

—  
TITAN LIFE®  
—

---

# OWNERS MANUAL

**YOUR WAY - YOUR LIFE**

**We create products that push you forward on your journey - keeping you healthy and strong. We believe health and happiness are the real cornerstones of life.**

CARDIO

DK



---

# TREADMILL T90 PRO

TITAN LIFE®

# INDHOLDSFORTEGNELSE

<b>KÆRE KUNDE</b>	<b>4</b>
<b>BORTSKAFFELSE</b>	<b>4</b>
<b>KUNDESERVICE</b>	<b>5</b>
<b>GARANTIBESTEMMELSER</b>	<b>6</b>
<b>SIKKERHEDSINFORMATIONER</b>	<b>7</b>
<b>VIGTIG INFO</b>	<b>8</b>
<b>VEDLIGEHOELSE</b>	<b>10</b>
<b>RENGØRING</b>	<b>12</b>
<b>BRUGSVEJLEDNING</b>	<b>13</b>
<b>FUNKTIONER</b>	<b>14</b>
<b>MONTERINGSVEJLEDNING</b>	<b>15</b>
<b>OVERSIGTSTEGNING</b>	<b>20</b>
<b>LISTE OVER DELE</b>	<b>22</b>
<b>KONSOLFUNKTIONER OG BETJENING</b>	<b>24</b>
<b>FITSHOW BRUGERVEJLEDNING</b>	<b>34</b>
<b>FEJLKODE OG BETYDNING</b>	<b>39</b>

# KÆRE KUNDE

Det glæder os, at du har valgt et TITAN LIFE produkt.  
Dette er et kvalitetsprodukt, som er produceret med henblik på brug i hjemmet.  
Produktet er testet efter den europæiske norm EN 957.

Før påbegyndelse af samling samt brug af produktet, vil vi bede dig om at læse denne manual grundigt igennem.

Sidste nye version af produktmanual kan ses på [www.livingsport.dk/se/fi/no](http://www.livingsport.dk/se/fi/no)

Det anbefales at alle trin i monteringsvejledningen gennemgås grundigt, inden samlingen påbegyndes, samt at det kontrolleres, at alle dele er til stede og intakte.

I tilfælde af at emballagen er defekt/beskadiget ved modtagelsen, er det vigtigt at det bliver anmeldt skriftligt og med billed dokumentation, til transportør og købsstedet, indenfor 5 dage efter modtagelsen.

Gem altid al emballage, indtil produktet er samlet og testet.

Husk at gemme denne Manual / brugsvejledningen til eventuelt senere brug.

## BORTSKAFFELSE



Dette symbol betyder, at produktet ikke må bortskaffes som almindeligt husholdningsaffald. I stedet er det dit ansvar at videregive produktet til et relevant indsamlingssted. Denne ordning hjælper med at bevare naturlige ressourcer og forhindre eventuelle negative konsekvenser for både mennesker og miljø.

# KUNDESERVICE

For at vi kan yde den bedst mulige service ved eksempelvis mangler eller defekter på produktet, beder vi dig notere og gemme produktets serienummer samt kvittering. Serienummer finder du på et mærkat påsat nederst på produktets ramme. Eftersom ikke alle oplysninger altid fremgår på kvitteringen, anbefaler vi også, at du udfylder nedenstående oplysninger om produktet. Disse informationer skal anvendes, hvis du på et tidspunkt får behov for at kontakte Livingsport vedrørende dit produkt. Vi anbefaler at nedenstående oplysninger gemmes sammen med kvitteringen – kvitteringen skal kunne fremvises i tilfælde af reklamation.

Mærke:

---

eks. TITAN LIFE

Produkt type:

---

eks. Treadmill

Modelnavn:

---

eks. ATHLETE T'11

Serienummer:

---

eks. re-12011/5212/45101-01

Købssted:

---

eks. Expert sport Norge

# SERVICE OG REPARATION

Vi ønsker at yde den hurtigste og bedst mulige service. Har du problemer med dit udstyr, eller ønsker du at bestille reservedele, så vil vi bede dig om at udfylde vores serviceskema, som du finder på vores hjemmeside.

Ved bestilling af reservedele findes nummeret på den pågældende del i enten styklisten eller oversigtstegningen i denne manual

For at vi kan hjælpe dig på den bedste og hurtigste måde, er det meget vigtigt, at skemaet bliver udfyldt så detaljeret som muligt – meget gerne med billeder og/eller video

Serviceskemaet på hjemmesiden skal altid udfyldes ved reklamationer eller efterspørgsel af reservedele – særligt ved reklamationer er det vigtigt at kvittering samt serienummer vedhæftes.

Yderligere info kan findes på hjemmeside under Service.

DK: [www.livingsport.dk](http://www.livingsport.dk)

SE: [www.livingsport.se](http://www.livingsport.se)

FI: [www.livingsport.fi](http://www.livingsport.fi)

NO: [www.livingsport.no](http://www.livingsport.no)

## GARANTIBESTEMMELSER

TITAN LIFE produkter er konstrueret og testet til hjemmebrug. Dette betyder, at reklamationsretten bortfalder fuldstændigt, hvis produktet anvendes til kommercielt brug, offentlig brug eller anden ikke-privat brug.

Dette produkt er fremstillet efter den europæiske norm EN 957.

Som importør af dit TITAN LIFE produkt yder LivingSport A/S reklamationsret, i henhold til købeloven for det pågældende land, på omfattende fabrikations- og materialefejl, der konstateres ved varens normale anvendelse. Reklamationsretten dækker ikke fejl, skader eller almindelig slitage, direkte eller indirekte opstået som følge af forkert betjening, manglende vedligeholdelse, vold eller uautoriserede indgreb.

LivingSport A/S kan ikke holdes ansvarlig for skader påført på andet indbo i forbindelse med anvendelse af produktet.

Reklamation over fejl og mangler, som bør opdages ved sædvanlig undersøgelse af varen, skal meddeles til LivingSport A/S indenfor rimelig tid.

Produktet kan ved fejl/mangler returneres for reparation. Dette SKAL aftales med LivingSport A/S inden returnering. Efter vurdering af fejllens/manglens omfang, forsøges denne udbedret ved reparation. Kan dette ikke udføres indenfor rimelig tid og uden stor gene for forbrugeren, vil produktet blive ombyttet eller en krediteret. Reklamationsperioden påbegyndes på dagen for levering. Gem derfor altid din kvittering for både købet og leveringen

# SIKKERHEDSINFORMATIONER

Før påbegyndelse af dette eller andre træningsprogrammer bør du kontakte din læge. Dette er især vigtigt for personer, som ikke tidligere har trænet regelmæssigt eller for personer med nuværende eller tidligere helbredsproblemer.

Læs venligst denne manual grundigt igennem før påbegyndelse af træning. Hverken producent eller sælger påtager sig ansvar for personlig skade eller indbøskade forårsaget af eller ved brug af dette produkt. Læs alle forholdsregler samt instruktioner grundigt før brug af produktet. Vi anbefaler, at denne manual gemmes til fremtidig reference.

