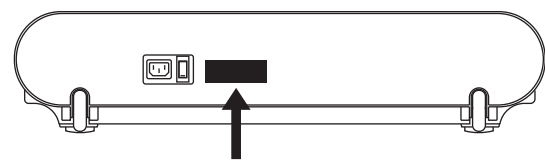


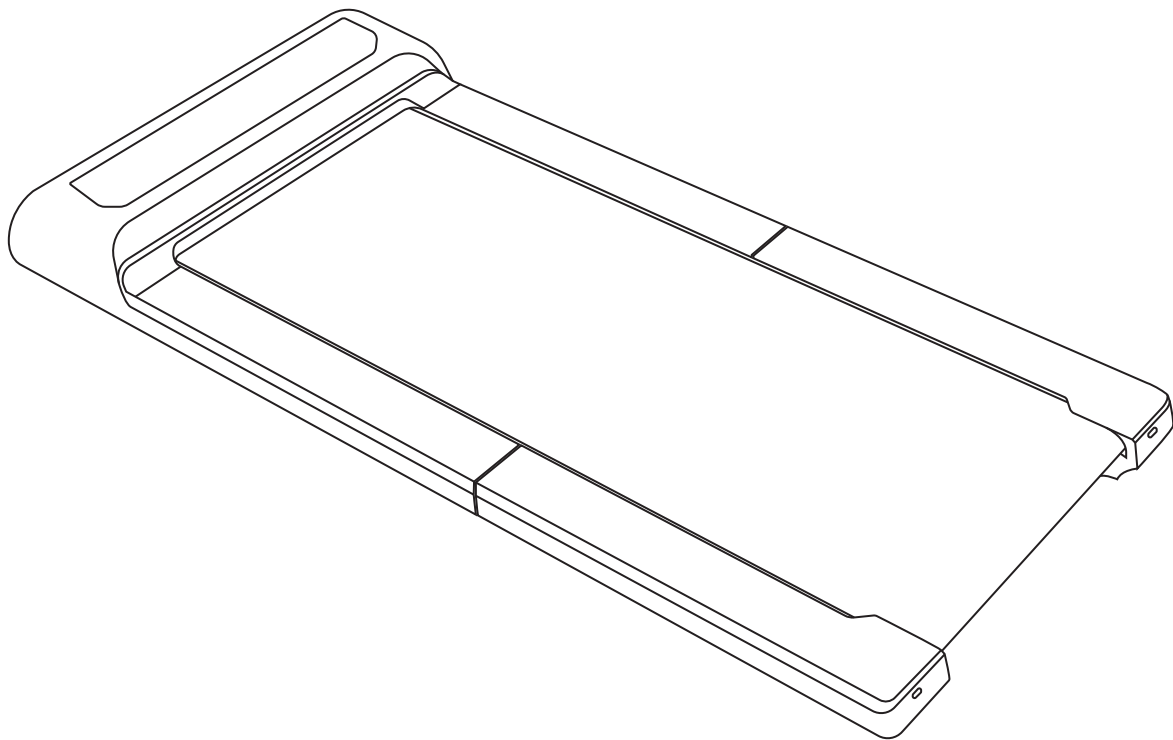
# ***WalkingPad***

## **R3 JustWalk**

### USER MANUAL



Position to paste the nameplate



### **WARNING**

Please be careful to avoid slipping and injury when using.  
Don't let children approach or use this equipment.  
The equipment has an innovative folding design. Mind your hands when folding/unfolding it.  
Please read the user manual carefully before using the product. Keep it properly for future reference.



Scan the QR code for  
more languages



Scan the QR code for  
app download

# Misure di sicurezza

---

L'apparecchio è destinato all'uso residenziale.

## **PERICOLO** - PER RIDURRE IL RISCHIO DI SCOSSE ELETTRICHE:

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

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

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

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

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

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

- 
- 23) Non superare il peso massimo specificato per l'utente.
  - 24) Non esporre l'apparecchio alla luce solare diretta. Riporlo in un luogo fresco e asciutto.
  - 25) Non utilizzare l'apparecchio in luoghi umidi o in caso di pioggia, in quanto non è resistente all'acqua.
  - 26) Non superare il tempo di utilizzo raccomandato. Lasciar raffreddare l'apparecchio per 20 minuti prima di riavviarlo.
  - 27) Per ottenere prestazioni e stabilità ottimali, utilizzare l'apparecchio su una superficie piana e solida e assicurarsi che non vi siano ostacoli al di sotto di esso.
  - 28) Il valore del livello di pressione sonora di emissione ponderato A all'orecchio dell'istruttore è di circa 60 dB (A). L'emissione di rumore sotto carico è superiore a quella senza carico.
  - 29) Un allenamento scorretto o eccessivo può provocare conseguenze negative per la salute.
  - 30) In caso di emergenza, premere il pulsante "Avvio/Arresto" per arrestare l'apparecchio e salire sulle strisce laterali antiscivolo finché l'apparecchio non si arresta completamente.
  - 31) La nostra azienda non potrà essere ritenuta responsabile per eventuali danni a persone o cose causati dall'uso improprio di questo prodotto. Ci riserviamo il diritto di aggiornare, rivedere o revocare il manuale d'uso e le relative istruzioni senza preavviso.

**AVVERTENZA:**

Per preservare il livello di sicurezza di questo apparecchio è necessario esaminarlo regolarmente per verificare l'assenza di danni e di usura, anche per quanto riguarda componenti come il nastro e il motore. Non utilizzare l'apparecchio fino al completamento delle riparazioni. Prestare particolare attenzione ai componenti più soggetti a usura, come il nastro e il motore, i quali devono essere ispezionati più frequentemente e sostituiti quando necessario.

Le batterie non ricaricabili non devono essere ricaricate.

