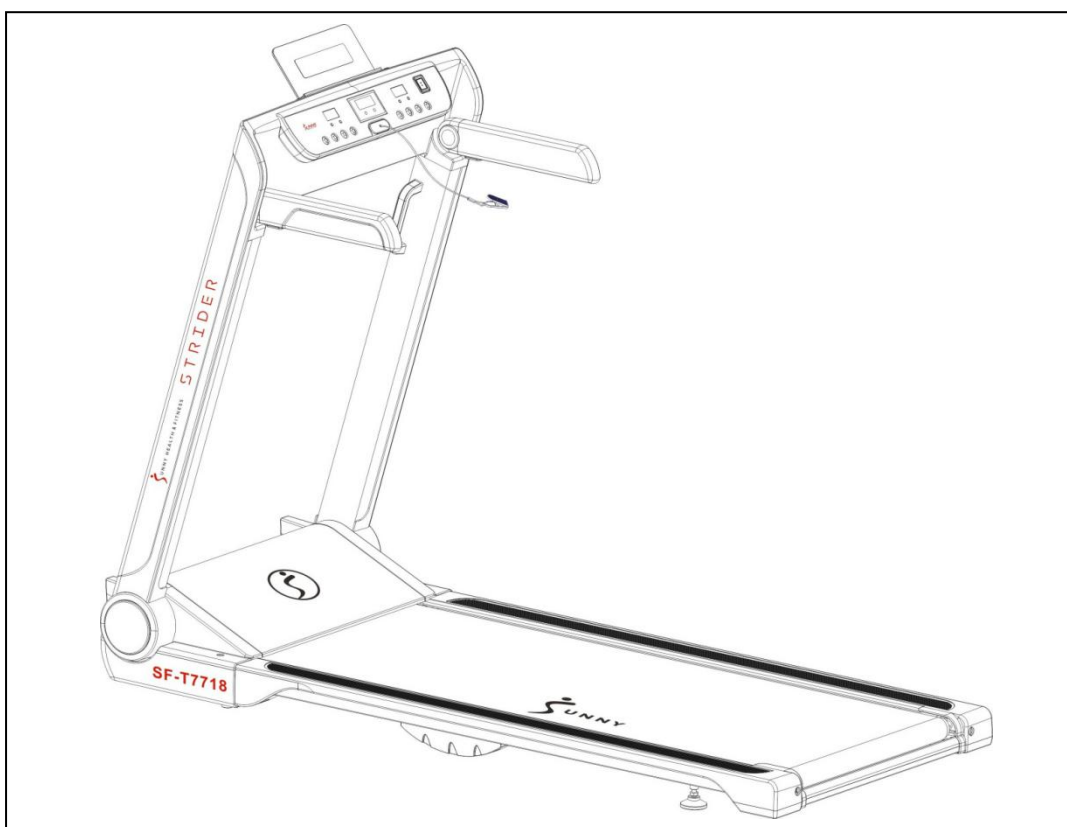




STRIDER TREADMILL WITH 20" WIDE LOPRO DECK SF-T7718 USER MANUAL



English, Page 16 ~ 32

IMPORTANT! Please retain owner's manual for maintenance and adjustment instructions. Your satisfaction is very important to us, **PLEASE DO NOT RETURN UNTIL YOU HAVE CONTACTED US:** support@sunnyhealthfitness.com or 1- 877 - 90SUNNY (877-907-8669).

Español, Page 33 ~ 50

¡IMPORTANTE! Conserve el manual del propietario para las instrucciones de mantenimiento y ajuste. Su satisfacción es muy importante para nosotros, **NO DEVUELVA HASTA HABERNOS CONTACTADO:** support@sunnyhealthfitness.com ó 1- 877 - 90SUNNY (877-907-8669).

Français, Page 51 ~ 68

IMPORTANT! Veuillez conserver le manuel du propriétaire pour les instructions de réglage et d'entretien. Votre satisfaction est très importante pour nous, **VEUILLEZ NE PAS EFFECTUER DE RETOUR AVANT DE NOUS AVOIR CONTACTÉ :** support@sunnyhealthfitness.com ou 1- 877 – 90SUNNY (877-907-8669).



IMPORTANT SAFETY INSTRUCTION

When using electrical equipment, basic precautions should always be followed, including the following:

Read all instructions before using this treadmill.

DANGER– To reduce the risk of electrical shock:

1. Always unplug the equipment from the electrical outlet immediately after using and before cleaning.

WARNING – To reduce the risk of burns, fire, electrical shock, or injury to persons:

1. The treadmill should never be left unattended when plugged in. Unplug from the outlet when not in use and before adding or removing parts.
2. Use this treadmill only for its intended use as described in this manual. Do not use attachments not recommended by the manufacturer.
3. Never operate this treadmill 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 treadmill to a service center for examination for repair.
4. Keep the cord away from heated surfaces.
5. Never operate the treadmill with the air openings blocked. Keep the air openings free of lint, hair, and alike items.
6. Never drop or insert any object into any opening.
7. Do not use outdoors.
8. Do not operate where aerosol (spray) products are being used or where oxygen is being administered.
9. To disconnect, turn the treadmill off, then remove the plug from the outlet.
10. Connect this treadmill to a properly grounded outlet only. See grounding instructions.

CAUTION:

To avoid injury, use extreme caution when stepping onto or off of a moving belt. Read instruction manual before using.

SAVE THESE INSTRUCTIONS

INFORMACIÓN IMPORTANTES DE SEGURIDAD

Cuando se usa un equipo eléctrico, hay ciertas precauciones básicas que se deben seguir, que incluyen las siguientes:

Lea todas las instrucciones antes de usar esta caminadora.

PELIGRO: para reducir el riesgo de descarga eléctrica:

1. Siempre desenchufe el equipo inmediatamente después de su uso y antes de limpiarlo.

ADVERTENCIA: para reducir el riesgo de quemaduras, incendio, descarga eléctrica o lesiones a las personas:

1. la caminadora nunca debe dejarse desatendida cuando está enchufada. Desenchúfela de la toma de corriente cuando no esté en uso y antes de agregar o quitar partes.
2. Use esta caminadora solo para el uso previsto como se describe en este manual. No utilice accesorios no recomendados por el fabricante.
3. Nunca opere esta caminadora si tiene un cable o enchufe dañado, si no funciona correctamente o si se ha caído o dañado.
4. Mantenga el cable alejado de superficies calientes.
5. Nunca opere la caminadora si las aberturas de ventilación están bloqueadas. Mantenga las aberturas de ventilación libres de pelusa, pelo y cosas similares.
6. Nunca deje caer ni inserte ningún objeto en ninguna abertura.
7. No la utilice al aire libre.
8. No la opere en lugares donde se utilizan productos en aerosol o donde se esté administrando oxígeno.
9. para desconectar, apague la caminadora y luego retire el enchufe de la toma de corriente.
10. Conecte esta caminadora solo a una toma de corriente conectada a tierra. Vea las instrucciones de conexión puesta a tierra.

PRECAUCIÓN:

para evitar lesiones, tenga mucho cuidado al subir o bajar de una banda en movimiento. Lea el manual de instrucciones antes de utilizar.

GUARDE ESTAS INSTRUCCIONES

INFORMATIONS DE SÉCURITÉ IMPORTANTES

L'utilisation d'un appareil électrique réclame toujours la prise de précautions élémentaires, notamment les suivantes :

Veuillez lire toutes les instructions avant d'utiliser ce tapis de course.

DANGER- Pour prévenir les risques d'électrocution :

1. Débrancher toujours l'appareil de la prise électrique immédiatement après son utilisation et avant de le nettoyer.

AVERTISSEMENT - Pour prévenir les risques de brûlures, d'incendie, d'électrocution ou de blessures corporelles:

1. Le tapis roulant ne doit jamais être laissé sans surveillance lorsqu'il est branché. Débrancher la prise de courant lorsqu'il n'est pas utilisé et avant de procéder au remplacement ou au retrait de pièces.
2. Utiliser ce tapis roulant uniquement dans le cadre de l'utilisation prévue, telle que décrite dans ce manuel. Ne pas utiliser d'accessoires autres que ceux recommandés par le fabricant.
3. Ne jamais utiliser ce tapis roulant s'il présente un câble ou une prise défectueux, s'il ne fonctionne pas correctement et s'il est tombé ou a été endommagé.
4. Maintenir le fil à l'écart des surfaces chauffées.
5. Éloigner le câble des sources de chaleur.
Ne jamais faire fonctionner le tapis roulant lorsque les bouches de ventilation sont bouchées. Veiller à ce que les bouches de ventilation soient exemptes de peluches, de cheveux, etc.
6. Ne jamais laisser tomber ou insérer un objet dans une ouverture.
7. Ne pas utiliser à l'extérieur.
8. Ne pas utiliser dans un endroit où l'on utilise des produits aérosols (vaporisateurs) ou administre de l'oxygène.
9. Pour débrancher, arrêtez le tapis roulant, puis retirez la fiche de la prise de courant.
10. Brancher ce tapis roulant uniquement sur une prise de courant correctement reliée à la terre. Se reporter aux instructions de mise à la terre.

ATTENTION :

Pour éviter tout risque de blessure, soyez extrêmement vigilant lorsque vous montez ou descendez d'un tapis en mouvement. Veuillez lire le mode d'emploi avant utilisation.

CONSERVER CES INSTRUCTIONS

IMPORTANT SAFETY INFORMATION

We thank you for choosing our product. To ensure your safety and health, please use this equipment correctly. It is important to read this entire manual before assembling and using the equipment. Safe and effective use can only be achieved if the equipment is assembled, maintained and used properly. It is your responsibility to ensure that all users of the equipment are informed of all warnings and precautions.

1. Before starting any exercise program, you should consult your physician to determine if you have any medical or physical conditions that could put your health and safety at risk or prevent you from using the equipment properly. Your physician's advice is essential if you are taking medication that affects your heart rate, blood pressure, or cholesterol level.
2. Be aware of your body's signals. Incorrect or excessive exercise can damage your health. Stop exercising if you experience any of the following symptoms: pain, tightness in your chest, irregular heartbeat, shortness of breath, lightheadedness, dizziness, or feelings of nausea. If you do experience any of these conditions, you should consult your physician before continuing with your exercise program.
3. Keep children and pets away from the equipment. The equipment is designed for adult use only.
4. Use the equipment on a solid, flat level surface with a protective cover for your floor or carpet. To ensure safety, the equipment should have at least 8 feet (240 CM) of free space behind it and 2 feet (60CM) on each side. Do not place the treadmill on any surface that blocks air openings. To protect the floor or carpet from damage, place a mat under the treadmill.
5. Ensure that all nuts and bolts are securely tightened before using the equipment. The safety of the equipment can only be maintained if it is regularly examined for damage and/ or wear and tear.
6. Always use the equipment as indicated. If you find any defective components while assembling or checking the equipment, or if you hear any unusual noises coming from the equipment during exercise, discontinue use of the equipment immediately and do not use until the problem has been rectified.
7. Wear suitable clothing while using the equipment. Avoid wearing loose clothing that may become entangled in the equipment.
8. Do not place fingers or objects into the moving parts of the equipment.
9. The maximum weight capacity of this unit is 250 pounds (113 KG).
10. This equipment is not suitable for therapeutic use.
11. To avoid bodily injury and/ or damage to the product or property, proper lifting and moving are required.
12. Your product is intended for use in cool, dry conditions. You should avoid storage in extreme cold, hot, or damp areas as this may lead to corrosion and other related problems.
13. This equipment is designed for indoor and home use only! It is not intended for commercial use!

INFORMACIÓN IMPORTANTE DE SEGURIDAD

Gracias por haber elegido nuestro producto. para garantizar su seguridad y salud, utilice este equipo correctamente. Es importante que lea todo el manual antes de instalar y usar el equipo. Solo se puede garantizar el uso seguro y eficaz del equipo si se instala, mantiene y utiliza correctamente. Es su responsabilidad asegurarse de que todos los usuarios de los equipos conozcan todas las advertencias y precauciones.

1. Antes de comenzar algún programa de ejercicios, deberá consultar con su médico para determinar si tiene alguna condición médica o física que pudiera poner en riesgo su salud y seguridad o que pudiera impedir que utilice correctamente el equipo. Es importante que reciba las recomendaciones de su médico en caso de que esté tomando algún medicamento que pudiera afectar su ritmo cardíaco, presión arterial o nivel de colesterol.
2. Esté atento a las señales que le envía su cuerpo. Ejercitarse de manera incorrecta o excesiva puede dañar su salud. Deje de hacer ejercicio si experimenta alguno de los siguientes síntomas: dolor, opresión en el pecho, latidos cardíacos irregulares, falta de aire, sensación de desmayo, mareos o sensación de náuseas. Si presenta alguna de esas condiciones, deberá consultar con su médico antes de continuar con su programa de ejercicios.
3. Mantenga el equipo lejos del alcance de niños y mascotas. El equipo está diseñado para el uso exclusivo de adultos.
4. Utilice el equipo en una superficie plana y sólida con una cubierta protectora para su piso o alfombra. para garantizar su seguridad, el equipo debe tener por lo menos 240 cm (8 pies) de espacio libre detrás y 60 cm (2 pies) de espacio libre a sus lados.
5. Asegúrese de que todas las tuercas y pernos estén bien ajustados antes de usar el equipo. Solo puede conservarse la seguridad del equipo si se inspecciona regularmente para detectar daños o desgaste.
6. Siempre utilice el equipo como se indica. Si encuentra algún componente defectuoso mientras instala o revisa el equipo, o si escucha ruidos extraños que provienen de este mientras se ejercita, deje de utilizarlo inmediatamente y no lo utilice hasta que el problema se haya corregido.
7. Use ropa adecuada cuando utilice el equipo. Evite usar ropa suelta que pueda enredarse en el equipo.
8. No coloque los dedos u objetos en las piezas móviles del equipo.
9. la capacidad de peso máximo de esta unidad es de 113 kg (250 libras).
10. Este equipo no es adecuado para uso terapéutico.
11. Muévase con cuidado cuando levante y mueva el equipo. Siempre utilice la técnica de levantamiento adecuada y pida ayuda en caso de que sea necesario.
12. Su producto está diseñado para usarse en un lugar fresco y seco. Debe evitar tenerlo en lugares extremadamente fríos, calientes o húmedos, ya que podría provocar corrosión y otros problemas afines.
13. ¡Este equipo está diseñado solo para usarse en interiores! ¡No es para uso comercial!

INFORMATIONS DE SÉCURITÉ IMPORTANTES

Nous vous remercions d'avoir choisi notre produit. Pour votre santé et votre sécurité, veuillez utiliser correctement cet appareil. Il est important de lire entièrement le présent manuel avant d'assembler l'appareil et de l'utiliser. L'utilisation sûre et efficace n'est possible que si l'appareil est correctement assemblé, entretenu et utilisé. Il vous incombe de vous assurer que tous les utilisateurs de l'appareil soient informés de tous les avertissements et précautions.

1. Avant d'entamer un programme d'exercices, consultez votre médecin pour déterminer si vous avez une quelconque disposition physique ou médicale susceptible de mettre en danger votre santé et votre sécurité ou de vous empêcher d'utiliser cet appareil correctement. L'avis de votre médecin est essentiel si vous prenez un médicament pouvant affecter le rythme cardiaque, la pression ou le niveau de cholestérol.
2. Soyez à l'écoute des signaux de votre corps. Accompli de façon incorrecte ou excessive, l'exercice peut nuire à la santé. Cessez de faire de l'exercice si vous ressentez l'un des symptômes suivants: douleur, serrement de la poitrine, rythme cardiaque irrégulier, souffle court, étourdissement, vertige, ou sensations de nausée. Si vous éprouvez l'un de ces états, consultez votre médecin avant de poursuivre votre programme d'exercice.
3. Gardez les enfants et les animaux de compagnie à distance de l'appareil. L'appareil est conçu pour l'utilisation exclusive par des adultes.
4. Utilisez l'appareil sur une surface dure, plane et de niveau, avec une protection pour votre parquet ou tapis. Pour un usage sûr, l'appareil doit disposer d'au 8 pieds (240CM) d'espace libre derrière lui et 2 pieds (60CM) de chaque côté. Ne placez pas le tapis roulant sur une surface qui bloque les ouvertures d'aération. Pour protéger le sol ou le tapis contre les dommages, placez un tapis sous l'appareil.
5. Assurez-vous que tous les boulons et écrous soient bien serrés avant d'utiliser l'appareil. la sécurité de l'appareil ne peut être entretenue qu'à condition de régulièrement vérifier l'absence de dommages ou d'usure.
6. Utilisez toujours l'appareil comme indiqué. Si vous trouvez un composant défectueux lors de l'assemblage ou de la vérification de l'appareil, ou si vous entendez un bruit inhabituel en provenir pendant l'utilisation, cessez immédiatement l'exercice et n'employez plus l'appareil tant que le problème n'a pas été résolu.
7. Portez des vêtements adéquats lors de l'utilisation de l'appareil. Évitez les vêtements amples qui risqueraient de se prendre dans l'appareil.
8. Ne mettez pas le doigt ni aucun objet dans les pièces mobiles de l'appareil.
9. la capacité de poids maximale de cet appareil est de 113 kg (250 lb).
10. Cet appareil n'est pas adapté à un usage thérapeutique.
11. Soulevez et déplacez l'appareil avec précaution. Utilisez toujours les techniques adéquates de levage et demandez de l'aide si nécessaire.
12. Votre produit est conçu pour usage dans un endroit sec et frais. Éviter de l'entreposer dans un endroit extrêmement froid, chaud ou humide, car cela peut entraîner de la corrosion et des problèmes du même ordre.
13. Cet appareil est conçu pour un usage intérieur uniquement! Il n'est pas fait pour une utilisation commerciale!

IMPORTANT OPERATING INSTRUCTION

1. Insert the power plug directly into the socket.
2. Read the manual before operating the equipment.
3. Changes in speed do not occur immediately. Set your desired speed using the adjustment keys on the main console. The speed will increase gradually.
4. While on the treadmill, move with caution as distractions may cause you to lose balance and stray from walking in the center of the belt. This may result in serious injury.
5. This unit starts at a very low speed. To begin use, hold onto the handrails and stand on the side rails while it starts up, then step onto the belt once it's in motion.
6. Always hold the handrail when making changes in the settings.
7. A safety key is provided for emergency use. The machine will function only if the safety key is inserted into the computer console. In case of emergency, remove the safety key to immediately stop the belt and shut off the treadmill. The display screen will reset once the safety key is reinserted.
8. The console control keys are precisely set and require very little finger pressure to use. To avoid damaging these keys, do not use excessive pressure when operating these controls.
9. This equipment is designed for adult use only! Children should not be allowed to use or play near this equipment. When present, children should always be supervised by an adult.
10. Women who are pregnant or nursing should consult a physician before attempting to begin any exercise program.
11. Always stay hydrated during and after exercise.



IMPORTANT NOTE:

The belt must be lubricated before the first use! Please see *Page 19* for instructions on how to properly apply lubricant.

INSTRUCCIONES DE OPERACIÓN IMPORTANTES

1. Inserte el enchufe de alimentación directamente en la toma de corriente.
2. Lea el manual antes de operar el equipo.
3. Los cambios en la velocidad no se ocurren inmediatamente. Use las teclas de ajuste en la consola principal para establecer la velocidad deseada. la velocidad aumentará gradualmente.
4. Al estar en la caminadora, muévase con precaución ya que las distracciones pueden hacer que pierda el equilibrio o se aleje del centro de la banda. Esto puede causar lesiones graves.
5. Esta unidad comienza a funcionar a una velocidad muy baja. para comenzar a usarla, sosténgase del pasamanos y párese en los rieles laterales mientras se inicia, luego pise la banda una vez que esté en movimiento.
6. Siempre sujétese del pasamanos al hacer cambios en los ajustes.
7. Se incluye una llave de seguridad para usar en caso de emergencia. la máquina solo se puede funcionar si se inserta la llave de seguridad en la consola de la computadora. En caso de emergencia, quite la llave de seguridad para detener la banda y apagar la caminadora inmediatamente. la pantalla se reiniciará una vez que se vuelva a insertar la llave de seguridad.
8. Las llaves de control de la consola están configuradas con precisión y requieren muy poca presión de los dedos durante el uso. para evitar dañar estas teclas, no haga demasiada presión al operar estos controles.
9. ¡Este equipo está diseñado para el uso exclusivo de adultos! No se debe permitir a los niños usar o jugar cerca de este equipo. Cuando haya niños presentes, deben ser supervisados en todo momento por un adulto.
10. Las mujeres embarazadas o en período de lactancia deben consultar a un médico antes de intentar comenzar cualquier programa de ejercicio.
11. Siempre manténgase hidratado durante y después del ejercicio.



NOTA IMPORTANTE:

¡la banda debe lubricarse antes de su primer uso! Consulte la *Página 36* para obtener las instrucciones sobre cómo aplicar correctamente el lubricante.