- Det er ejerens ansvar at sikre sig, at alle brugere af produktet er tilstrækkeligt informeret om alle forholdsregler. Brug kun produktet, som beskrevet i denne manual.
- Brug kun produktet indendørs på en jævn overflade med tilstrækkelig fri plads omkring produktet (min. 200cm).
- Placér ikke produktet udenfor, i garagen, carporten, udhuset eller i nærheden af vand.
- Produktet skal opbevares ved almindelig stuetemperatur – ikke under 15° grader C.
- Hold produktet væk fra fugt og støv.
- Hold ALTID børn under 12 år og kæledyr væk fra produktet.
- Placér eventuelt en måtte under stabilisatorerne for at beskytte trægulv eller gulvtæppe.
- Udskift eventuelle nedslidte dele med det samme.
- Beskadigede dele eller komponenter kan medføre en risiko for din sikkerhed eller forringelse af produktets levetid. Udskift derfor straks beskadigede eller slidte dele, og brug ikke produktet, før denne udskiftning er sket.
- Reparationer må kun udføres efter aftale med LivingSport A/S.
- Vær opmærksom på, at INGEN væsker kommer ind i maskinen eller i elektroniske dele, da dette kan beskadige produktet.
- Ifør dig passende tøj, når du træner, undgå løst tøj, som kan fanges i de bevægelige dele på produktet.
- Træn altid i sportssko.
- Hvis du føler smerte eller svimmelhed under træningen, stop da med det samme!  
Overtræning kan resultere i alvorlig skade eller død. Hvis du føler dig utilpas, skal du holde op med at træne med det samme.
- Hvis dit produkt er udstyret med en hånd-pulsmåler, skal du være

opmærksom på, at pulsmåleren ikke er et medicinsk redskab, og at der må forventes en vis unøjagtighed ved en hånd-pulsmåler sammenlignet med en pulsmåler, der måler tættere på hjertet. Flere faktorer, bl.a. udøverens bevægelser, kan influere præcisionen af hånd-pulsmåleren.

- Produktet er klasse "H" (Hjemme) produkt, og er derfor kun beregnet til hjemmetræning. Det bør derfor ikke anvendes under erhvervsmæssige eller institutionsmæssige forhold.
- Produktet er ikke designet til medicinske og rehabiliterende formål.
- Dette produkt er lavet efter den europæiske Norm EN 957 og er IKKE beregnet til terapeutisk eller helbredende træning.
- For maksimal brugervægt se [BRUGSVEJLEDNING](#).

## VIGTIG INFO

Produktet kræver 220-240 Volt og minimum 13 Ampere og skal tilsluttes til en stikkontakt med jordforbindelse.

Der må ikke anvendes forlængerledning eller tilsluttes andre strømforbrugere til samme stikkontakt. Er en forlængerledning nødvendig, eller er du i tvivl om, hvordan produktet skal tilsluttes, bør du kontakte en autoriseret elektriker – **Begynd aldrig selv at modificere ledninger eller adapter.**

Strømledningen må ikke være i kontakt med løbebåndet. Den må f.eks. ikke ligge under hverken løbebåndet, den bagerste eller den forreste rulle. Anvend ikke løbebåndet hvis strømledningen er defekt.

Under vedligeholdelse af løbebåndet, sluk da for strømmen og tag strømledningen ud af stikkontakten.

Vær sikker på at løbebåndet er 100% intakt, og at alt er spændt, før du anvender løbebåndet.

Stå ikke på selve løbebæltet ved opstart, da dette kan føre til unødvendigt slid og overbelastning af motor. Se illustration på næste side.





Stå med  
fødderne på de  
2 sidepaneler,  
når du starter  
løbebåndet op.



Når båndet  
kører 2km/t  
kan du træde  
ned på løbe-  
båndet og  
begynde at  
gå/løbe.

# VEDLIGEHOELDELSE

Det er vigtigt at løbebåndet vedligeholdes for at undgå fejl, og for at løbebåndet kører problemfrit. Ved manglende vedligeholdelse kan levetiden mindskes, og garantien kan bortfalde.

Produktet skal inden enhver anvendelse efterspændes og efterses for eventuelle opståede fejl, slør, mislyde samt manglende dele. Er du i tvivl om, hvorvidt produktet har en fejl, stop da enhver anvendelse og kontakt LivingSport A/S serviceafdeling.

Du skal være særligt opmærksom på skruer og bolte, der fastholder bevægelige dele, uanset om de er synlige eller skjulte. I tilfælde af opstået fejl pga. ukorrekt anvendelse, manglende efterspænding eller vedligeholdelse, vil garantien til enhver tid bortfalde. LivingSport A/S påtager sig ej heller ansvar på fejl, der evt. opstår på 2. og 3. part.

På de efterfølgende sider informeres der om den mest almindelige vedligeholdelse samt rengøring.

Yderligere information kan findes på hjemmeside under [Service](#)

## JUSTERING AF LØBEBÅNDET / BÆLTE

Du er muligvis nødt til at justere løbebåndet/bæltet efter de første par ugers brug, da løbebæltet kan have udvidet sig en smule. Hvis det føles som om, løbebåndet slipper eller "står stille", når du lander med den forreste fod, skal løbebåndet/bæltet strammes.

## SÅDAN STRAMMES LØBEBÆLTET

1. Anvend en 8mm nøgle på den venstre bolt. Drej den med uret en ¼ omgang.
2. Gentag STEP 1 med den højre bolt. Du skal sikre dig, at du drejer hver bolt lige meget. Sker dette ikke, vil bæltet begynde at løbe skævt, og dette kan resultere i at bæltet ødelægges.
3. Gentag STEP 1 og STEP 2, indtil båndet stopper med at slippe / "stå stille".

4. Vær opmærksom på, at du ikke kommer til at overstramme løbebæltet, da det kan skade kuglelejerne i den forreste og bagerste rulle. Sker dette, vil der komme en metallisk støj fra rullen.

For at mindske belastningen på rullerne skal båndet løsnes, drej da både højre og venstre bolt det samme antal gange mod uret.

## CENTRERING AF LØBEBÅNDET / BÆLTET

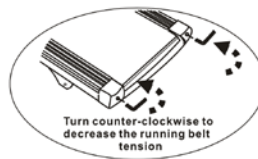
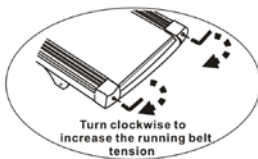
Når man løber, er det helt normalt, at man træder hårdere med den ene fod end med den anden. Dette kan over tid medføre, at løbebæltet trækkes skævt. Oftest vil løbebæltet blive centreret igen ved blot at lade bæltet køre uden belastning på – altså at der ikke står nogle på bæltet, imens det kører. Løser dette ikke problemet, skal det i stedet justeres manuelt.

- Start løbebåndet / bæltet, lad det køre 10 km/t. uden at der er nogen belastning på båndet. Observér, om bæltet trækker mod højre eller venstre side.
- Trækker det til venstre så drej på den venstre justeringsbolt med nøglen. Drej venstre bolt  $\frac{1}{4}$  omgang med uret.
- Trækker det mod højre, drej da på den højre justerings bolt med nøglen. Drej den højre bolt  $\frac{1}{4}$  omgang med uret.
- Gentag ovenstående indtil løbebæltet igen er centreret.

Efter at løbebæltet er centreret, sæt da farten op til ca. 12-15 km/t. Læg mærke til om løbebåndet løber normalt og uden nogen unormale lyde.

Er ovenstående procedure ikke nok til at få båndet centreret, skal du muligvis stramme løbebåndet op, som tidligere omtalt.

Se illustrationen herunder.



## SMØRRING

Inden første anvendelse af løbebåndet skal du tjekke om løbebåndet er smurt tilstrækkeligt fra fabrikens side:

Løft bæltet og føl på løbebæltets underside. Findes der spor af silikone behøves der ikke ny smørelse.

Er fladen tør, skal du følge nedenstående instruktioner for "Smøring af løbebåndet".

Løbebåndet bør smøres regelmæssigt. Smør det med en måneds mellem eller efter ca. 40 træningstimer. Anvend kun en autoriseret silikone spray, eller den flaske som følger med løbebåndet. Ønsker du at købe mere end der medfølger, kontakt da Livingsport A/S via hjemmeside for henvisning til nærmeste forhandler.