Le batterie ricaricabili devono essere rimosse dall'apparecchio prima di essere ricaricate.

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.

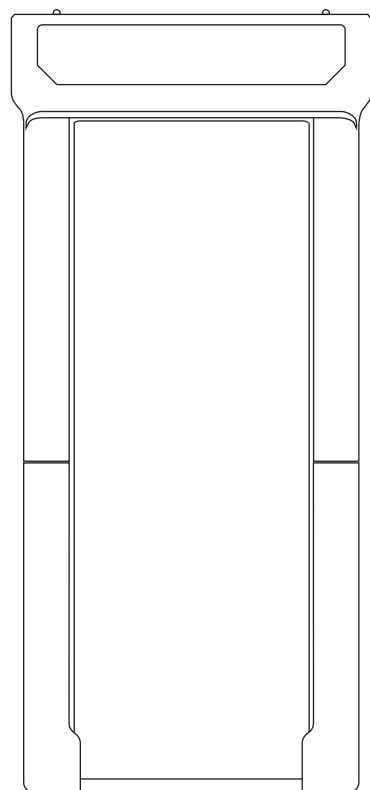
I terminali di alimentazione non devono essere messi in cortocircuito.

# Contenuti

|                                                          |    |
|----------------------------------------------------------|----|
| 1. Presentazione del prodotto .....                      | 51 |
| 2. Funzionamento e regolazione .....                     | 53 |
| 3. Cura e manutenzione .....                             | 61 |
| 4. Risoluzione dei problemi .....                        | 62 |
| 5. Consigli per l'allenamento .....                      | 63 |
| 6. Marchio registrato e dichiarazione legale .....       | 63 |
| 7. Informazioni relative alla conformità normativa ..... | 64 |

## 1. Presentazione del prodotto

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

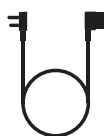


WalkingPad

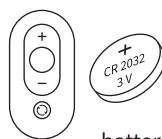
### 01 Specifiche tecniche

|                          |                           |                       |                           |
|--------------------------|---------------------------|-----------------------|---------------------------|
| Nome del prodotto        | Apparecchio per camminare | Dimensioni del nastro | 1200 × 440 mm             |
| Modello                  |                           |                       | 47,2 × 17,3 pollici       |
| Intervallo di velocità   | WP440F4                   | Dimensioni da aperto  | 1470 × 675 × 156 mm       |
| Peso massimo dell'utente | 1-6 km/h 1-4 mph          |                       | 57,8 × 26,5 × 6,1 pollici |
| Peso netto               | 120 kg / 265 lb           | Dimensioni da chiuso  | 852 × 675 × 192 mm        |
| Tensione nominale        | 30,1 kg / 66,3 lb         |                       | 33,5 × 26,5 × 7,5 pollici |
| Frequenza nominale       | 220-240 V~                | Classe                | HC                        |
| Potenza nominale         | 50/60 Hz                  | Fascia di età         | 14 anni in su             |
| Controllo della velocità | 735 W                     |                       |                           |
|                          | Manuale/Automatico        |                       |                           |