INSTRUCTIONS D'UTILISATION IMPORTANTES

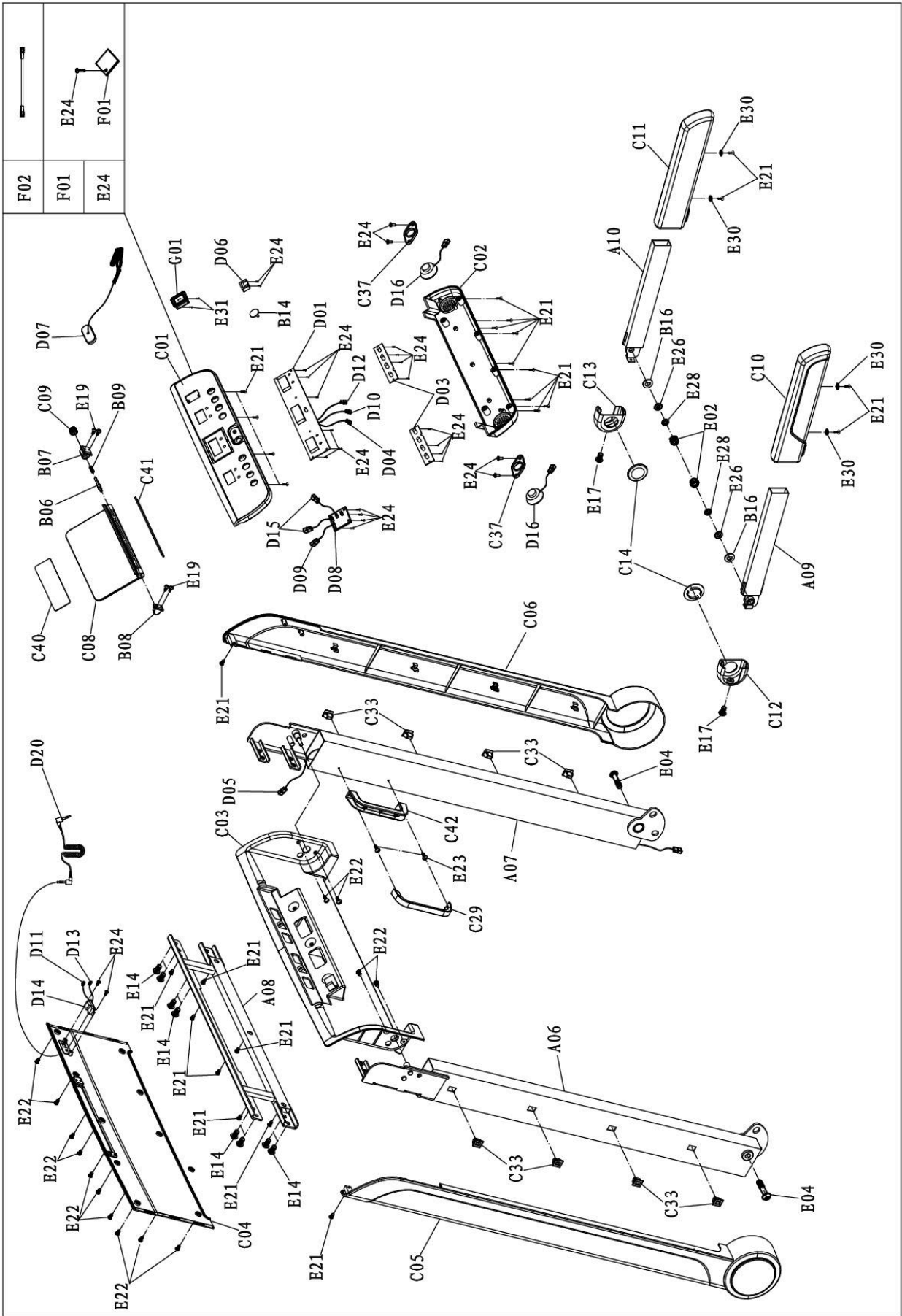
1. Brancher la fiche directement dans la prise de courant.
2. Avant toute utilisation de l'appareil, veuillez consulter le manuel.
3. Les changements de vitesse ne sont pas instantanés. Utiliser les touches de réglage de la console principale pour régler la vitesse souhaitée. la vitesse augmentera progressivement.
4. Lorsque vous êtes sur le tapis roulant, faites preuve de prudence car les sources de distraction peuvent vous faire perdre l'équilibre et vous éloigner du centre du tapis roulant. Vous risqueriez de vous blesser gravement.
5. Ce modèle démarre à très faible vitesse. Pour commencer, tenez les poignées latérales et placez-vous sur les barres latérales au moment du démarrage, puis mettez-vous sur le tapis une fois qu'il est en mouvement.
6. Tenez toujours les poignées latérales lorsque vous modifiez les réglages.
7. En cas d'urgence, il y a une clé de sécurité. la machine ne fonctionnera que si la clé de sécurité est insérée dans la console de l'ordinateur. En cas d'urgence, retirez la clé de sécurité pour immobiliser instantanément le tapis roulant et éteindre l'appareil. L'écran d'affichage se réinitialise une fois que la clé de sécurité est réinsérée.
8. Les touches de réglage de la console sont réglées avec précision et une très légère pression du doigt suffit pour les actionner. Pour éviter d'endommager ces touches, ne pas faire usage d'une pression excessive en actionnant ces commandes.
9. Cet appareil est conçu pour l'utilisation exclusive des adultes! Les enfants ne doivent pas utiliser cet appareil ni jouer à proximité. En présence de l'appareil, les enfants doivent être constamment surveillés par un adulte.
10. Les femmes enceintes ou qui allaitent doivent consulter un médecin avant d'entamer quelque programme que ce soit d'exercice physique.
11. Hydratez-vous pendant et après la séance d'entraînement.



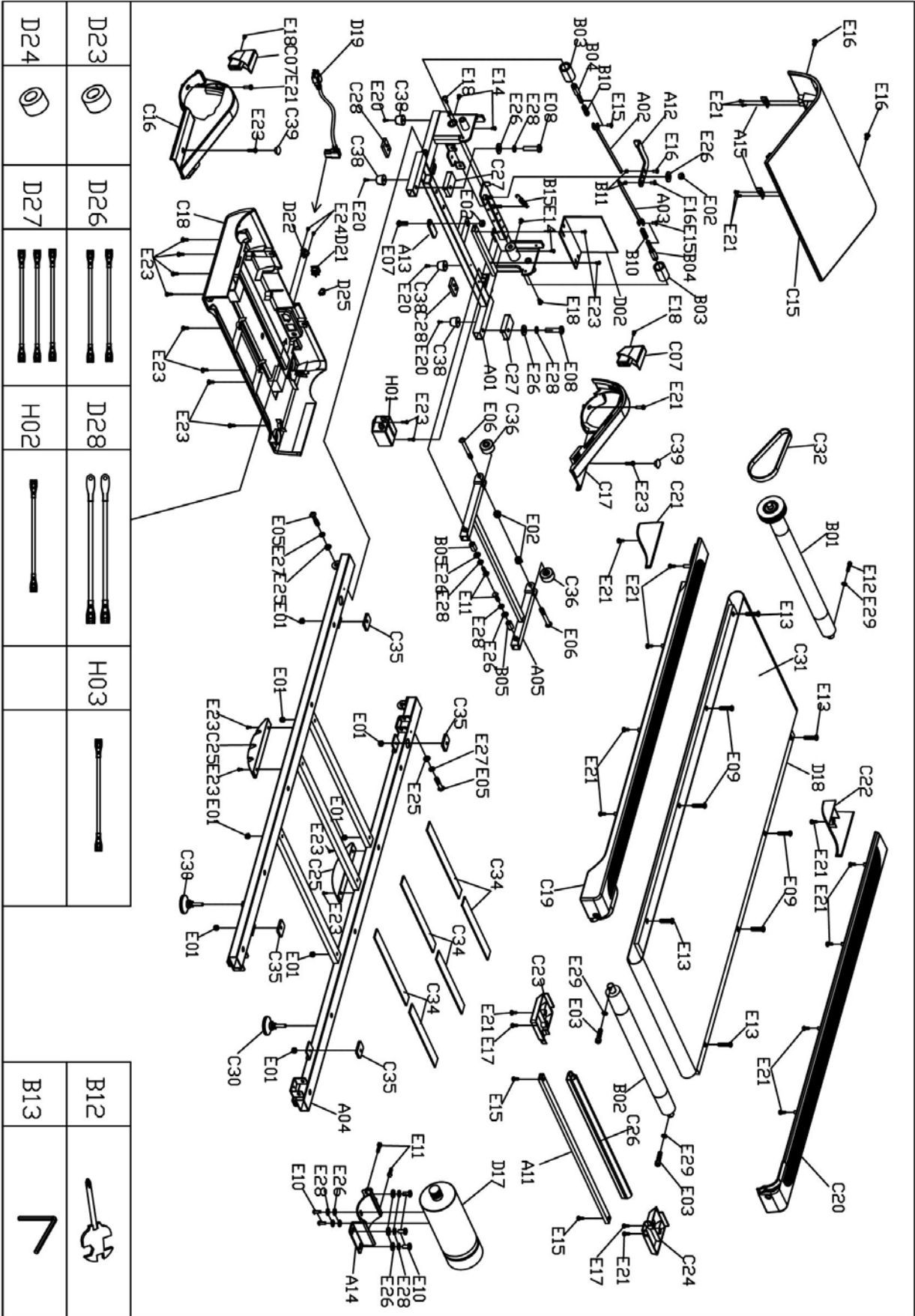
REMARQUE IMPORTANTE!

la bande doit être lubrifiée avant la première utilisation! Veuillez consulter la page 54 pour les instructions sur la façon d'appliquer correctement le lubrifiant.

EXPLODED DIAGRAM 1



EXPLODED DIAGRAM 2



PARTS LIST

No.	Description	Specification	Qty	No.	Description	Specification	Qty
A01	Base Frame		1	C08	Holder		1
A02	Guide Rod Connecting Frame 1		1	C09	Plastic Nut		1
A03	Guide Rod Connecting Frame 2		1	C10	Left Handlebar		1
A04	Main Frame		1	C11	Right Handlebar		1
A05	Folding Frame		1	C12	Left Handle Bar Front Cover		1
A06	Left Upright Tube		1	C13	Right Handle Bar Front Cover		1
A07	Right Upright Tube		1	C14	Handle Bar Side Cover		2
A08	Computer Bracket		1	C15	Motor Top Cover		1
A09	Left Handle Bar Bracket		1	C16	Motor Left Side Cover		1
A10	Right Handle Bar Bracket		1	C17	Motor Right Side Cover		1
A11	Rear Horizontal Tube		1	C18	Motor Bottom Cover		1
A12	Rotating Plate		1	C19	Left Side Rail		1
A13	Folding Fixed Board		1	C20	Right Side Rail		1
A14	Motor Bracket		1	C21	Side Rail Left Cover		1
A15	Motor Cover Thread Board		2	C22	Side Rail Right Cover		1
B01	Front Roller		1	C23	Left Side Rail Bottom Cover		1
B02	Rear Roller		1	C24	Right Side Rail Bottom Cover		1
B03	Guide Bushing		2	C25	Cushion		2
B04	Guide Rod		2	C26	Horizontal Foam		1
B05	Folding Turning Bushing		2	C27	Square Rubber Pad		2
B06	Tablet Holder Pin		1	C28	Folding Base Rubber Cushion		2
B07	Tablet Holder Fixed Base 1		1	C29	Handle Cover		1
B08	Tablet Holder Fixed Base 2		1	C30	Versatile Foot Pad		2
B09	Compressed Spring	φ6*18	1	C31	Running Belt		1
B10	Compressed Spring	φ10.5*30	2	C32	Motor Belt		1
B11	Bushing		2	C33	Upright Tube Buckle		8
B12	Spanner W/ Screw Driver	S=13,14,15	1	C34	Long Rubber Pad		6
B13	Allen Wrench	5mm	1	C35	Rubber Cushion		4
B14	Safety Key Metal Sheets		1	C36	Adjustable Wheel		2
B15	Pull Spring		1	C37	Speaker Plate		2
B16	D Shape Sheets		2	C38	Foot Pad		4
C01	Panel Top Cover		1	C39	End Cap		2
C02	Panel Bottom Cover		1	C40	Holder Silicone Pad 1		1
C03	Console Top Cover		1	C41	Holder Silicone Pad 2		1
C04	Console Bottom Cover		1	C42	Handle		1
C05	Left Upright Tube Side Cover		1	D01	Console		1
C06	Right Upright Tube Side Cover		1	D02	Control Board		1
C07	Front Foot Pad		2	D03	Button Board		2

No.	Description	Specification	Qty
D04	Upper Signal Wire		1
D05	Lower Signal Wire		1
D06	Safety Key Connecting Wire		1
D07	Safety Key		1
D08	Amplifier Board		1
D09	Amplifier Power Upper Wire		1
D10	Amplifier Power Lower Wire		1
D11	USB Power Upper Wire		1
D12	USB Power Lower Wire		1
D13	Audio Socket Wire		1
D14	USB Module		1
D15	Speaker Upper Wire		2
D16	Speaker Lower Wire		2
D17	DC Motor		1
D18	Running Board		1
D19	Power Wire		1
D20	AUX Wire		1
D21	Square Switch		1
D22	Power Socket		1
D23	Magnetic Ring		1
D24	Magnetic Core		1
D25	Overload Protector		1
D26	AC Single Line	Blue	2
D27	AC Single Line	Brown	3
D28	Grounding Wire		2
E01	Nut	M6	8
E02	Nut	M8	6
E03	Bolt	M6*55	2
E04	Bolt	M10*60	2
E05	Bolt	M10*25	2
E06	Bolt	M8*40	2

No.	Description	Specification	Qty
E07	Bolt	M8*35	1
E08	Bolt	M8*25	2
E09	Bolt	M6*35	4
E10	Bolt	M8*15	5
E11	Bolt	M8*30	4
E12	Bolt	M6*50	1
E13	Bolt	M6*25	4
E14	Bolt	M6*10	12
E15	Bolt	M5*16	4
E16	Bolt	M5*12	4
E17	Bolt	M5*8	4
E18	Bolt	M6*10	4
E19	Bolt	M4*10	4
E20	Screw	ST4.2*20	4
E21	Screw	ST4.2*12	44
E22	Screw	ST4.2*15	14
E23	Screw	ST4.2*12	20
E24	Screw	ST2.9*8	29
E25	Flat Washer	Φ10	2
E26	Flat Washer	Φ8	12
E27	Spring Washer	Φ10	2
E28	Spring Washer	Φ8	11
E29	Lock Washer		3
E30	Flat Washer	φ5*φ13*1.0	4
E31	Screw	ST2.0*8	2
F01	Bluetooth Module		1
F02	Bluetooth Power Line		1
G01	Infrared Heart Rate Sensor		1
H01	Filter		1
H02	AC Single Line	Brown	1
H03	AC Single Line	Blue	1

LISTA DE PIEZAS

N.º	Descripción	Especificación	Cant.	N.º	Descripción	Especificación	Cant.
A01	Estructura Base		1	C08	Soporte		1
A02	Estructura de Conexión de la Varilla Guía 1		1	C09	Tuerca de Plástico		1
A03	Estructura de Conexión de la Varilla Guía 2		1	C10	Barra del Manubrio Izquierdo		1
A04	Estructura Principal		1	C11	Barra del Manubrio Derecho		1
A05	Marco Plegable		1	C12	Cubierta Frontal de la Barra del Mango Izquierdo		1
A06	Tubo Vertical de la Izquierda		1	C13	Cubierta Frontal de la Barra del Mango Derecho		1
A07	Tubo Vertical de la Derecha		1	C14	Cubierta Lateral de la Barra del Mango		2
A08	Soporte para Computadora		1	C15	Cubierta Superior del Motor		1
A09	Soporte de la Barra del Mango Izquierdo		1	C16	Cubierta Lateral Izquierda del Motor		1
A10	Soporte de la Barra del Mango Derecho		1	C17	Cubierta Lateral Derecha del Motor		1
A11	Tubo Horizontal Posterior		1	C18	Cubierta Inferior del Motor		1
A12	Placa Giratoria		1	C19	Riel Lateral Izquierdo		1
A13	Tablero Fijo Plegable		1	C20	Riel Lateral Derecho		1
A14	Soporte del Motor		1	C21	Cubierta Izquierda del Riel Lateral		1
A15	Tablero Roscado de la Cubierta del Motor		2	C22	Cubierta Derecha del Riel Lateral		1
B01	Rodillo Delantero		1	C23	Cubierta Inferior del Riel Lateral Izquierdo		1
B02	Rodillo Posterior		1	C24	Cubierta Inferior del Riel Lateral Derecho		1
B03	Buje Guía		2	C25	Protector		2
B04	Varilla Guía		2	C26	Espuma Horizontal		1
B05	Buje Giratorio Plegable		2	C27	Protector de Goma Cuadrado		2
B06	Clavija del Soporte de Tableta		1	C28	Cojín de Goma Con Base Plegable		2
B07	Base Fija para Soporte de Tableta 1		1	C29	Cubierta del Mango		1
B08	Base Fija para Soporte de Tableta 2		1	C30	Almohadilla de Apoyo Versátil		2
B09	Resorte de Compresión	φ6*18	1	C31	Banda de Caminadora		1
B10	Resorte de Compresión	φ10.5*30	2	C32	Correa del Motor		1
B11	Buje		2	C33	Sujetador de Tubo Vertical		8
B12	Llave Con Destornillador	S=13,14,15	1	C34	Almohadilla de Goma Larga		6
B13	Llave Allen	5mm	1	C35	Protector de Goma		4
B14	Lámina de Metal de la Llave de Seguridad		1	C36	Rueda Ajustable		2
B15	Resorte de Tracción		1	C37	Placa de Altavoz		2
B16	Láminas En Forma de D		2	C38	Almohadilla para Pies		4
C01	Cubierta Superior del Panel		1	C39	Tapa de Extremo		2
C02	Cubierta Inferior del Panel		1	C40	Almohadilla de Soporte de Silicona 1		1
C03	Cubierta Superior de la Consola		1	C41	Almohadilla de Soporte de Silicona 2		1
C04	Cubierta Inferior de la Consola		1	C42	Manubrio		1
C05	Cubierta Lateral de Tubo Vertical de la Izquierda		1	D01	Consola		1
C06	Cubierta Lateral de Tubo Vertical de la Derecha		1	D02	Tablero de Control		1
C07	Almohadilla de Apoyo Delantero		2	D03	Tablero de Botones		2

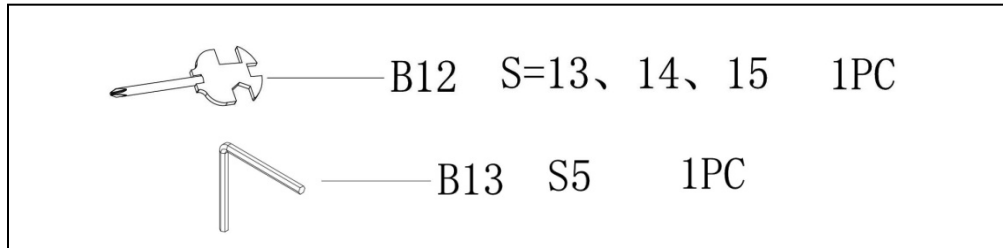
N.º	Descripción	Especificación	Cant.	N.º	Descripción	Especificación	Cant.
D04	Cable de Señal Superior		1	E07	Perno	M8*35	1
D05	Cable de Señal inferior		1	E08	Perno	M8*25	2
D06	Cable de Conexión de la Llave de Seguridad		1	E09	Perno	M6*35	4
D07	Llave de Seguridad		1	E10	Perno	M8*15	5
D08	Tablero Amplificador		1	E11	Perno	M8*30	4
D09	Cable Superior de Energía del Amplificador		1	E12	Perno	M6*50	1
D10	Cable inferior de Energía del Amplificador		1	E13	Perno	M6*25	4
D11	Cable Superior de Energía USB		1	E14	Perno	M6*10	12
D12	Cable Inferior de Energía USB		1	E15	Perno	M5*16	4
D13	Cable de Encaje de Audio		1	E16	Perno	M5*12	4
D14	Módulo USB		1	E17	Perno	M5*8	4
D15	Cable Superior del Altavoz		2	E18	Perno	M6*10	4
D16	Cable Inferior del Altavoz		2	E19	Perno	M4*10	4
D17	Motor DC		1	E20	Tornillo	ST4.2*20	4
D18	Tabla de Caminadora		1	E21	Tornillo	ST4.2*12	44
D19	Cable de Alimentación		1	E22	Tornillo	ST4.2*15	14
D20	Cable AUX		1	E23	Tornillo	ST4.2*12	20
D21	Interruptor Cuadrado		1	E24	Tornillo	ST2.9*8	29
D22	Toma de Corriente		1	E25	Arandela Plana	Φ10	2
D23	Aro Magnético		1	E26	Arandela Plana	Φ8	12
D24	Núcleo Magnético		1	E27	Arandela de Resorte	Φ10	2
D25	Protector de Sobrecarga		1	E28	Arandela de Resorte	Φ8	11
D26	Línea Individual AC	Azul	2	E29	Arandela de Bloqueo		3
D27	Línea Individual AC	Marrón	3	E30	Arandela Plana	φ5*φ13*1.0	4
D28	Cable Puesto a Tierra		2	E31	Tornillo	ST2.0*8	2
E01	Tuerca	M6	8	F01	Módulo Bluetooth		1
E02	Tuerca	M8	6	F02	Línea de Alimentación Bluetooth		1
E03	Perno	M6*55	2	G01	Sensor Infrarrojo de Frecuencia Cardíaca		1
E04	Perno	M10*60	2	H01	Filtro		1
E05	Perno	M10*25	2	H02	Línea Individual AC	Marrón	1
E06	Perno	M8*40	2	H03	Línea Individual AC	Azul	1

LISTE DES ÉLÉMENTS

N°	Description	Spécification	Qté	N°	Description	Spécification	Qté
A01	Cadre de Base		1	C08	Support		1
A02	Cadre de Fixation de la Barre de Guidage 1		1	C09	Écrou En Plastique		1
A03	Cadre de Fixation de la Barre de Guidage 2		1	C10	Guidons Gauche		1
A04	Cadre Principal		1	C11	Guidons Droite		1
A05	Cadre Pliant		1	C12	Couvercle Avant Du Guidon Gauche		1
A06	Tubes Verticaux Gauche		1	C13	Couvercle Avant Du Guidon Droit		1
A07	Tubes Verticaux Droit		1	C14	Couvercle Latéral Du Guidon		2
A08	Support Ordinateur		1	C15	Couvercle Supérieur Moteur		1
A09	Support Du Guidon Gauche		1	C16	Couvercle Moteur Côté Gauche		1
A10	Support Du Guidon Droit		1	C17	Couvercle Moteur Côté Droit		1
A11	Tube Horizontal Arrière		1	C18	Couvercle Inférieur Moteur		1
A12	Plaque Rotative		1	C19	Rail Latéral Gauche		1
A13	Plaquette de Fixation Rabattable		1	C20	Rail Latéral Droit		1
A14	Support Moteur		1	C21	Couvercle Du Rail Latéral Gauche		1
A15	Plateau Fileté Pour Couvercle de Moteur		2	C22	Couvercle Du Rail Latéral Droit		1
B01	Rouleau Avant		1	C23	Couvercle Inférieur Du Rail Latéral Gauche		1
B02	Rouleau Arrière		1	C24	Couvercle Inférieur Du Rail Latéral Droit		1
B03	Manchon de Guidage		2	C25	Coussinet		2
B04	Barre de Guidage		2	C26	Mousse Horizontale		1
B05	Manchon Tourmant Pliant		2	C27	Coussinet Carré En Caoutchouc		2
B06	Cliquet de Support de Tablette		1	C28	Coussinet En Caoutchouc à Base Pliante		2
B07	Base Fixe Du Support de Tablette 1		1	C29	Couvercle de Guidon		1
B08	Base Fixe Du Support de Tablette 2		1	C30	Repose-pieds Polyvalent		2
B09	Ressort de Compression	φ6*18	1	C31	Bande de Course		1
B10	Ressort de Compression	φ10.5*30	2	C32	Courroie Moteur		1
B11	Bague		2	C33	Boucle de Tube Vertical		8
B12	Clé à Molette Avec Tournevis	S=13,14,15	1	C34	Coussinet Long En Caoutchouc		6
B13	Clé Allen	5mm	1	C35	Coussin Élastomère		4
B14	Feuilles de Métal Pour Clés de Sécurité		1	C36	Roue Réglable		2
B15	Ressort de Traction		1	C37	Plaque de Haut-parleur		2
B16	Feuilles En Forme de D		2	C38	Patin de Pied		4
C01	Couvercle Supérieur Du Panneau		1	C39	Embout D'extrémité		2
C02	Couvercle Inférieur Du Panneau		1	C40	Coussinet Support En Silicone 1		1
C03	Couvercle Supérieur Console		1	C41	Coussinet Support En Silicone 2		1
C04	Couvercle Inférieur de la Console		1	C42	Poignée		1
C05	Couvercle Latéral Gauche Du Tube Vertical		1	D01	Console		1
C06	Couvercle Latéral Droit Du Tube Vertical		1	D02	Tableau de Commande		1
C07	Repose-pieds Avant		2	D03	Tableau de Boutons		2

N°	Description	Spécification	Qté	N°	Description	Spécification	Qté
D04	Câble de Signal Supérieur		1	E07	Boulon	M8*35	1
D05	Câble de Signal Inférieur		1	E08	Boulon	M8*25	2
D06	Câble de Branchement de la Clé de Sécurité		1	E09	Boulon	M6*35	4
D07	Clé de Sécurité		1	E10	Boulon	M8*15	5
D08	Panneau Amplificateur		1	E11	Boulon	M8*30	4
D09	Câble D'alimentation Supérieur de L'amplificateur		1	E12	Boulon	M6*50	1
D10	Câble D'alimentation Inférieur de L'amplificateur		1	E13	Boulon	M6*25	4
D11	Câble D'alimentation Supérieur USB		1	E14	Boulon	M6*10	12
D12	Câble D'alimentation Inférieur USB		1	E15	Boulon	M5*16	4
D13	Câble de Prise Audio		1	E16	Boulon	M5*12	4
D14	Module USB		1	E17	Boulon	M5*8	4
D15	Câble Supérieur Du Haut-parleur		2	E18	Boulon	M6*10	4
D16	Câble Inférieur Du Haut-parleur		2	E19	Boulon	M4*10	4
D17	Moteur CC		1	E20	Vis	ST4.2*20	4
D18	Plateforme de Course		1	E21	Vis	ST4.2*12	44
D19	Câble D'alimentation		1	E22	Vis	ST4.2*15	14
D20	Câble AUX		1	E23	Vis	ST4.2*12	20
D21	Interrupteur Carré		1	E24	Vis	ST2.9*8	29
D22	Prise de Courant		1	E25	Rondelles Plates	Φ10	2
D23	Bague Magnétique		1	E26	Rondelles Plates	Φ8	12
D24	Noyau Magnétique		1	E27	Rondelle à Ressort	Φ10	2
D25	Limiteur de Surcharge		1	E28	Rondelle à Ressort	Φ8	11
D26	Ligne Individuelle CA	Bleu	2	E29	Rondelle de Blocage		3
D27	Ligne Individuelle CA	Marron	3	E30	Rondelles Plates	φ5*φ13*1.0	4
D28	Fil de Mise à la Terre		2	E31	Vis	ST2.0*8	2
E01	Écrou	M6	8	F01	Module Bluetooth		1
E02	Écrou	M8	6	F02	Alimentation Électrique Bluetooth		1
E03	Boulon	M6*55	2	G01	Capteur de Fréquence Cardiaque Infrarouge		1
E04	Boulon	M10*60	2	H01	Filtre		1
E05	Boulon	M10*25	2	H02	Ligne Individuelle CA	Marron	1
E06	Boulon	M8*40	2	H03	Ligne Individuelle CA	Bleu	1

HARDWARE PACKAGE



Ordering Replacement Parts (U.S. and Canadian Customers only)

Please provide the following information in order for us to accurately identify the part(s) needed

- ✓ The model number (found on cover of manual)
- ✓ The product name (found on cover of manual)
- ✓ The part number found on the Parts List and Exploded Diagram (found near the front of the manual)

Please contact us at support@sunnyhealthfitness.com or 1- 877 - 90SUNNY (877-907-8669).

Pedido de piezas de repuesto (solo para clientes de EE. UU. y Canadá)

Proporcione la siguiente información para que podamos identificar con precisión las piezas necesarias:

- ✓ El número de modelo (se encuentra en la portada del manual).
- ✓ El nombre del producto (se encuentra en la portada del manual).
- ✓ El número de pieza que se encuentra en el “ESQUEMA DE LAS PIEZAS” y en la “LISTA DE PIEZAS” (se encuentra al principio del manual).

Contáctenos en support@sunnyhealthfitness.com o 1-877-90SUNNY (877-907-8669).

Pour commander des pièces de rechange (clients américains et canadiens seulement)

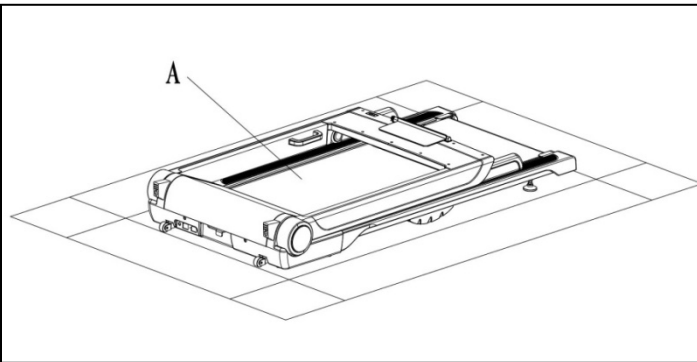
Veillez fournir les informations suivantes afin que nous puissions identifier avec précision la pièce ou les pièces requise(s):

- ✓ Le numéro de modèle (situé sur la couverture du manuel)
- ✓ Le nom du produit (situé sur la couverture du manuel)
- ✓ Le numéro de pièce figurant sur le « SCHÉMA ÉCLATÉ » et la « LISTE DES ÉLÉMENTS » (situé vers le début du manuel)

Veillez nous contacter à support@sunnyhealthfitness.com ou 1- 877 - 90SUNNY (877-907-8669)

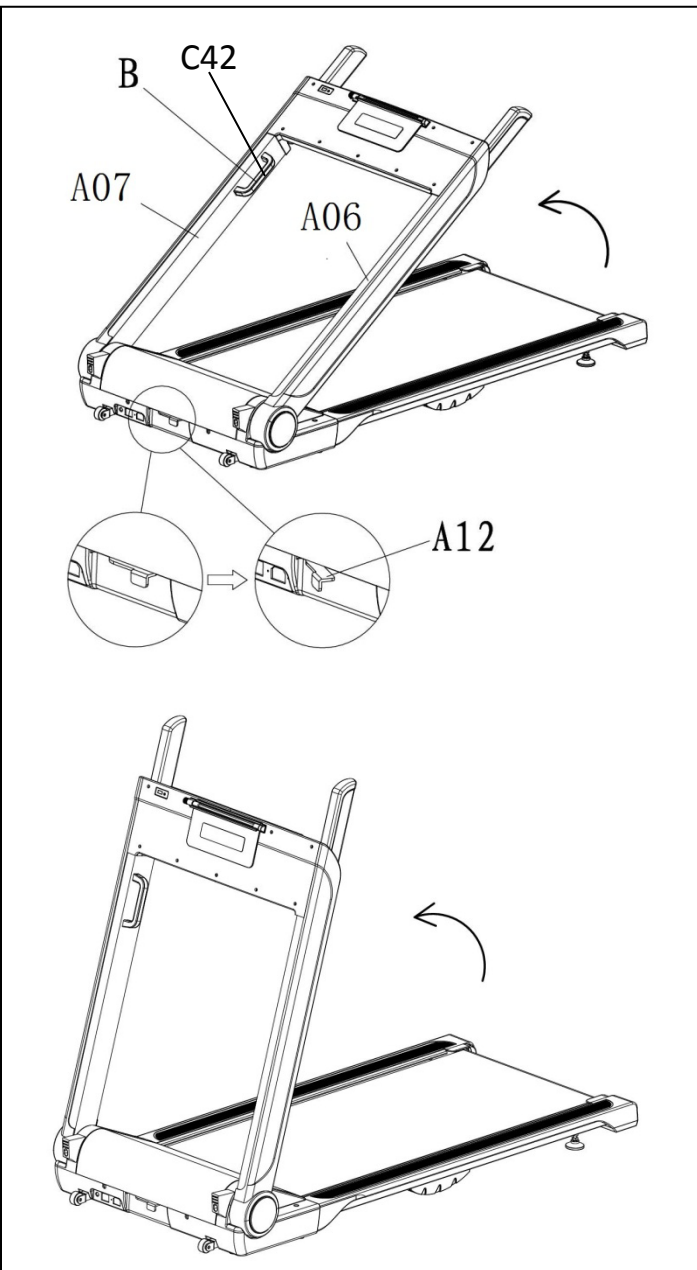
ASSEMBLY INSTRUCTIONS

We value your experience using Sunny Health and Fitness products. For assistance with parts or troubleshooting, please contact us at support@sunnyhealthfitness.com or 1-877-90SUNNY (877-907-8669).



STEP 1:

Open the carton and remove contents. Place the **Treadmill (No. A)** on leveled ground. Ensure that you have a work area that is clean and has adequate space.

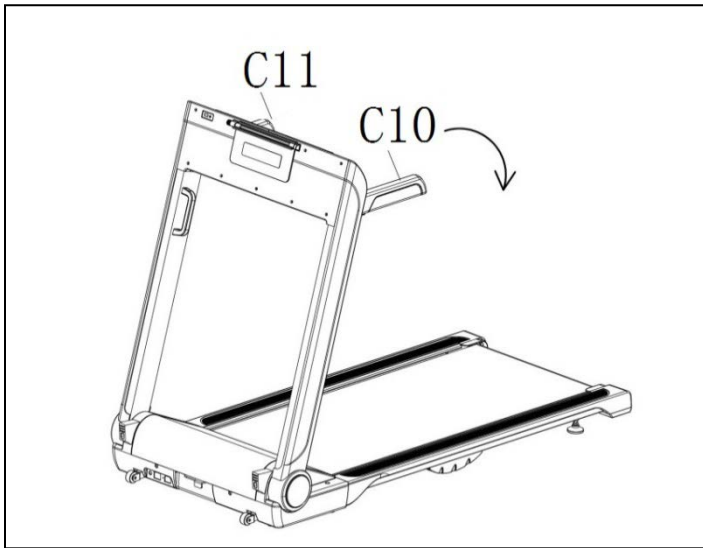


STEP 2:

Pull out the **Rotating Plate (No. A12)** with your right hand. At the same time, place your left hand at the **Handle (No. C42) [Position B]**, then pull up the **Left & Right Upright Tubes (No. A06 & No. A07)**.

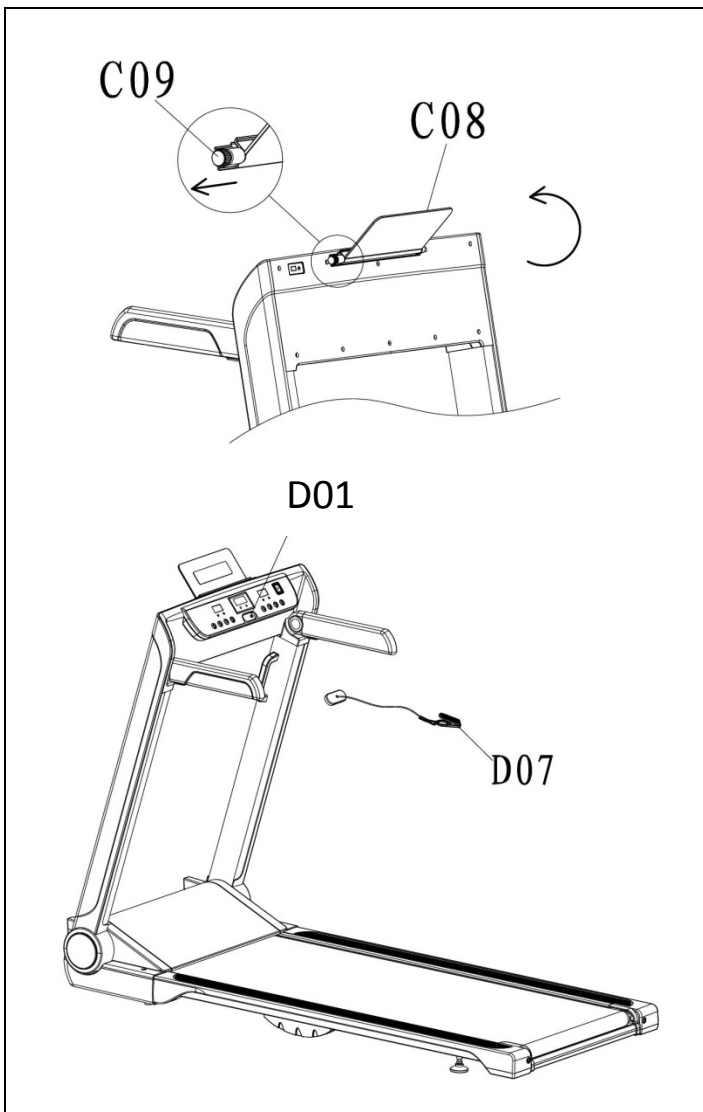
When pulling up the **Left & Right Upright Tubes (No. A06 & No. A07)** you can release the **Rotating Plate (No. A12)**. You will hear a click when the upright tubes are successfully locked in.

We value your experience using Sunny Health and Fitness products. For assistance with parts or troubleshooting, please contact us at support@sunnyhealthfitness.com or 1-877-90SUNNY (877-907-8669).



STEP 3:

Turn down the **Left & Right Handle Bars (No. C10 & No. C11)** to the fixed position.



STEP 4:

Stand behind the treadmill. Pull out the **Plastic Nut (No. C09)** with your left hand and turn up the **Holder (No. C08)** with your right hand. Once the holder is at a suitable angle, you can let go of the **Plastic Nut (No. C09)**.

Insert the **Safety Key (No. D07)** into the magnetic area of the **Console (No. D01)**.

The assembly is now complete!



IMPORTANT NOTE!

You will need to lubricate your treadmill before the first use. See Page 19.

MAINTENANCE & CARE

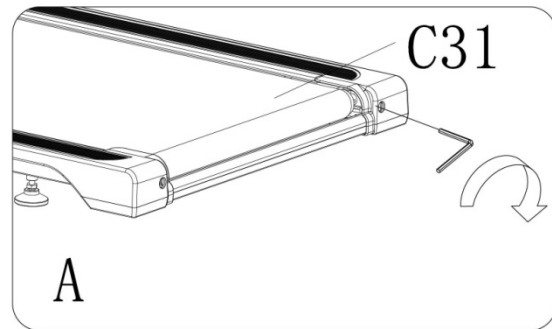
General cleaning will help prolong the life and performance of your treadmill. Keep the unit clean and maintained by dusting the components on a regular basis. Clean both sides of the **Running Belt (No. C31)** to prevent dust from accumulating underneath the **Running Belt (No. C31)**. Keep your running shoes clean so that dirt from your shoes do not wear out the **Running Board (No. D18)** and **Running Belt (No. C31)**. Clean the surface of the **Running Belt (No. C31)** with a clean damp cloth.

To better maintain and prolong the life of the treadmill, it is recommended that the treadmill be powered off for 10 minutes every 2 hours and fully powered off whenever not in use.

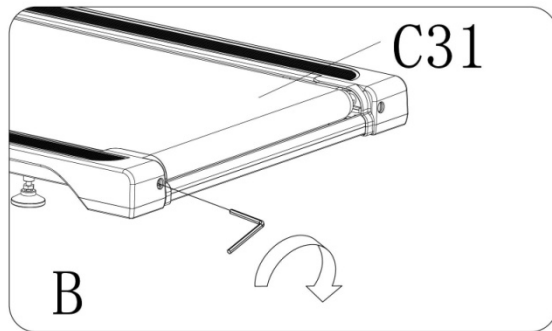
CENTERING THE RUNNING BELT:

Place the treadmill on level ground and set it at 3-5mph to check if the **Running Belt (No. C31)** drifts.

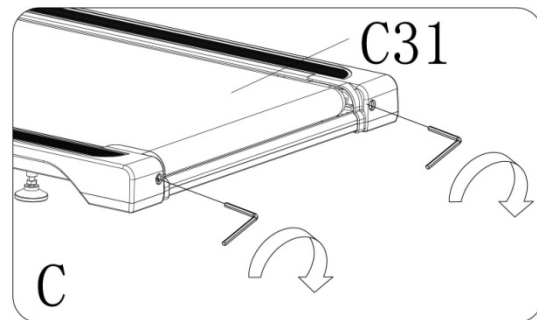
If the **Running Belt (No. C31)** moves to the right, turn the adjusting bolt on the right side $\frac{1}{4}$ turn *clockwise*, then turn the left adjustment bolt $\frac{1}{4}$ turn *counter-clockwise*. If the **Running Belt (No. C31)** does not move, repeat this step until it centers. Refer to Figure A.



If the **Running Belt (No. C31)** moves to the left, turn the adjusting bolts on the left side $\frac{1}{4}$ turn *clockwise*, then turn the right adjustment bolt $\frac{1}{4}$ turn *counter-clockwise*. If the **Running Belt (No. C31)** does not move, repeat this step until it centers. Refer to Figure B.



Over time the **Running Belt (No. C31)** will loosen. To tighten the **Running Belt (No. C31)** turn the **Left & Right** side adjustment bolts one full turn *clockwise*, check the tension of the **Running Belt (No. C31)**. Continue this process until **Running Belt (No. C31)** is at the correct tension. Make sure to adjust both sides equally to ensure correct belt alignment. Refer to Figure C.



LUBRICATING THE TREADMILL

IMPORTANT NOTE:

You will need to lubricate your treadmill before the first use.

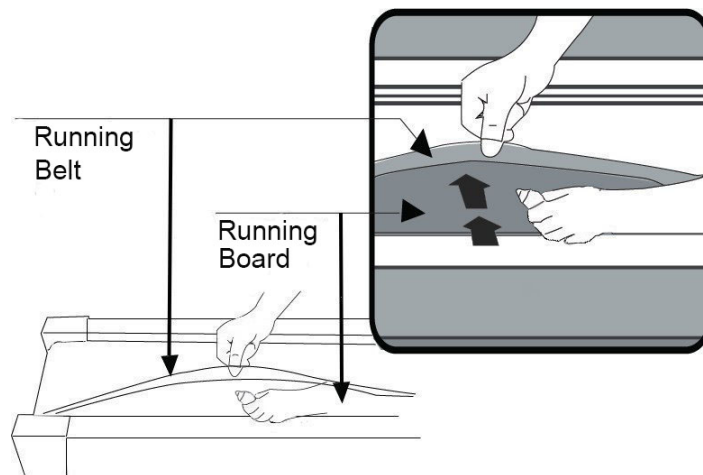
RUNNING BELTS & TREADMILL LUBRICANT:

Lubricating the **Running Board (No. D18)** and **Running Belt (No. C31)** is essential as the friction between the two affects the life span and function of the treadmill, therefore it is recommended that the **Running Board (No. D18)** and **Running Belt (No. C31)** be inspected regularly. Should you find any wear on the **Running Board (No. D18)**, please contact us at: support@sunnyhealthfitness.com.

WARNING: Always unplug the treadmill from the electrical outlet before cleaning, lubricating, or repairing the unit.

HOW TO LUBRICATE:

1. Raise the **Running Belt (No. C31)** up on one side and apply lubricant to the **Running Board (No. D18)**. Use a rag to thoroughly wipe the lubricant over the **Running Board (No. D18)**. Repeat this process for the other side.
2. The moving parts should turn freely and quietly. Abnormal moving parts will affect the safety of the equipment. Inspect and tighten bolts regularly.
3. To better maintain the treadmill and prolong its lifespan, it is suggested that maintenance be done on a regular basis.
4. **DO NOT LOOSEN OR MAKE ANY ADJUSTMENTS TO THE RUNNING BELT WHILE APPLYING LUBRICANT.** A loose **Running Belt (No. C31)** will result in the runner sliding off during use, while too tight of a **Running Belt (No. C31)** will negatively affect the motor's performance and create more friction between the roller and **Running Belt (No. C31)**. The most suitable tightness for the **Running Belt (No. C31)** is when it is pulled out **50-75mm** from the **Running Board (No. D18)**.



The following time table is recommended:

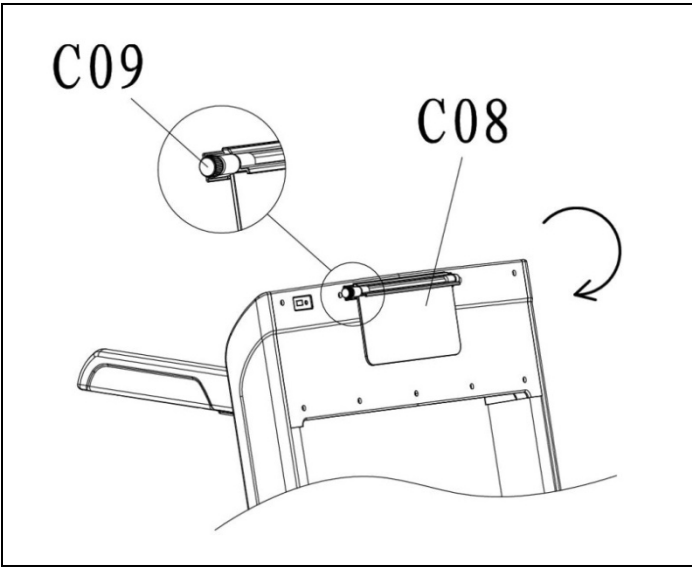
Light user (less than 3 hours/ week)	<i>every six months</i>
Medium user (3-5 hours/ week)	<i>every three months</i>
Heavy user (more than 5 hours/ week)	<i>every two months</i>

FOLDING INSTRUCTIONS

STEP 1:

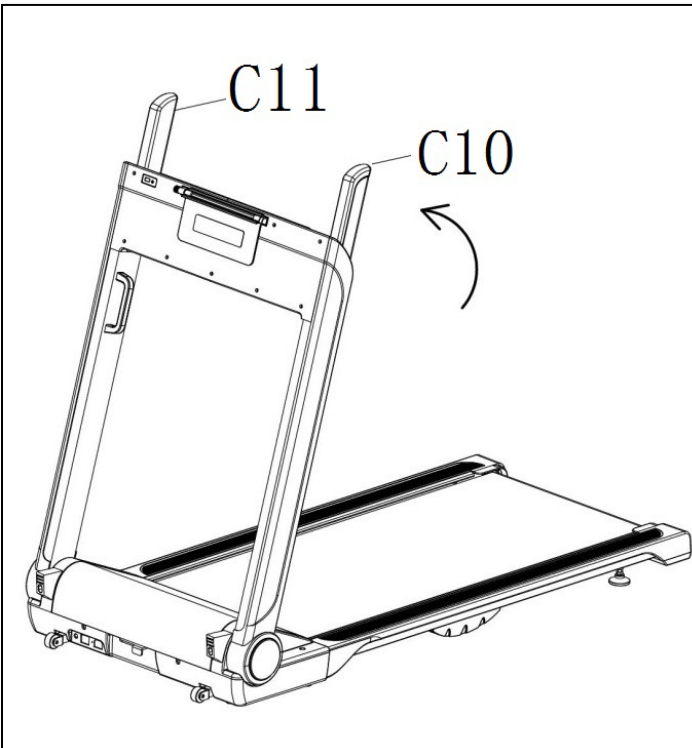
NOTE: Always unplug the treadmill from the electrical outlet before folding.

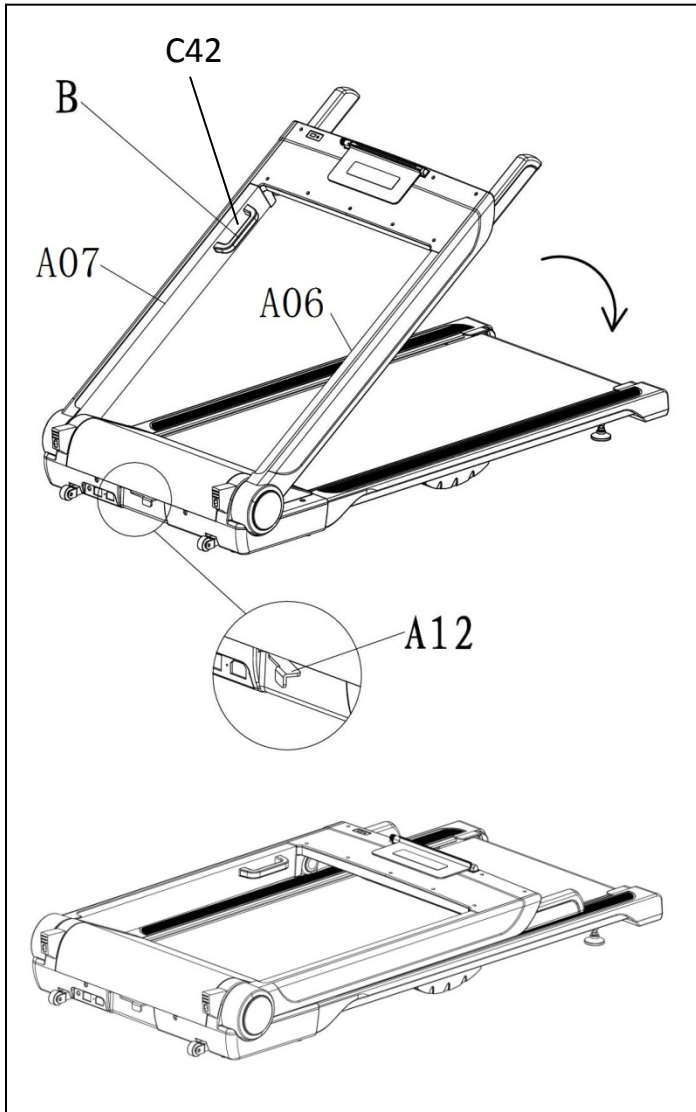
Pull out the **Plastic Nut (No. C09)** with your left hand and turn down the **Holder (No. C08)** with your right hand. Once the holder reaches a suitable angle, let go of the **Plastic Nut (No. C09)**.



STEP 2:

Turn up the **Left & Right Handlebar (No. C10 & No. C11)** to the fixed position.



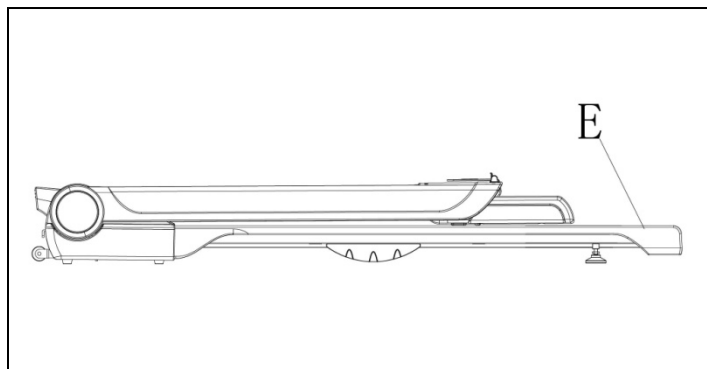


STEP 3:

Pull out the **Rotating Plate (No. A12)** with your right hand and place your left hand at the **Handle (No. C42) [Position B]**. Then push down the **Left & Right Upright Tubes (No. 06 & No. 07)** at the same time.

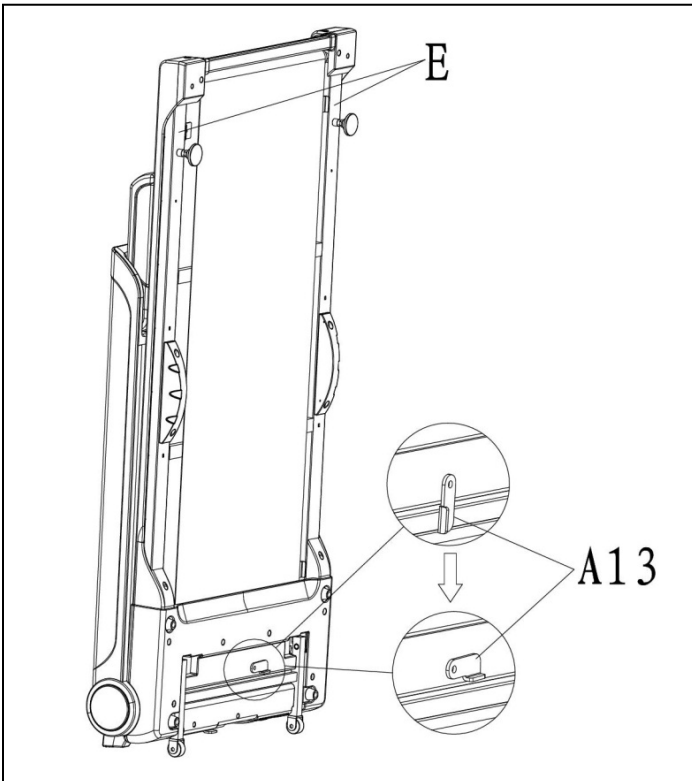
When pushing down the **Left & Right Upright Tubes (No. A06 & No. A07)** you can let go of the **Rotating Plate (No. A12)**.

NOTE: Always place your left hand at the **Handle (No. C42) [Position B]** when pushing down the upright tubes to avoid the tubes falling and injuring your hands.



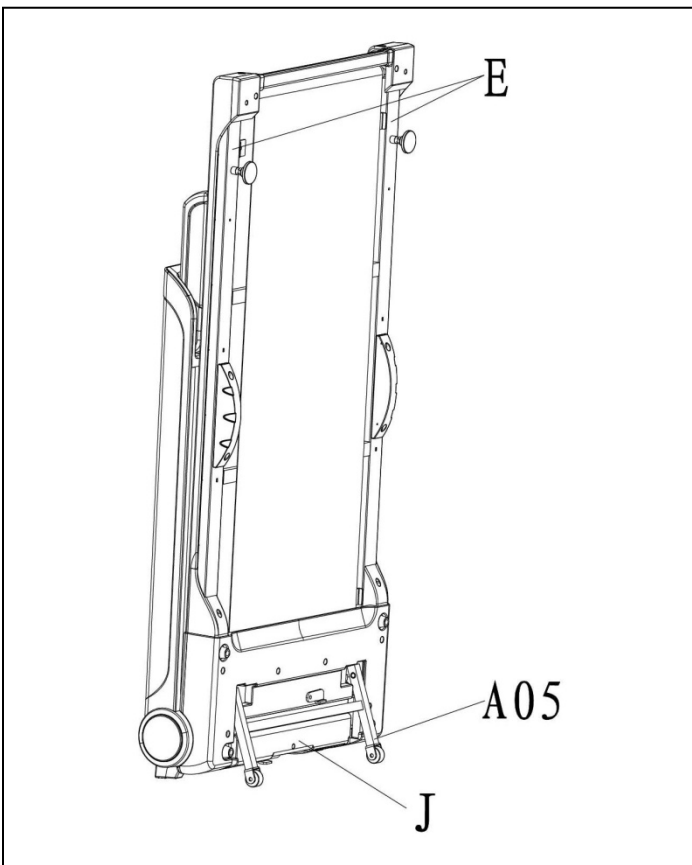
STEP 4:

Place your hand at Position E, and then lift the treadmill.



STEP 5:

Place your hand on Position E, and using your foot, turn the **Folding Fixed Board (No. A13)** to horizontal position.



STEP 6:

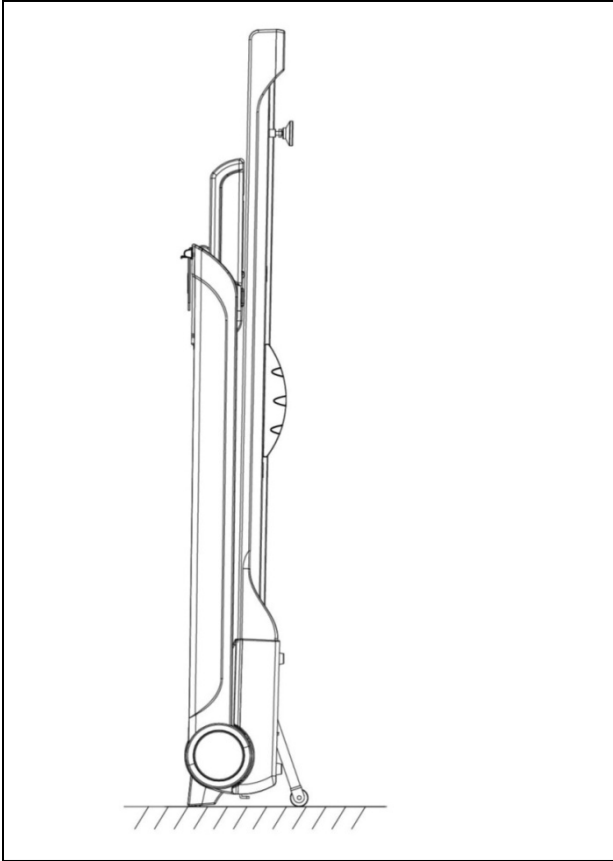
Hold the treadmill at Position E with your hand. Next, using your foot, firmly push against treadmill at position J. Carefully tilt the treadmill forward. **Folding Frame (No. A05)** will release automatically.

The folding is now complete!

STORAGE OF TREADMILL

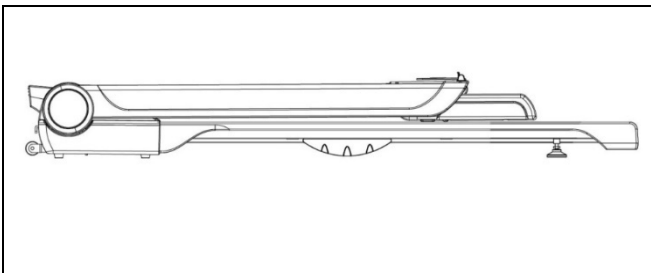
This treadmill is designed for saving space. You can choose to store treadmill vertically or horizontally.

A. Vertical Storage



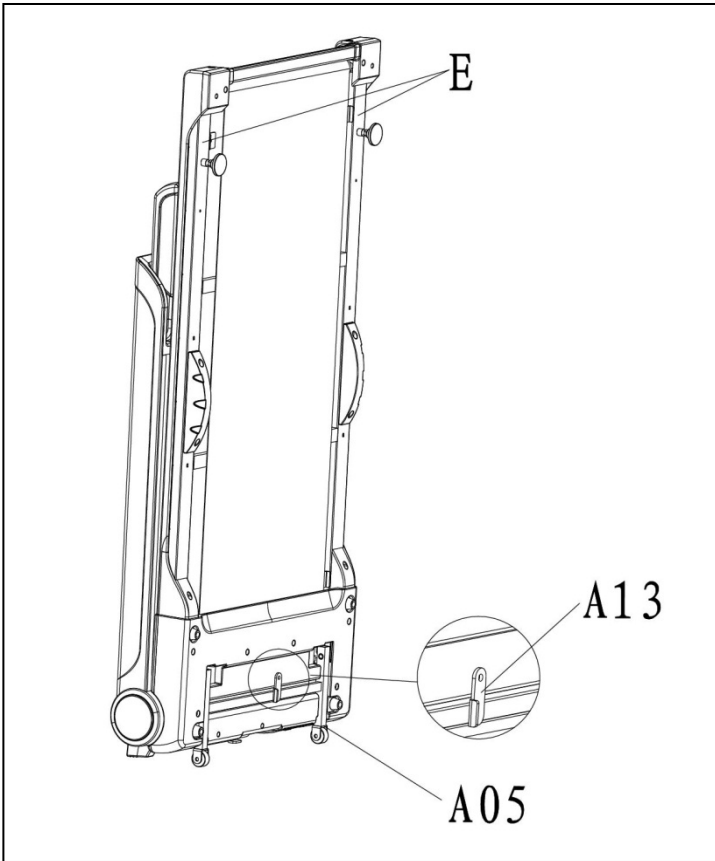
After folding, place the treadmill near the wall to avoid falling. Keep out of reach of children.

B. Horizontal Storage



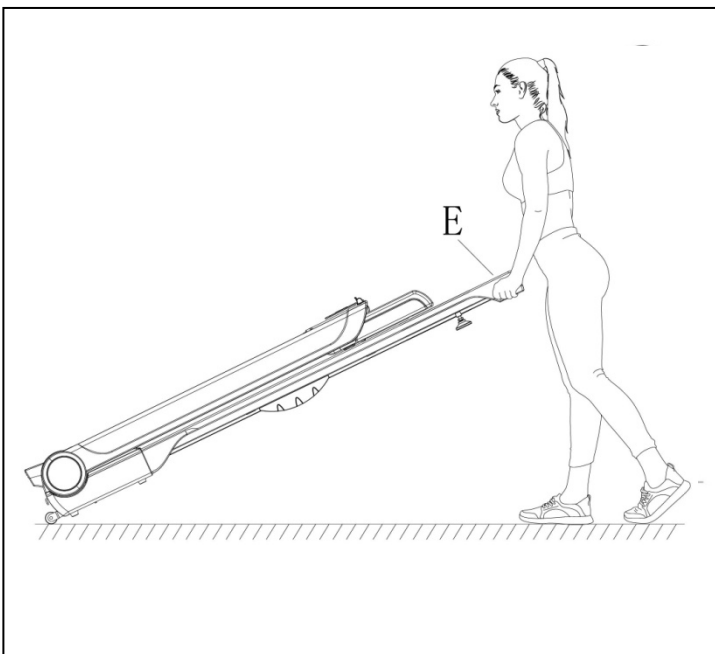
After folding, you can store the treadmill under table or any other available space.

HOW TO MOVE THE TREADMILL



Place your hands at Position E.

Put the **Folding Frame (No. A05)** inside the bottom of the treadmill and turn the **Folding Fixed Board (No. A13)** to vertical with your foot to fix the **Folding Frame (No. A05)**.



To transport, hold the treadmill at Position E and tilt until the transportation wheels can move smoothly.

IMPORTANT ELECTRICAL INFORMATION

WARNING: This treadmill requires a power source of **10 amps (100-120V)** in order to properly operate. For your safety, as well as the safety of others, please verify that the power source is correct before plugging in the equipment. Any power source above or below this level could cause significant damage to the equipment and/or user.

GROUNDING METHODS:

This product must be grounded. Grounding provides the least resistance for electrical current and will reduce the risk of electric shock. The plug must be plugged into an appropriate outlet that is properly installed and grounded in accordance with all local codes and ordinances. Ensure that the product is connected to an outlet which contains the same configuration as the plug. Do not use an adapter for this product.

This product is for use on a nominal 100-120V circuit and has a grounding plug that looks like the plug illustrated in sketch A. Make sure that the product is connected to an outlet having the same configuration as the plug. No adapter should be used with this product.

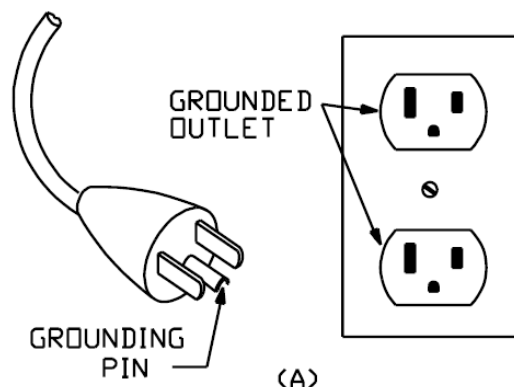
DANGER:

Improper connection of the equipment-grounding conductor can result in risk of electric shock. Check with a certified electrician if you are in doubt as to whether the product is properly grounded. Do not modify the plug provided with the product. If it will not fit the outlet, have a proper outlet installed by an electrician.

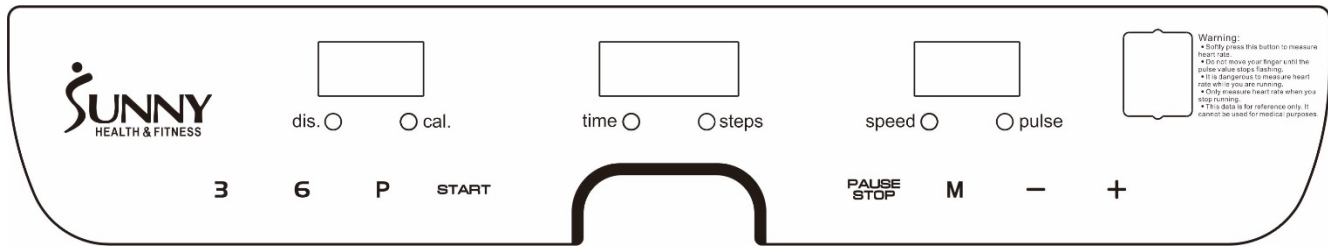
WARNING!

1. NEVER use a ground fault circuit interrupt (GFCI) wall outlet with this treadmill. Route the power cord away from any moving part of the treadmill including the elevation mechanism and transport wheels.
2. NEVER operate the treadmill using a generator or UPS power supply.
3. NEVER remove any cover without first disconnecting AC power.
4. NEVER expose the treadmill to rain or moisture. This treadmill is not designed for use outdoors, near pools or in any other high humidity environment.

GROUNDING METHOD



OPERATING INSTRUCTIONS



QUICK START:

1. Insert the magnet end of the safety key into the computer console. Turn on the power switch.
2. Press the START button, and the system will automatically display a 3 second countdown. Once the countdown reaches zero, the running belt will start at the initial **default speed of 0.6 MPH**.
3. To adjust the speed, you can use the SPEED +/- BUTTONS.

***NOTE: The maximum speed on this treadmill is 9.0 MPH**

CONTROL FUNCTIONS:

1. Press the – Speed Button to reduce the running speed.
2. Press the + Speed Button to increase the running speed.
3. Pressing the STOP Button will PAUSE the running belt and current workout data during running. Under pause mode, if you press “START” button again, the treadmill will continue to work. If you press “STOP” button, the treadmill will terminate current workout session completely.
4. Softly press Infrared Heart Rate Sensor Button (No. G01) to measure heart rate.

WINDOW DISPLAY:

Each window will alternately display each function every few seconds.

SPEED/ PULSE: The speed range is 0.6-9.0 MPH. 0.6 MPH is the default running speed. When the runner puts their finger on the pulse sensor (located on the console), the system will calculate the runner’s heartbeat and display it on the window. The pulse range is 50-200 beats/min (This data is just for reference and cannot be used as the medical data).

TIME/STEPS: Displays the time elapsed. Display starts at 0:00 minutes:seconds. After it reaches 59:59 minutes:seconds, the display will change to 01:00 hours:minutes. Maximum display for time elapsed is 18:00 hours:minutes. When time elapsed reaches the maximum, the treadmill will continue running. It will start the count again from 0:00. When in Countdown Mode, it will count from the setting time to 0:00. When the clock reaches 0:00, the treadmill will stop smoothly and display “End”, then automatically reset itself after 5 seconds. Maximum Countdown time is 99:00 minutes:seconds.

Display steps that the user has walked. When display steps, it will count from 0 to 99999, when up to 99999, it will count again from 0.

CALORIES/DISTANCE: Displays the number of calories burned from 0 to 999 KCAL. When the count reaches 999, it will reset and start back from 0. When in Countdown Mode, it will count down from the desired setting to 0. Once it reaches 0, the treadmill will stop smoothly and display “End”, then automatically reset to the initial setting after 5 seconds. Displays the distance traveled (0.0-99.9 MILES). When the clock reaches 99.9, it will reset to 0.00 and begin counting again from 0.0. When in Countdown Mode, it will count down from the setting data to 0.00. When it reaches 0.00, the treadmill will stop smoothly and display “End” and automatically reset to the initial setting after 5 seconds. When setting PROGRAMS, the speed is programmed in intervals. PROGRAMS are from P1-P9.

PROGRAMS	Initial	Default Value	Set Range	Display Range
TIME(MIN:SECOND)	0:00	15:00	5:00-99:00	0:00—99:00
SPEED(MPH)	0.6	0.6	0.6-9.0	0.6-9.0
DISTANCE(MILE)	0.00	1.00	0.50-99.9	0.00—99.9
PULSE(BPM)	P	N/A	N/A	50-200
CALORIE(KCAL)	0	50	10-999	0—999

FUNCTION KEYS:

START: To start the treadmill, insert the magnet end of the **Safety Key (D07)** into the console and press the START button. (This machine requires a safety key in order to operate)

STOP/PAUSE: This button has functions of STOP and PAUSE. During running, press this button, the treadmill will pause, and all data will be kept, window will show “PAU”; Under pause mode, if you press “START” button, the treadmill will continue to work. If you press “STOP” button, the treadmill will stop and all data recover to initial setting.

MODE: When stopped, press this button to select a MODE. Pressing once will enter “0.0”, the default operating mode. H1 is the TIME countdown mode starting from 15:00 MINS. H2 is the DISTANCE Countdown Mode starting from 1 MILE and H3 is the CALORIES countdown mode which starts from 50 KCAL. P1-P2.....P9 are preset programs. When setting each mode and programs, you can press speed+/- to increase or decrease from the set data. Press START to start the treadmill.

SPEED +/- BUTTONS: Press the +/- buttons to increase or decrease the speed in increments of 0.1 MPH. Pressing and holding either of these buttons for a duration of over ½ a second will increase or decrease the speed continually.

PROGRAM: Press the PROGRAM button to set your desired interval setting. Programs are displayed as P1-P9 and the various intervals are shown on the face of the treadmill. P1-P9 are preset programs. Turn to Page 28 for further details on all programs.

3 & 6 (QUICK SPEED BUTTONS): These buttons are preset to the speeds of 3 or 6MPH for convenience.

USB CONNECTION:

You can plug in a device to charge via USB.

PLAYING MUSIC:

You can connect your mobile device to the treadmill to play music. You select music tracks and adjust the volume of music using your device buttons. There are 2 ways to connect:

1. Connect your device using the **AUX Wire (No. D20)**.
2. Connect your device using Bluetooth.

To connect using Bluetooth, make sure the **AUX Wire (No. D20)** is disconnected. If the **AUX Wire (No. D20)** is connected, the Bluetooth will not function. From your mobile device, select SYMK from the list of available devices and connect.

If the mobile device receives a phone call while it is connected using Bluetooth, the treadmill Bluetooth will automatically disconnect. When you want to resume playing music on the treadmill, you will have to connect again.



SUNNY HEALTH & FITNESS APP

SUNNY HEALTH & FITNESS App allows you to track your workout! Tracking your workout progress is a key factor in achieving better results and building endurance. To better assist you with tracking your workout progress, your treadmill has been designed to be compatible with the SUNNY HEALTH & FITNESS App. NOTE: This app will require Bluetooth connectivity to connect to the treadmill.



Android



iOS

Scan the QR barcode to directly locate SUNNY HEALTH & FITNESS App in the App Store on your device. In order to scan the QR Code, you must first download the QR READER App on your device. Available in both Apple App Store & Google Play Store.

LUBRICATION REMINDER:

Your treadmill needs lubrication maintenance every 188 miles. The system will release a beeping sound every 10 seconds and display an “OIL” icon on your display to remind you when it’s time. Please read the LUBRICATING THE TREADMILL on Page 19 to learn the proper steps to lubricating your treadmill. Apply the lubricant to the middle of the running board on both sides. After application, press and hold the STOP button for 3 seconds to clear the “OIL” reminder.

INTERVAL PROGRAMS (P1-P9):

Press the M button to select an interval setting. Programs are displayed as P1-P9. Select the desired program, and the console will display a countdown starting from 10:00 MINS, press SPEED +/- buttons if you wish to increase or decrease the exercise time. Press the START button to start the interval program. The interval program is divided into 10 sections. Each exercise time equals the setting time divided by 10. When the speed enters the next interval, the treadmill will beep, and the speed will be changed according to the set interval. Press SPEED +/- buttons to change the SPEED. After finishing one program, the system will beep and display END. The treadmill will gradually come to a stop, then automatically reset to the initial setting after 5 seconds.

PROG \ TIME		TIME INTERVAL= setting time/10									
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
P1	SPEED	1.2	2.5	1.8	2.5	1.8	3.1	2.5	1.2	3.1	1.8
P2	SPEED	1.2	3.1	2.5	3.7	2.5	3.7	2.5	1.2	2.5	1.2
P3	SPEED	1.2	3.1	2.5	3.1	2.5	3.1	2.5	1.2	1.8	1.2
P4	SPEED	1.8	3.7	4.3	3.1	5	3.1	5.6	3.7	2.5	1.8
P5	SPEED	1.8	3.7	4.3	3.1	5	3.7	4.3	3.7	2.5	1.8
P6	SPEED	1.2	5	3.7	2.5	3.1	5.6	4.3	3.1	2.5	1.8
P7	SPEED	1.2	3.7	4.3	2.5	2.5	4.3	2.5	1.2	2.5	1.2
P8	SPEED	1.2	2.5	3.7	5	4.3	5	3.7	1.2	1.8	1.2
P9	SPEED	1.2	2.5	3.1	3.1	3.7	3.1	3.7	1.8	1.8	1.2

TREADMILL FUNCTIONS

SAFETY LOCK FUNCTION:

Removing the **Safety Key (No. D07)** from the computer console while the treadmill is running will cause it to stop immediately. Once the treadmill reaches a full stop, the window display of the computer will show “- -” and the buzzer will beep 3 times. To start the treadmill again, insert the magnet end of the **Safety Key (No. D07)** into the computer console and press the START button.

POWER SAVE FUNCTION:

When the treadmill has been inactive for 10 minutes, it will enter Power Saving Mode. While the treadmill is in this mode, the window display of the computer will be turned off. To turn it back on, press any button.

I POWER ON:

Flick the power switch to this symbol to turn on the treadmill.

O POWER OFF:

Flick the power switch to this symbol to turn the treadmill off at anytime. This includes during exercise.

SAFETY NOTE:

1. We recommend that you maintain a slow speed at the beginning of a session and hold the handrails until you have become familiar with the treadmill.
2. Insert the magnet end of the **Safety Key (No. D07)** into the computer console and attach the opposite end (containing the safety clip on it) to your clothing before starting your workout. To end your workout, press the STOP button or remove the **Safety Key (No. D07)** and the treadmill will stop immediately.

EXERCISE INSTRUCTIONS

GETTING STARTED:

Before starting any exercise program, you should consult your physician to determine if you have any medical or physical conditions that could put your health and safety at risk or prevent you from using the equipment properly.

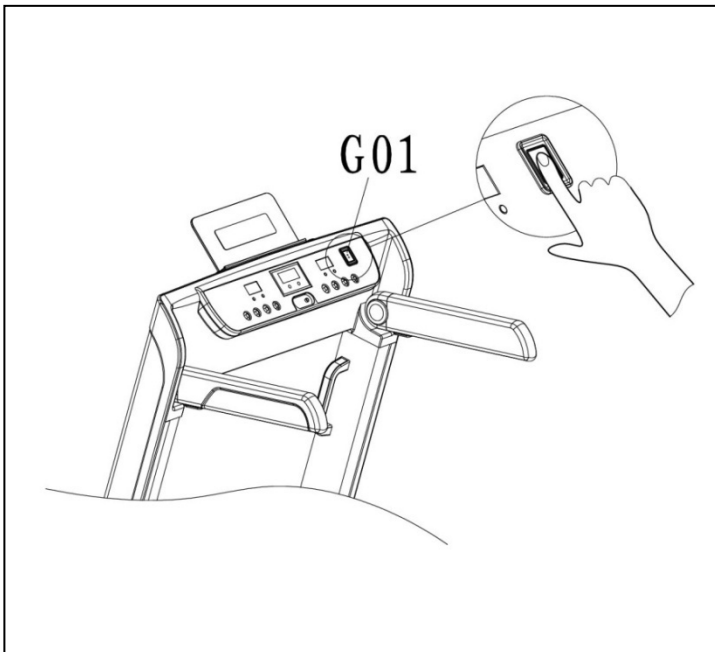
Be aware of your body's signals. Incorrect or excessive exercise can damage your health.

Stop exercising immediately if you experience any of the following symptoms: pain, tightness in your chest, irregular heartbeat, shortness of breath, lightheadedness, dizziness, or feelings of nausea.

Get to know your treadmill. Before attempting to use the treadmill take some time to stand alongside and familiarize yourself with the controls.

1. Once you get on, you can stand with your feet on the side rails and stabilize yourself by holding onto the handrails.
2. Next, attach the clip end of the Safety Key to your clothes and insert the magnetic end of the key into the computer console.
3. Press the START button to start the treadmill.
4. The treadmill will start at the system default setting speed of **0.6 MPH**. when you feel comfortable, you may slowly increase this speed.
5. When you are finished with your exercise, press the STOP button to stop the treadmill or you can remove the magnetic end of the Safety Key to stop the treadmill.

HEART RATE MEASUREMENT



It is dangerous to measure heart rate while you are running. Only measure heart rate when you stop running.

Softly press **Infrared Heart Rate Sensor Button (No. G01)** to measure your heart rate.

Do not move your finger until the pulse value stops flashing.

This data is for reference only. It cannot be used for medical purposes.

TROUBLESHOOTING

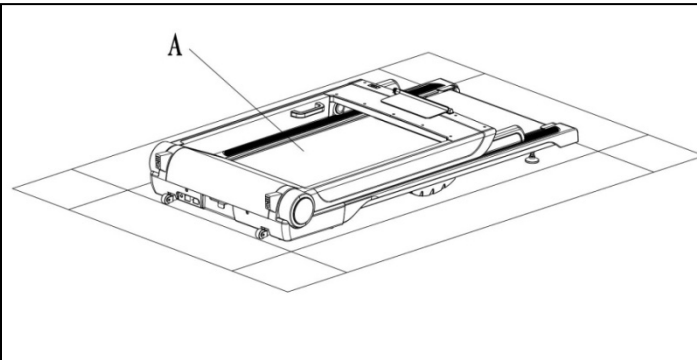
PROBLEM	POSSIBLE CAUSE	SUGGESTED ACTION
Treadmill will not start	Not plugged in.	Plug cord into outlet.
	Safety Key is not inserted.	Insert Safety Key.
Running belt not centered	Running belt tension is not correct on the left or right sides of the running board.	Tighten the adjustment bolts on the left and right side of the rear roller. (See page 18 for instructions)
Computer not working	Wires from the computer and bottom control board and not properly connected.	Check wire connections from the computer to the control board.
	Transformer is damaged.	If the transformer is damaged, contact customer service.
E01 or E13: Message failure	Wires from the computer and bottom control board are not properly connected.	Check wire connections from the computer to the control board. If the wire has been punctured or damaged, you will need to replace it. If the problem is not rectified, you may need to replace the control board.
E02: Burst clash protection	Incoming voltage is lower than 50% of the required voltage.	Check that the incoming power supply is the correct voltage.
E05: Current overload protection (Self Protecting System)	The incoming voltage is too low or too high. The control board is damaged.	Restart the treadmill. Check the incoming voltage to ensure it is correct. Check the control board, replace if damaged.
	A moving part of the treadmill is stuck and therefore the motor is unable to rotate properly.	Inspect moving parts of the treadmill to ensure that they are operating correctly. Check the motor, listen for strange noise and check for a burning smell. Replace the motor if necessary.

E06: Motor Abnormality	The motor wire is not connected, or the motor is damaged.	Check motor wires to see if the motor is connected. If the wire has been punctured or damaged, you will need to replace it. If the problem is not rectified, you may need to replace the motor.
E08: Control Board Abnormality	The control board is not connected.	Check the upper and middle wires to see if the control board is connected. If the wire has been punctured or damaged, you will need to replace it. If the problem is not rectified, you may need to replace the control board.
E10: Motor Abnormality	The motor is damaged or a moving part of the treadmill is stuck and therefore the motor is unable to rotate properly.	Inspect moving parts of the treadmill to ensure that they are operating correctly. Replace the motor if necessary.

NOTE: If you are unable to resolve an issue using the troubleshooting guide above, please contact Customer Service at support@sunnyhealthfitness.com

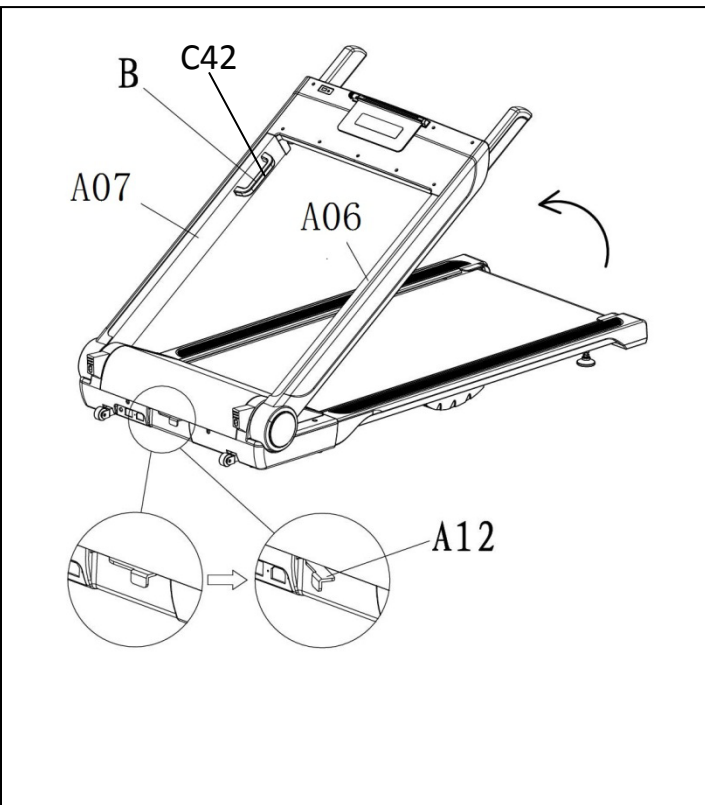
INSTRUCCIONES DE ARMADO

Valoramos su experiencia con los productos de Sunny Health and Fitness. Para obtener ayuda con las piezas o la solución de problemas, contáctenos en support@sunnyhealthfitness.com o al 1-877-90SUNNY (877-907-8669).



PASO 1:

Abra la caja y retire el contenido. Coloque la **Caminadora (n.º A)** sobre un piso nivelado. Asegúrese de tener un área de trabajo limpia y con espacio suficiente.

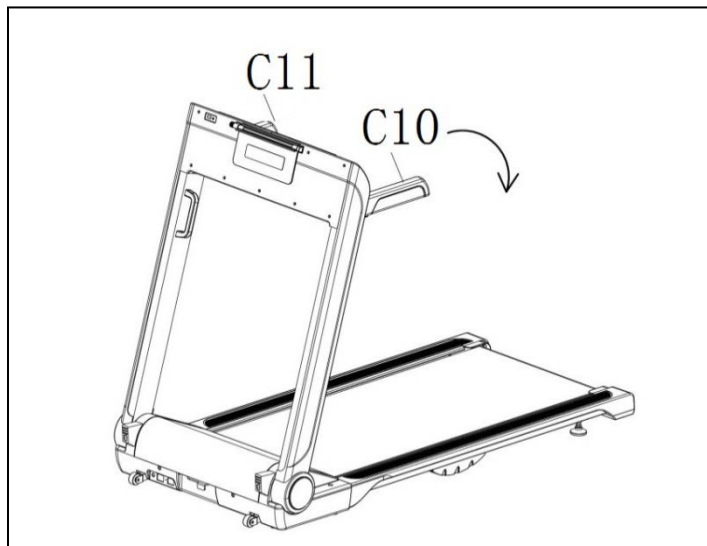


PASO 2:

Extraiga la **Placa Giratoria (n.º A12)** con su mano derecha. Al mismo tiempo, coloque su mano izquierda en el **Manubrio (n.º C42)** [*posición B*], luego levante los **Tubos Verticales (n.º A06 y n.º A07)**.

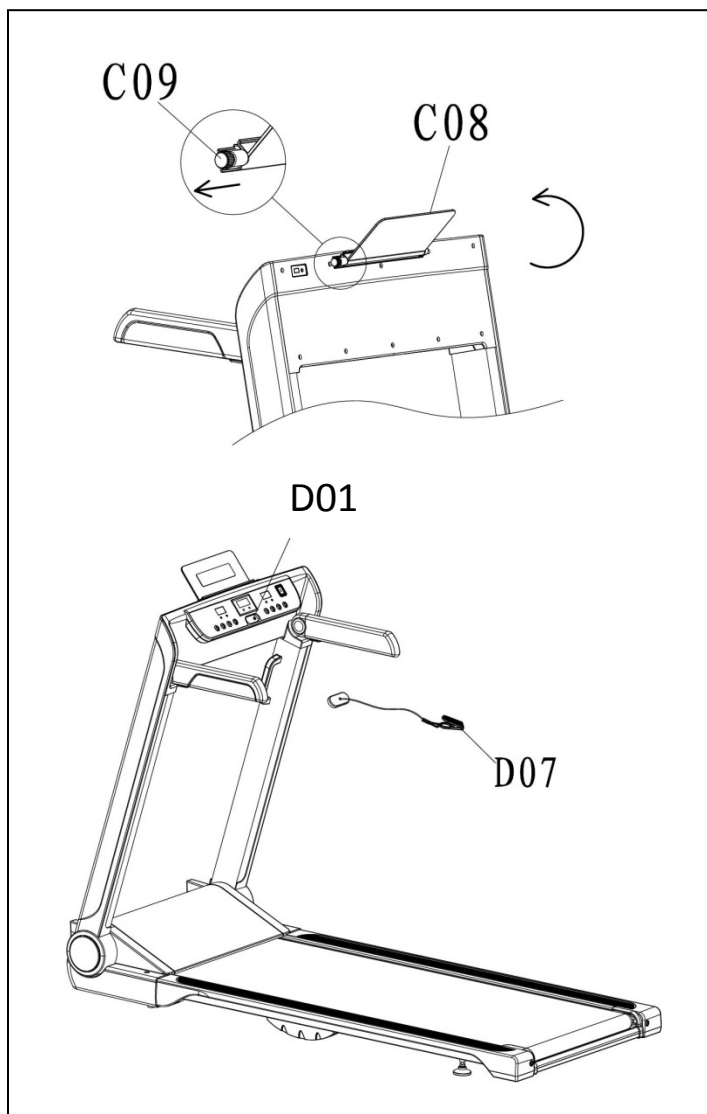
Al levantar los **Tubos Verticales de la Izquierda y Derecha (n.º A06 y n.º A07)** puede soltar la **Placa Giratoria (n.º A12)**. Escuchará un clic cuando los tubos verticales se traben con éxito.

Valoramos su experiencia con los productos de Sunny Health and Fitness. Para obtener ayuda con las piezas o la solución de problemas, contáctenos en support@sunnyhealthfitness.com o al 1-877-90SUNNY (877-907-8669).



PASO 3:

Baje las **Barras del Manubrios Izquierdo y Derecho (n.º C10 y n.º C11)** a la posición fija.



PASO 4:

Párese detrás de la caminadora. Extraiga la **Tuerca de Plástico (n.º C09)** con la mano izquierda y suba el **Soporte (n.º C08)** con la mano derecha. Una vez que el soporte esté en un ángulo adecuado, puede soltar la **Tuerca de Plástico (n.º C09)**.

Inserte la **Llave de Seguridad (n.º D07)** en la parte magnética de la **Consola (n.º D01)**.

¡El armado está completo!



¡NOTA IMPORTANTE!

Deberá lubricar la caminadora antes de usarla por primera vez. Consulte la *página 36*.

MANTENIMIENTO Y CUIDADO

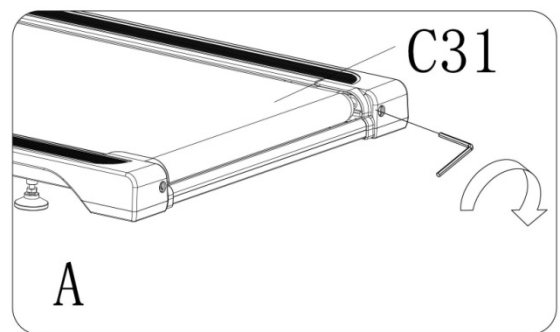
Una limpieza general le ayudará a prolongar la vida útil y el rendimiento de la caminadora. Mantenga la unidad limpia y cuidada; sacuda el polvo de los componentes periódicamente. Limpie ambos lados de la **Banda de Caminadora (n.º C31)** para evitar que se acumule polvo debajo de la **Banda de Caminadora (n.º C31)**. Mantenga limpios sus zapatos de correr para evitar que la suciedad desgaste la tabla y la **Banda de Caminadora (n.º C31)**. Limpie la superficie de la **Banda de Caminadora (n.º C31)** con un paño limpio y húmedo.

Para mantener mejor la caminadora y prolongar su vida útil, se recomienda apagar la máquina durante 10 minutos cada 2 horas y apagarla totalmente cuando no esté en uso.

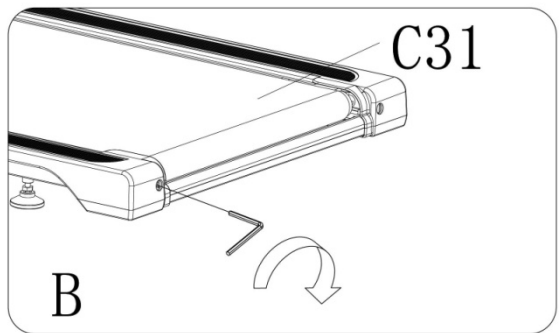
CENTRADO DE LA CAMINADORA:

Coloque la máquina sobre el nivel del suelo y configúrela a 3-5 mph para comprobar si la **Banda de Caminadora (n.º C31)** se desplaza.

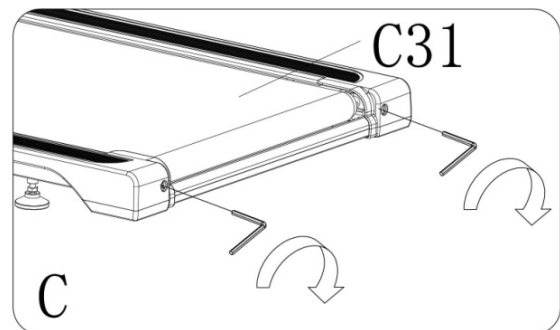
Si la **Banda de Caminadora (n.º C31)** se mueve hacia la derecha, entonces gire el perno de ajuste del lado derecho una vuelta de $\frac{1}{4}$ *hacia la derecha*, luego gire el perno de ajuste del lado izquierdo una vuelta de $\frac{1}{4}$ *hacia la izquierda*. Si la **Banda de Caminadora (n.º C31)** no se mueve, repita este paso hasta que se centre. Consulte la Figura A.



Si la **Banda de Caminadora (n.º C31)** se mueve hacia la izquierda, gire los pernos de ajuste del lado izquierdo una vuelta de $\frac{1}{4}$ *hacia la derecha*, luego gire el perno de ajuste del lado derecho una vuelta de $\frac{1}{4}$ *hacia la izquierda*. Si la **Banda de Caminadora (n.º C31)** no se mueve, repita este paso hasta que se centre. Consulte la Figura B.



Con el tiempo, la **Banda de Caminadora (n.º C31)** se aflojará. Para ajustar la banda, gire los pernos de ajuste de los lados **izquierdo** y **derecho** una vuelta completa hacia la derecha, luego compruebe la tensión de la faja. Continúe este proceso hasta que la faja tenga la tensión correcta. Asegúrese de ajustar ambos lados por igual para asegurar la alineación correcta de la faja. Consulte la



LUBRICACIÓN DE LA CAMINADORA

NOTA IMPORTANTE:

Deberá lubricar la caminadora antes de usarla por primera vez.

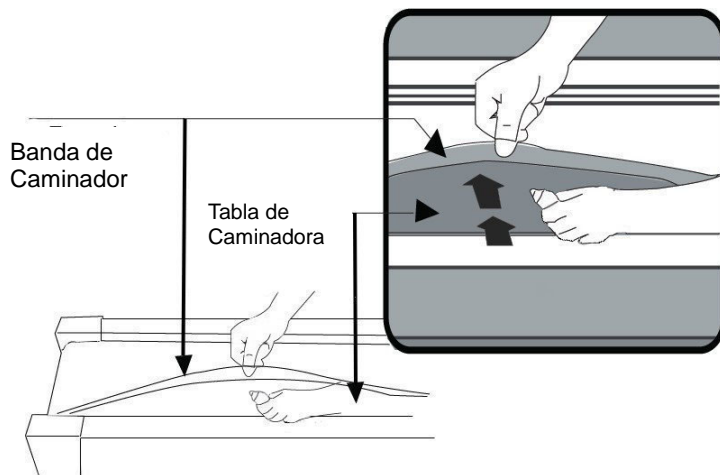
LUBRICANTE DE LA BANDA DE CAMINADORA Y DE LA CAMINADORA:

Lubricando la **Tabla de Caminadora (n.º D18)** y la **Banda para Caminadora (n.º C31)** es esencial ya que la fricción entre las dos afecta la vida útil y la función de la Caminadora. Se sugiere que el **Tabla de Caminadora (n.º D18)** y la **Banda para Caminadora (n.º C31)** sean inspeccionados regularmente. Si encuentra algún desgaste en la **Tabla de Caminadora (n.º D18)**, contáctenos en: support@sunnyhealthfitness.com.

ADVERTENCIA: Siempre desenchufe la caminadora antes de limpiarla, lubricarla o repararla.

CÓMO LUBRICAR:

1. Levante la **Banda de Caminadora (n.º C31)** en un lado y aplique lubricante en la **Tabla de Caminadora (n.º D18)**. Use un trapo para limpiar profundamente el lubricante sobre la **Tabla de Caminadora (n.º D18)**. Repita este procedimiento en el otro lado.
2. Las piezas móviles deben girar libremente y en silencio. Una condición anormal en las piezas móviles afectará la seguridad del equipo. Inspeccione y ajuste los pernos con regularidad.
3. Para mantener mejor la caminadora y prolongar su vida útil, se sugiere darle mantenimiento con regularidad.
4. **NO AFLOJE NI HAGA AJUSTES A LA BANDA DE CAMINADORA CUANDO SE APLICA LA LUBRICACIÓN.** Una **Banda de Caminadora (n.º C31)** suelta hará que el corredor se deslice durante el uso, mientras que una **Banda de Caminadora (n.º C31)** demasiado apretada afectará negativamente el rendimiento del motor y creará más fricción entre el rodillo y la **Banda de Caminadora (n.º C31)**. La tensión más adecuada para la **Banda de Caminadora (n.º C31)** es cuando se jala 50-75 mm de la **Tabla de Caminadora (n.º D18)**.



Se recomienda la siguiente tabla de mantenimiento:

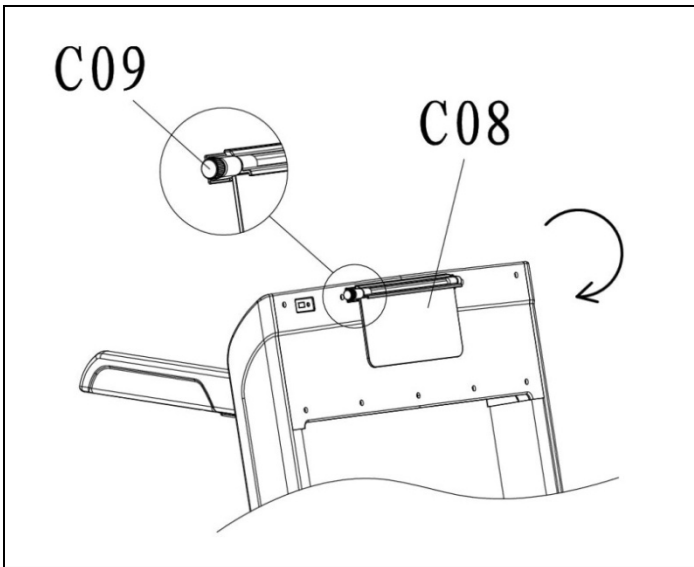
Usuario moderado (menos de 3 horas a la semana)	<i>cada seis meses</i>
Usuario intermedio (3-5 horas a la semana)	<i>cada tres meses</i>
Usuario frecuente (más de 5 horas a la semana)	<i>cada dos meses</i>

INSTRUCCIONES DE PLEGADO

PASO 1:

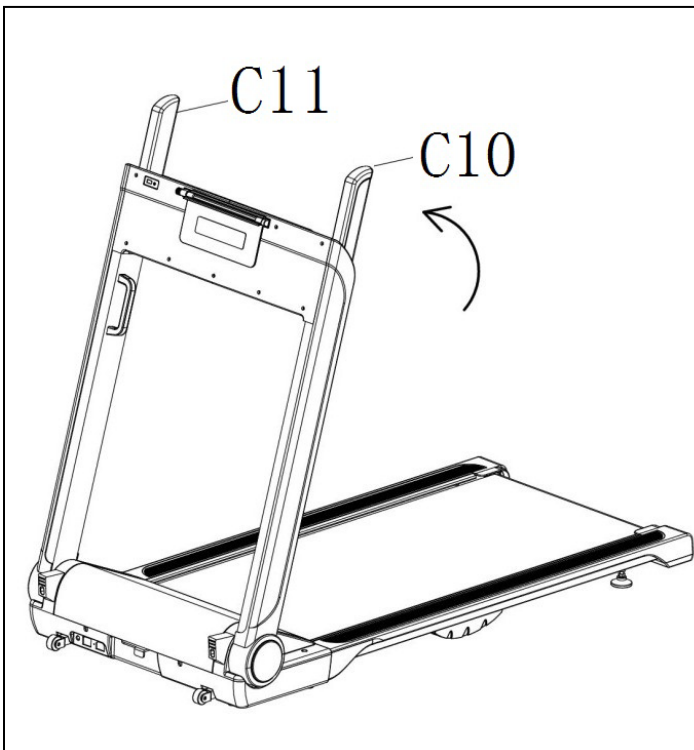
NOTA: Siempre desenchufe la caminadora antes de plegarla.

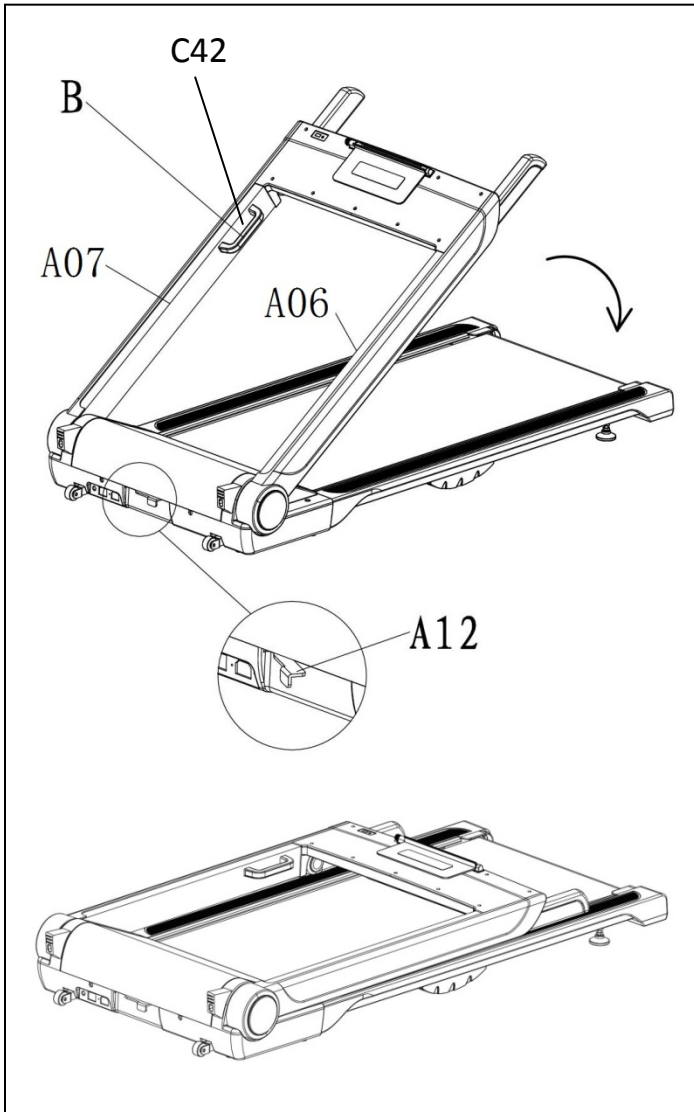
Extraiga la **Tuerca de Plástico (n.º C09)** con la mano izquierda y baje el **Soporte (n.º C08)** con la mano derecha. Una vez que el soporte alcance un ángulo adecuado, suelte la **Tuerca de Plástico (n.º C09)**.



PASO 2:

Suba las **Barras del Manubrios Izquierdo y Derecho (n.º C10 y n.º C11)** a la posición fija.



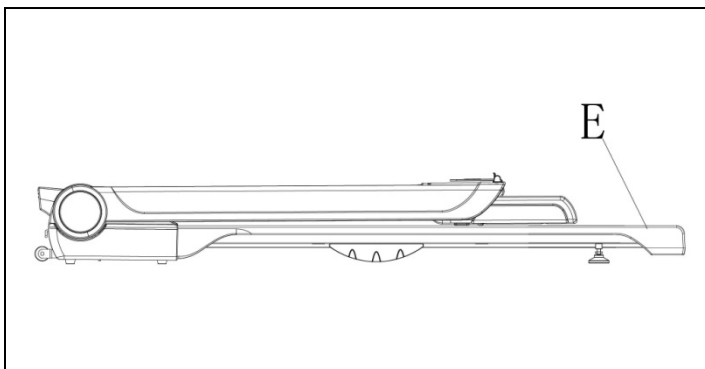


PASO 3:

Extraiga la **Placa Giratoria (n.º A12)** con la mano derecha y coloque la mano izquierda en el **Manubrio (n.º C42)** [**Posición B**]. Luego empuje hacia abajo los **Tubos Verticales de la Izquierda y Derecha (n.º A06 y n.º A07)** al mismo tiempo.

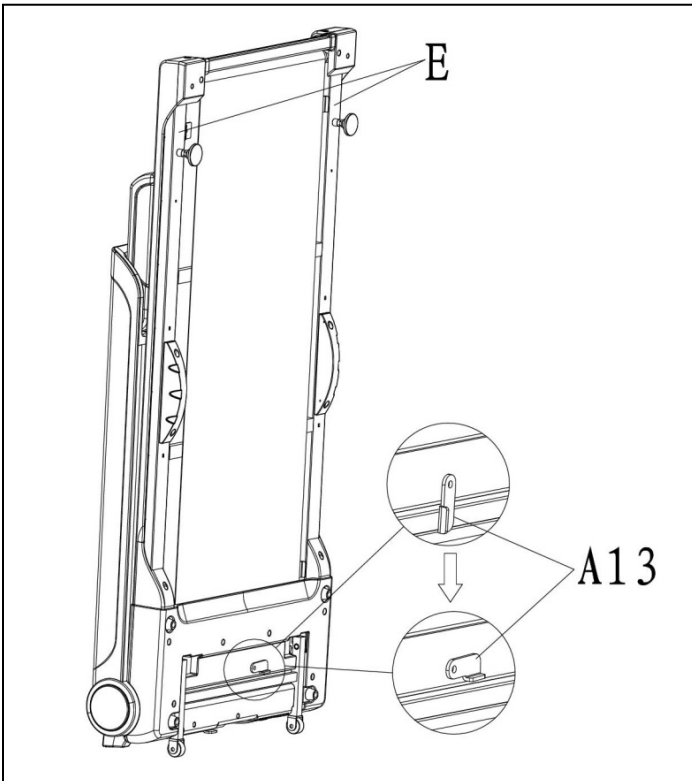
Al empujar hacia abajo los **Tubos Verticales de la Izquierda y Derecha (n.º A06 y n.º A07)** puede soltar la **Placa Giratoria (n.º A12)**.

NOTA: Coloque siempre la mano izquierda en el **Manubrio (n.º C42)** [**Posición B**] cuando empuje hacia abajo los tubos verticales para evitar que los tubos se caigan y lesionen sus manos.



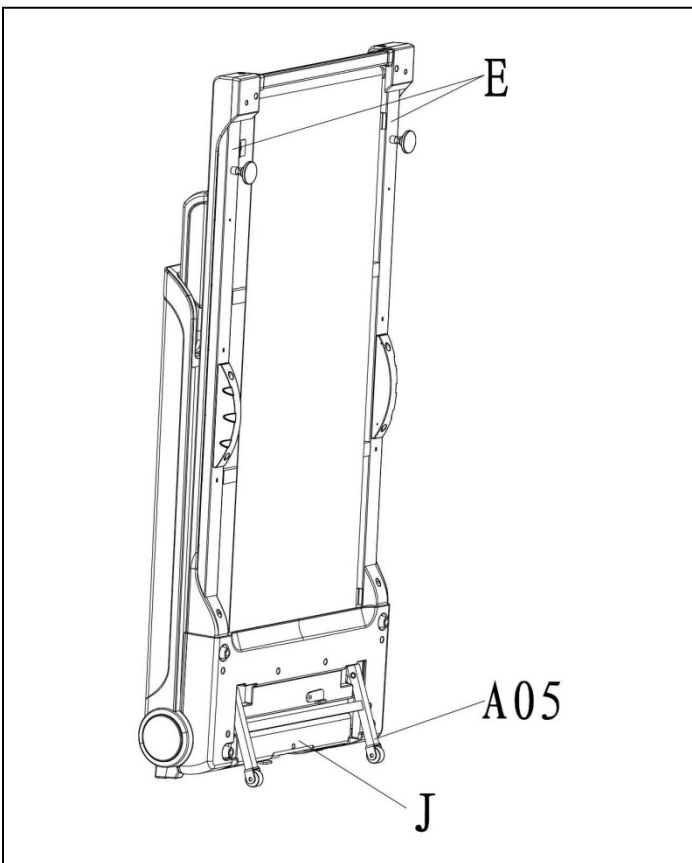
PASO 4:

Coloque su mano en la **Posición E**, y luego levante la caminadora.



PASO 5:

Coloque su mano en la Posición E, y con su pie, gire la **Tablero Fijo Plegable (n.º A13)** a la posición horizontal.



PASO 6:

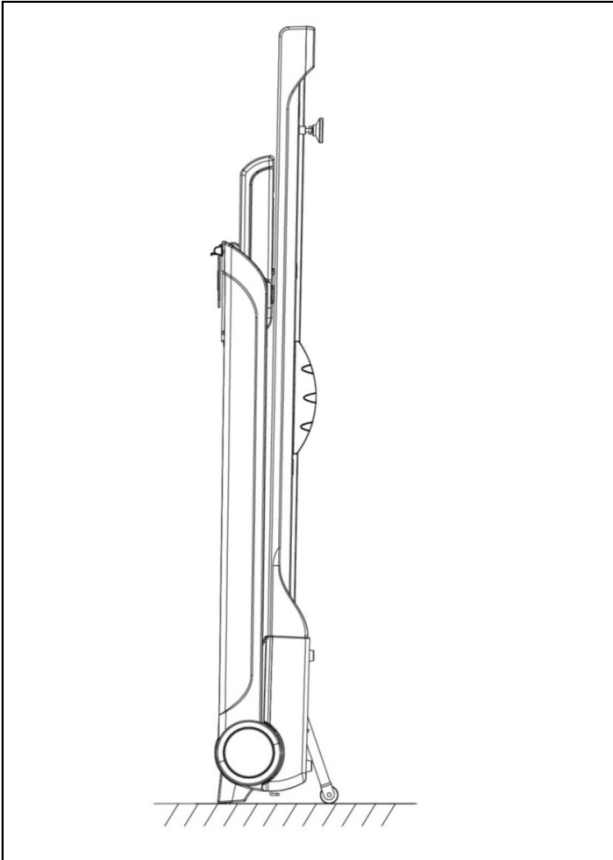
Agarre la caminadora en la Posición E con su mano. Luego, con el pie, presione firmemente la caminadora en la posición J. Incline con cuidado la máquina para correr hacia adelante. El **Marco Plegable (n.º A05)** se liberará automáticamente.

¡El plegado está completo!

ALMACENAMIENTO DE LA CAMINADORA

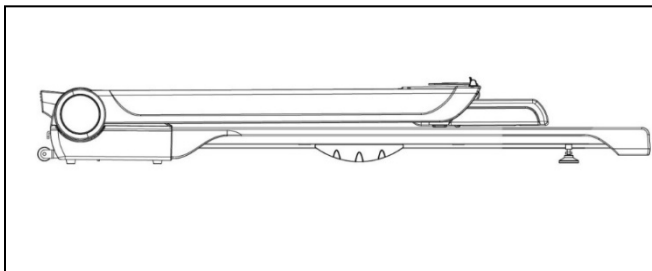
Esta caminadora está diseñada para ahorrar espacio. Puede optar por almacenar la caminadora de forma vertical u horizontal.

A. Almacenamiento Vertical



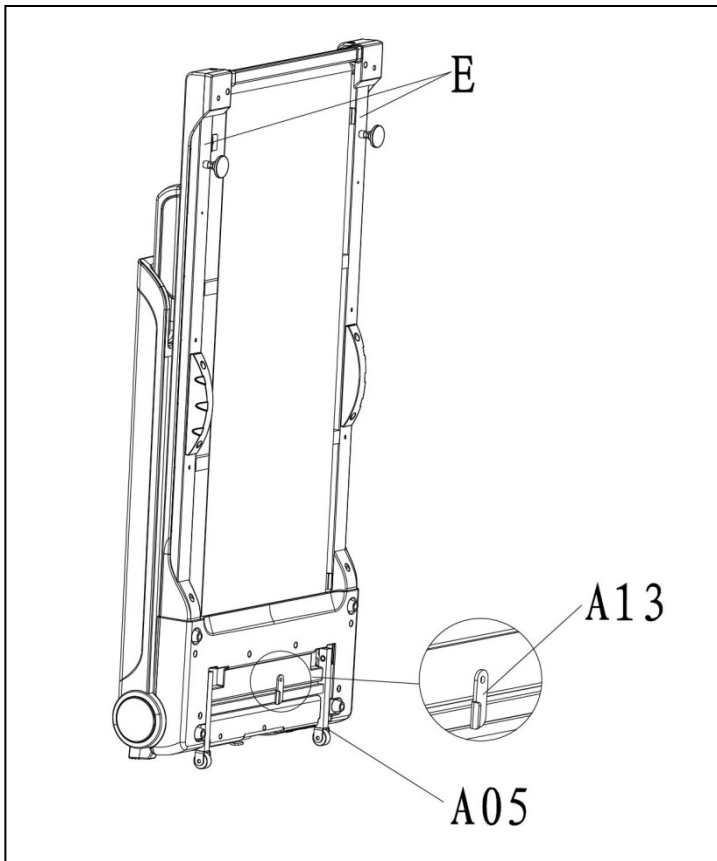
Después de plegar, coloque la caminadora cerca de la pared para evitar que caiga. Manténgala fuera del alcance de los niños.

B. Almacenamiento Horizontal



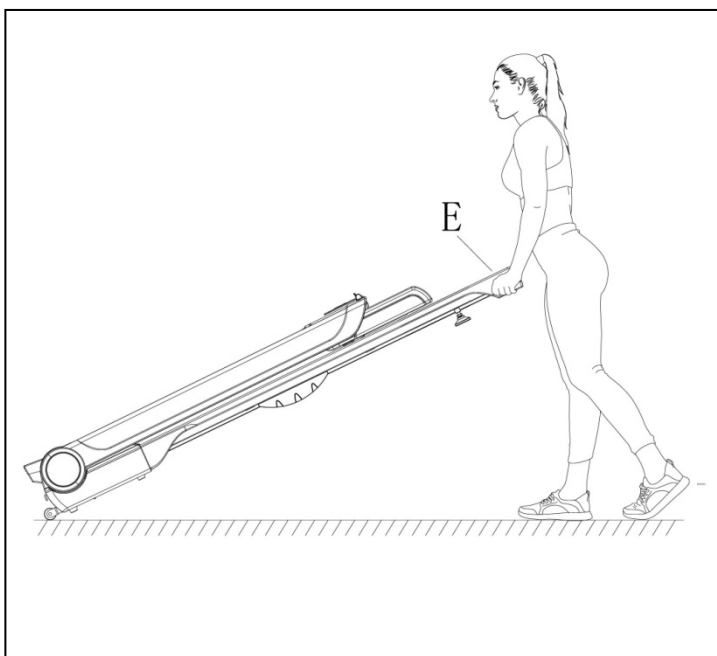
Después de plegar, puede almacenar la caminadora debajo de la mesa o cualquier otro espacio disponible.

CÓMO MOVER LA CAMINADORA



Coloque sus manos en la posición E.

Coloque el **Marco Plegable (n.º A05)** dentro de la parte inferior de la caminadora y gire la **Placa Fija Plegable (n.º A13)** de forma vertical con su pie para fijar el **Marco Plegable (n.º A05)**.



Para transportar, sostenga la caminadora en la posición E e incline hasta que las ruedas de transporte puedan moverse suavemente.

INFORMACIÓN IMPORTANTE DE ELECTRICIDAD

ADVERTENCIA: Esta caminadora requiere una fuente de alimentación de **10 amperios (100-120V)** para que pueda funcionar correctamente. Para su seguridad y para la seguridad de los demás, verifique que la fuente de alimentación sea la correcta antes de enchufar el equipo. Una fuente de alimentación por encima o por debajo de este nivel podría provocar un gran daño al equipo o al usuario.

MÉTODOS DE CONEXIÓN A TIERRA:

Este producto debe estar conectado a tierra. La conexión puesta a tierra ofrece menor resistencia a la corriente eléctrica y reduce el riesgo de descarga eléctrica. El enchufe debe conectarse a una toma de corriente apropiada que esté debidamente instalada y conectada a tierra, de acuerdo con todos los códigos y ordenanzas locales. Asegúrese de que el producto esté conectado a una toma de corriente que tenga la misma configuración que el enchufe. No utilice adaptador para este producto.

Este producto es para uso en un circuito nominal de 100-120 V y tiene un enchufe de conexión a tierra que se parece al enchufe ilustrado en el esquema A. Asegúrese de que el producto esté conectado a una toma de corriente que tenga la misma configuración que el enchufe. No se debe usar ningún adaptador con este producto.

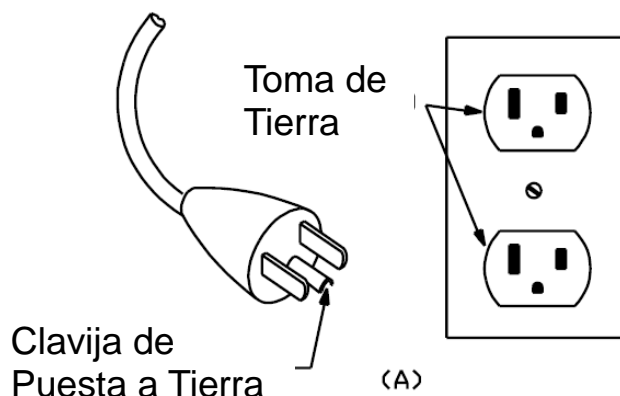
PELIGRO:

Una conexión incorrecta del conductor de conexión puesta a tierra del equipo puede provocar una descarga eléctrica. Consulte con un electricista certificado si tiene dudas sobre la conexión puesta a tierra adecuada del producto. No cambie el enchufe que viene con el producto. Si no encaja en la toma de corriente, pídale a un electricista que instale una toma de corriente adecuada.

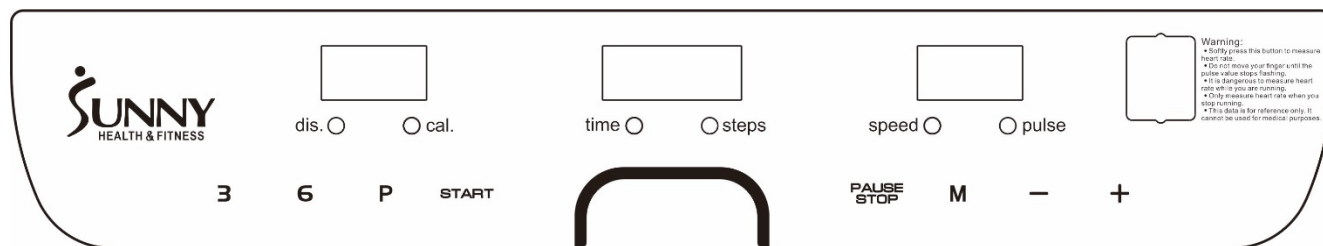
¡ADVERTENCIA!

1. NUNCA utilice una toma de corriente de pared con interrupción diferencial por falla a tierra o GFCI por sus siglas inglés con esta caminadora. Verifique que no haya ningún cable de alimentación en las piezas móviles de la banda, incluido el mecanismo de elevación y las ruedas de transporte.
2. NUNCA opere la máquina con un generador o fuente de alimentación UPS.
3. NUNCA retire ninguna cubierta sin antes desconectar la alimentación de CA.
4. NUNCA exponga la máquina a la lluvia o a la humedad. Esta máquina no está diseñada para ser usada al aire libre, cerca de piscinas o en ningún otro ambiente de alta humedad.

MÉTODO DE PUESTA A TIERRA



INSTRUCCIONES DE USO



INICIO RÁPIDO:

1. Inserte el extremo magnético de la llave de seguridad en la consola de la computadora. Encienda el interruptor de encendido.
2. Pulse el botón START (Inicio) y el sistema mostrará automáticamente una cuenta regresiva de 3 segundos. Una vez que la cuenta regresiva llegue a cero, la banda de caminadora comenzará a arrancar a una **velocidad predeterminada de 0,6 MPH (1 km/h)**.
3. Para ajustar la velocidad, puede usar los BOTONES SPEED +/-.

***NOTA: La velocidad máxima en esta máquina es 9,0 MPH (14.5 km/h).**

FUNCIONES DE CONTROL:

1. Pulse el botón de velocidad "-" para disminuir la velocidad.
2. Pulse el botón de velocidad "+" para aumentar la velocidad.
3. Presionar el botón STOP (Detener/Pausar) PAUSARÁ la banda de caminadora y los datos de entrenamiento actuales durante la ejecución. En el modo de pausa, si presiona el botón "START" (Inicio) nuevamente, la máquina continuará funcionando. Si presiona el botón "STOP" (Detener/Pausar), la máquina terminará la sesión de entrenamiento actual por completo.
4. Presione suavemente el botón del sensor infrarrojo de frecuencia cardíaca (n.º G01) para medir el ritmo cardíaco.

PANTALLA:

Cada pantalla mostrará alternativamente cada función cada poco segundo.

VELOCIDAD/PULSO: El rango de velocidad es 0,6-9,0 MPH (1-14.5 km/h). 0,6 MPH (1 km/h) es la velocidad de funcionamiento predeterminada. Cuando el corredor pone su dedo en el sensor de pulso (ubicado en la consola), el sistema calculará el ritmo cardíaco del corredor y lo mostrará en la pantalla. El rango de pulso es 50-200 latidos/min (Esta información es solo como referencia y no se la puede utilizar como datos médicos).

TIEMPO/PASOS: Muestra el tiempo transcurrido. La pantalla comienza a 0:00 minutos:segundos. Después de que llegue a 59:59 minutos:segundos, la pantalla cambiará a 01:00 horas:minutos. La visualización máxima del tiempo transcurrido es de 18:00 horas:minutos. Cuando el tiempo transcurrido alcance el máximo, la máquina continuará funcionando. Comenzará la cuenta nuevamente desde 0:00. Al configurar en "Countdown Mode" (modo de cuenta regresiva), se contará desde el tiempo ingresado hasta 0:00. Cuando el reloj llegue a 0:00, la máquina se detendrá suavemente y mostrará la palabra "End" (Fin), luego reiniciará automáticamente después de 5 segundos. El tiempo máximo de cuenta atrás es de 99:00 minutos:segundos.

Muestra los pasos que el usuario ha caminado. Cuando se muestran los pasos, contará de 0 a 99999, cuando llegue hasta 99999, volverá a contar desde 0.

CALORÍAS/DISTANCIA: Muestra la cantidad de calorías quemadas (0 a 999). Cuando la cuenta llegue a 999, se reiniciará y empezará desde 0. Al configurar en "Countdown Mode" (modo de cuenta regresiva), se contará desde la configuración deseada hasta 0. Cuando llegue a 0, la máquina se detendrá suavemente y mostrará la palabra "End" (fin), luego se reiniciará automáticamente en la configuración inicial después de 5 segundos. Muestra la distancia recorrida (0,0-99,9 millas). Cuando el reloj llegue a 99,9, se reiniciará en 0,00 y empezará a contar nuevamente desde 0,0. Al configurar en "Countdown Mode" (modo de cuenta regresiva), se contará desde la información ingresada hasta 0,00. Cuando llegue a 0,00, la máquina se detendrá suavemente y mostrará la palabra "End" (fin), luego se reiniciará automáticamente en la configuración inicial después de 5 segundos. Al configurar PROGRAMAS (programas), la velocidad estará programada en intervalos; los PROGRAMAS van de P1 a P9.

PROGRAMAS	Inicial	Valor predeterminado	Rango de configuración	Rango de visualización
HORA (MIN: SEGUNDO)	0:00	15:00	5:00-99:00	0:00—99:00
VELOCIDAD (MPH)	0,6	0,6	0,6-9,0	0,6-9,0
DISTANCIA (MILLA)	0,00	1,00	0,50-99,9	0,00—99,9
PULSO (LATIDO POR MINUTO)	P	N/A	N/A	50-200
CALORIAS (KCAL)	0	50	10-999	0—999

TECLAS DE FUNCIÓN:

INICIO: Para arrancar la máquina, inserte el extremo magnético de la **Llave de Seguridad (n.º D07)** en la consola y luego pulse el botón START (inicio). Se necesita la llave de seguridad para poder operar esta máquina.

DETENER/PAUSAR: Este botón tiene funciones de DETENER y PAUSAR. Durante la ejecución, presione este botón, la máquina hará una pausa, y se guardarán todos los datos, la pantalla mostrará "PAU"; en el modo de pausa, si presiona el botón "START" (inicio), la máquina continuará funcionando. Si presiona el botón "STOP" (detener), la máquina se detendrá y todos los datos recuperarán la configuración inicial.

MODO: Cuando esté detenida, pulse en este botón para seleccionar un MODO. Si presiona una vez, se ingresará "0.0", el modo de operación predeterminado. H1 es el modo de cuenta regresiva TIME (tiempo) que comienza a partir de los 15:00 MINUTOS. H2 es el modo de cuenta regresiva de DISTANCE (distancia) que comienza en 1 MILLA y H3 es el modo de cuenta regresiva de CALORIES (calorías) que comienza desde 50 KCAL. P1-P2 P9 son programas preestablecidos. Al configurar cada modo y programa, puede presionar la velocidad +/- para aumentar o disminuir los datos configurados. Pulse el botón START (inicio) para iniciar la máquina.

BOTONES DE VELOCIDAD +/-: Presione los botones +/- para aumentar o disminuir la velocidad en incrementos de 0,1 MPH. Si mantiene pulsado cualquiera de estos dos botones por más de ½ segundo, la velocidad aumentará o disminuirá continuamente.

PROGRAMA: Pulse el botón PROGRAM (programa) para ajustar la configuración de intervalo deseado. Los programas se visualizan como P1-P9 y los diversos intervalos se muestran en la parte delantera de la caminadora. P1-P9 son programas preestablecidos. Vaya a la página 46 para obtener más detalles sobre todos los programas.

3 y 6 (BOTONES DE VELOCIDAD RÁPIDA): Estos botones están predefinidos en velocidades de 3 o 6 MPH para mayor comodidad.

CONEXIÓN USB:

Puede conectar un dispositivo para cargar a través de USB.

REPRODUCIR MÚSICA:

Puede conectar su dispositivo móvil a la caminadora para escuchar música. Usted elige las pistas musicales y ajusta el volumen de la música usando los botones de su dispositivo. Hay 2 formas de conectarse:

1. Conecte su dispositivo usando el **Cable AUX (n.º D20)**.
2. Conecte su dispositivo usando Bluetooth.

Para conectar usando Bluetooth, asegúrese de que el **Cable AUX (n.º D20)** esté desconectado. Si el **Cable AUX (n.º D20)** está conectado, el Bluetooth no funcionará. Desde su dispositivo móvil, seleccione SYMK de la lista de dispositivos disponibles y conéctese.

Si el dispositivo móvil recibe una llamada telefónica mientras está conectado mediante Bluetooth, el Bluetooth de la caminadora se desconectará automáticamente. Cuando desee reiniciar la reproducción de música en la caminadora, tendrá que volver a conectarse.



APLICACION DE SUNNY HEALTH & FITNESS

La aplicación de SUNNY HEALTH & FITNESS le permite grabar su entrenamiento! Seguimiento del progreso de su entrenamiento es un factor importante para lograr mejores resultados y desarrollar resistencia. Para asistirlo en el seguimiento del progreso de su entrenamienito, su caminadora esta diseñado para ser compatible con la aplicación de SUNNY HEALTH & FITNESS. NOTA: Esta aplicación requerirá conectividad Bluetooth para conectarse a la caminadora.



Android



iOS

Escanee el código de barras QR para localizar la aplicación SUNNY HEALTH & FITNESS en su dispositivo. Para escanear el Código QR, primero debe descargar la aplicación 'QR READER' en su dispositivo. Disponible en Apple App Store y Google Play Store.

RECORDATORIO DE LUBRICACIÓN:

Su caminadora necesita mantenimiento de lubricación cada 300 km. El sistema emitirá un pitido cada 10 segundos y mostrará un icono de "OIL" (aceite) en la pantalla para recordarle cuándo es el momento. Lea LUBRICACIÓN DE LA CAMINADORA en la página 36 para conocer los pasos adecuados para lubricar su máquina. Aplique el aceite lubricante en el centro de la tabla de caminadora en ambos lados. Después de la aplicación, mantenga presionado el botón STOP (detener) durante 3 segundos para borrar el "OIL" recordatorio.

PROGRAMAS DE INTERVALO (P1-P9):

Pulse el botón M para seleccionar un ajuste de intervalo. Los programas se muestran como P1-P9. Seleccione el programa, y la consola mostrará una cuenta regresiva desde los 10:00 MINUTOS, pulse los BOTONES DE VELOCIDAD +/- si desea aumentar o disminuir el tiempo de ejercicio. Pulse el botón START (inicio) para iniciar el programa de intervalos deseado. El programa de intervalos está dividido en 10 secciones. Cada tiempo de ejercicio equivale al tiempo configurado dividido entre 10. Cuando la velocidad llegue al siguiente intervalo, la caminadora emitirá un pitido y la velocidad variará según el intervalo establecido. Pulse los BOTONES DE VELOCIDAD +/- para cambiar la VELOCIDAD. Después de terminar un programa, el sistema emitirá un pitido y mostrará la palabra END (fin). la máquina se detendrá gradualmente y luego se reiniciará automáticamente después de 5 segundos.

PROG \ TIEMPO		INTERVALO DE TIEMPO = tiempo configurado/10									
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
P1	SPEED (VELOCIDAD)	1,2	2,5	1,8	2,5	1,8	3,1	2,5	1,2	3,1	1,8
P2	SPEED (VELOCIDAD)	1,2	3,1	2,5	3,7	2,5	3,7	2,5	1,2	2,5	1,2
P3	SPEED (VELOCIDAD)	1,2	3,1	2,5	3,1	2,5	3,1	2,5	1,2	1,8	1,2
P4	SPEED (VELOCIDAD)	1,8	3,7	4,3	3,1	5	3,1	5,6	3,7	2,5	1,8
P5	SPEED (VELOCIDAD)	1,8	3,7	4,3	3,1	5	3,7	4,3	3,7	2,5	1,8
P6	SPEED (VELOCIDAD)	1,2	5	3,7	2,5	3,1	5,6	4,3	3,1	2,5	1,8
P7	SPEED (VELOCIDAD)	1,2	3,7	4,3	2,5	2,5	4,3	2,5	1,2	2,5	1,2
P8	SPEED (VELOCIDAD)	1,2	2,5	3,7	5	4,3	5	3,7	1,2	1,8	1,2
P9	SPEED (VELOCIDAD)	1,2	2,5	3,1	3,1	3,7	3,1	3,7	1,8	1,8	1,2

FUNCIONES DE LA CAMINADORA

BLOQUEO DE SEGURIDAD:

Al extraer la **Llave de Seguridad (n.º D07)** de la consola de la computadora mientras la máquina esté en funcionamiento, esta se detendrá inmediatamente. Cuando la caminadora se detenga por completo, en la pantalla de la computadora aparecerá "- -" y el timbre sonará 3 veces. Para volver a iniciar la máquina, inserte el extremo magnético de la **Llave de Seguridad (n.º D07)** en la consola de la computadora y pulse el botón START (inicio).

AHORRO DE ENERGÍA:

Cuando la máquina esté inactiva por 10 minutos, entrará en modo de ahorro de energía. Mientras que esté en este modo, la pantalla de la computadora estará apagada. Para volver a encenderla, pulse cualquier botón.

I ENCENDIDO:

Gire el interruptor de encendido a este símbolo para encender la caminadora.

O APAGADO:

Gire el interruptor de encendido a este símbolo para apagar la caminadora en cualquier momento. Incluso durante el ejercicio.

NOTA DE SEGURIDAD:

1. Le recomendamos que mantenga una velocidad lenta al comienzo de una sesión y sujete los pasamanos hasta que se familiarice con la caminadora.
2. Inserte el extremo magnético de la **Llave de Seguridad (n.º D07)** en la consola de la computadora y enganche el extremo opuesto (que contiene el clip de seguridad) a su ropa antes de comenzar su entrenamiento. Para finalizar su entrenamiento, pulse el botón STOP (Detener/Pausar) o retire la **Llave de Seguridad (n.º D07)** y la máquina se detendrá inmediatamente.

INSTRUCCIONES DE EJERCICIO

COMIENZO:

Antes de comenzar algún programa de ejercicios, deberá consultar con su médico para determinar si tiene alguna condición médica o física que pudiera poner en riesgo su salud y seguridad o que pudiera impedir que utilice correctamente el equipo.

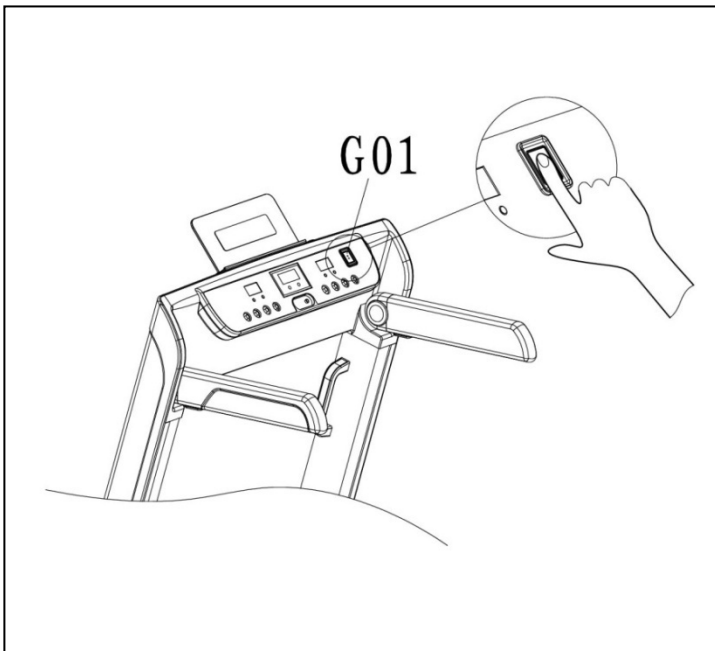
Esté atento a las señales que le envía su cuerpo. Ejercitarse de manera incorrecta o excesiva puede dañar su salud.

Deje de hacer ejercicio inmediatamente si experimenta alguno de los siguientes síntomas: dolor, opresión en el pecho, latidos cardíacos irregulares, falta de aliento, sensación de desmayo, mareos o sensación de náuseas.

Conozca su caminadora. Antes de usar la máquina, tómese el tiempo para revisar y familiarizarse con los controles.

1. Cuando se suba a la máquina, puede poner los pies en los rieles laterales y mantener el equilibrio al sujetar los pasamanos.
2. Luego, enganche el extremo del clip de la llave de seguridad a su ropa e inserte el extremo magnético de la llave en la consola de la computadora.
3. Pulse el botón START (inicio) para arrancar la máquina.
4. La máquina arrancará a una velocidad predeterminada de **0,6 MPH (1 km/h)**. Cuando se sienta cómodo, puede aumentar lentamente esta velocidad.
5. Cuando termine con sus ejercicios, pulse el botón STOP (Detener/Pausar) para detener la máquina o retire el extremo magnético de la llave de seguridad para detenerla.

MEDICIÓN DEL RITMO CARDÍACO



Es peligroso medir el ritmo cardíaco mientras está corriendo. Solo mida el ritmo cardíaco cuando deje de correr.

Presione suavemente el botón del **Sensor Infrarrojo de Frecuencia Cardíaca (n.º G01)** para medir su ritmo cardíaco.

No mueva su dedo hasta que el valor del pulso deje de parpadear.

Esta información solo debe usarse como referencia. No puede usarse con fines médicos.

RESOLUCIÓN DE PROBLEMAS

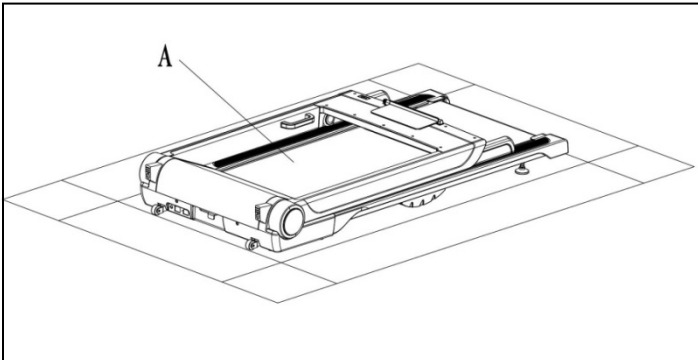
PROBLEMA	CAUSA POSIBLE	ACCIÓN SUGERIDA
La caminadora no arranca	No está enchufada.	Enchufe el cable en el tomacorriente.
	La llave de seguridad no está insertada.	Inserte la llave de seguridad.
La banda de caminadora no está centrada	La tensión de la banda de caminadora no es adecuada en los lados izquierdo o derecho del tablero.	Ajuste los pernos del lado izquierdo y derecho del rodillo posterior. (Consulte la página 35 para obtener instrucciones).
La computadora no funciona	Los cables de la computadora y del tablero de control inferior no están conectados adecuadamente.	Compruebe las conexiones de cable desde la computadora hasta el tablero de control.
	El transformador está dañado.	Si el transformador se daña, comuníquese con servicio al cliente.
E01 o E13: Mensaje de error	Los cables de la computadora y del tablero de control inferior no están conectados adecuadamente.	Compruebe las conexiones de cable desde la computadora hasta el tablero de control. Si el cable ha sido pinchado o dañado, deberá reemplazarlo. Si el problema no se corrige, es posible que deba reemplazar el tablero de control.
E02: Protección de explosión	El voltaje entrante es menor que el 50 % del voltaje requerido.	Verifique que la fuente de alimentación de entrada tenga el voltaje correcto.
E05: Protección contra sobrecarga eléctrica (sistema de autoprotección)	El voltaje entrante es demasiado bajo o demasiado alto. La placa de control está dañada.	Reinicie la caminadora. Verifique el voltaje entrante para asegurarse de que sea correcto. Verifique la placa de control, reemplácela si está dañada.
	Una pieza móvil de la caminadora está atascada y, por lo tanto, el motor no puede girar correctamente.	Inspeccione las partes móviles de la caminadora para asegurarse de que estén funcionando correctamente. Verifique el motor, escuche para identificar ruidos extraños y asegúrese de que no haya olor a quemado. Reemplace el motor si es necesario.

E06: Anormalidad del motor	El cable del motor no está conectado o el motor está dañado.	Compruebe los cables del motor para revisar si el motor está conectado. Si el cable ha sido pinchado o dañado, deberá reemplazarlo. Si el problema no se soluciona, es posible que deba reemplazar el motor
E08: Anormalidad en el tablero de control	El tablero de control no está conectado.	Compruebe los cables superior e intermedio para ver si el tablero de control está conectado. Si el cable ha sido pinchado o dañado, deberá reemplazarlo. Si el problema no se corrige, es posible que deba reemplazar el tablero de control.
E10: Anormalidad del motor	El motor está dañado o una pieza móvil de la caminadora está atascada y, por lo tanto, el motor no puede girar correctamente.	Inspeccione las partes móviles de la caminadora para asegurarse de que estén funcionando correctamente. Reemplace el motor si es necesario.

NOTA: Si no puede resolver un problema a través de la guía de resolución de problemas anterior, comuníquese con Servicio al Cliente: support@sunnyhealthfitness.com

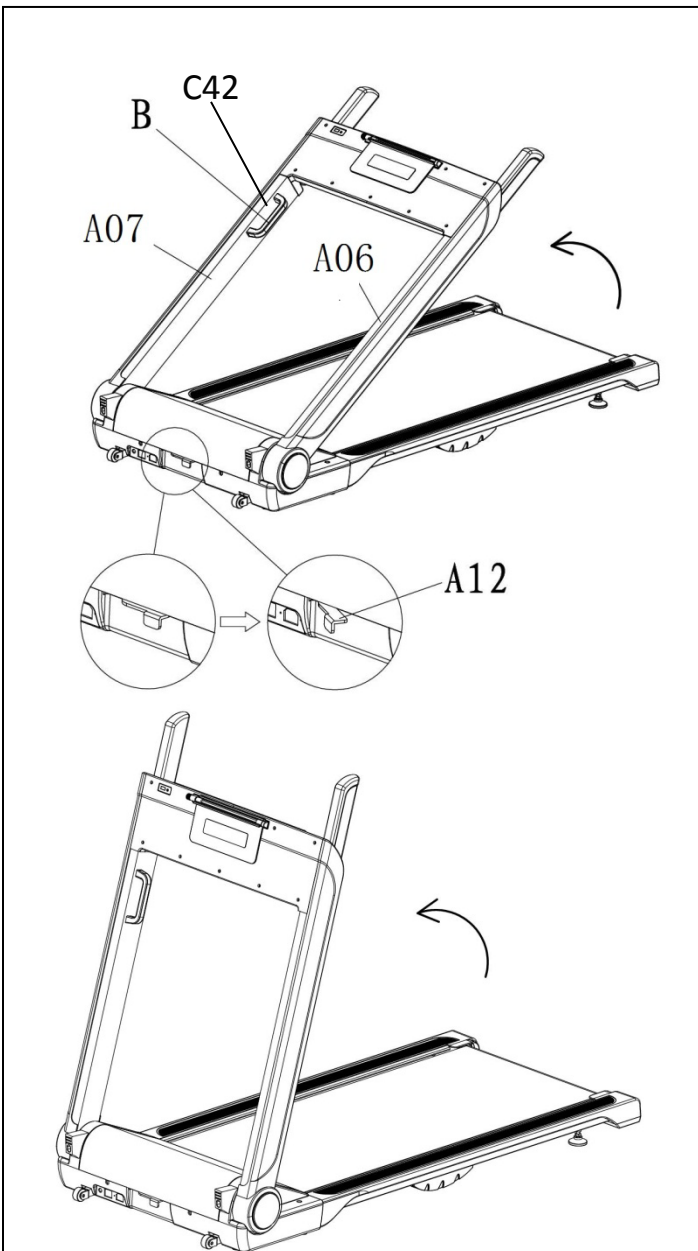
INSTRUCTIONS D'ASSEMBLAGE

Nous apprécions votre expérience d'utilisation des produits Sunny Health and Fitness. Pour obtenir de l'aide concernant des pièces ou un dépannage, veuillez nous contacter à support@sunnyhealthfitness.com ou au 1-877-90SUNNY (877-907-8669).



ÉTAPE 1:

Ouvrir le carton et en retirer le contenu. Placer le **Tapis de Course (n° A)** sur un sol de niveau. S'assurer de disposer d'une aire de travail propre et suffisamment spacieuse.

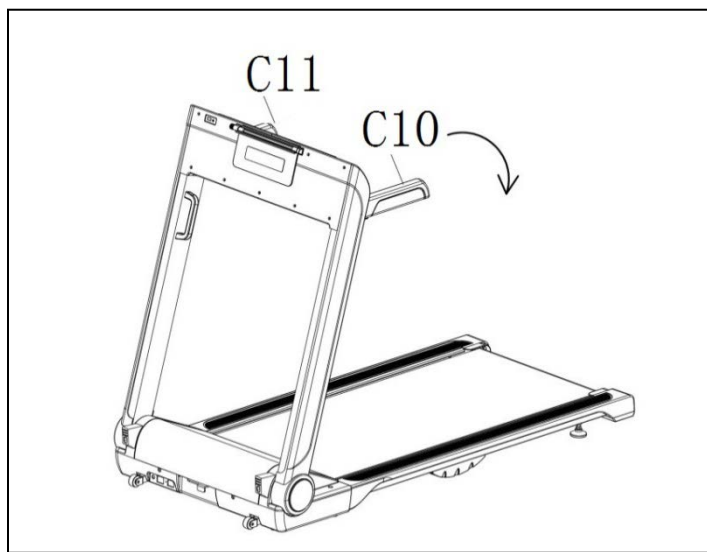


ÉTAPE 2:

Retirer la **Plaque Rotative (n° A12)** avec la main droite. En même temps, placer la main gauche sur la **Poignée (n° C42)** [*position B*], puis tirer les **Tubes Verticaux Gauche et Droit (n° A06 et n° A07)**.

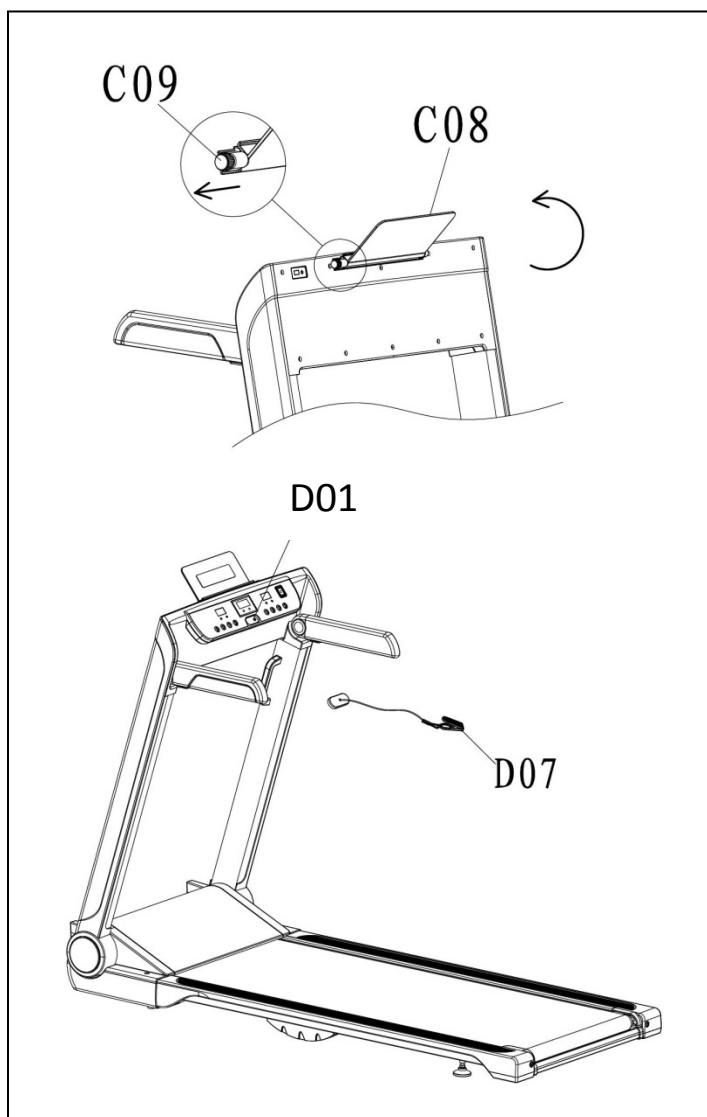
Tirer sur les **Tubes Verticaux Gauche et Droit (n° A06 et n° A07)** pour libérer la **Plaque Rotative (n° A12)**. Un déclic se fait entendre lorsque les tubes verticaux se bloquent correctement.

Nous apprécions votre expérience d'utilisation des produits Sunny Health and Fitness. Pour obtenir de l'aide concernant des pièces ou un dépannage, veuillez nous contacter à support@sunnyhealthfitness.com ou au 1-877-90SUNNY (877-907-8669).



ÉTAPE 3:

Baisser les **Guidons Gauche et Droit** (n° C10 et n° C11) dans une position fixe.



ÉTAPE 4:

Se tenir derrière le tapis de course. Retirer l'**Écrou En Plastique** (n° C09) avec la main gauche et monter le **Support** (n° C08) avec la main droite. Une fois le support à un angle approprié, lâcher l' **Écrou En Plastique** (n° C09).

Insérer la **Clé de Sécurité** (n° D07) dans la zone magnétique de la **Console** (n° D01)

L'assemblage est à présent fini !



REMARQUE IMPORTANTE!

Vous devez lubrifier votre tapis de course avant la première utilisation. Voir en page 54.

MAINTENANCE ET ENTRETIEN

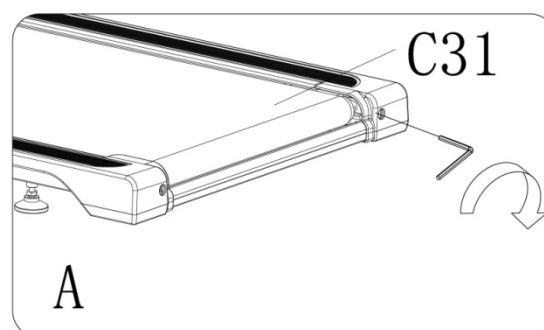
Le nettoyage général prolonge la vie et améliore les performances de votre tapis de course. Maintenir l'appareil en état de propreté en essuyant ses éléments régulièrement. Nettoyer les deux faces de la **Bande de Course (n° C31)** pour éviter que la poussière ne s'accumule dessous. Maintenir vos chaussures de course propres afin d'éviter que les saletés abîment la plate-forme et la **Bande de Course (n° C31)**. Nettoyer la surface de la **Bande de Course (n° C31)** avec un chiffon propre et humide.

Pour mieux entretenir et prolonger la vie du tapis de course, il est recommandé d'éteindre l'appareil pendant 10 minutes toutes les 2 heures et de le mettre pleinement hors tension quand il n'est pas utilisé.

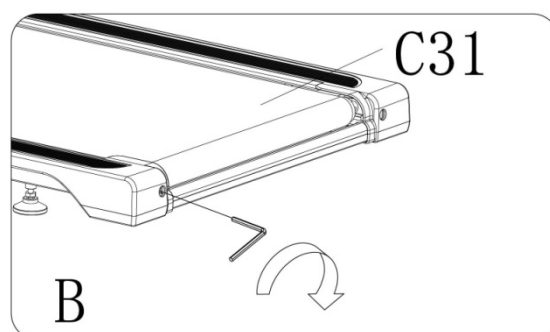
CENTRER LA BANDE DE COURSE:

Placer le tapis de course sur un sol de niveau et le régler à 3-5 MPH pour vérifier si la **Bande de Course (n° C31)** se déporte.

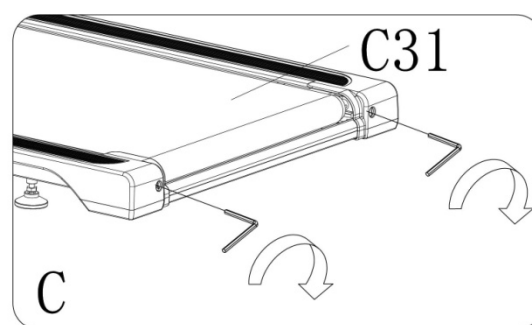
Si la **Bande de Course (n° C31)** se déporte vers la droite, tourner le boulon de réglage du côté droit d' $\frac{1}{4}$ de tour dans le sens *antihoraire*, puis tourner celui de gauche d' $\frac{1}{4}$ de tour dans le sens *antihoraire*. Si la bande ne bouge pas, répéter l'opération jusqu'à ce qu'elle soit centrée. Se reporter à la Figure A.



Si la **Bande de Course (n° C31)** se déporte vers la gauche, tourner les boulons de réglage du côté gauche d' $\frac{1}{4}$ de tour dans le sens *horaire*, puis tourner celui de droite d' $\frac{1}{4}$ de tour dans le sens *antihoraire*. Si la bande ne bouge pas, répéter l'opération jusqu'à ce qu'elle soit centrée. Se reporter à la Figure B.



Avec le temps, la **Bande de Course (n° C31)** va se détendre. Pour tendre la bande, tourner les boulons de réglage de gauche et de droite d'un tour complet dans le sens *horaire*, vérifier la tension de la bande. Poursuivre ce procédé jusqu'à ce que la bande soit à la tension souhaitée. Veiller à régler les deux côtés de façon identique pour assurer le bon alignement de la **Bande de Course (n° C31)**. Se reporter à la Figure C.



LUBRIFIER LE TAPIS DE COURSE

REMARQUE IMPORTANTE:

Vous devez lubrifier votre tapis de course avant la première utilisation.

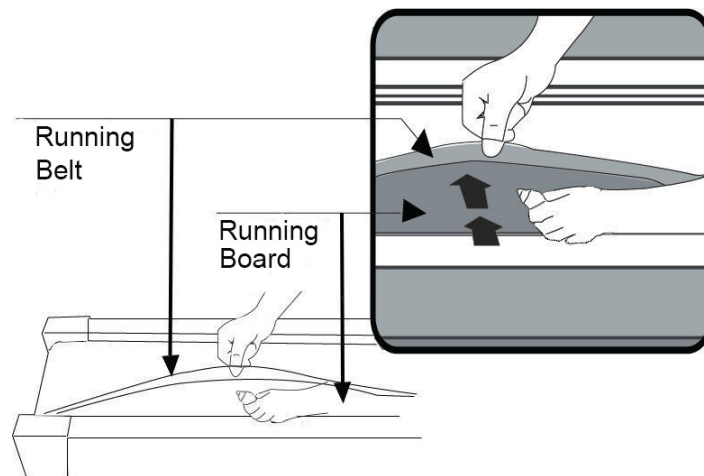
LUBRIFIANT POUR BANDE DE COURSE ET TAPIS DE COURSE :

Il est essentiel de lubrifier la **Plateforme de Course (n° D18)** et la **Bande de Course (n° C31)**, car la friction entre les deux influence la durée de vie et le fonctionnement du tapis de course, il est donc recommandé d'inspecter régulièrement l'une et l'autre. Si vous constatez des traces d'usure sur la **Plateforme de Course (n° D18)**, veuillez nous contacter à : support@sunnyhealthfitness.com.

AVERTISSEMENT: Toujours débrancher le tapis de course de la prise électrique avant de procéder au nettoyage, à la lubrification ou à la réparation de l'appareil.

COMMENT LUBRIFIER:

1. Soulever la **Bande de Course (n° C31)** d'un côté et appliquer du lubrifiant sur la **Plateforme de Course (n° D18)**. Utiliser un vieux chiffon pour étaler le lubrifiant sur la **Plateforme de Course (n° D18)**. Répéter le procédé de l'autre côté.
2. Les éléments mobiles doivent tourner librement et sans bruit. Toute anomalie des éléments mobiles affectera la sécurité de l'appareil. Inspecter et serrer régulièrement les boulons.
3. Pour mieux entretenir le tapis de course et prolonger sa durée de vie, il est recommandé d'en assurer la maintenance de façon régulière.
4. **NE FAITES AUCUN AJUSTEMENT À LA CEINTURE DE MARCHÉ LORS DE LA LUBRIFICATION DE VOTRE TAPIS ROULANT.** Si la **Bande de Course (n° C31)** est trop peu tendue, le coureur patinera en courant, alors que si elle l'est trop, le moteur perdra en performance et la friction augmentera entre le rouleau et les **Bande de Course (n° C31)**. La meilleure tension pour la **Bande de Course (n° C31)** est de s'étirer jusqu'à **50-75 mm** de la **Plateforme de Course (n° D18)**.



Nous recommandons le calendrier suivant :

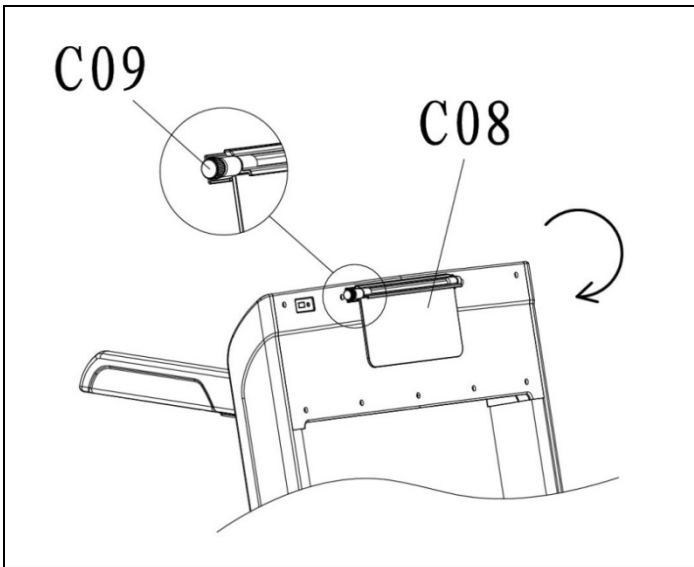
Utilisateur léger (moins de 3 heures/semaine)	<i>tous les six mois</i>
Utilisateur moyen (3 à 5 heures/semaine)	<i>tous les trois mois</i>
Utilisateur intensif (plus de 5 heures/semaine)	<i>tous les deux mois</i>

INSTRUCTIONS DE PLIAGE

ÉTAPE 1:

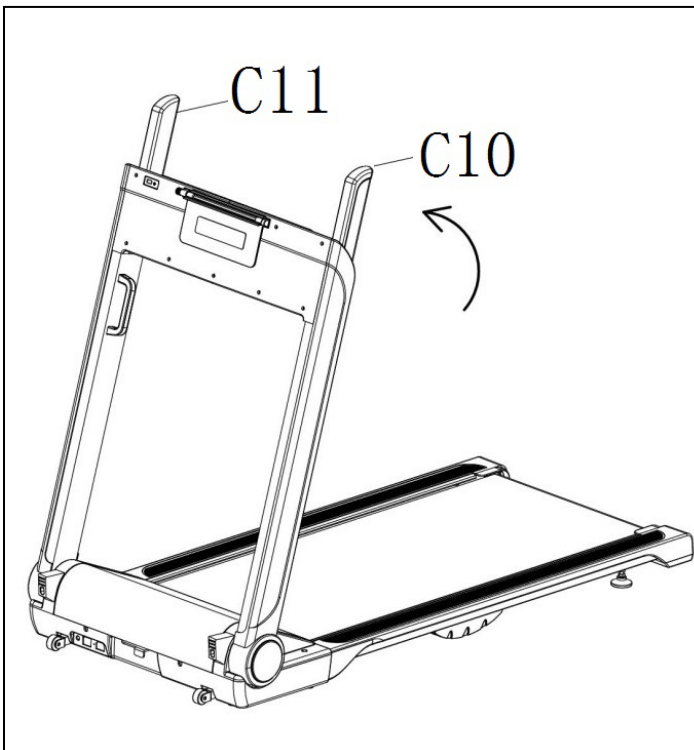
REMARQUE : Toujours débrancher le tapis de course de la prise de courant avant de le nettoyer.

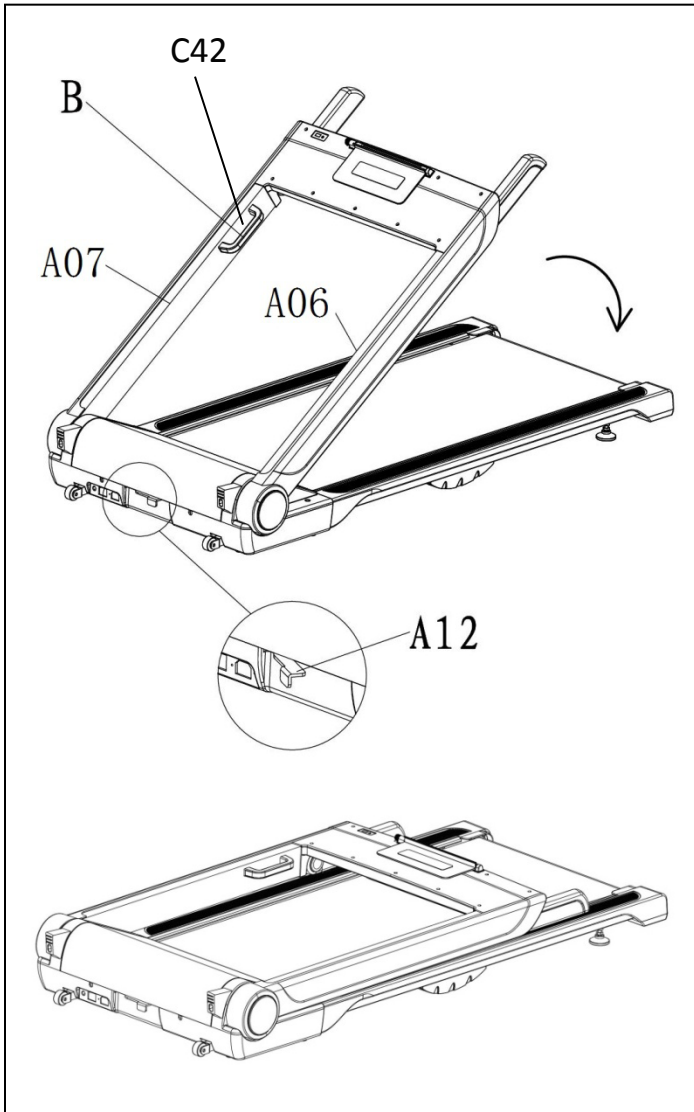
Retirer l'**Écrou En Plastique (n° C09)** avec la main gauche et abaisser le **Support (n° C08)** avec la main droite. Une fois que le support a atteint un angle approprié, relâcher l'**Écrou En Plastique (n° C09)**.



ÉTAPE 2:

Monter la **Guidons Gauche et Droite (n° C10 et n° C11)** en position fixe.



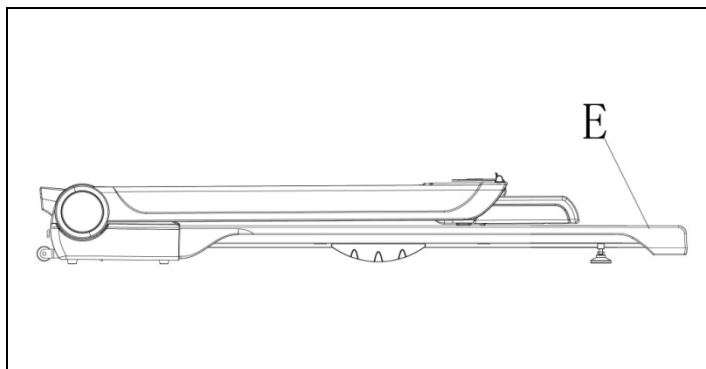


ÉTAPE 3:

Retirer la **Plaque Rotative (n° A12)** de la main droite et placer la main gauche sur la **Poignée (n° C42) [position B]**. