

## Betjening af Circle Løbebånd

Justering af hældning

Justering af hastighed

Programmer



Nødstop

Tastatur

### Quick Start:

1. Sørg for at båndet er tændt på kontakten nede foran motoren, og at den røde Safety Key er fastgjort til dit tøj.
2. Tryk på "GO" for at sætte i gang – båndet vil tælle ned: 3-2-1, og vil herefter starte ved 0,8 km/t.
3. Justér hastighed ved hjælp af  $\uparrow\downarrow$  eller på højre side af displayet og ved hjælp af "SPEED knappen" med +/- på højre arm på løbebåndet. Hældning på båndet ændres ved hjælp af  $\uparrow\downarrow$  på venstre side af displayet og ved hjælp af "INCLINE knappen" med +/- på venstre arm på løbebåndet. Både hældning og hastighed kan også ændres ved hjælp af genvejstasterne på siderne af displayet. Hældning til venstre, hastighed til højre.

### Programmer:

1. Sørg for at båndet er tændt på kontakten nede foran motoren, og at den røde Safety Key er fastgjort til dit tøj.
2. Tryk på det ønskede program (ved siden af skærmen på venstre side)
3. Ved hjælp af det lille tastatur (nede i højre hjørne) taster du nu din vægt ind og trykker på 'Enter' og derefter din ønskede træningstid og trykker på 'Enter'
4. Tryk på "GO" for at sætte i gang – båndet vil tælle ned: 3-2-1 og herefter starte.