### 02 Elenco dei componenti



cavi di alimentazione



batteria telecomando



olio di silicone



cinturino



chiave a brugola

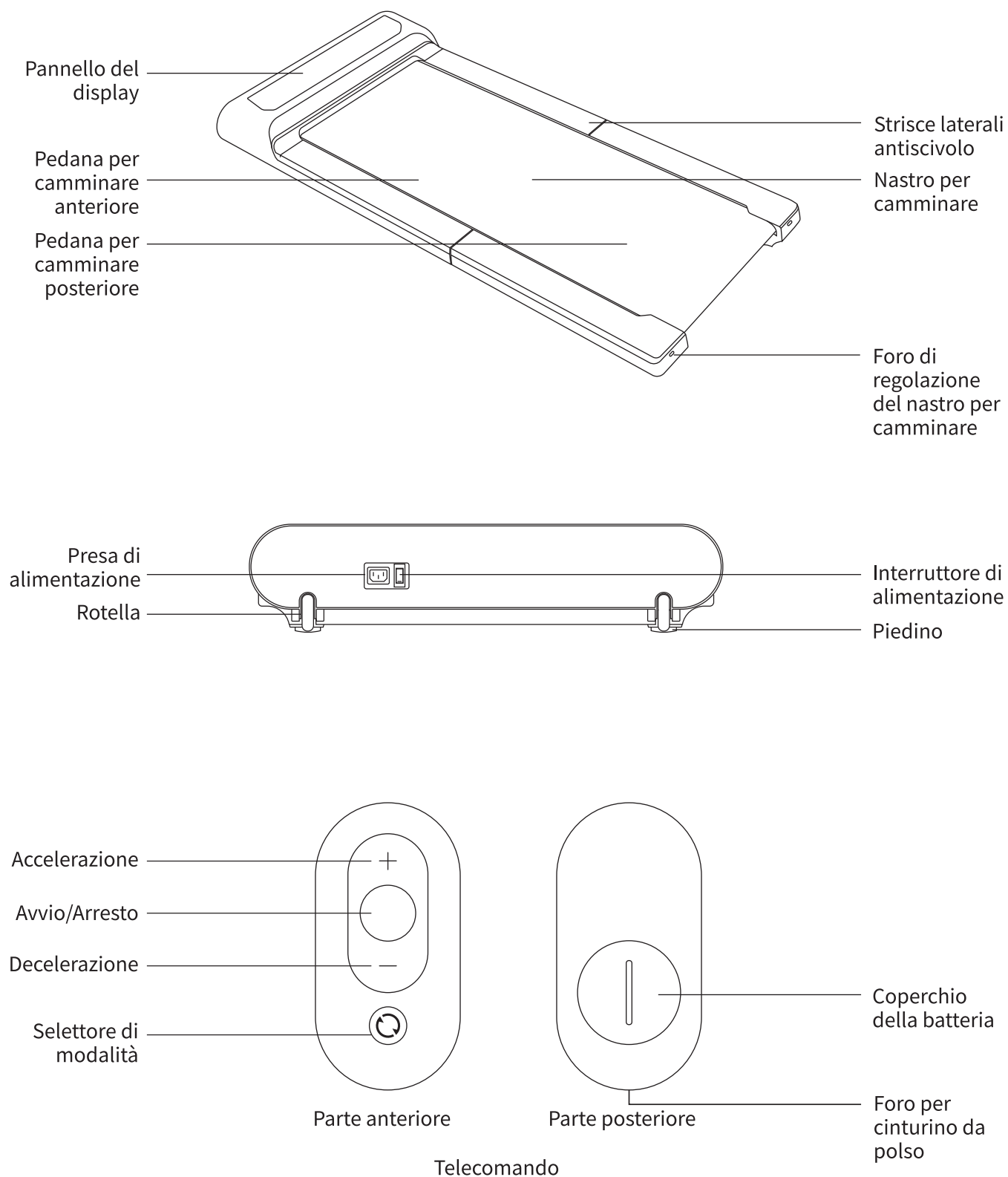


manuale d'uso

### Radiofrequenza e potenza di trasmissione radio

| Specifica RF | Frequenza operativa | Massima potenza in uscita |
|--------------|---------------------|---------------------------|
| Bluetooth    | 2402-2480 MHz       | 1,23 dBm (EIRP)           |

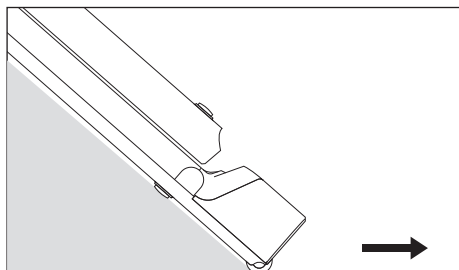
### 03 Nomi delle parti



## 2. Funzionamento e regolazione

### 01 Come spostare l'apparecchio

Prima di spostare l'apparecchio, assicurarsi che sia spento, che il cavo di alimentazione sia scollegato e riposto in modo sicuro e che la pedana per camminare sia completamente chiusa.



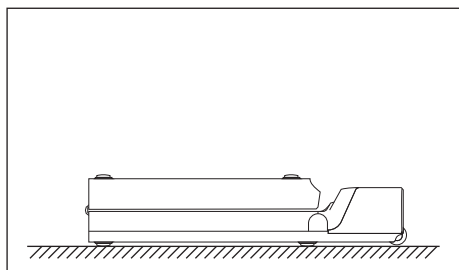
- ① Sollevare l'apparecchio dall'estremità posteriore e spostarlo nel punto desiderato.

**ATTENZIONE:**

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

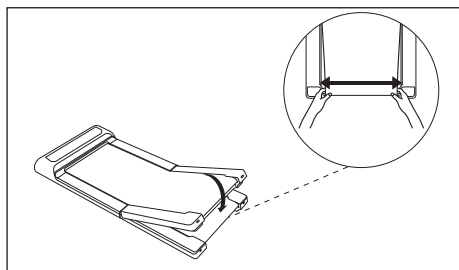
### 02 Come aprire l'apparecchio

Prima di aprire l'apparecchio, assicurarsi che l'area libera dietro di esso sia di almeno 2000 × 1000 mm e che l'area libera su ciascun lato sia di almeno 500 mm.



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

**ATTENZIONE:** evitare tappeti o moquette spessi e morbidi, in quanto potrebbero influire sulla regolazione della velocità basata sul movimento dei piedi.

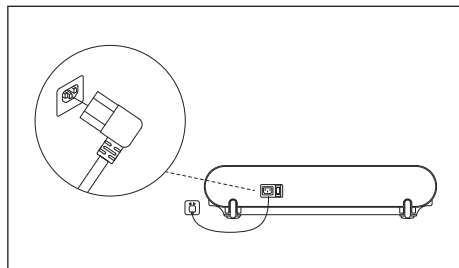


- ② Aprire la parte posteriore della pedana. Centrare il nastro per camminare regolando manualmente le sue estremità anteriore e posteriore. Esercitare pressione sulla la pedana per camminare posteriore per renderla completamente piatta. Se non è in piano con il pavimento, ruotare il piedino per regolarla.

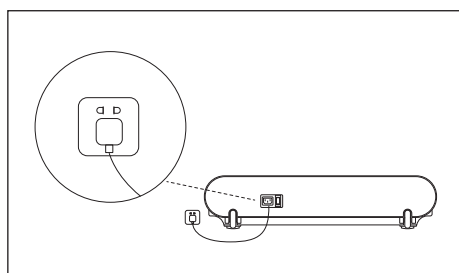
**ATTENZIONE:**

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

### 03 Come collegare il cavo di alimentazione



- ① Inserire l'estremità del cavo di alimentazione nella presa di corrente del prodotto.



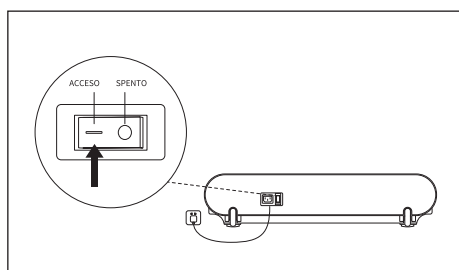
- ② Inserire l'estremità del cavo di alimentazione nella presa di corrente.

