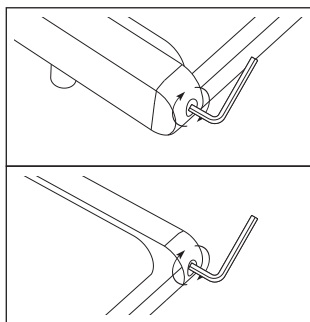
① Impossibile effettuare l'accensione/lo spegnimento durante l'uso.

- Assicurarsi che entrambe le estremità del cavo di alimentazione siano collegate.
- Assicurarsi che l'interruttore di alimentazione si trovi in posizione di accensione.



② Lubrificazione della cinghia di trasmissione

- Spegner il WalkingPad e scollegare il cavo di alimentazione.
- Sollevare la parte posteriore della pedana per camminata, sollevare la cinghia di trasmissione e applicare dell'olio al silicone secondo uno schema a "Z" sulla superficie interna della pedana in corrispondenza della parte centrale.
- Accendere il WalkingPad e riprovare.
- * Non è necessaria l'applicazione su tutta la pedana, dato che, durante l'uso, l'olio si diffonde naturalmente.
- * Per ogni lubrificazione sono necessari 5-10 ml di olio al silicone. Una quantità eccessiva di olio al silicone può causare lo slittamento e compromettere il normale utilizzo.



③ Deviazione/slittamento della cinghia di trasmissione e correzione

- Se la cinghia di trasmissione non è centrata:
Sollevare la parte posteriore della pedana per camminata e regolare manualmente la cinghia di trasmissione (fare riferimento alla pagina 34 della sezione "Come aprire il WalkingPad").
- Se la cinghia di trasmissione continua a deviare, regolarla con la chiave a brugola fornita in dotazione, procedendo nel modo seguente:
La cinghia di trasmissione tende a sinistra: ruotare la vite del foro di regolazione sinistro in senso orario di 1/4 di giro.
La cinghia di trasmissione tende a destra: ruotare la vite del foro di regolazione destro in senso orario di 1/4 di giro.
La cinghia di trasmissione slitta: ruotare contemporaneamente la vite di regolazione destra e sinistra in senso orario di 1/2 giro.
Dopo ogni regolazione, utilizzare l'apparecchio a una velocità di 3-4 km/h (1,95-2,5 mph) per 1-2 minuti per osservare la calibrazione. Ripetere la regolazione se necessario.
- * Se la cinghia di trasmissione è troppo rigida o troppo allentata, le prestazioni del WalkingPad ne risentiranno e la cinghia di trasmissione subirà dei danni.

④ Descrizione dei codici di errore

* Quando si verifica un malfunzionamento, il display visualizza un codice di errore. Se vengono visualizzati i codici di errore riportati di seguito, spegnere e riavviare il WalkingPad. Se il codice di errore continua a comparire, interrompere l'utilizzo, annotare il modello del prodotto e il numero di serie sull'adesivo della targhetta di identificazione posta sulla parte anteriore del WalkingPad e contattare il rivenditore o il servizio di assistenza clienti per la riparazione fino alla risoluzione del problema.

E01 Sovraccorrente software
E02 Sovraccorrente 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 sovraccorrente del motore
E13 Protezione dal sovraccarico
E14 Segnale Hall mancante
E15 Errore di comunicazione
E16 Errore di collegamento modulo

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 sottostante 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	

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.

Marchio registrato e dichiarazione legale

Beijing Kingsmith Technology Co., Ltd detiene i brevetti dei prodotti della serie WalkingPad Walking Device. Kingsmith cura e detiene il copyright del presente manuale. Senza l'autorizzazione scritta di Kingsmith, è vietata qualsiasi forma di distribuzione, riproduzione, pubblicazione, diffusione o citazione non autorizzata da parte di qualsiasi istituzione o individuo. Il presente manuale contiene il maggior numero possibile di funzioni e istruzioni per l'uso. In ogni caso, per via di imperfezioni del prodotto, modifiche al design e così via, la descrizione potrebbe presentare delle discrepanze con quanto acquistato. In previsione di aggiornamenti del prodotto, la descrizione contenuta nel presente manuale potrebbe differire dal prodotto acquistato per colore, aspetto, ecc. Le forniture effettive prevalgono. 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. I bambini di età pari o superiore a 8 anni e le persone con ridotte capacità fisiche, sensoriali o mentali o con mancanza di esperienza e conoscenza possono utilizzare questo apparecchio se hanno ricevuto supervisione o istruzioni sull'uso dello stesso in modo sicuro e se hanno compreso i pericoli connessi. I bambini non devono giocare con l'apparecchio. Gli interventi di pulizia e manutenzione non devono essere eseguiti da bambini senza supervisione.

Informazioni sulla conformità a normative e standard

Informazioni sullo smaltimento e sul riciclaggio dei RAEE



Tutti i prodotti contrassegnati da questo simbolo sono rifiuti di apparecchiature elettriche ed elettroniche (RAEE in base alla direttiva 2012/19/UE) che non devono essere smaltiti assieme a rifiuti domestici non differenziati. Al contrario, è necessario proteggere l'ambiente e la salute umana consegnando i rifiuti a un punto di raccolta autorizzato al riciclaggio di rifiuti di apparecchiature elettriche ed elettroniche, predisposto dalla pubblica amministrazione o dalle autorità locali. Lo smaltimento e il riciclaggio corretti aiutano a prevenire conseguenze potenzialmente negative per l'ambiente e la salute umana. Contattare l'installatore o le autorità locali per ulteriori informazioni sulla sede e per i termini e le condizioni di tali punti di raccolta.

Dichiarazione di conformità europea



Con la presente, Beijing Kingsmith Technology Co., Ltd. dichiara che l'apparecchiatura radio di tipo [WP400F4] è conforme alla Direttiva 2014/53/UE. Il testo completo della dichiarazione di conformità UE è disponibile al seguente indirizzo Internet: <https://www.walkingpad.com/pages/declaration>

Dichiarazione di conformità UKCA



Con la presente, Beijing Kingsmith Technology Co., Ltd. dichiara che il tipo di apparecchiatura radio [WP400F4] 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 PSTI UKCA

Con la presente, Beijing Kingsmith Technology Co., Ltd. dichiara che l'apparecchiatura radio di tipo [WP400F4] è conforme al Regolamento del 2023 sulla Sicurezza dei Prodotti e delle Infrastrutture di Telecomunicazioni (Requisiti di sicurezza per i prodotti connettabili pertinenti).

Il testo completo della dichiarazione di conformità PSTI è disponibile al seguente indirizzo internet: <https://uk.walkingpad.com/pages/other-information>

Precauciones importantes

El aparato está destinado a uso residencial.

PELIGRO - Para reducir el riesgo de descarga eléctrica:

Desenchufe siempre este 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, ni realizar la limpieza y 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 - Almacene el aparato en posición vertical y procure colocarlo en un espacio con puntos de apoyo a ambos lados, 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 personales:

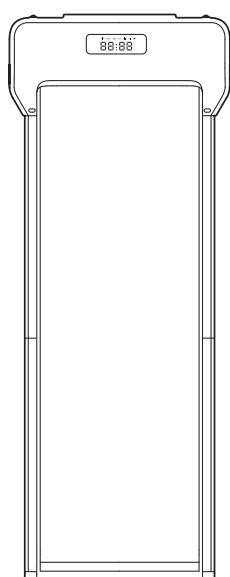
- 1) Nunca se debe dejar un electrodoméstico desatendido cuando está enchufado. Desenchúfelo de la toma de corriente cuando no esté en uso y antes de poner o quitar piezas.
- 2) Es necesaria una supervisión cercana cuando se utiliza este aparato por parte de, sobre o cerca de niños, inválidos o personas discapacitadas.
- 3) Utilice este aparato únicamente para el uso previsto como se describe en este manual. No utilice accesorios no recomendados por el fabricante.
- 4) Nunca opere 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. Devuelva el aparato a un centro de servicio para su examen y reparación.
- 5) No transporte este aparato por el cable de alimentación ni utilice el cable como asa.
- 6) Mantenga el cable alejado de superficies calientes.
- 7) Nunca deje caer ni inserte ningún objeto en ninguna abertura.
- 8) No utilice al aire libre.
- 9) No lo opere donde se estén usando productos en aerosol (spray) o donde se esté administrando oxígeno.
- 10) Para desconectar, gire todos los controles a la posición de apagado y luego retire el enchufe de la toma de corriente.
- 11) Si no se siente bien, deje de hacer ejercicio inmediatamente y consulte a un médico para evitar daños a su salud.
- 12) Asegúrese de que haya una distancia de al menos 2000 mm (78,7 pulg.) detrás del aparato y una distancia de al menos 500 mm (19,7 pulg.) en ambos lados. En caso de emergencia, puede alejarse rápidamente del aparato para evitar lesiones personales al chocar con objetos o paredes circundantes.
- 13) Utilice un traje deportivo para utilizar el aparato y haga ejercicio según su propia condición.
- 14) Asegúrese de que los artículos personales se mantengan alejados del aparato para evitar enredos accidentales. De lo contrario, podría causar daños a la máquina y lesiones personales.
- 15) No utilice este equipo en terrenos irregulares para evitar accidentes o daños al aparato.
- 16) No se coloque sobre el cabezal de aparato ni lo pise para evitar daños al producto.
- 17) No utilice este aparato con mascotas para evitar asustarlas y causar otros problemas de seguridad.
- 18) Camine sobre este aparato siempre en una postura hacia adelante para evitar la pérdida del equilibrio, caídas y lesiones.
- 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 doble este aparato cuando no esté apagado. De lo contrario, la vida útil del producto podría verse afectada y provocar otros riesgos de seguridad.
- 21) Guarde el aparato según el método prescrito en el manual por seguridad.
- 22) No suba ni baje de este aparato cuando esté funcionando para evitar accidentes.
- 23) Utilice este aparato dentro del rango de peso especificado para garantizar el funcionamiento normal de la máquina y su seguridad personal.
- 24) Evite exponer este aparato a la luz solar directa para evitar daños a la máquina. Utilice este aparato en un ambiente fresco y seco.
- 25) Mantenga este aparato alejado del agua para evitar dañar la máquina y reducir el riesgo de descarga eléctrica, ya que no es resistente al agua.
- 26) Nunca utilice el aparato de forma continuada durante más tiempo del especificado y tome un descanso de 20 minutos antes de usarlo de nuevo para extender su vida útil.
- 27) No coloque el aparato sobre una superficie inclinada ni coloque nada debajo. De lo contrario, podría afectar la estabilidad y el rendimiento del aparato, o incluso deteriorarlo.
- 28) El valor del nivel de presión acústica de emisión ponderado A en el oído del entrenador es de unos 57 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.

Contenido

Información básica sobre el producto.....	42
Antes de empezar.....	43
Operación y ajuste.....	44
Cuidado y mantenimiento.....	48
Solución de problemas.....	48
Guía práctica.....	49
Marca registrada y declaración legal.....	50
Información sobre el cumplimiento de la normativa.....	50

Información básica sobre el producto

Después de recibir el producto, encontrará los siguientes elementos en la caja de embalaje. Inspeccione todos los componentes en busca de daños. Si falta alguno de los artículos, comuníquese con el vendedor del producto.



Especificaciones

Nombre del producto	Walking Device
Modelo	WP400F4
Rango de velocidad	1-6 km/h 1-4 mph
Área para caminar	1210 x 400 mm 47.6 x 15.7 pulgadas
Carga máxima	110 kg / 242 lbs
Tensión nominal	220-240 V~
Frecuencia nominal	50/60 Hz

Peso neto	23 kg / 50 lbs
Tamaño desplegado	1425 x 560 x 106 mm 56.1 x 22 x 4.1 pulgadas
Tamaño plegado	810 x 560 x 138 mm 31.8 x 22 x 5.4 pulgadas
Clase	HC
Rango de edad	14 años y más
Potencia nominal	550 W

Accesorios



WalkingPad



Cable de alimentación Mando a distancia



Pulsera



Aceite de silicona



Llave Allen



Manual de usuario

Energía de radiofrecuencia y radiotransmisión

	Frecuencia de trabajo	Potencia de salida máxima
Dispositivo para caminar	2402-2480MHz	8.51dBm(EIRP)
Mando a distancia	2402-2480MHz	-2.45dBm(EIRP)

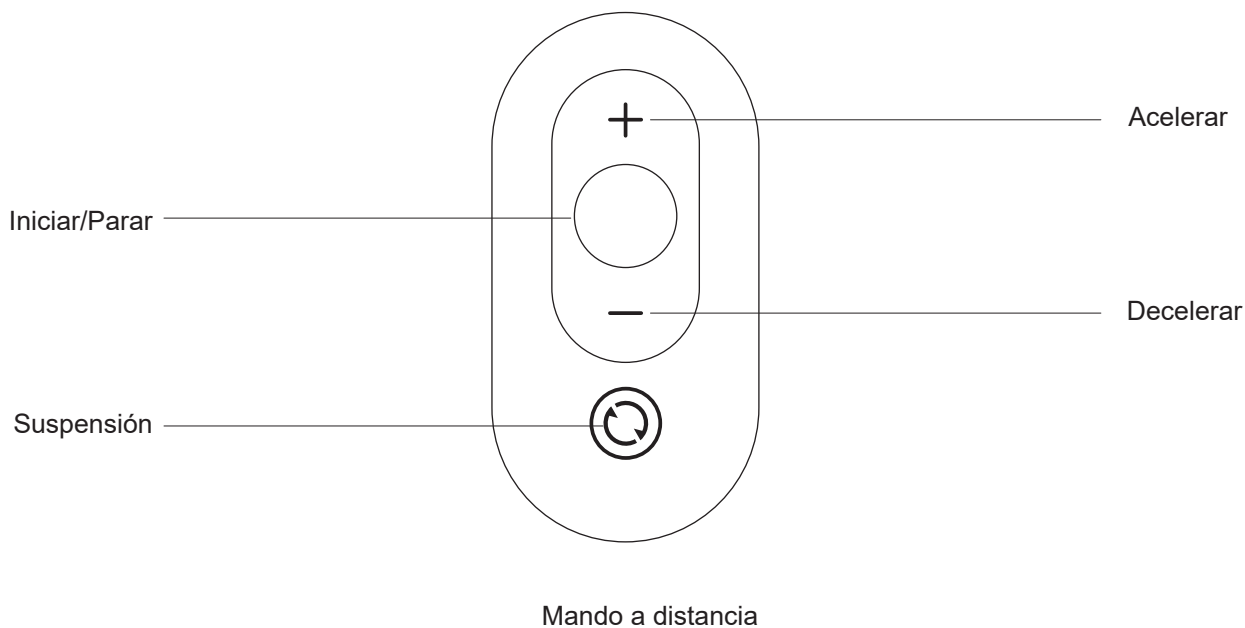
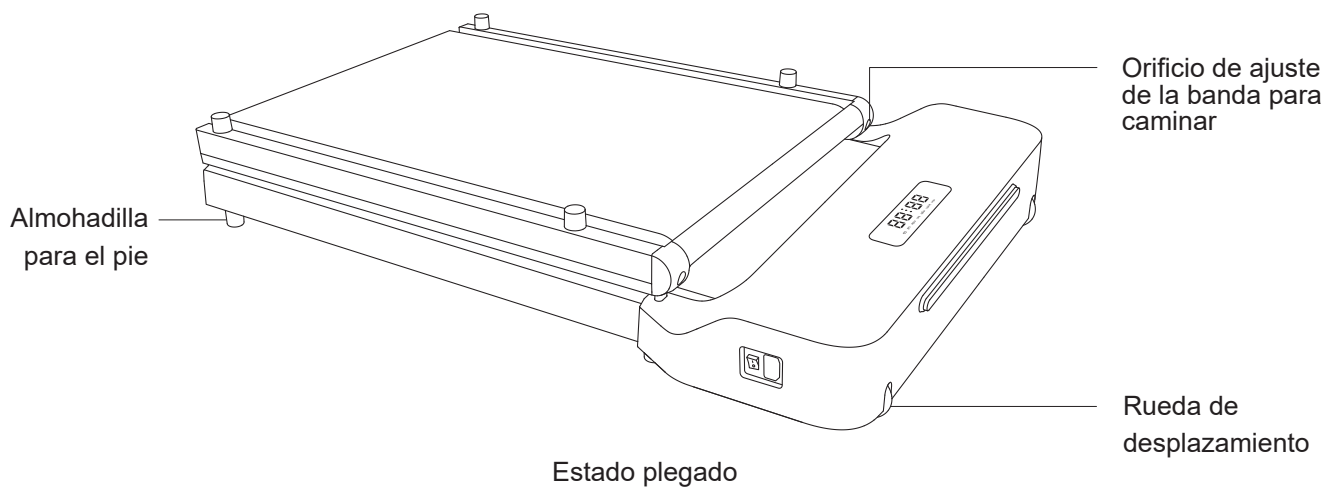
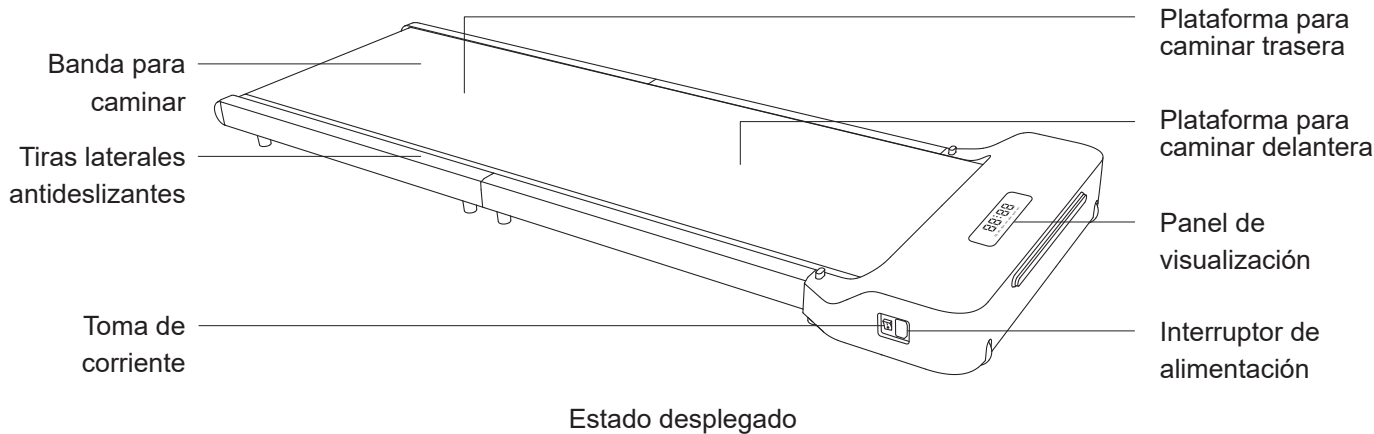
Eficiencia energética

Este producto tiene modo de espera y modo apagado.

Consumo de energía	Modo apagado: 0 W Modo de espera: 0,4 W
Tiempo para entrar en el modo	Modo de espera: 20 min

Antes de empezar

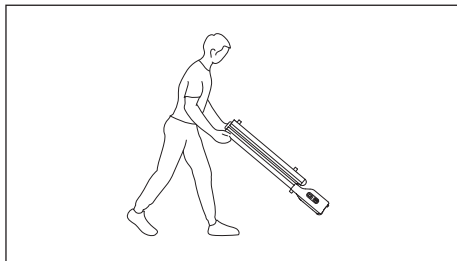
Para su beneficio, lea atentamente este manual antes de utilizar al equipo. Si necesita nuestra ayuda mientras lee este manual, antes de comunicarse con el servicio de atención al cliente anote el modelo del producto y el número de serie en la etiqueta adhesiva de la placa de identificación en la parte frontal de al equipo.



Operación y ajuste

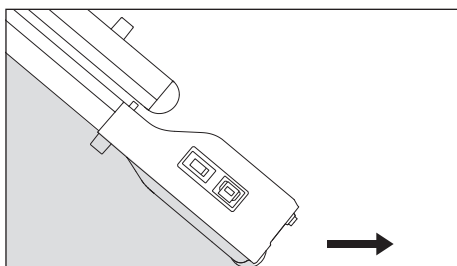
Cómo mover la WalkingPad

Antes de mover la WalkingPad, asegúrese de que la plataforma para caminar esté plegada. Al mover la WalkingPad, no toque la plataforma andadora y impúlsela hacia delante sobre una superficie plana.



- ① Como se muestra en la figura, levante al equipo desde el área debajo del extremo posterior de la plataforma para caminar delantera.

* Antes de levantar la WalkingPad, apague el interruptor de encendido del dispositivo, desenchufe y guarde el cable de alimentación.

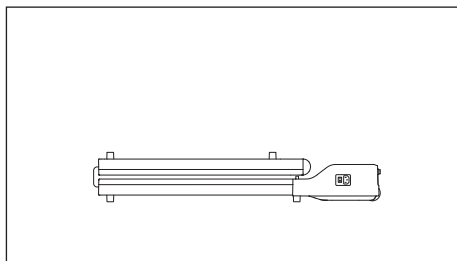


- ② Mantenga las ruedas de desplazamiento en el suelo y mueva la WalkingPad hacia adelante o hacia atrás.

* Al mover al equipo, asegúrese de mantener un cierto ángulo entre el aparato y el suelo para evitar la fricción.

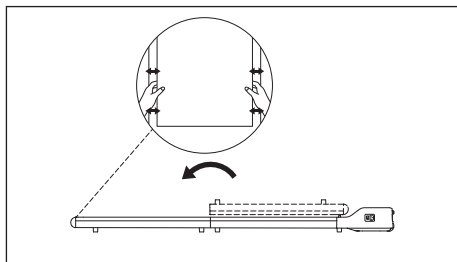
Cómo desplegar la WalkingPad

Para evitar dañar la WalkingPad y provocar lesiones graves, asegúrese de que el suelo sea plano y que haya suficiente espacio para desplegar la WalkingPad.



- ① Coloque la WalkingPad plegada en posición horizontal y compruebe si está colocada sobre una superficie sólida y plana.

* No coloque el aparato sobre una alfombra o tapete grueso y suave. De lo contrario, el sensor no funcionará correctamente.

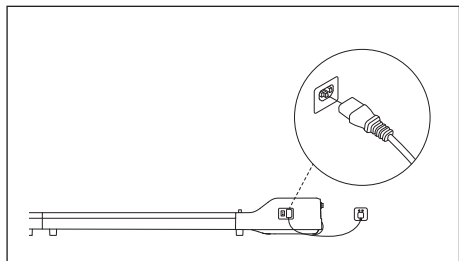


- ② Despliegue la plataforma andadora trasera. **Centre la cinta andadora manualmente** mediante el ajuste de los **extremos delantero y trasero**. Presione hacia abajo la plataforma de correr trasera para nivelarla con el suelo. Si no está nivelada, gire la esterilla para los pies para nivelarla.

* La plataforma para caminar trasera se puede presionar hacia abajo con fuerza sin causar ningún daño al aparato.

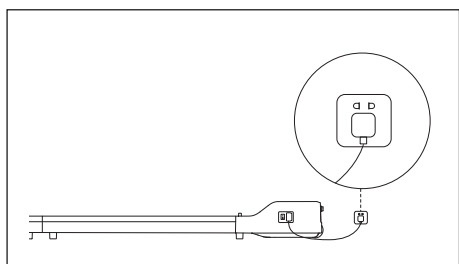
Cómo enchufar el cable de alimentación

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 Inserte el cable de alimentación en la toma de corriente situada en la parte frontal de la WalkingPad.

* Una conexión inadecuada del cable de conexión a tierra puede aumentar el riesgo de descarga eléctrica.



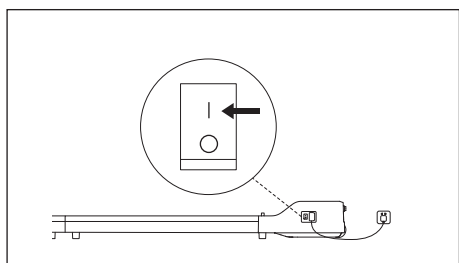
- ② Inserte el otro extremo del cable de alimentación en una toma de corriente adecuada, que debe estar instalada y conectada a tierra correctamente de acuerdo con las regulaciones y ordenanzas locales.

* 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.

NOTA: Si el cable de alimentación está dañado, reemplácelo por el cable de alimentación designado por el fabricante.

Cómo encenderla

Si la WalkingPad está expuesta a un ambiente frío, déjela volver a la temperatura ambiente antes de encenderla. De lo contrario, los componentes de la WalkingPad podrían dañarse.



Busque el interruptor de encendido en la parte frontal de la WalkingPad y enciéndala.

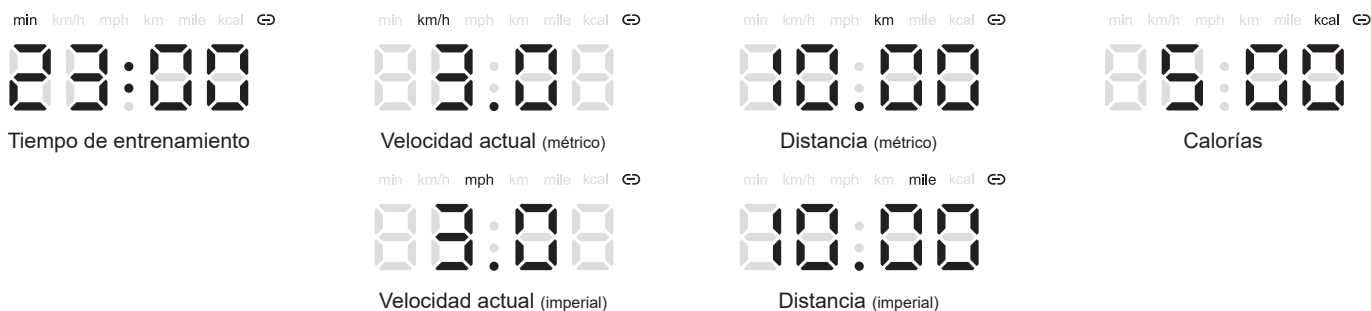
* Cuando escuche un sonido de "bip" y vea que el panel se ilumina, el interruptor de encendido estará en la posición "I".

Cómo utilizar el panel de visualización

El panel de visualización utiliza una avanzada tecnología de visualización LED y ofrece una serie de funciones para que disfrute de su entrenamiento. La siguiente información le ayudará a dominar su uso rápidamente.



Encienda la WalkingPad, el panel de visualización mostrará el tiempo, la velocidad, la distancia y las calorías de uno en uno.

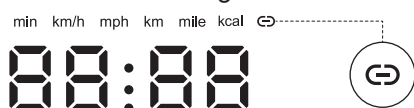


La WalkingPad admite la función Parada sin carga, lo que significa que se detendrá si no hay carga durante un periodo de 8 a 60 segundos. Esta función está deshabilitada de forma predeterminada, pero se puede habilitar en la aplicación KS Fit haciendo clic en "Movimiento" - "Configuración" - "Parada sin carga". Después de la parada sin carga, se conservarán los datos del entrenamiento. A continuación, 10 minutos más tarde, el panel de visualización se apagará y el dispositivo entrará en modo de suspensión.



Cuando la WalkingPad no está conectada a la aplicación, el indicador parpadea.

Cuando la WalkingPad está conectada a la aplicación, el indicador permanece encendido.



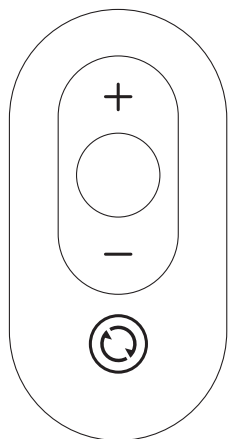
Cuando el firmware se está actualizando, en el panel parpadea "ARRIBA". Cuando finaliza la actualización, la máquina se detiene.

Cuando el bloqueo para niños está activado en la aplicación, la máquina se detiene y el panel muestra "LOC". Si se mantiene en funcionamiento sin carga durante 10 minutos, la máquina se suspende.



Uso del mando a distancia

El mando a distancia y la WalkingPad están preemparejados antes de la entrega de manera predeterminada. Si el mando a distancia no funciona o cambia el mando a distancia por uno nuevo, vuelva a emparejarlo manteniendo pulsado el botón Suspendir en el mando a distancia mientras enciende la WalkingPad. Cuando escuche un sonido de «bip», indica que el emparejamiento se realizó correctamente.



- Pulse el botón Iniciar/Parar mientras la máquina está encendida.
Resultado: Después de una cuenta atrás de 3 segundos, la máquina empieza a funcionar lentamente a 1 km/h (1 mph) de forma predeterminada.
 - + Pulse + mientras la máquina está en funcionamiento.
Resultado: La velocidad cambia entre 1/1,5/2/2,5/3/3,5/4/4,5/5/5,5/6 km/h (1/1,5/2/2,5/3/3,5/4 mph).
 - Pulse - mientras la máquina está en funcionamiento.
Resultado: La velocidad cambia entre 6/5,5/5/4,5/4/3,5/3/2,5/2/1,5/1 km/h (4/3,5/3/2,5/2/1,5/1 mph).
 - Pulse el botón Iniciar/Parar mientras la máquina está en funcionamiento.
Resultado: La máquina reduce lentamente la velocidad y se detiene. Si no funciona en 10 minutos, el panel de la pantalla se apaga* y el aparato entra en modo Retardo.
- * Con la aplicación conectada, el panel de la pantalla permanece encendido.
- ⌚ Mantenga pulsado el botón Suspendir cuando la máquina se pause.
Resultado: La máquina se suspende. Para reactivar la máquina, pulse cualquier botón del mando a distancia.

Ajuste de la velocidad:

- ① Pulse el botón +/- en el mando a distancia, la velocidad aumenta/disminuye en 0,5 km/h (0,5 mph).

* Cuando la velocidad se establece en 2~2,4 km/h o 2,5~2,9 km/h en la app, pulse + en el mando a distancia, la velocidad real alcanzará 2,5 km/h o 3 km/h. Lo mismo ocurre con otros valores de velocidad establecidos en la aplicación.

- ② Pulse el botón +/- en la aplicación, la velocidad aumenta/disminuye en 0,1 km/h (0,1 mph).

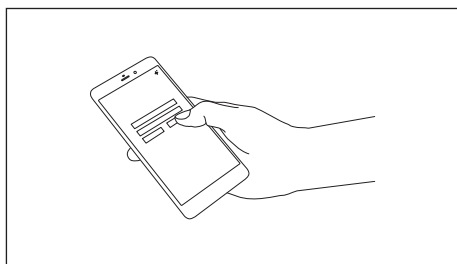
* Cuando la velocidad se establece en 2 km/h en el mando a distancia, pulse - en la aplicación, la velocidad real alcanzará 1,9 km/h. Lo mismo ocurre con otros valores de velocidad establecidos en el mando a distancia.

Cómo conectar la APR

La WalkingPad se puede utilizar con una aplicación conectada para hacer su entrenamiento más profesional y mejorar su experiencia al entrenar.



- ① Escanee el código QR o busque «KS Fit» en Apple Store o Google Play y complete la instalación y el registro.



- ② Acerque el teléfono móvil al WalkingPad.
- ③ Active Bluetooth en su teléfono móvil.
- ④ Encienda el interruptor de alimentación del WalkingPad.
- ⑤ Abra la aplicación KS Fit y agregue el equipo.

* Dé permiso a la aplicación para que pueda buscar dispositivos cercanos.

* Agregue el equipo a través de la aplicación en lugar de seleccionar el equipo de la lista de Bluetooth. Si ya está seleccionado, elimine el equipo de la lista Bluetooth, y vuelva a vincularlo a través de la aplicación.

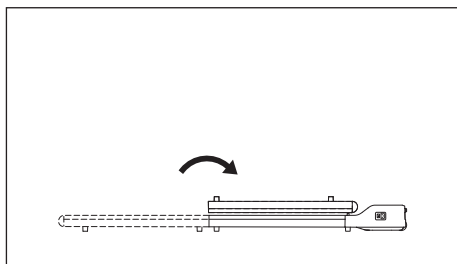
* Repita los pasos ③-⑤ si no se empareja con el equipo.

* Por seguridad, no conecte un segundo teléfono móvil al WalkingPad mientras hace ejercicio, si se ha emparejado un teléfono con el equipo.

* El panel de visualización dispone de sistema métrico/imperial. Puede configurarlo siguiendo los siguientes pasos: (1) Reinicie la WalkingPad (2) Conéctese a la aplicación KS Fit (3) Haga clic en "Yo" - "Configuración" - "Configuración de la unidad" - "Métrico/Imperial" (4) Reinicie la WalkingPad nuevamente.

Plegado de la WalkingPad

Para evitar dañar la WalkingPad y provocar lesiones graves, asegúrese de que la máquina esté apagada y que ambos extremos del cable de alimentación estén desenchufados antes de plegar la WalkingPad.

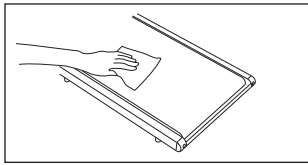


Doble la plataforma para caminar trasera sobre la plataforma para caminar delantera y asegúrese de que esté en la posición designada.

* No ponga en marcha el WalkingPad cuando esté plegado.

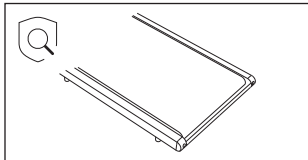
Cuidado y mantenimiento

Para que su WalkingPad funcione correctamente y prolongue su vida útil, se recomienda realizar un mantenimiento periódico desde los siguientes aspectos. Si encuentra algún daño o desgaste, deje de usar la WalkingPad inmediatamente hasta que se resuelva el problema.



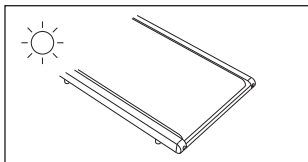
① Limpieza de la banda para caminar

- Apague la WalkingPad 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 cinta andadora, etc.
- * No rocíe el limpiador directamente sobre el panel de visualización ni sobre la cinta andadora.
- * No utilice limpiadores ácidos ni corrosivos.
- * No limpie debajo de la banda para caminar.
- * Después de un período de ejercicio, pueden aparecer polvo y manchas en el suelo por la parte trasera. Esto es normal y puede eliminarse fácilmente.



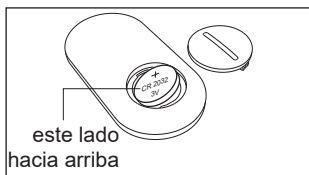
② Compruebe la WalkingPad

- Verifique el cable de alimentación. Si aparece algún daño o desgaste, deje de usarlo y sustituya el cable de alimentación inmediatamente.
- Revise la cinta andadora. Si no está centrada, demasiado apretada o demasiado floja, ajuste la cinta andadora (consulte la página 48 en la parte "Desviación/deslizamiento y corrección de la cinta andadora").
- * Si es necesario hacer alguna sustitución, utilice los componentes designados por el fabricante.



③ Mantenga fresco y seco

- Mantenga la WalkingPad en un lugar fresco y seco.
- * No utilice la WalkingPad al aire libre o en áreas de alta humedad o cambios extremos de temperatura.
- Haga una pausa de 20 minutos después de cada hora de uso para ayudar la WalkingPad a disipar el calor.
- * No utilice la WalkingPad de forma continua durante más de 1 hora.



④ Cambio de batería

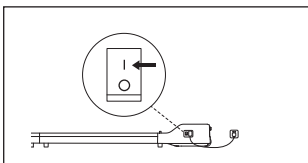
- Si el mando a distancia se queda sin energía o no se ha utilizado durante mucho tiempo, reemplace las baterías (modelo: CR2032 3V) abriendo la tapa trasera del mando a distancia. Asegúrese de que la polaridad (+/-) está alineada correctamente.

ADVERTENCIA:

- Deben examinarse regularmente los daños y el desgaste en este equipo para mantener su nivel de seguridad. Especialmente componentes tales como la cinta para caminar y el motor.
- Si detecta algún componente defectuoso, sustitúyalo inmediatamente. No utilice el equipo hasta que no se haya completado la reparación.
- Preste especial atención a los componentes que son más susceptibles al desgaste, como el motor o la cinta para caminar. Estos componentes deben inspeccionarse con más frecuencia y sustituirse cuando sea necesario.
- Las pilas no recargables no deben recargarse.
- Las pilas recargables deben retirarse del dispositivo antes de cargarse.
- No deben mezclarse pilas de tipos diferentes ni pilas nuevas y usadas.
- Las pilas deben colocarse siguiendo la polaridad correcta.
- Las pilas gastadas deben retirarse del aparato y desecharse de forma segura.
- Si el aparato va a almacenarse durante un período prolongado sin utilizarse, deben retirarse las pilas.
- Los terminales de alimentación no deben cortocircuitarse.

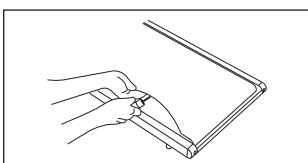
Solución de problemas

La mayoría de los fallos de funcionamiento de la WalkingPad se pueden solucionar siguiendo estos sencillos pasos para identificar el problema y realizar las acciones necesarias.



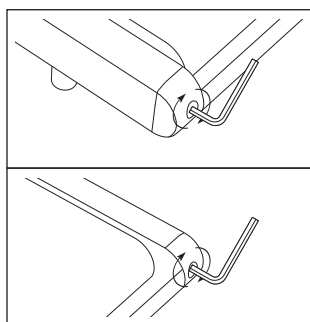
① La alimentación no se puede encender/apagar durante el uso

- Asegúrese de que ambos extremos del cable de alimentación estén enchufados.
- Asegúrese de que el interruptor de encendido esté encendido.



② Lubricación de la cinta andadora

- Apague la WalkingPad y desenchufe el cable de alimentación.
- Levante la plataforma para caminar trasera, levante la banda para caminar y aplique aceite de silicona en forma de «Z» en la superficie interior de la plataforma para caminar en la posición central.
- Encienda la WalkingPad e inténtelo de nuevo.
- * No es necesario aplicarlo en toda la plataforma para andarr, ya que el aceite se esparcirá de forma natural durante el uso.
- * Para cada lubricación se necesitan 5-10 ml de aceite de silicona. El exceso de aceite de silicona puede provocar resbalones y afectar el uso normal.



③ Banda para caminar que se desvía/desliza y corrección

- Si la cinta de andar no está centrada: levante la tabla de andar trasera y ajuste la cinta de andar manualmente (consulte la parte "Cómo desplegar el WalkingPad" de la página 44).
- Si la banda para caminar aún se desvía, ajústela con la llave Allen suministrada mediante los siguientes pasos:
 La banda para caminar va hacia la izquierda: gire el tornillo del orificio de ajuste izquierdo en el sentido de las agujas del reloj 1/4 de vuelta.
 La banda para caminar va hacia la derecha: gire el tornillo del orificio de ajuste derecho en el sentido de las agujas del reloj 1/4 de vuelta.
 La banda para caminar se desliza: gire los tornillos de ajuste izquierdo y derecho en el sentido de las agujas del reloj 1/2 vuelta al mismo tiempo.
 Después de cada ajuste, utilice a una velocidad de 3 a 4 km/h (1,95 a 2,5 mph) durante 1 a 2 minutos para observar la calibración. Si es necesario, ajuste de nuevo.
- * Si la banda para caminar está demasiado apretada o demasiado floja, afectará el rendimiento de WalkingPad y dañará la banda para caminar.

④ Descripción del código de falla

* Cuando ocurre un mal funcionamiento, la pantalla mostrará un código de error. Si aparece el siguiente código de error, apague y reinicie la WalkingPad. Si el código de error aún aparece, deje de usarla, anote el modelo del producto y el número de serie en la etiqueta de la placa de identificación en la parte frontal de la WalkingPad y comuníquese con el distribuidor o el departamento de servicio al cliente para su reparación hasta que se resuelva el problema.

E01 Sobrecorriente del software
 E02 Sobrecorriente de hardware
 E03 Sobrecalentamiento del módulo IPM
 E04 Protección contra subtenensión
 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 sobre corriente del motor
 E13 Protección contra sobrecarga
 E14 Falta la señal del área
 E15 Fallo de comunicación
 E16 Error de conexión del módulo

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, sólo 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	

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, movilizandocompletamente las articulaciones y realizando estiramientos antes de iniciar el ejercicio de baja intensidad.

Ejercicio: Se recomienda hacer ejercicio durante 20-30 minutos, manteniendo la intensidad del ejercicio dentro del intervalo de entrenamiento

(durante las primeras semanas de entrenamiento, el tiempo de ejercicio debe mantenerse dentro de los 20 minutos), y la respiración debe mantenerse uniforme 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.

Marca registrada y declaración legal

Beijing Kingsmith Technology Co., Ltd posee las patentes de los productos de la serie WalkingPad Walking Device. Kingsmith edita y posee los derechos de autor de este manual. Sin el permiso por escrito de Kingsmith, queda prohibida cualquier forma de distribución, reproducción, publicación, divulgación o cita no autorizada por parte de cualquier institución o individuo. Este manual contiene la mayor cantidad posible de todas las funciones e instrucciones de uso. No obstante, debido a imperfecciones del producto, cambios de diseño, etc., la descripción puede presentar discrepancias con lo que usted ha adquirido. En vista de las actualizaciones del producto, la descripción en este libro manual puede diferir de lo que usted ha comprado en color, apariencia, etc. Los suministros reales prevalecen. 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. Los niños a partir de 8 años y las personas con capacidades físicas, sensoriales o mentales reducidas o con falta de experiencia y conocimientos pueden utilizar este aparato si han sido supervisados o instruidos sobre el uso del aparato de forma segura y han comprendido los peligros que conlleva. Los niños no deben jugar con el aparato, ni realizar la limpieza y el mantenimiento sin supervisión.

Información sobre el cumplimiento de la normativa

Directiva RAEE de información de eliminación y reciclaje



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 su lugar, debe proteger la salud humana y el medio ambiente entregando sus equipos de desecho a un punto de recogida para el reciclaje de residuos de equipos eléctricos y electrónicos, designado por el gobierno o las autoridades locales. La eliminación y el reciclado correctos ayudarán a evitar posibles consecuencias negativas para el medio ambiente y la salud humana. Póngase en contacto con el instalador o con las autoridades locales para obtener más información sobre la ubicación y las 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 radioeléctrico [WP400F4] cumple con la Directiva 2014/53/UE. Encontrará el texto completo de la declaración de conformidad de la UE en esta dirección de Internet: <https://www.walkingpad.com/pages/declaration>

Declaración de conformidad de UKCA



Por la presente, Beijing Kingsmith Technology Co., Ltd. declara que el tipo de equipo de radio [WP400F4] 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 Conformidad PSTI UKCA

Por la presente, Beijing Kingsmith Technology Co., Ltd. declara que el equipo tipo de radiocomunicaciones [WP400F4] cumple con el Reglamento 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 PSTI está disponible en la siguiente dirección de Internet: <https://uk.walkingpad.com/pages/other-information>

Belangrijke Veiligheidsmaatregelen

Het apparaat is bedoeld voor huishoudelijk gebruik.

GEVAAR - Om het risico op een elektrische schok te verminderen:
Haal altijd direct na gebruik en vóór reiniging de stekker van dit apparaat uit het stopcontact.

WAARSCHUWING - Dit apparaat kan worden gebruikt door kinderen vanaf 8 jaar en ouder, en door personen met verminderde fysieke, zintuiglijke of mentale capaciteiten, of met een gebrek aan ervaring en kennis, mits zij onder toezicht staan of instructies hebben gekregen over het veilige gebruik van het apparaat en de bijbehorende gevaren begrijpen. Kinderen mogen niet met het apparaat spelen. Reiniging en onderhoud door de gebruiker mogen niet zonder toezicht door kinderen worden uitgevoerd. Dit apparaat is niet bedoeld voor gebruik door personen (inclusief kinderen) met beperkte fysieke, zintuiglijke of mentale vermogens, of met een gebrek aan ervaring en kennis, tenzij zij onder toezicht staan of instructies hebben gekregen over het gebruik van het apparaat van een persoon die verantwoordelijk is voor hun veiligheid. Kinderen dienen onder toezicht te staan om te voorkomen dat ze met het apparaat spelen.

WAARSCHUWING - Bewaar het apparaat rechtop en plaats het bij voorkeur in een ruimte met steunpunten aan beide zijden. Houd jonge kinderen te allen tijde uit de buurt van dit apparaat. Contact met het bewegende oppervlak kan ernstige schaafwonden veroorzaken.

WAARSCHUWING - Om het risico op brandwonden, brand, elektrische schokken of letsel te verminderen:

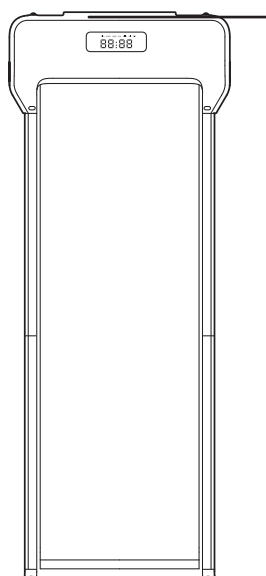
- 1) Een apparaat mag nooit onbeheerd achtergelaten worden wanneer het is aangesloten op het stopcontact. Haal de stekker uit het stopcontact wanneer het apparaat niet in gebruik is en vóór het aanbrengen of verwijderen van onderdelen.
- 2) Nauwlettend toezicht is vereist wanneer dit apparaat wordt gebruikt door of in de nabijheid van kinderen, invaliden of personen met een handicap.
- 3) Gebruik dit apparaat uitsluitend voor het beoogde doel, zoals beschreven in deze handleiding. Gebruik geen accessoires die niet door de fabrikant worden aanbevolen.
- 4) Gebruik dit apparaat nooit als het netsnoer of de stekker beschadigd is, als het niet goed functioneert, als het is gevallen of beschadigd, of als het in water is gevallen. Breng het apparaat naar een servicecentrum voor inspectie en reparatie.
- 5) Draag dit apparaat niet aan het netsnoer en gebruik het snoer niet als handgreep.
- 6) Houd het snoer uit de buurt van hete oppervlakken.
- 7) Laat nooit voorwerpen vallen in openingen en steek er nooit voorwerpen in.
- 8) Niet voor gebruik buitenshuis.
- 9) Gebruik het apparaat niet in de buurt van aerosolen (sprays) of plaatsen waar zuurstof wordt toegediend.
- 10) Om de verbinding te verbreken, zet u alle bedieningselementen uit en verwijder vervolgens de stekker uit het stopcontact.
- 11) Stop onmiddellijk met trainen en raadpleeg een arts als u zich onwel voelt, om gezondheidsschade te voorkomen.
- 12) Zorg voor een vrije ruimte van ten minste 2000 mm (78.7 in.) achter het apparaat en een vrije ruimte van ten minste 500 mm (19.7 in.) aan beide zijden. In geval van nood kunt u snel afstand nemen van het apparaat om letsel te voorkomen. verwondingen door botsingen met objecten of muren in de omgeving.
- 13) Draag sportkleding bij het gebruik van het apparaat en train afgestemd op uw conditie.
- 14) Houd persoonlijke bezittingen uit de buurt van het apparaat om verstrengeling te voorkomen. Anders kan dit schade aan het apparaat en persoonlijk letsel veroorzaken.
- 15) Gebruik dit apparaat niet op een oneffen ondergrond om ongelukken of schade te voorkomen.
- 16) Ga niet op de kop van het apparaat staan om schade aan het product te voorkomen.
- 17) Gebruik dit apparaat niet in de buurt van huisdieren om te voorkomen dat ze schrikken en veiligheidsproblemen veroorzaken.
- 18) Loop niet in een achterwaartse houding op dit apparaat om verlies van evenwicht, vallen en letsel te voorkomen.
- 19) Ouderen, kinderen en zwangere vrouwen dienen dit apparaat met de nodige voorzichtigheid te gebruiken. Raadpleeg een arts en win relevante instructies inwinnen voordat u dit apparaat gebruikt.
- 20) Vouw dit apparaat niet op als de stroom niet is uitgeschakeld. Anders kan de levensduur van het product aangetast, wat tot andere veiligheidsrisico's kan leiden.
- 21) Bewaar het apparaat volgens de voorgeschreven methode in de handleiding, voor uw veiligheid.
- 22) Stap niet op of af van dit apparaat wanneer het in werking is, om ongevallen te voorkomen.
- 23) Gebruik dit apparaat binnen het gespecificeerde gewichtsbereik om een normale werking van het apparaat en uw persoonlijke veiligheid te waarborgen.
- 24) Vermijd blootstelling van dit apparaat aan direct zonlicht om schade aan het apparaat te voorkomen. Gebruik dit apparaat in een koele en droge omgeving.
- 25) Houd dit apparaat uit de buurt van water om schade aan het apparaat te voorkomen en het risico op een elektrische schok te verminderen. aangezien het niet waterbestendig is.
- 26) Gebruik het apparaat nooit langer dan de aangegeven tijdsduur en neem een pauze van 20 minuten voordat u het opnieuw gebruikt. opnieuw, om de levensduur van het apparaat te verlengen.
- 27) Plaats het apparaat niet op een hellende ondergrond en plaats er geen objecten onder. Dit kan de werking beïnvloeden. de stabiliteit en prestaties van het apparaat beïnvloeden, of zelfs aantasten.
- 28) De waarde van het A-gewogen emissiegeluidsdruk niveau ter hoogte van het oor van de gebruiker bedraagt ongeveer 57dB(A). De geluidsemisatie onder belasting is hoger dan zonder belasting.
- 29) Onjuiste of overmatige training kan leiden tot gezondheidsschade.

Inhoudsopgave

Productintroductie	52
Voor u begint	53
Bediening en afstelling	54
Onderhoud	58
Probleemoplossing	58
Oefengids	59
Handelsmerk en juridische verklaring	60
Informatie over de naleving van wet- en regelgeving	60

Productintroductie

Na ontvangst van het product vindt u de volgende items in de verpakking. Controleer alle onderdelen op schade. Als een van de onderdelen ontbreekt, neem dan contact op met de verkoper.



Specificaties

Productnaam	Loopapparaat	Nettogewicht	23 kg / 50 lbs
Model	WP400F4	Afmeting uitgekapt	1425 x 560 x 106 mm
Snelheidsbereik	1-6 km/u 1-4 mph	Afmeting ingekapt	56.1 x 22 x 4.1 inch 810 x 560 x 138 mm
Loopvlak	1210 x 400 mm 47.6 x 15.7 inch	Klasse	HC
Maximale belasting	110 kg / 242 lbs	Leeftijdsbereik	14 jaar en ouder
Nominale spanning	220-240 V~	Nominaal vermogen	550 W
Nominale frequentie	50/60 Hz		

Accessoires



Stroomkabel



Afstandsbediening



Polsband



Siliconenolie



Inbussleutel



Gebruikershandleiding

Radiofrequentie en radiozendvermogen

	Werkfrequentie	Maximaal uitgangsvermogen
Loopapparaat	2402-2480MHz	4.10 dBm
Afstandsbediening	2402-2480MHz	3.96 dBm

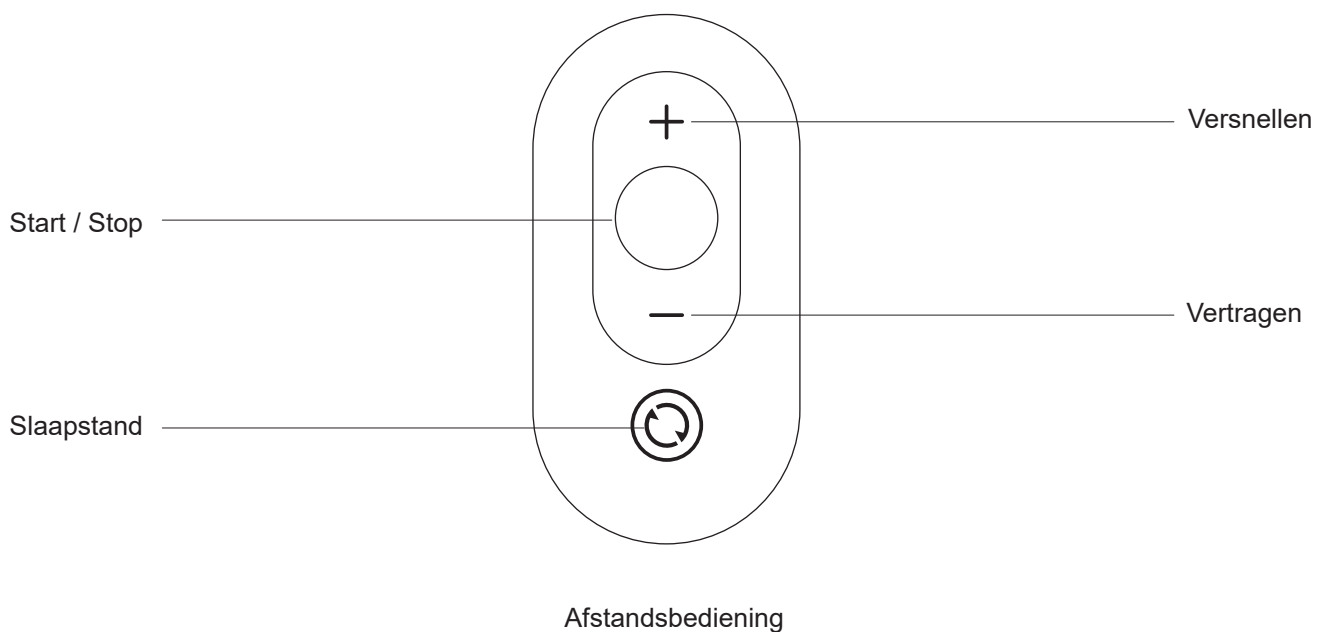
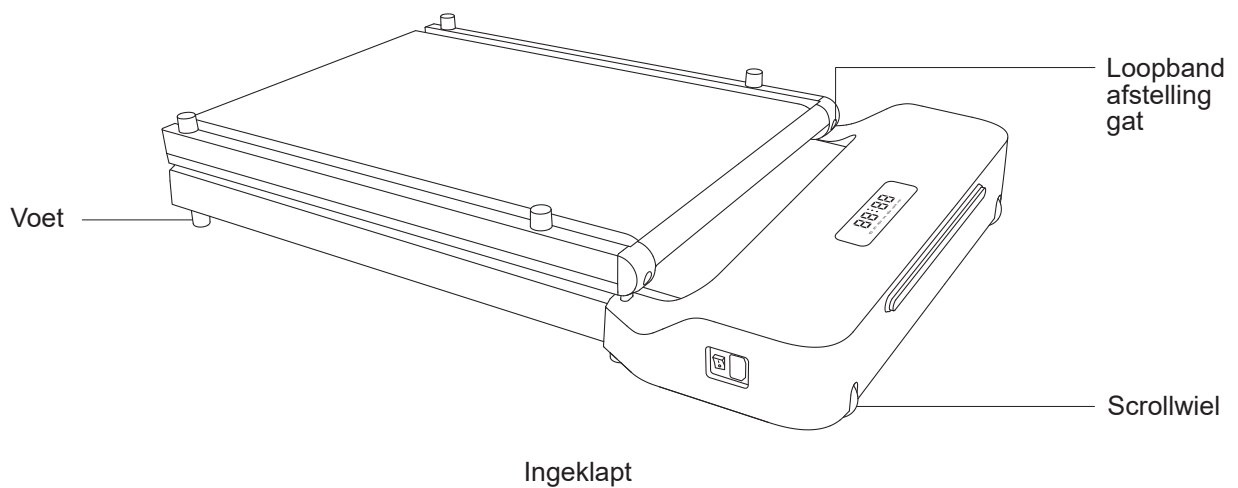
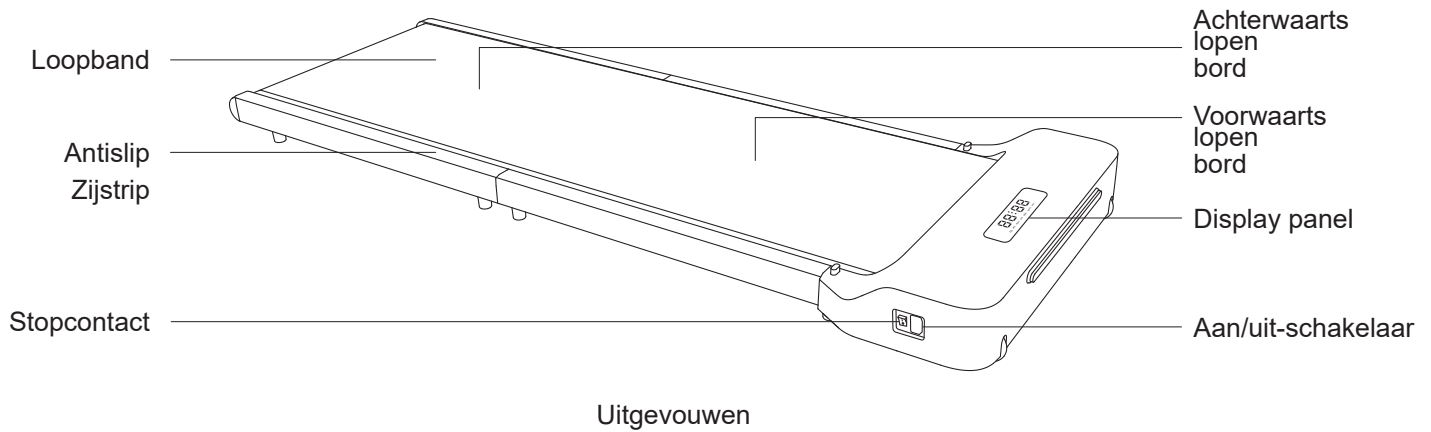
Energie-efficiëntie

Dit product heeft een stand-bymodus en een uit-modus.

Stroomverbruik	Uit-modus: 0 W Standby-modus: 0,4 W
Tijd om de toestand te bereiken	Standby-modus: 20 min

Voor u begint

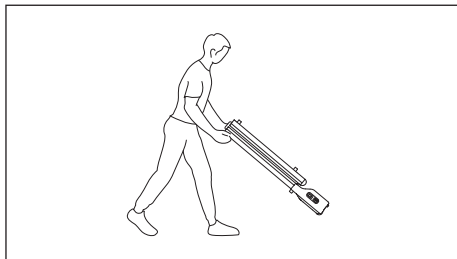
Lees deze handleiding zorgvuldig door voordat u het apparaat gebruikt. Dit is in uw eigen belang. Indien u assistentie nodig heeft bij het lezen van deze handleiding, noteer dan het productmodel en het serienummer (te vinden op de sticker met het typeplaatje aan de voorzijde van het apparaat) voordat u contact opneemt met de klantenservice.



Bediening en afstelling

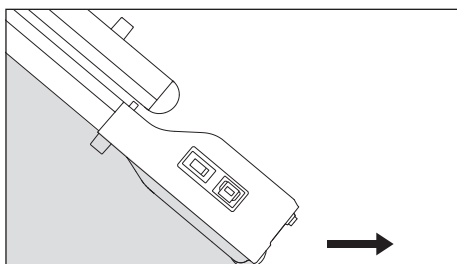
De WALKINGPAD verplaatsen

Alvorens de WALKINGPAD te verplaatsen, dient u te controleren of het loopvlak in de ingeklapte stand staat. Raak bij het verplaatsen van de WALKINGPAD het loopvlak niet aan en duw deze vooruit op een vlakke ondergrond.



- ① Til het apparaat op, zoals weergegeven in de afbeelding, vanaf de onderzijde van de achterkant van het voorste loopvlak.

* Schakel, voordat u de WALKINGPAD optilt, de aan/uit-schakelaar van het apparaat uit. haal de stekker uit het stopcontact en berg de stroomkabel op.

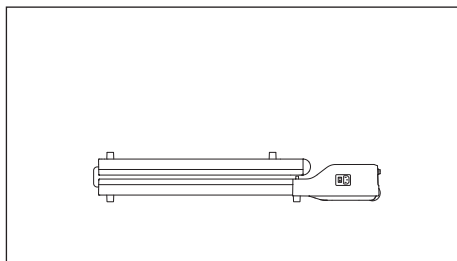


- ② Houd de wieltjes op de grond en verplaats de de WALKINGPAD en de vloer, om deze voor- of achterwaarts te bewegen.

* Zorg er bij het verplaatsen van de WALKINGPAD voor dat er een bepaalde hoek is tussen het apparaat en de vloer om wrijving te vermijden.

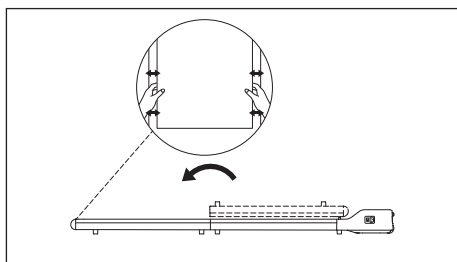
De WALKINGPAD uitklappen

Om schade aan de WALKINGPAD en ernstig letsel te voorkomen, dient u ervoor te zorgen dat de vloer vlak is en dat er voldoende ruimte is om de WALKINGPAD uit te klappen.



- ① Plaats de ingeklapte WALKINGPAD horizontaal en controleer of deze op een stevige, vlakke ondergrond staat.

* Plaats het apparaat niet op een dik, zacht tapijt of een zachte mat. Anders functioneert de sensor mogelijk niet correct.

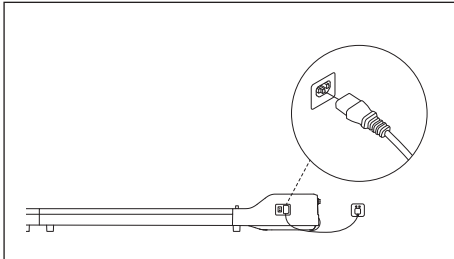


- ② Klap het achterste loopvlak uit. Centreer de loopband door de voor- en achterkant handmatig bij te stellen. Druk het achterste loopvlak omlaag zodat het gelijk ligt met de vloer. Indien het niet waterpas is, draai dan aan de voet om het waterpas te stellen.

* Het achterste loopvlak kan zonder risico op beschadiging met kracht omlaag worden gedrukt. beschadiging aan het apparaat.

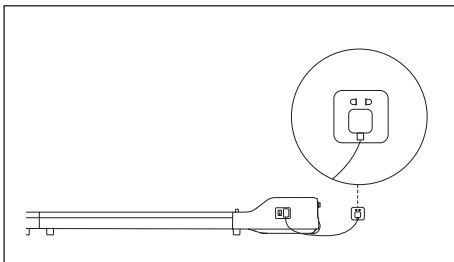
De stroomkabel aansluiten

Dit product dient tijdens gebruik geaard te zijn; onze apparatuur voldoet aan de aardingsvereisten. In geval van een storing of schade kan aarding een pad met de minste weerstand voor de elektrische stroom bieden, waardoor het risico op een elektrische schok wordt verminderd.



- ① Steek de stroomkabel in het stopcontact aan de voorzijde van de WALKINGPAD.

* Een onjuiste aarding kan het risico op een elektrische schok verhogen.



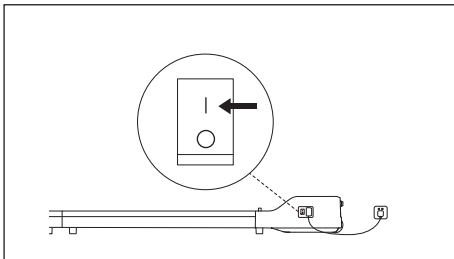
- ② Steek het andere uiteinde van de stroomkabel in een geschikt stopcontact dat correct geïnstalleerd en geaard is conform de lokale voorschriften en bepalingen.

* Wijzig de stekker van het product niet. Indien de stekker niet geschikt is voor het stopcontact; laat een gekwalificeerde elektricien een geschikt stopcontact installeren.

OPMERKING: Indien de stroomkabel beschadigd is, moet deze worden vervangen door een stroomkabel die door de fabrikant is gespecificeerd.

De stroom inschakelen

Indien de WALKINGPAD is blootgesteld aan een koude omgeving, dient u deze eerst op kamertemperatuur te laten komen alvorens de stroom in te schakelen. Anders kunnen de componenten van de WALKINGPAD beschadigd raken.

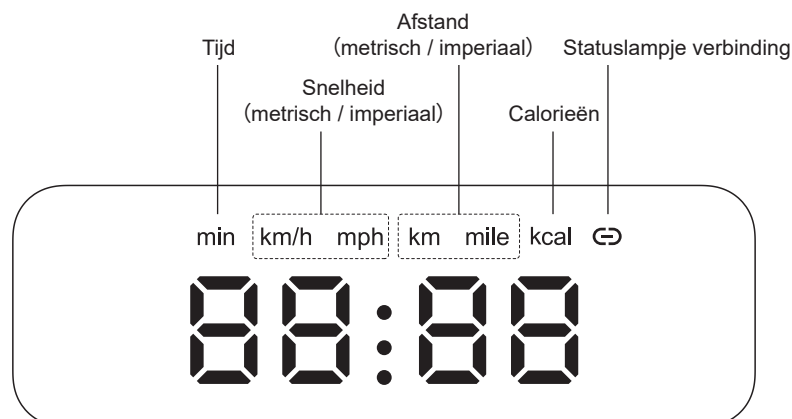


Zoek de aan/uit-schakelaar aan de voorzijde van de WALKINGPAD en schakel deze in.

* Wanneer u een pieptoon hoort en het display oplicht, staat de aan/uit-schakelaar in de juiste positie. staat in de "I"-positie.

Gebruik van het displaypaneel

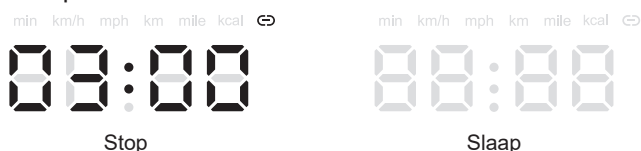
Het display maakt gebruik van geavanceerde LED-technologie en biedt diverse functies om uw training aangenamer te maken. De volgende informatie helpt u om snel vertrouwd te raken met het gebruik.



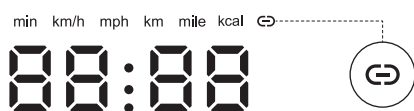
Na het inschakelen van de WALKINGPAD toont het displaypaneel achtereenvolgens Tijd, Snelheid, Afstand en Calorieën.



De WALKINGPAD ondersteunt de functie No-Load-Stop, wat inhoudt dat deze stopt als er gedurende 8 tot 60 seconden geen belasting wordt gedetecteerd. Deze functie is standaard uitgeschakeld, maar kan worden ingeschakeld in de KS Fit APP via "Motion" - "Settings" - "No-load stop". Na de No-Load-Stop blijven de trainingsgegevens behouden. Tien minuten na de No-Load-Stop schakelt het display uit en gaat het apparaat in de Slaapmodus.



Wanneer de WALKINGPAD niet met de app is verbonden, knippert het statuslampje. Wanneer de WALKINGPAD met de app is verbonden, brandt het statuslampje continu.

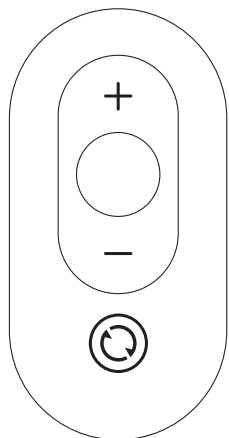


Tijdens de firmware-upgrade knippert "UP" op het display. Na voltooiing van de upgrade stopt het apparaat. Wanneer het kinderslot in de app is geactiveerd, stopt het apparaat en toont het display "LOC". Indien het apparaat gedurende 10 minuten onbelast draait, schakelt het over naar de slaapstand.



De afstandsbediening gebruiken

De afstandsbediening en de WALKINGPAD zijn bij levering standaard reeds gekoppeld. Indien de afstandsbediening niet functioneert of u een nieuwe afstandsbediening gebruikt, dient u deze opnieuw te koppelen. Houd hiervoor de Slaapknop op de afstandsbediening ingedrukt terwijl u de WALKINGPAD inschakelt. Een succesvolle koppeling wordt bevestigd met een pieptoon.



- Druk op de Start/Stop-knop terwijl het apparaat is ingeschakeld.
Resultaat: Na een aftelling van 3 seconden start het apparaat langzaam met een snelheid van 1 km/u.
- ⊕ Druk op de ⊕-knop terwijl de machine in werking is.
Resultaat: De snelheid schakelt tussen 1/1.5/2/2.5/3/3.5/4/4.5/5/5.5/6 km/u.
(1/1.5/2/2.5/3/3.5/4 mph).
- ⊖ Druk op de ⊖-knop terwijl het apparaat in werking is.
Resultaat: De snelheid wisselt tussen 6/5.5/5/4.5/4/3.5/3/2.5/2/1.5/1 km/u.
(4/3.5/3/2.5/2/1.5/1 mph).
- Druk op de Start/Stop-knop terwijl het apparaat in werking is.
Resultaat: Het apparaat vertraagt geleidelijk en pauzeert. Indien er vervolgens geen bediening plaatsvindt, gedurende 10 minuten, schakelt het display uit* en gaat het apparaat naar de Slaapmodus.
- * Wanneer de APP is verbonden, blijft het display actief.
- ⌚ Houd de Slaapknop ingedrukt wanneer het apparaat gepauzeerd is.
Resultaat: Het apparaat gaat in de slaapstand. Om het apparaat te activeren, drukt u op een willekeurige knop op de afstandsbediening.

Snelheidsaanpassing:

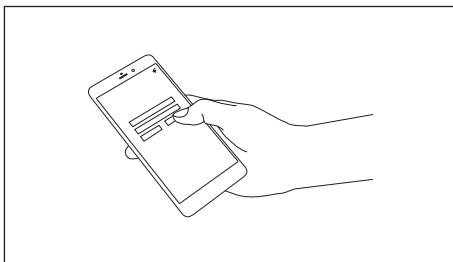
- ① Druk op de +/- knop op de afstandsbediening; de snelheid verhoogt of verlaagt met 0,5 km/u.
 - * Wanneer de snelheid in de app is ingesteld op 2~2,4 km/u of 2,5~2,9 km/u en u drukt op + op de afstandsbediening, bereikt de werkelijke snelheid 2,5 km/u of 3 km/u. Hetzelfde geldt voor andere snelheden die in de app zijn ingesteld.
- ② Druk op de +/- knop in de app; de snelheid verhoogt of verlaagt met 0,1 km/u.
 - * Wanneer de snelheid is ingesteld op 2 km/u op de afstandsbediening en u drukt op - in de app, zal de werkelijke snelheid 1.9 km/u bedragen. Hetzelfde geldt voor andere snelheidswaarden die zijn ingesteld op de afstandsbediening.

De APP verbinden

De WALKINGPAD kan worden gebruikt in combinatie met een app om uw training professioneler te maken en uw trainingsservaring te verbeteren.



- ① Scan de bovenstaande QR-code of zoek in de Apple Store of Google Play naar "KS Fit" en voltooi de installatie en registratie.

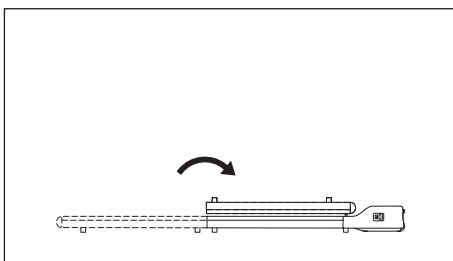


- ② Houd uw mobiele telefoon dicht bij de WALKINGPAD.
- ③ Schakel Bluetooth in op uw mobiele telefoon.
- ④ Schakel de WALKINGPAD in met de aan/uit-schakelaar.
- ⑤ Open de KS Fit-app en voeg het apparaat toe.
 - * Geef de app toestemming om naar apparaten in de buurt te zoeken.
 - * Voeg het apparaat toe via de app in plaats van het te selecteren uit de Bluetooth-lijst. Indien het apparaat reeds geselecteerd is, verwijder het dan uit de Bluetooth lijst en koppel opnieuw via de app.
 - * Herhaal stap ③-⑤ als het koppelen met het apparaat mislukt.
 - * Sluit voor uw veiligheid geen tweede mobiele telefoon aan op de WALKINGPAD tijdens het sporten, indien een telefoon met het apparaat is verbonden.

* Het displaypaneel ondersteunt het schakelen tussen metrische en imperiale eenheden. U kunt dit als volgt instellen: (1) Start de WALKINGPAD opnieuw (2) Maak verbinding met de KS Fit-app (3) Klik op "Ik" - "Instellingen" - "Eenheidinstellingen" - "Metrisch/Imperiaal" (4) Start de WALKINGPAD opnieuw.

De WALKINGPAD inklappen

Om schade aan de WALKINGPAD en ernstig letsel te voorkomen, dient u ervoor te zorgen dat het apparaat is uitgeschakeld en dat beide uiteinden van de stroomkabel zijn losgekoppeld voordat u de WALKINGPAD inklapt.

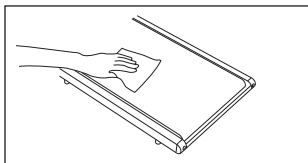


Vouw het achterste loopvlak over het voorste loopvlak en zorg ervoor dat het zich in de daarvoor bestemde positie bevindt.

* Gebruik de WALKINGPAD niet in ingeklapte toestand.

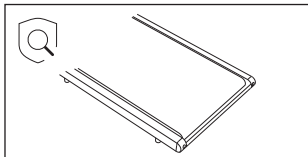
Onderhoud

Om een goede werking van uw WALKINGPAD te waarborgen en de levensduur te verlengen, wordt aanbevolen om regelmatig onderhoud uit te voeren, waarbij u op de volgende aspecten let. Indien schade of slijtage wordt geconstateerd, dient u het gebruik van de WALKINGPAD onmiddellijk te staken totdat het probleem is verholpen.



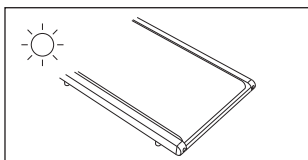
① Reinig de loopband.

- Schakel de WALKINGPAD uit en trek de stekker uit de stroomkabel.
- Breng een kleine hoeveelheid mild reinigingsmiddel aan op een 100% katoenen doek en veeg hiermee het displaypaneel en de loopband af.
- * Spuit de reiniger niet direct op het displaypaneel of de loopband.
- * Gebruik geen zure of corrosieve reiniger.
- * Veeg niet onder de loopband.
- * Na een periode van gebruik kunnen stof en vlekken op de achterkant verschijnen. Dit is normaal en kan eenvoudig worden afgenomen.



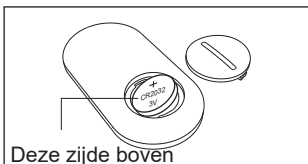
② Controleer de WALKINGPAD.

- Controleer de stroomkabel. Stop onmiddellijk met het gebruik en vervang de stroomkabel indien er schade of slijtage zichtbaar is. onmiddellijk aan te passen.
- Controleer de loopband. Indien de loopband niet is gecentreerd, te strak of te los zit, dient u deze de loopband (zie pagina 59, "Loopband afwijken/slippen en correctie").
- * Gebruik uitsluitend vervangingsonderdelen die door de fabrikant zijn gespecificeerd.



③ Koel en droog bewaren

- Bewaar de WALKINGPAD in een koele en droge omgeving.
- * Gebruik de WALKINGPAD niet buitenshuis of in omgevingen met een hoge luchtvochtigheid of extreme temperatuurschommelingen.
- Neem na elk uur gebruik een pauze van 20 minuten om de WALKINGPAD te helpen met de warmteafvoer.
- * Gebruik de WALKINGPAD niet langer dan 1 uur aaneengesloten.



Deze zijde boven

④ Batterijvervanging

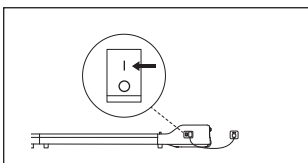
- Vervang de batterij van de afstandsbediening als deze leeg is of lange tijd niet is gebruikt.
- (model: CR2032 3V) door de achterklep van de afstandsbediening te openen. Zorg ervoor dat de polariteit (+/-) correct correct is uitgelijnd.

WAARSCHUWING:

- Om de veiligheid van deze apparatuur te waarborgen, dient deze regelmatig te worden gecontroleerd op schade en slijtage. Dit omvat componenten zoals de loopband en de motor.
- Vervang defecte onderdelen onmiddellijk. Gebruik de apparatuur niet voordat deze is gerepareerd.
- Besteed extra aandacht aan onderdelen die het meest onderhevig zijn aan slijtage, zoals de motor en de loopband. Deze onderdelen dienen vaker te worden gecontroleerd en indien nodig te worden vervangen.
- Niet-oplaadbare batterijen mogen niet worden opgeladen.
- Oplaadbare batterijen dienen uit het apparaat te worden verwijderd alvorens ze op te laden.
- Gebruik geen verschillende soorten batterijen of nieuwe en gebruikte batterijen door elkaar.
- Plaats de batterijen met de juiste polariteit.
- Lege batterijen dienen uit het apparaat te worden verwijderd en op een veilige manier te worden afgevoerd.
- Indien het apparaat gedurende langere tijd niet wordt gebruikt, dienen de batterijen te worden verwijderd.
- De voedingsklemmen mogen niet worden kortgesloten.

Probleemoplossing

De meeste storingen aan de WALKINGPAD kunnen worden verholpen door deze eenvoudige stappen te volgen om het probleem te identificeren en de benodigde acties uit te voeren.

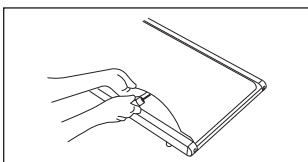


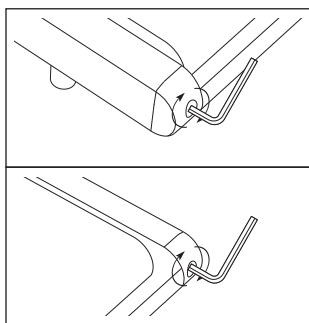
① Kan niet inschakelen / Schakelt uit tijdens gebruik

- Controleer of beide uiteinden van de stroomkabel zijn aangesloten.
- Controleer of de aan/uit-schakelaar is ingeschakeld.

② Smering van de loopband

- Schakel de WALKINGPAD uit en trek de stekker uit de stroomkabel.
- Til de achterkant van de loopband op, til de loopband omhoog en breng siliconenolie in een "Z"-vorm aan op de binnenkant van de oppervlak van de loopband in het midden.
- Schakel de WALKINGPAD in en probeer het opnieuw.
- * Het is niet nodig om de volledige loopband te behandelen, aangezien de olie zich tijdens gebruik vanzelf verspreidt.
- * Voor elke smering is 5-10 ml siliconenolie vereist. Overmatige siliconenolie kan slippen veroorzaken en het normale gebruik beïnvloeden.





③ Afwijken/slippen en correctie van de loopband

- Indien de loopband niet gecentreerd is:
Til het achterste loopvlak op en stel de loopband handmatig af (zie pagina 54, "Hoe de WALKINGPAD uit te vouwen"). WalkingPad" gedeelte).
- Indien de loopband nog steeds afwijkt, stel deze dan af met de meegeleverde inbussleutel aan de hand van de volgende stappen:
De loopband loopt naar links: draai de schroef van het linker stelgat 1/4 slag met de klok mee.
De loopband loopt naar rechts: draai de schroef van het rechter stelgat 1/4 slag met de klok mee.
De loopband slijpt: draai de linker en rechter stelschroef tegelijkertijd 1/2 slag met de klok mee.
Na elke aanpassing, gebruik gedurende 1-2 minuten een snelheid van 3-4 km/u (1.95-2.5 mph) om de kalibratie. Pas indien nodig opnieuw aan.
- * Een te strakke of te losse loopband beïnvloedt de prestaties van de WALKINGPAD en kan de loopband beschadigen.

④ Beschrijving van foutcodes

* Bij een storing verschijnt er een foutcode op het display. Indien de onderstaande foutcode verschijnt, schakel het apparaat dan uit en start het opnieuw op.

WALKINGPAD. Indien de foutcode blijft verschijnen, stop dan met het gebruik en noteer het productmodel en serienummer van het typeplaatje aan de voorkant van de WALKINGPAD en neem contact op met de dealer of de klantenservice voor reparatie, totdat het probleem is verholpen.

E01 Software-overstroom	E09 Motor start niet
E02 Hardware-overstroom	E12 Motoroverstroombeveiliging
E03 Oververhitting IPM-module	E13 Overbelastingsbeveiliging
E04 Underspanningsbeveiliging	E14 Hall-signaal afwezig
E05 Overspanningsbeveiliging	E15 Communicatiefout
E06 Motorbeveiliging tegen faseverlies	E16 Moduleverbindingsfout
E07 Motorbeveiliging tegen vastgelopen rotor	

Oefengids

Trainingsintensiteit

Of uw doel nu vetverbranding is of het verbeteren van uw cardiovasculaire conditie, trainen met de juiste intensiteit is essentieel voor het behalen van resultaat. U kunt uw hartslag gebruiken als leidraad om het juiste intensiteitsniveau te bepalen. De onderstaande tabel toont de aanbevolen hartslagzones voor vetverbranding en cardiovasculaire conditie, uitsluitend ter referentie.	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	Leeftijd

Om het juiste intensiteitsniveau te bepalen, zoekt u uw leeftijd onderaan de tabel (afgerond op het dichtstbijzijnde tiental). De laagste waarde is de hartslag voor vetverbranding, de middelste waarde is de maximale hartslag voor vetverbranding en de hoogste waarde is de hartslag voor het verbeteren van de cardiovasculaire conditie. Het wordt aanbevolen om tijdens de training een hartslagmeter te dragen om de efficiëntie te waarborgen; deze is afzonderlijk verkrijgbaar.

Vetverbranding: om vet effectief als energiebron te gebruiken, dient u gedurende een langere periode een training met lage intensiteit uit te voeren. Tijdens de eerste minuten van de training gebruikt uw lichaam glycogeen als energie. Pas na de eerste minuten van de training begint uw lichaam opgeslagen vet als energie te gebruiken. Indien uw doel vetverbranding is, past u de trainingsintensiteit aan totdat uw hartslag de laagste waarde in uw trainingszone benadert.

Sportgids

Opwarming: Het wordt aanbevolen om 5-10 minuten op te warmen vóór de training. Mobiliseer de gewrichten volledig en rek de spieren voordat u begint met een oefening met lage intensiteit.

Oefening: Het wordt aanbevolen om 20-30 minuten te trainen, waarbij de trainingsintensiteit binnen het aanbevolen bereik blijft (houd de trainingstijd de eerste weken binnen 20 minuten). Zorg voor een gelijkmatige ademhaling tijdens de oefening.

Cool-down: Het wordt aanbevolen om na de training 5-10 minuten te stretchen. Dit kan de flexibiliteit van de gewrichten en de rekbaarheid van de spieren verbeteren en blessures voorkomen.

Trainingsfrequentie

Om uw fysieke conditie te behouden of te verbeteren, voltooit u drie trainingssessies per week, met minimaal één rustdag tussen elke sessie. Na enkele maanden regelmatig te hebben getraind, kunt u indien nodig tot vijf sessies per week voltooien. Vergeet niet: de sleutel tot succes is om van bewegen een frequent en plezierig onderdeel van uw dagelijks leven te maken.

Handelsmerk en juridische verklaring

Beijing Kingsmith Technology Co., Ltd is de octrooihouder van de WALKINGPAD Walking Device productserie. Kingsmith bewerkt en bezit het auteursrecht van deze handleiding. Zonder schriftelijke toestemming van Kingsmith is elke vorm van ongeautoriseerde distributie, reproductie, publicatie, openbaarmaking of citaat door een instelling of individu verboden. Deze handleiding bevat een zo volledig mogelijke beschrijving van alle functies en gebruiksinstructies. Echter, als gevolg van productimperfecties, ontwerpwijzigingen, enzovoort, kan de beschrijving afwijken van het daadwerkelijk aangeschafte product. In verband met productupdates kan de beschrijving in deze handleiding afwijken van het aangeschafte product wat betreft kleur, uiterlijk, enzovoort. De geleverde goederen zijn doorslaggevend. Dit apparaat is niet bedoeld voor gebruik door personen (inclusief kinderen) met beperkte fysieke, zintuiglijke of mentale capaciteiten, of een gebrek aan ervaring en kennis, tenzij zij onder toezicht staan of instructies hebben gekregen over het gebruik van het apparaat van een persoon die verantwoordelijk is voor hun veiligheid. Kinderen moeten onder toezicht staan om ervoor te zorgen dat ze niet met het apparaat spelen. Kinderen vanaf 8 jaar en personen met verminderde fysieke, zintuiglijke of mentale capaciteiten, of met een gebrek aan ervaring en kennis, mogen dit apparaat gebruiken mits ze onder toezicht staan of instructies hebben gekregen over het veilige gebruik van het apparaat en de bijbehorende gevaren begrijpen. Kinderen mogen niet met het apparaat spelen. Reiniging en onderhoud door de gebruiker mogen niet zonder toezicht door kinderen worden uitgevoerd.

Informatie over de naleving van wet- en regelgeving

Informatie over WEEE-afvalverwijdering en -recycling



Alle producten die dit symbool dragen, zijn afgedankte elektrische en elektronische apparatuur (AEEA, zoals bedoeld in Richtlijn 2012/19/EU) en mogen niet met ongesorteerd huishoudelijk afval worden vermengd. U dient in plaats daarvan de volksgezondheid en het milieu te beschermen door uw afgedankte apparatuur naar een aangewezen inzamelpunt te brengen voor de recycling van afgedankte elektrische en elektronische apparatuur. Deze inzamelpunten zijn aangewezen door de overheid of lokale autoriteiten. Correcte afvalverwijdering en recycling helpen potentiële negatieve gevolgen voor het milieu en de volksgezondheid te voorkomen. Neem contact op met de installateur of uw lokale overheid voor meer informatie over de locaties en voorwaarden van deze inzamelpunten.

EU-conformiteitsverklaring



Hierbij verklaart Beijing Kingsmith Technology Co., Ltd. dat het type radioapparatuur [WP400F4] conform Richtlijn 2014/53/EU is. De volledige tekst van de EU-conformiteitsverklaring is beschikbaar op het volgende internetadres: <https://www.walkingpad.com/pages/declaration>

PSTI UKCA-conformiteitsverklaring

Hierbij verklaart Beijing Kingsmith Technology Co., Ltd. dat het radiocommunicatieapparaat [WP400F4] voldoet aan de Telecommunications and Product Infrastructure Security (Relevante Verbindbare Productbeveiligingseisen) Regulations 2023. De volledige tekst van de PSTI-conformiteitsverklaring is beschikbaar op het volgende internetadres: <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
Customer service
eu.support@kingsmith.com
eu.contact@walkingpad.com