## SMØRING AF LØBEBÅNDET

TRIN 1:

Løft løbebæltet op i siden og smør med den medfølgende flaske ned på træpladen i et s-formet mønster. Du skal bruge ca. halvdelen af flasken.

TRIN 2:

Start på hastighed 5-6km/t uden at stå eller gå på båndet i ca. 5 minutter så olien kan arbejdet sig ind i båndet. Skru derefter hastigheden op på højeste hastighed, og tjek at bæltet kører lige.

## RENGØRING

Regelmæssig rengøring giver dit løbebånd en længere levetid.

ADVARSEL: Løbebåndet må ikke være tilsluttet en strømkilde under rengøringen. Strømskikket skal være taget ud af stikkontakten, både når det står uberørt, ved vedligeholdelse og under rengøring.

OBS: Anvend ikke nogen form for sæbe og rengøringsmidler. For at undgå skader på computeren, hold alle former for væske væk.

Tør computeren og alle andre overflader af med en tør klud efter hver træning.

Computeren må ikke stå i direkte sollys.

Afmontér motorcover ca. hver 6. måned og støvsug motorrummet for støv. HUSK at slå strømmen fra.

Det er vigtigt at løbebåndet står i et rum, hvor der ikke er støvet. Husk også at gøre rent under og rundt om løbebåndet. For at gøre rengøringen nemmere, bør man anvende en måtte under løbebåndet.

Rengør måtten mindst én gang om ugen.

# BRUGSVEJLEDNING

Maximum brugervægt 150KGS

# FUNKTIONER

Tillykke med valget af dette motoriseret løbebånd. Du har taget det første skridt mod en sundere og mere lønnende livsstil.

Løbebåndet er specielt designet til at opfylde dine behov. Følgende er løbebåndets egenskaber.

Hastighedsinterval: 0,8-22 KM/T

Hældning: 0-22 automatisk hældning

Håndpuls









24 forudindstillede programmer

HR-programmer (kun for HRC-version)

Højtalere

Indgangsspænding: 220V 50-60HZ

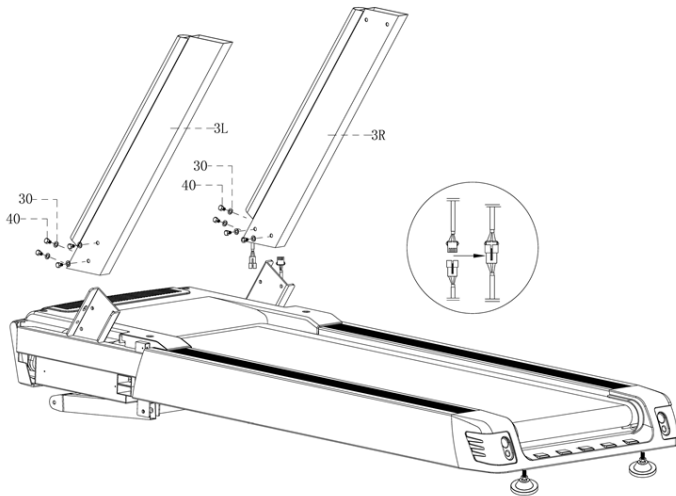
# MONTERINGSVEJLEDNING

Pakkeliste over hardware					
Del # beskrivelse		Antal (STK.)	Del # beskrivelse	Antal (STK.)	
M10x20 mm bolt		14	Sikkerhedsnøgle		1
Spændeskive (ϕ 11* ϕ 21*t1,5)		14	Unbrakonøgle		2
Smøreolie		1	Skruetrækker		1
Skruer ϕ 4*16		21	Skruer ϕ 5*14		4

**BEMÆRK:** 1. Ovennævnte dele er alle de dele du skal bruge for at samle dette løbebånd. Før du begynder at samle det, skal du kontrollere emballagen for at sikre at de medfølger.

2. Der medfølger også værktøj i pakken, til at hjælpe dig med at samle dette løbebånd lettere.

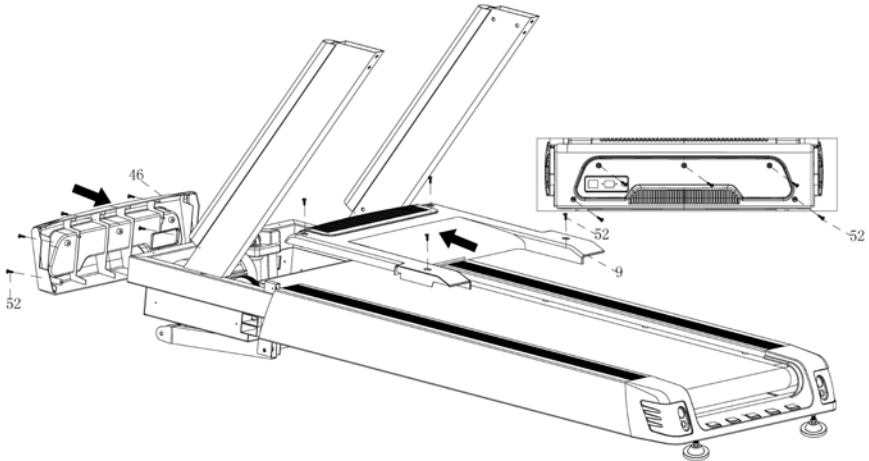
- **TRIN 1:** Åbn kassen og placer MAIN FRAME (Bærende ramme) på gulvet. Tilslut COMPUTER BOTTOM WIRE (Computer nedre ledning) og COMPUTER MIDDLE WIRE (Computer mellemste ledning), og lås UPRIGHT (Støttestængerne) (3V/H) i pilens retning på MAIN FRAME (Bærende ramme). Anvend M10\*20 BOLT (40) og  $\phi 11 * \phi 21 * t1,5$  WASHER (Spændeskive) (30) til at låse UPRIGHT (Støttestænger) (3V/H).





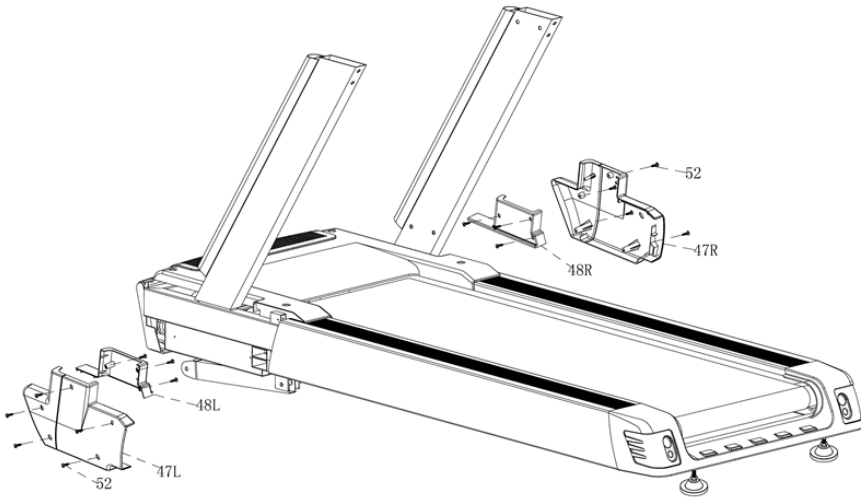
- **TRIN 2:** Montering af motordæksel.

1. Brug skruen (52)  $\phi$  4\*16 til at fastgøre det forreste motordæksel.
2. Sæt motordækslet op og brug skruen  $\phi$  5\*14 til at fastgøre motordækslet.

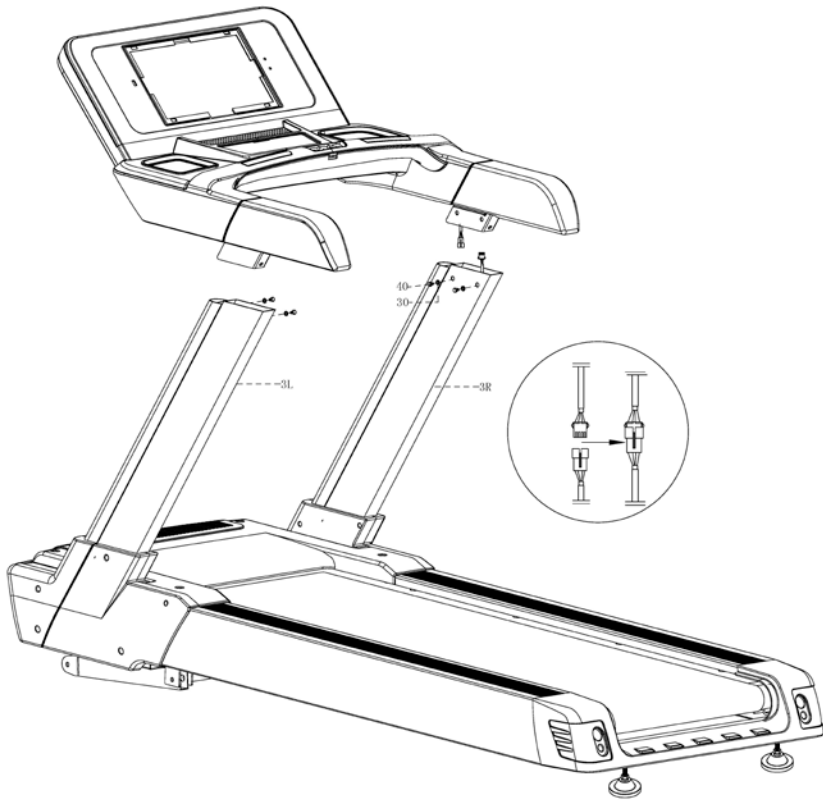


- **TRIN 3: Montering af dekorative sidedæksler.**

Brug de medfølgende skruer (52)  $\varnothing$  4\*16 til at fastspænde det dekorative dæksel (47V&H og 48V&H) til begge sider.

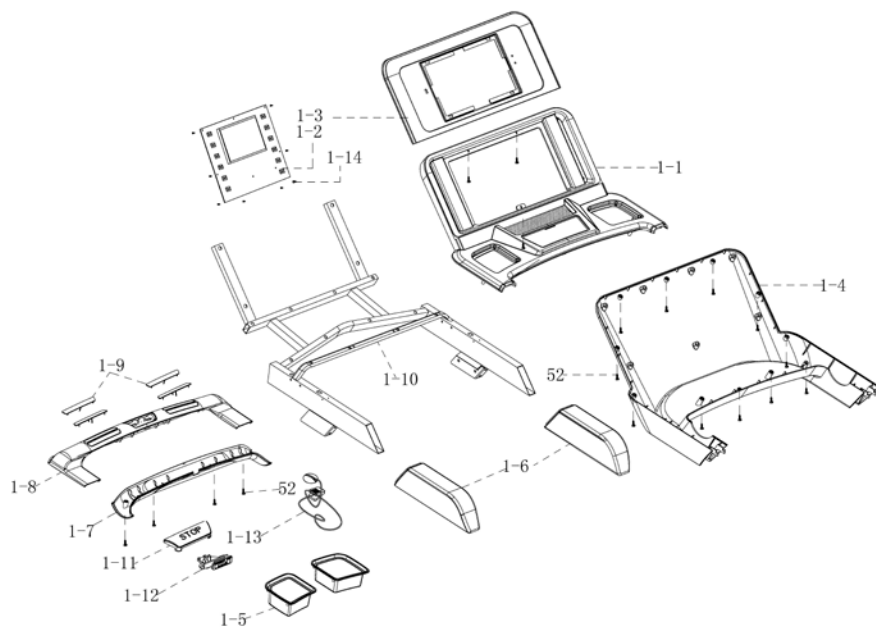


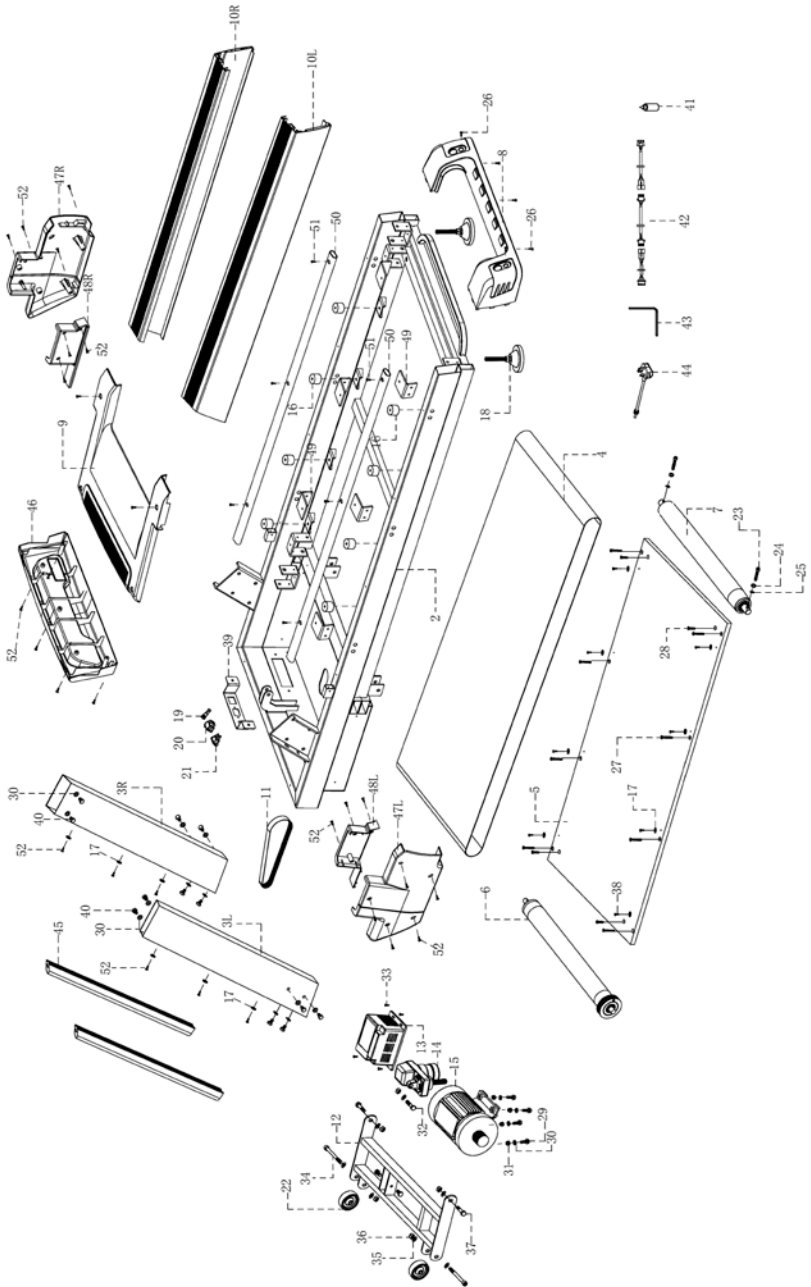
- **TRIN 4:** Tilslut COMPUTER TOP WIRE (Computer øvre ledning) og COMPUTER MIDDLE WIRE (Computer mellemste ledning). Brug M10\*20 BOLT(40) og  $\phi 11 * \phi 21 * t1,5$  WASHER (Spændeskive) (30) til at fastgøre COMPUTER på UPRIGHT (Støttestængerne) (3V/H). Sæt derefter sikkerhedsnøglen i computeren.



# OVERSIGTSTEGNING

COMPUTER OVERSIGTSTEGNING





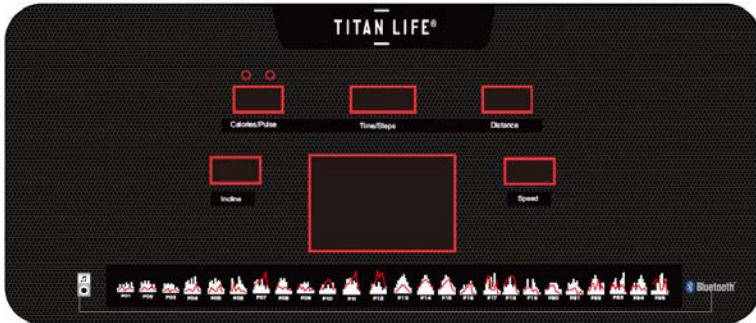
# LISTE OVER DELE

Nr.	Delnavn	ant.	Nr.	Delnavn	ant.
1	KONSOL	1	27	BOLT M8*65	8
2	BASERAMME	1	28	BOLT M6*45	4
3V/H	STØTTESTANG	2	29	BOLT M10*35	4
4	LØBEBÅND	1	30	FLAD SPÆNDESKIVE $\phi$ 11* $\phi$ 21*t1,5	19
5	LØBEFLADE	1	31	BOLTHÆTTE M10	7
6	FORRESTE RULLE	1	32	BOLT M10*35	1
7	BAGERSTE RULLE	1	33	SKRUE M4*16	4
8	ENDEHÆTTE	1	34	BOLT M8*55	2
9	MOTORDÆKSEL	1	35	FLAD SPÆNDESKIVE M8	4
10	SIDSKINNER	2	36	BOLTHÆTTE M8	2
11	MOTORBÆLTE	1	37	BOLT M10*16	2
12	HÆLDNINGSKONSOL	1	38	BOLT M8*35	8
13	KONTROLPLADE	1	39	STRØMAFBRYDER	1
14	HÆLDNINGSMOTOR	1	40	BOLT M10*20	14
15	AC-MOTOR	1	41	SILIKONEOLIE	1
16	AFSTANDSHOLDER	8	42	COMPUTERLEDNING	1
17	M6x45	14	43	UNBRACONØGLE	1
18	STØTTEFØDDER	2	44	STRØMLEDNING	1
19	SIKRING	1	45	OPRETSTÅENDE SIDSKINNER	2
20	STRØMNØGLE	1	46	MOTOR FRONTDÆKSEL	1
21	STIKFATNING	1	47	SIDEBJÆLKE DÆKSEL (V&H)	2
22	HJUL	2	48	SIDEBJÆLKE DÆKSEL (V&H)	2
23	BOLT M10*100	3	49	METAL	6
24	FLAD SPÆNDESKIVE	4	50	SIDSKINNER SUPPORT	2

	M10				
25	FJEDERSKIVE	3	51	BOLT M6*10	6
26	SKRUE	5	52	SKRUE $\phi$ 4,2*16	49

# KONSOLFUNKTIONER OG BETJENING

Billede af konsolbeklædning:



## LED-VINDUE FUNKTION

### 1. "SPEED (Hastighed)" VINDUE:

Viser den nuværende SPEED (Hastighed), og intervallet er 0,8-22KM/T.

### 2. "INCLINE (Hældning)"-vindue:

Vis hældningsværdi. Hældningsværdi: 0-22

### 3. VINDUET "DISTANCE":

Viser løbedistance. Fremtælling er 0,00-99,0, hvis denne

værdi overskrides, starter fremtælling forfra fra 0:

Nedtælling starter fra indstillingsværdien til 0 og når

nedtællingen er 0 sænker løbebåndet langsomt

hastigheden før det stopper. I tilstanden nedtælling

blinker vinduet for at anmode brugeren om at indstille

distancen.



#### **4. "PULSE/CALORIES (Puls/Kalorier)"-vindue:**

**4.1** Vise pulsværdien. Når håndpulsens holdes, vises pulsen i dette vindue og den tilsvarende lampe vil være tændt.

Puls er 50-200 gange/minut. Data er kun til reference og kan ikke bruges som lægelige data.

**4.2** Vise kalorieværdien. Fremtælling er 0-990. Hvis denne værdi overskrides, starter fremtælling forfra fra 0:

Nedtælling starter fra indstillingsværdien til 0 og når nedtællingen er 0 sænker løbebåndet langsomt

hastigheden før det stopper. I tilstanden nedtælling

blinker vinduet for at anmode brugeren om at indstille kalorier.

#### **5. VINDUET "TIME ":**

Viser løbetiden. Fremtælling er 0:00-99:59, når den når 99:59, sænker løbebåndet hastigheden indtil det stopper. Nedtælling starter fra indstillingsværdien til 0:00 og når nedtællingen er 0:00 sænker løbebåndet langsomt hastigheden før det stopper.

#### **6. VINDUET "PROGRAM":**

Når der trykkes på knappen "prog", viser "hastighed"-vinduet programmet: P01-P24, U1-U3, H1-H3 og Fat

### **KNAP-FUNKTION**

#### **1. "START"-KNAP:**

Tryk på denne knap for at starte. Efter 3 sekunders nedtælling, starter løbebåndet ved den laveste hastighed 0,8 KM/T eller standard hastighed.

## 2. "STOP"-KNAP:

Tryk på denne knap for at stoppe.

## 3. "PROGRAM" -KNAP:

De valgbare programmer er som følger: P01-P24, U1-U3, H1-H3 og Fat

## 4. "MODE" -KNAP:

Sådan vælges manuel tilstand og nedtællingstilstande: NEDTÆLLING AF TID, NEDTÆLLING AF DISTANCE OG NEDTÆLLING AF KALORIER.

## 5. "SPEED (Hastighed) + -" -KNAP:

HASTIGHED + & HASTIGHED - Indstil standard tælling; for at justere hastighed, når løbebåndet starter er målet 0,1 km/hypo i kilometer.

## 6. "HASTIGHEDSGENVEJS" -TAST:

3 6 9 12 juster hastigheden, når løbebåndet kører.

## 7. "INCLINE (Hældning) + -" -KNAP:

HÆLDNING + & HÆLDNING - Indstil standard tælling; for at justere hældning, når løbebåndet starter er målet 1 %.

## 8. "HÆLDINGSGENVEJS" -TAST: 3 6 9 12 justere hældningen.

# HOVEDFUNKTION

Tænd for strømmen, alle vinduer lyser i 2 sekunder, og går derefter i standby.

## 1. LYNSTART (MANUEL TILSTAND)

Standby tilstand

Aktiver sikkerhedslås og tryk på start. Efter 3 sekunder starter løbebåndet ved den laveste hastighed. Klik på "SPEED (Hastighed) + -", "3 6 9 12" eller rør ved knappen (hastighed + eller hastighed--) for at justere hastighed. Tryk på "INCLINE

(Hældning) + -", "3 6 9 12" eller rør ved knappen (hældning + eller hældning --) for at justere hældning. Tryk på "STOP"-knappen eller fjern sikkerhedslåsen for at stoppe.

## 2. NEDTÆLLINGSTILSTAND

Tryk på knappen "MODE (Tilstand), vælg: tid nedtælling, distance nedtælling, varme nedtælling. Vinduer viser en standard værdi og lys. Klik på knappen "SPEED (Hastighed) + -" for at justere de nødvendige værdier. Tryk på START-knappen. Efter 3 sekunder starter løbebåndet med den laveste hastighed. Klik på "SPEED (Hastighed) + -", "3 6 9 12" eller rør ved knappen for at justere hastighed. Tryk på "INCLINE (Hældning) + -", "3 6 9 12" eller rør ved knappen for at justere hældning. Når der nedtælles til 0, stopper løbebåndet langsomt. Du kan også trykke på "STOP"-knappen eller fjerne sikkerhedslåsen for at stoppe.

### **Tilstand for nedtælling af tid:**

Vinduet "TIME (Tid)" viser standardværdien 30:00, tryk på "SPEED (Hastighed)+-", for at indstille den foretrukne tid.

### **KAL nedtællingstilstand:**

Vinduet "CAL (Kalorie)" viser standardværdien 50, tryk på "SPEED (Hastighed)+-", for at indstille de kalorier du vil forbrænde.

### **Distance nedtælling:**

Vinduet "DIST (Distance)" viser standardværdien 1,0, tryk på "SPEED (Hastighed)+-", for at indstille den afstand du vil træne.

## 3. INDBYGGET PROGRAM

Når løbebåndet ikke kører, tryk på programknappen, distancevinduet viser "P1-P24".

Vælg enhver i P1---P24 og tidsvinduet viser standardværdi 30:00 og

blinker. Tryk på "SPEED (Hastighed) + -"-knappen for at indstille den ønskede tid. Tryk på "START"-knappen for at starte det indbyggede program. Det indbyggede program har samlet 16 sektioner og køretiden for hver sektion er indstillet tid/16. Når der skiftes til næste sektion, lyder et "Bi" for at underrette brugeren. Systemets hastighed ændres i henhold til programmet. Og du kan justere hastigheden med "SPEED (Hastighed) + -"når du kører. Men når du går ind i næste sektion, genvinder den denne sektionens hastighed. Efter alle sektioner er afsluttet, afgiver systemet en lyd "bi-bi-....." ti gange og displayet viser "End (Slut)". På dette tidspunkt kan tryk på "STOP"-knappen genindsætte løbebåndet og det vil gå i standby-tilstand.

## **Programindstillingsgrænseflade (f.eks.:P01 som ovennævnte graf)**

"DISTANCE": viser PROGRAMNUMMER

"SPEED (Hastighed)": viser den valgte hastighed.

"TIME (Tid)": Viser standard værdi 30:00 og blinker, for at anmode brugeren om at indstille tiden med "SPEED (Hastighed)+-".

"INCLINE (Hældning)": viser indledende hældning

"CALORIES/PULSE (Kalorier/Puls)": Viser kalorier og puls, standard visning er kalorier. Den viser kalorier, når du ikke tester din puls.

## **4. BRUGERPROGRAM (U1-U3)**

[A] Programindstilling: Tryk på PROG indtil den viser brugerprogram (U1, U2, U3). Vælg et program og gå ind i indstillingen.

[B] Tryk på MODE (Tilstand) for at tilgå tidsindstilling, området er 5:00-99:00

[C] Tryk på MODE igen og brug "SPEED (Hastighed) +/-" til at vælge din ønskede hastighed eller hældning, tryk på mode og din valg indstilles, det næste træningssegment vises, gennemgå den samme opsætning som du gennemførte med det første segment. Du skal gennemføre alle 16 segmenter, ved afslutningen blinker computeren OK, dit brugerprogram er nu gemt og klar til brug. Når du bruger dit brugerprogram, skifter skærmen fra hældning til hastighed og dine indstillede programmerede niveauer vises.

## **PULSFUNKTION**

Når løbebåndet kører, hold pulshåndtaget i ca. 5 sekunder, den viser pulsdata. Den har en hjerteformet grafik under test af puls. Udfør en test, når løbebåndet stopper, og hold håndpulsens i mere end 30 sekunder for at få den nøjagtige puls. Data er kun til reference og kan ikke bruges som lægelige data.

## **MP3-FUNKTION**

Forbind til Bluetooth.

## **STRØMSPARETILSTAND**

Dette system inkluderer strømsparetilstand, når løbebåndet ikke kører, hvis der ikke trykkes på en knap i 10 minutter. Systemet går i strømsparetilstand og lukker displayet. Tryk på enhver knap for at vække

systemet til live.

## **SIKKERHEDSLÅSEFUNKTION**

Vinduet viser "---" når en sikkerhedslås fjernes og løbebåndet stopper hurtigt med "BiBi" alarmstøj. Og aktivere sikkerhedslåsen, indstille programstandard.

## **KROPSTESTER (FAT (Fedt))**

Tryk i starttilstanden kontinuerligt på "PROG" for at komme ind i FAT-kropsfedttester, vinduet viser FAT (FEDT). Tryk på MODE (Tilstand) og gå ind i (F-1 = KØN, F-2 = ALDER, F-3 = HØJDE, F-4 = VÆGT, F-5 = FEDTTTESTER).

Tryk på SPEED (Hastighed)+, SPEED (Hastighed)- for at indstille. Tryk på MODE (Tilstand) for at indstille F-5, grib om håndpulsen, vinduet viser dit indeks for kropskvalitet. Indekset for kropskvalitet er beregnet til at teste forholdet mellem højde og vægt.

Kropsfedt passer til enhver mand og kvinde. For at justere vægten henholdes den til andet kropskvalitetsindeks. Det ideelle tal er 20-25. Hvis det ligger under 19, betyder det, at du er for tynd. Hvis det ligger mellem 25 og 29, betyder det, at du er overvægtig. Hvis det er over 30, er der tale om fedme. (Dataene er udelukkende til reference og er ikke medicinske data)

PARAMETERS (Parametre)	ARRANGE (Arrangere)	NOTE (Bemærk)
SEX (Køn)	01--02	01= MALE (Mand) 02= FEMALE (Kvinde)
AGE (ALDER)	10—99 YEARS (ÅR)	
HEIGHT (Højde)	100—200 CM	
WEIGHT (Vægt)	20—150 KG	

## VISNING AF LØBEPARAMETER OG INDSTILLINGSOMRÅDE

	Standardv ærdi	Standard indstillingsv ærdi	Indstillingsint erval	Displayinte rval
TIME (Tid) (min: sek)	30:00	30:00	5:00---99:00	0:00— 99:59
SPEED (Hastighe d) (Km/t)	-----	-----	---- ----	1—20 KMT
DISTANCE (km)	1,0 KM	-----	0,5—99,9 KM	0,00—99,9 KM
INCLIN E (Hældni ng)	-----	-----	-----	0 %--- 15 %
KALORIER	50 Kcl	-----	10 Kcl—999 Kcl	0 Kcl—999 Kcl

# PROGRAMCHAT

time Program		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
P1	speed	1	1	4	3	4	3	5	4	2	5
	incline	1	1	2	3	3	1	2	2	3	2
P2	speed	2	5	4	6	4	6	4	2	5	2
	Incline	1	2	3	3	2	2	3	5	2	2
P3	Speed	2	5	4	5	4	5	4	4	3	2
	incline	1	2	2	3	1	2	2	2	2	1
P4	speed	3	6	7	5	8	5	9	6	4	3
	incline	2	2	3	3	2	2	4	6	2	2
P5	speed	3	6	7	5	8	6	7	6	4	3
	incline	1	2	4	3	2	2	4	5	2	1
P6	speed	2	8	6	4	5	9	7	5	4	3
	incline	2	2	6	2	3	4	2	2	2	1
P7	speed	2	6	7	4	4	7	4	2	6	2
	incline	4	5	6	6	9	9	10	10	6	3
P8	speed	2	4	6	8	7	8	6	2	3	2
	incline	3	5	4	4	3	4	4	3	3	2
P9	speed	2	4	5	5	6	5	6	3	3	2
	incline	3	5	3	4	2	3	4	2	3	2
P10	speed	2	3	5	3	3	5	3	6	3	3
	incline	4	4	3	5	6	7	7	5	3	3
P11	speed	3	5	8	8	9	5	7	6	3	2
	incline	4	5	6	6	9	9	10	10	6	3
P12	speed	3	5	5	4	4	6	4	2	3	4
	incline	3	5	6	7	10	10	10	10	6	3
P13	speed	3	5	7	8	9	10	8	5	4	4
	incline	1	2	3	4	5	5	4	3	2	1
P14	speed	2	4	6	8	10	10	8	6	4	2
	incline	4	5	6	7	8	8	7	6	5	4
P15	speed	3	4	7	8	10	9	8	6	5	4
	incline	3	4	5	6	7	8	8	5	3	2
P16	speed	2	3	5	4	5	5	7	5	4	2
	incline	0	2	2	4	4	6	6	1	1	0
P17	speed	2	6	8	3	9	4	10	4	3	2



	incline	6	6	10	10	3	3	3	7	1	0
P18	speed	1	5	4	5	9	5	4	5	3	2
	incline	5	5	8	8	10	10	10	7	1	0
P19	speed	3	4	8	4	3	8	6	4	4	1
	incline	2	4	4	4	4	2	3	3	1	0
P20	speed	3	2	3	6	6	6	6	5	2	2
	incline	3	3	5	5	5	5	2	2	1	0
P21	speed	2	6	5	6	8	6	7	4	3	2
	incline	2	3	3	3	4	4	1	1	2	0
P22	speed	2	4	6	8	10	8	6	4	6	6
	incline	2	3	6	6	3	5	9	3	5	3
P23	speed	2	4	6	8	4	2	7	8	10	1
	incline	3	6	5	3	5	3	5	5	4	2
P24	speed	2	4	6	4	6	8	10	8	6	4
	incline	2	5	5	3	5	5	3	3	4	2

# FITSHOW BRUGERVEJLEDNING

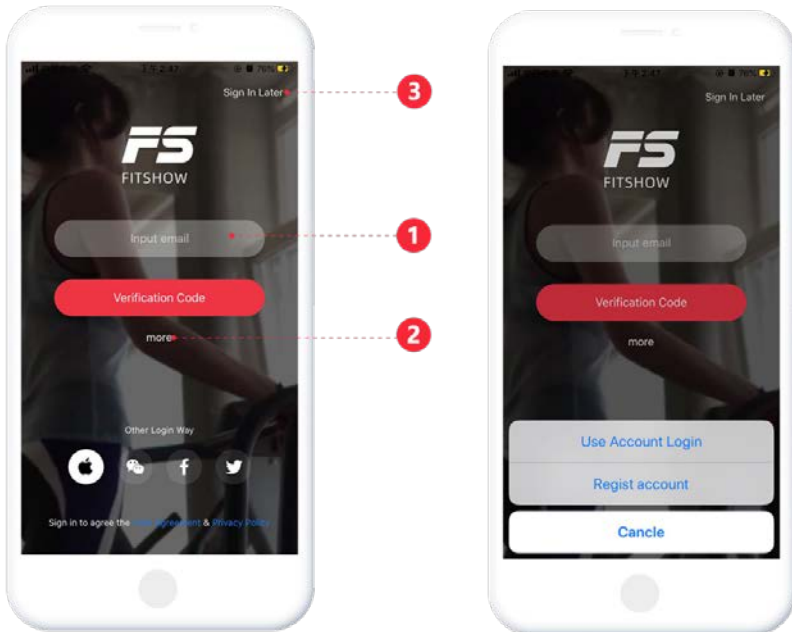
## 1.FitShow Download



Scan QR-koden for at downloade appen direkte eller download og installer den over app-butikkerne ved at søge på 'FitShow'.

# 1. Anvendelse af appen

## 2.1 Brugerregistrering og login

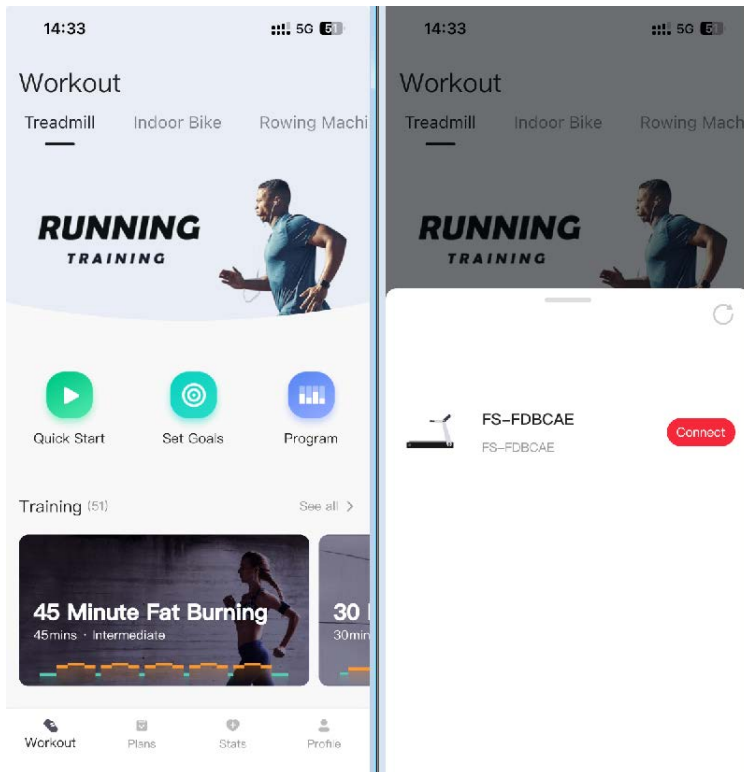


**【1】:** Generer en verificeringskode til at logge ind direkte

**【2】:** Tryk på 'More' -> Password Login for at indtaste den eksisterende konto og adgangskode

**【3】:** Log ind som en gæst

## 2.2 Forbind enhed



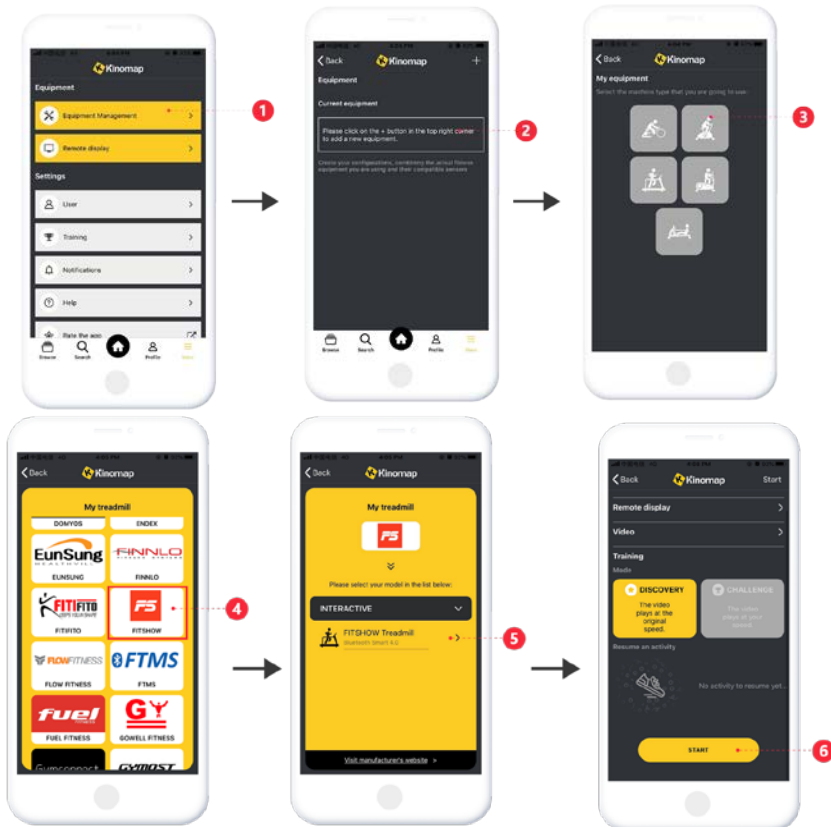
Før enheden forbindes, skal du sørge for, at systemets Bluetooth og GPS (Android 8.0 og over påkrævet) er slået TIL. Gå derefter til siden [workout] for at søge på enheder i nærheden via Bluetooth.

Bemærk:

1. Forbind ikke enheder via telefonens Bluetooth-liste, da det vil deaktivere appen. Dette betyder, at appen Fitshow skal åbnes, derefter klikkes på træningssiden, der vælges en træningsmaskine "løbebånd, indendørs cykel, romaskine....", klik på "QUICK START" "Set Goals" eller "Program", søg efter enhed for at finde "FS-XXXX" og forbind.

## 2. App fra tredjepart

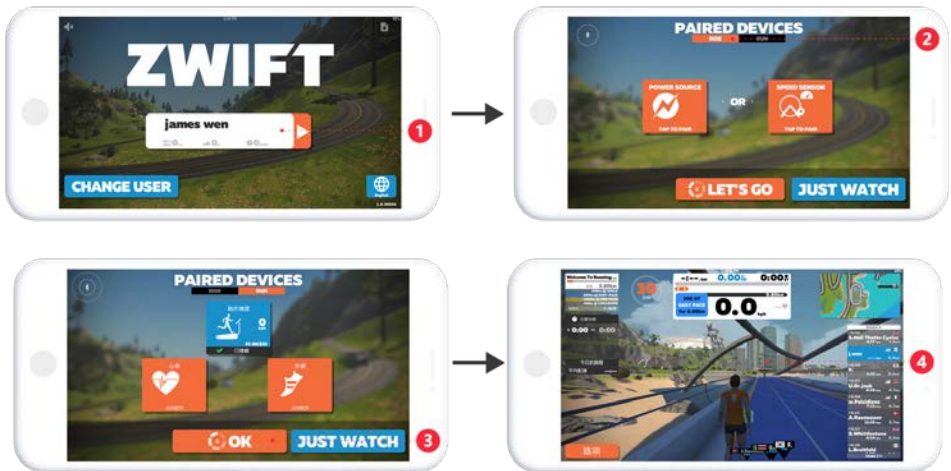
### 3.1 Kinomap



Søg, download og installer Kinomap over App Store.

- 【1】** Vælg Kinomap for at vælge siden [More];
- 【2】** Vælg for at tilføje mere fitnessudstyr;
- 【3】** Vælg den ønskede type enhed;
- 【4】** Tryk på TITAN LIFE-indgang;
- 【5】** Tryk på matchende enheder som 'T90 PRO' for at forbinde Find relaterede videoer og starte sport.
- 【6】** Find relaterede videoer og start sport.

## 3.2 ZWIFT



Søg, download og installer ZWIFT over App Store.

- 【1】** Indtast ZWIFT for at registrere en konto;
- 【2】** Log ind på konto for at vælge det parrede ride- eller løbeudstyr;
- 【3】** Par enheden, tryk på OK for at starte sporten;
- 【4】** For rideudstyr, begynd at ride direkte. For løbeudstyr er det nødvendigt at trykke på startknappen for at begynde at løbe.

# FEJLKODE OG BETYDNING

Kode	Problem	Mulige årsag	Løsning
ER1	Display modtog ikke signalet inden for 30 sekunder	Kabelforbindelse	Kontroller eller udskift kablerne
		display standard	udskift displayet
ER2	problem med hældning	Tryk på Speed (Hastighed) "+" "-" og Incline (Hældning) "+" "-" samtidig i 10 sekunder. Løbebåndet vil starte en selvkontrol.	
		problem med inverter	udskift inverter
		problem med hældningsmotor	udskift hældningsmotor
ER4	Over stærkstrøm	motorbælte er for stramt	Juster motorbæltet
		mindre silikoneolie	rens snavs under båndet og tilføj silikoneolie
		inverter IPM-del ødelagt	udskift invertoren
	Spænding for lav	spænding under 200V	juster spændingen til 220V
ER3	OVERSPÆNDING		
		spænding over 270V	juster spændingen til 220V
ER5	overvægt	blød indstilling er forkert	nulstil løbebåndets data
		over brugerens vægt	reducer brugerens vægt
			rens snavs under båndet og tilføj silikoneolie
ER10	OVEROPHEDNING AF INVERTOR MCU	problem med inverter hastighedssensor	udskift invertoren
		inverterventilator	udskift

		fungerer ikke	inverterventilatoren
ER7	Invertoren modtog ikke signalet	Kabelforbindelse	kontrol af forbindelseskabler
		invertorsensor ødelagt	udskift inverter
SIKKER	sikkerhedsnøgle-tast	sikkerhedsnøgle ikke i brug	Sæt sikkerhedsnøglen på maskinen
		computerdiode (to-elektrodeventil) ødelagt	udskift computer PCB
		sikkerhedsnøglesensor er ødelagt	kontroller sensorposition eller udskift sensoren
ER13	Over stærkstrøm	motorbælte er for stramt	Juster motorbæltet
		mindre silikoneolie	rens snavs under båndet og tilføj silikoneolie
		inverter IPM-del ødelagt	udskift invertoren
ER14	Spænding for lav	spænding under 200V	juster spændingen til 220V
ER15	Inverter	inverter indvendig kabelforbindelse	Udskift inverter
ER16	forbindelse	motor tilslutter ikke korrekt	kontroller motor forbindelseskabler
		inverterudgang ødelagt	udskift invertoren
ER17	elektronisk strøm U-sensor ødelagt	inverter U-sensor ødelagt	udskift invertoren
ER18	elektronisk strøm W-sensor ødelagt	inverter W-sensor ødelagt	udskift invertoren



# EU Declaration of Conformity

Object of the declaration:

Product MOTORISED TREADMILL  
Model TITAN LIFE TREADMILL T90 PRO  
Itemnumber 270-200034  
Producer Itemnumber T8  
Manufacturer HANGZHOU FOREVER FITNESS CO., LIMITED  
Address 169, KANSHAN ROAD, GUALI TOWN, XIAOSHAN,  
HANGZHOU, CHINA

This declaration of conformity is issued under the sole responsibility of the manufacturer.



This object of the declaration described above is in conformity with the relevant Union harmonization legislation:

Conformity is shown by compliance with the applicable requirements of the following documents:

Directives:	Standards:
RoHS 2011/65/EU	AMENDMENT 2015/863/EU
LVD 2014/35/EU	EN 60335-1:2012+A11:2014+A13:2017
EMC 2014/30/EU	EN 55014-1:2017 EN 55014-2:2015 EN 61000-3-2:2014 EN 61000-3-3:2013
GPSD 2001/95/EC	EN ISO 20957-1:2013 EN957-6:2010+A1:2014
MD 2006/42/EC	EN ISO 20957-1:2013 EN957-6:2010+A1:2014

Signed for and on behalf of : HANGZHOU FOREVER FITNESS CO.,LIMITED

Place of issue: HANGZHOU

Date of issue: 2019/7/10

Name : ZHANG GUOMING

Position: MANAGER

Signature

The technical documentation for equipment is available from the above address.

杭州恒越体育用品有限公司  
HANGZHOU FOREVER FITNESS CO., LIMITED  
张国明

—  
**TITAN LIFE®**  
—

YOUR WAY · YOUR LIFE