#### **ATTENZIONE:**

- Evitare di modificare la spina fornita insieme al prodotto. Se la spina non è adatta per la presa, contattare un elettricista qualificato affinché ne installi una corretta.
- Se il cavo di alimentazione è danneggiato, deve essere sostituito con il cavo di alimentazione indicato dal produttore.

### 04 Come accendere l'apparecchio

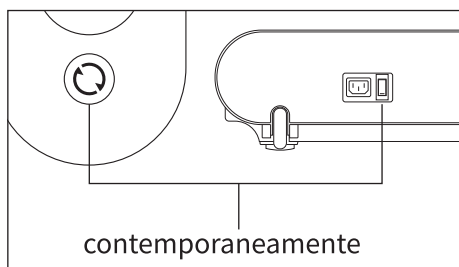
Se l'apparecchio viene esposto a un ambiente freddo, lasciarlo tornare a temperatura ambiente prima di accenderlo. In caso contrario, i suoi componenti potrebbero danneggiarsi.



- ① Accendere l'interruttore di alimentazione finché non viene udito un segnale acustico e il pannello si illumina.

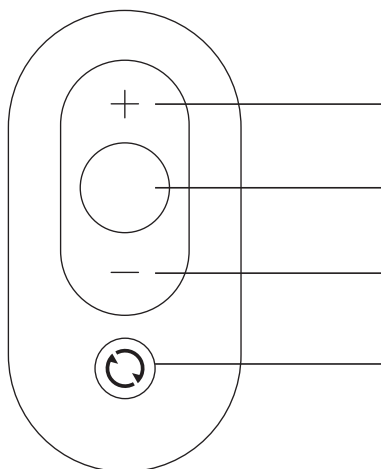
### 05 Come utilizzare il telecomando

Per comodità, l'apparecchio e il telecomando vengono consegnati già preassociati e pronti all'uso. In ogni caso, se si verificano problemi o se si passa a un nuovo telecomando, seguire la procedura riportata di seguito per ripetere l'associazione.



Spegnere l'apparecchio e attendere 10 secondi. Avvicinare il telecomando al pannello del display dell'apparecchio. Tenendo premuto il pulsante per cambiare modalità sul telecomando, accendere l'apparecchiatura tramite l'interruttore di alimentazione finché non vengono uditi dei segnali acustici.

## ② Pulsanti e funzioni



### Accelerazione

Premere per diminuire la velocità con incrementi di 0,5 mph (0,5 km/h).  
La velocità massima è di 4 mph (6 km/h).

### Avvio/Arresto

Premere per avviare l'apparecchio.

### Decelerazione

Premere per ridurre la velocità con incrementi di 0,5 mph (0,5 km/h).  
La velocità minima è di 1 mph (1 km/h).

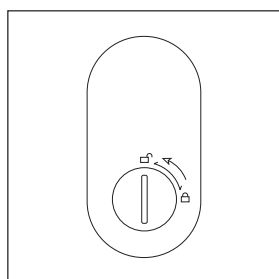
### Selettore di modalità

Premere per selezionare tra la modalità Automatica e Manuale.  
Tenere premuto per 2 secondi per passare alla modalità Attesa.

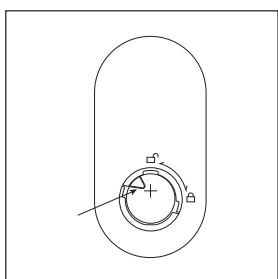
### Attenzione:

- La modalità M (modalità manuale) è l'impostazione di fabbrica predefinita.

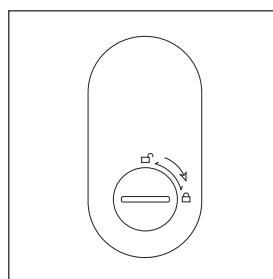
## ③ Installare e sostituire la batteria



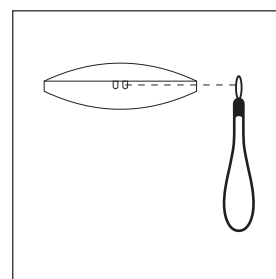
(a) Svitare il coperchio della batteria in senso antiorario utilizzando un utensile adatto.



(b) Allineare il terminale positivo e negativo e installare una nuova batteria a bottone CR2032 (3V).



(c) Chiudere il coperchio della batteria e stringerlo in senso orario.

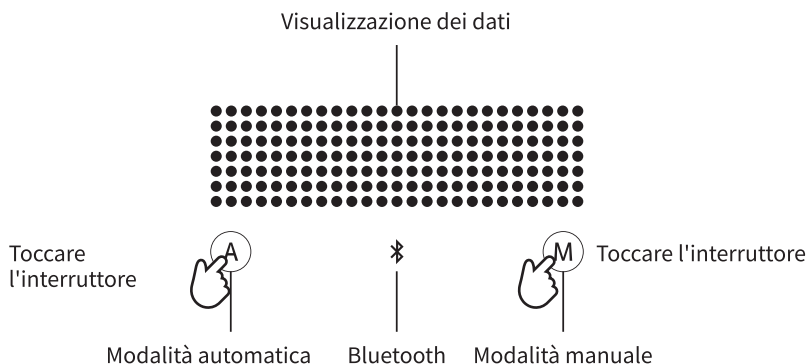


(d) Infilare il cinturino attraverso il foro e stringerlo con un nodo.

**Attenzione:** ricordarsi di installare e indossare correttamente il cinturino.

## 06 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.



### ① Funzioni delle modalità

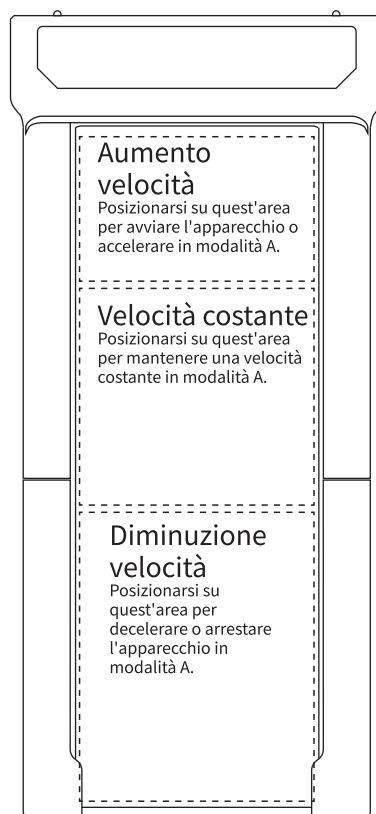
#### **Modalità M (modalità manuale):**

- La modalità predefinita all'avvio;
- Adatta per principianti;
- Tutti i pulsanti sul telecomando sono disponibili.

#### **Modalità A (modalità automatica):**

- Adatta per utenti esperti;
- I pulsanti +/- sul telecomando non sono disponibili;
- Supporta la regolazione della velocità in base al movimento dei piedi.

### **Regolazione della velocità in base al movimento dei piedi**



## ② Guida operativa

**Accensione:** portare l'interruttore dell'apparecchio in posizione di accensione. Il pannello si accende visualizzando i dati di allenamento, con l'indicatore M acceso e il Bluetooth lampeggiante.

**Attenzione:**

- L'apparecchio passa in modalità M (Manuale) per impostazione predefinita.
- Per monitorare la frequenza cardiaca, assicurarsi che l'Apple Watch sia connesso all'app KS Fit.

TIME  
12:03

Tempo di allenamento:  
12 minuti 3 secondi

mph  
3.5

Velocità corrente: 3,5 mph

mi  
1.54

Distanza: 1,54 miglia

kcal  
517

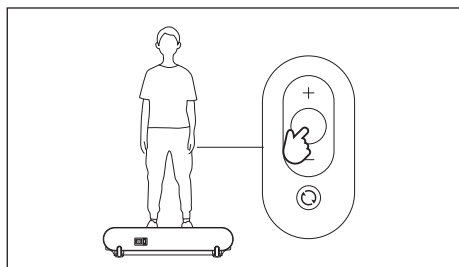
Calorie bruciate: 517 Kcal

STEP  
28.7k

Passi: 28,7k

bpm  
66

Frequenza cardiaca:  
66 battiti al minuto

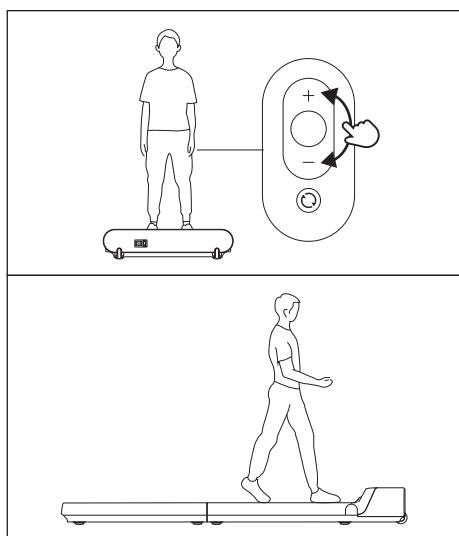


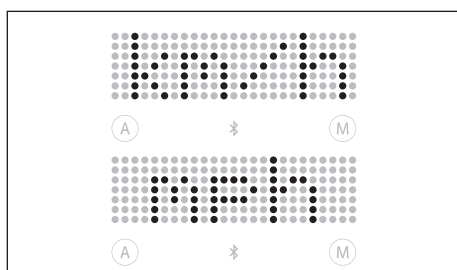
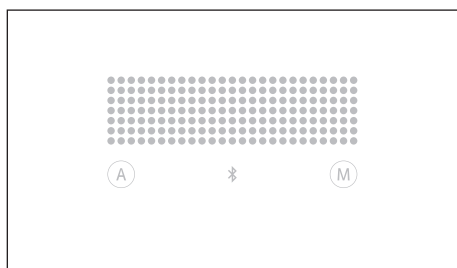
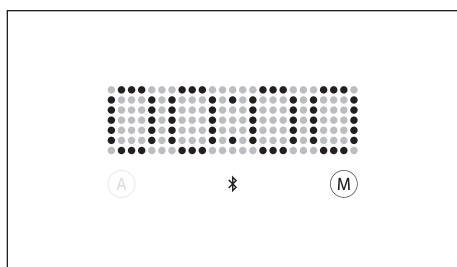
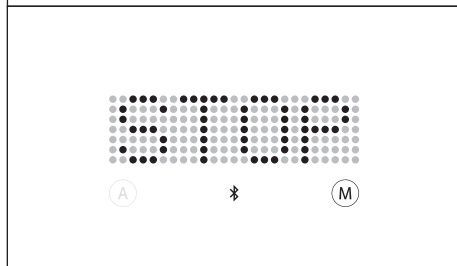
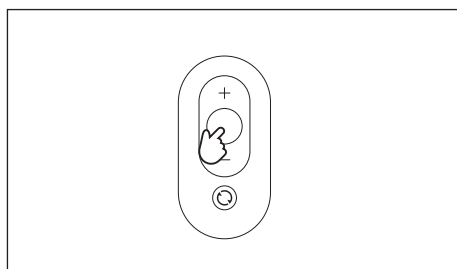
**Camminata:** salire sul nastro per camminare e premere il pulsante "Avvio/Arresto" sul telecomando. Dopo un conto alla rovescia di 3 secondi, l'apparecchio comincia a funzionare a 1 mph (1 km/h).

**Attenzione:** per motivi di sicurezza, l'apparecchio entra in pausa automaticamente dopo 8-60 secondi di funzionamento se nessuno sale sul nastro per camminare dopo l'accensione. Questa funzionalità di sicurezza, chiamata "Arresto senza carico", è disattivata per impostazione predefinita, tuttavia può essere attivata attraverso l'app KS Fit ( "Motion" > "Settings" > "No-load stop").

**Aumento/Diminuzione della velocità:**

- In modalità M, premere il pulsante di "Accelerazione" per aumentare la velocità o il pulsante di "Decelerazione" per ridurre la velocità mentre l'apparecchio è in movimento.
- In modalità A, posizionarsi sull'area di aumento della velocità per avviare/accelerare o sull'area di diminuzione della velocità per decelerare/arrestare l'apparecchio mentre è in funzione.





### Messa in pausa dell'allenamento:

- In modalità M, premere il pulsante "Avvio/Arresto" mentre l'apparecchio è in funzione; lo stesso rallenterà e visualizzerà "Stop". All'arresto dell'apparecchio, il messaggio "Stop" scompare e i dati di allenamento appaiono sullo schermo.
- In modalità A, posizionarsi sull'area di diminuzione della velocità mentre l'apparecchio è in funzione: lo stesso rallenterà e visualizzerà "Stop". All'arresto dell'apparecchio, il messaggio "Stop" scompare e i dati di allenamento appaiono sullo schermo.

### Attenzione:

- Per riprendere l'allenamento in modalità M, premere di nuovo il pulsante "Avvio/Arresto" e i dati dell'allenamento continueranno ad essere registrati.
- Per riprendere l'allenamento in modalità A, posizionarsi sull'area di allenamento della velocità e i dati di allenamento continueranno ad essere registrati.

**Fine allenamento:** premere il pulsante "Avvio/Arresto" per 2 secondi, oppure attendere 10 minuti dopo aver messo in pausa l'allenamento; i dati visualizzati sullo schermo si azzereranno, mentre i dati di allenamento verranno salvati nell'app (se connessa).

**Attenzione:** se l'app KS Fit non è connessa, i dati di allenamento non vengono salvati.

**Attesa:** premere il pulsante "Avvio/Arresto" per 2 secondi, oppure lasciare l'apparecchio inattivo per 10 minuti dopo aver terminato l'allenamento; in questo modo il pannello del display si spegnerà.

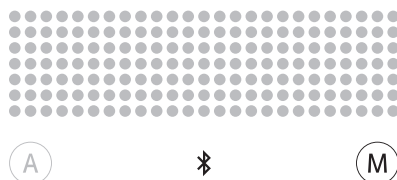
**Attenzione:** per riattivare l'apparecchio dalla modalità Attesa, premere un pulsante qualsiasi del telecomando.

**Conversione dell'unità di misura:** Il pannello del display permette di passare dalle unità metriche a quelle imperiali con i seguenti passaggi. Riavviare l'apparecchio, connettere l'app KS Fit, toccare "ME" > "Settings" > "Unit Settings", scegliere "Metric" o "Imperial" e riavviare nuovamente l'apparecchio.

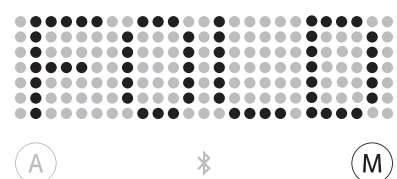
---

### ③ Descrizione dello stato

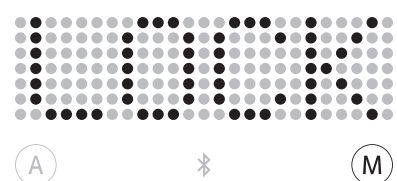
**Bluetooth:** la spia Bluetooth rimane accesa in modo fisso quando l'apparecchio è connesso all'app KS Fit e lampeggia quando non è connesso.



**Chiuso:** quando l'apparecchio è chiuso, sul pannello del display viene visualizzato "Fold". Aprire l'apparecchio per eliminare il messaggio "Fold".

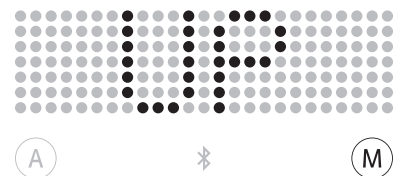


**Blocco bambini:** con il blocco bambini abilitato nell'app KS Fit, l'apparecchio non si avvia e il pannello visualizza "LOC". Disattivare il blocco bambini nell'app per eliminare il messaggio "LOC".



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

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



## 07 Come connettere l'app

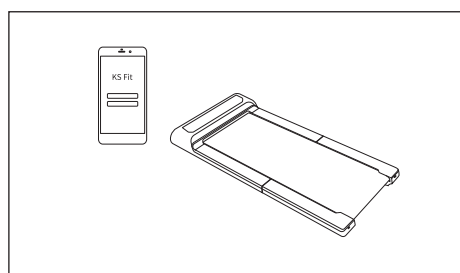
Migliora l'esperienza di allenamento con l'app KS Fit. Il monitoraggio dei dati in tempo reale e la guida personalizzata aiutano a raggiungere più rapidamente i propri obiettivi di forma fisica.



- ① Scansionare il codice QR, scaricare e installare l'app KS Fit.
- ② Avvicinare il proprio telefono all'apparecchio.
- ③ Attivare il Bluetooth sul telefono e avviare la ricerca dei dispositivi nelle vicinanze.
- ④ Portare l'interruttore dell'apparecchio in posizione di accensione.
- ⑤ Aprire l'app KS Fit e aggiungere l'apparecchio.

### Attenzione:

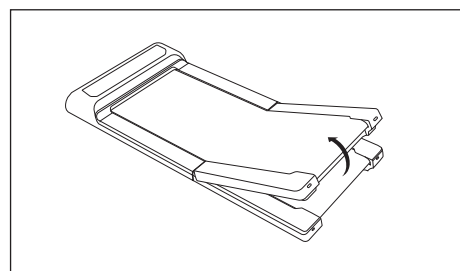
- L'apparecchio può essere aggiunto solamente attraverso l'app KS Fit. Se è già stato connesso tramite le impostazioni Bluetooth, rimuoverlo e aggiungerlo nuovamente tramite l'app.
- Se l'associazione non va a buon fine, spegnere l'apparecchio, attendere 10 secondi e ripetere i passaggi dal ② al ⑤.
- Per motivi di sicurezza, non collegare altri telefoni all'apparecchio quando è in uso.



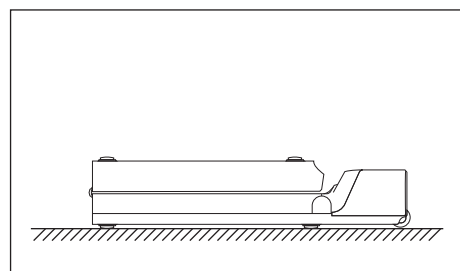
## 08 Come chiudere l'apparecchio

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

**Avvertenza:** per consentire alla superficie da corsa di arrestarsi completamente prima della chiusura.



- ① Sollevare la pedana per camminare posteriore fino a chiuderla completamente.



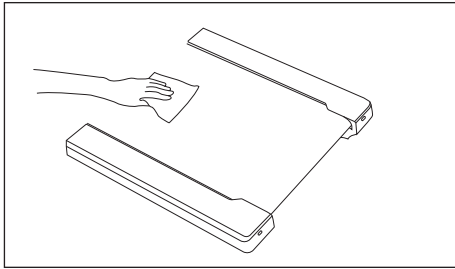
- ② Spostare l'apparecchio nel luogo desiderato e riporlo in posizione orizzontale.

**Avvertenza:** Non mettere in funzione l'apparecchio quando è chiuso.

**Attenzione:** Riporre cavo di alimentazione il telecomando in modo appropriato per il successivo utilizzo.

### 3. Cura e manutenzione

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

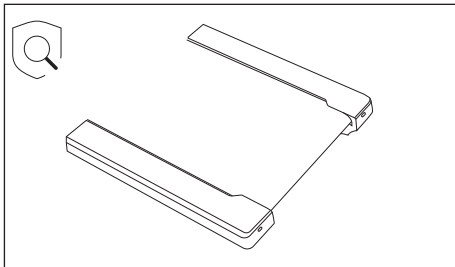


#### ① Pulire l'apparecchio

- Spegnere l'apparecchio 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, il nastro per camminare, ecc.

##### **Attenzione:**

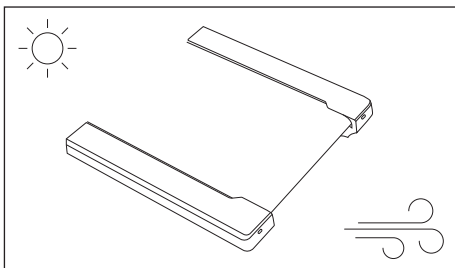
- Non spruzzare il detersivo direttamente sul pannello del display o sul nastro per camminare.
- Non utilizzare detergenti acidi o corrosivi.
- Non pulire sotto il nastro per camminare.
- Dopo un certo periodo di utilizzo, sulla superficie posteriore possono presentarsi polvere e macchie. Si tratta di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



#### ② Controllare l'apparecchio

- Controllare il cavo di alimentazione. Nel caso in cui vengano notati segni di danni o usura, interrompere l'utilizzo e sostituire il cavo di alimentazione immediatamente.
- Controllare il nastro per camminare. Se quest'ultimo non è centrato, è troppo teso o allentato, regolare il nastro per camminare (→P62).

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



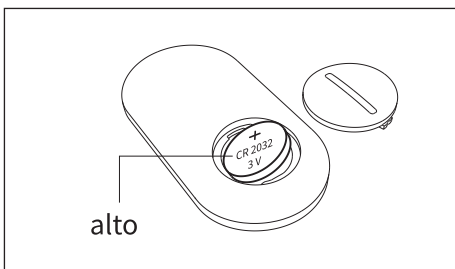
#### ③ Mantenerlo al fresco e asciutto

- Conservare l'apparecchio in un luogo fresco e asciutto.

**Attenzione:** Non utilizzare l'apparecchio all'esterno o in luoghi molto umidi o soggetti a variazioni di temperatura estreme.

- Lasciar raffreddare l'apparecchio per 20 minuti ogni due ore di utilizzo.

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



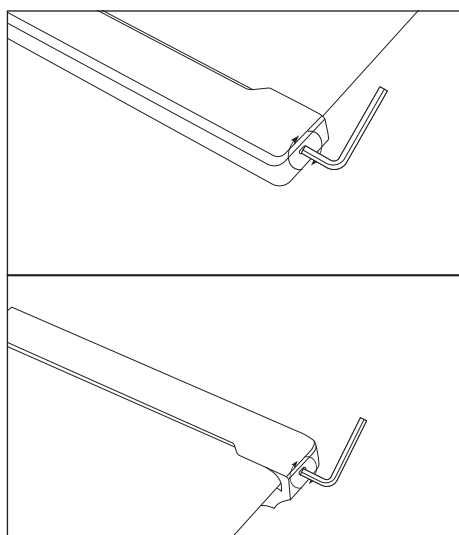
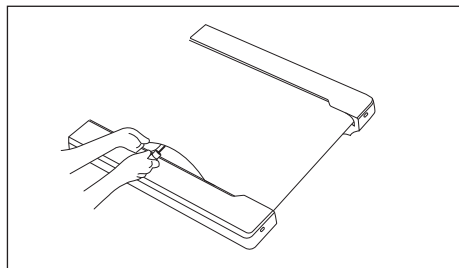
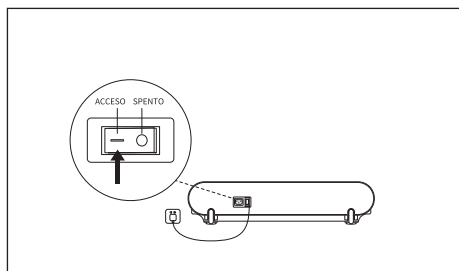
#### ③ Sostituzione della batteria

- Se si prevede di riporre il telecomando per periodi di tempo prolungati, provvedere alla rimozione delle batterie.
- Se il telecomando si scarica, aprire il coperchio del vano batterie, sostituirlo e inserire una nuova batteria (CR2032 3V).

**Attenzione:** Le batterie vanno inserite rispettando la polarità corretta.

## 4. Risoluzione dei problemi

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



- ① Problema: impossibile effettuare l'accensione/lo spegnimento durante l'uso.
- Assicurarsi che entrambe le estremità del cavo di alimentazione siano collegate.
  - Assicurarsi che l'interruttore di alimentazione si trovi in posizione di accensione.
- ② Problema: il nastro per camminare si muove in modo irregolare ed mette rumori.
- Spegner l'apparecchio e scollegare entrambe le estremità del cavo di alimentazione.
  - Sollevare delicatamente la pedana per camminare posteriore, sollevare il nastro per camminare e applicare dell'olio al silicone disponendolo a "Z" al centro della pedana.
  - Accendere l'apparecchio e riprovare.
- Attenzione:**
- Non è necessario applicare l'olio al silicone sull'intera pedana per camminare, in quanto si distribuisce in modo naturale durante l'uso.
  - Per ogni lubrificazione sono necessari 5-10 ml di olio al silicone. L'utilizzo eccessivo di olio può causare lo slittamento.

- ③ Problema: Il nastro per camminare devia o slitta
- Nota:** sul lato destro e sinistro della scocca in plastica, nella parte anteriore del nastro per camminare, sono presenti due spazi vuoti. Il nastro per camminare deve essere mantenuto in posizione centrale. Quando il nastro per camminare è spostato a sinistra o a destra rispetto al segno bianco sul bordo, è necessario arrestare il movimento e regolare la camminata in posizione centrale.
- Se il nastro per camminare è decentrato:  
Sollevare delicatamente la pedana per camminare posteriore e regolare il nastro per camminare manualmente (→P53).
  - Se il nastro per camminare continua a deviare, regolarlo con la chiave a brugola fornita in dotazione, procedendo nel modo seguente:  
a. Il nastro per camminare tende a sinistra: ruotare la vite del foro di regolazione sinistro in senso orario di 1/4 di giro.  
b. Il nastro per camminare tende a destra: ruotare la vite del foro di regolazione destro in senso orario di 1/4 di giro.  
c. Il nastro per camminare slitta: ruotare contemporaneamente la vite di regolazione del foro destro e sinistro in senso orario di 1/2 giro.
- Dopo ogni regolazione, far funzionare l'apparecchio a una velocità di 3-4 km/h (1,95-2,5 mph) per 1-2 minuti per verificare la regolazione. Ripetere le regolazioni se necessario.
- Attenzione:** se il nastro per camminare è troppo teso o troppo allentato, le prestazioni dell'apparecchio risulteranno compromesse e il nastro per camminare verrà danneggiato.

④ Descrizione del codice di errore

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

E01 Sovracorrente software

E02 Sovracorrente hardware

E03 Surriscaldamento modulo IPM

E04 Protezione contro la sottotensione

E05 Protezione contro la sovratensione

E06 Protezione contro la perdita di fase del motore

E07 Protezione contro il blocco del rotore del motore

E09 Mancato avvio del motore

E12 Protezione contro la sovracorrente del motore

E13 Protezione dal sovraccarico

E14 Segnale Hall mancante

E15 Errore di comunicazione

E16 Errore di collegamento modulo

## 5. Consigli per l'allenamento

### Intensità di allenamento

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

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

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

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

### Guida all'attività sportiva

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

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

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

### Frequenza di allenamento

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

## 6. Marchio registrato e dichiarazione legale

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

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

## 7. Informazioni relative alla conformità normativa

---

### Informazioni sullo smaltimento e il riciclaggio dei RAEE



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

### Dichiarazione di conformità UE



Con la presente, Beijing Kingsmith Technology Co., Ltd. dichiara che il tipo di apparecchiatura radio [WP440F4] è conforme alla Direttiva 2014/53/UE. Il testo integrale della dichiarazione di conformità UE è disponibile al seguente indirizzo internet: <https://de.walkingpad.com/pages/weitere-informationen>

### Dichiarazione di conformità UKCA



Con la presente, Beijing Kingsmith Technology Co., Ltd. dichiara che il tipo di apparecchiatura radio [WP440F4] è conforme alle Normative sulle apparecchiature radio 2017. Il testo integrale della dichiarazione di conformità UKCA è disponibile al seguente indirizzo internet: <https://uk.walkingpad.com/pages/other-information>

### Dichiarazioni di conformità UKCA PSTI

Con la presente, Beijing Kingsmith Technology Co., Ltd. dichiara che il tipo di apparecchiatura radio [WP440F4] è conforme al Regolamento 2023 relativo alla sicurezza dei prodotti e delle infrastrutture di telecomunicazione (requisiti di sicurezza per i relativi prodotti collegabili). Il testo integrale della dichiarazione di conformità PSTI è disponibile al seguente indirizzo internet: <https://uk.walkingpad.com/pages/other-information>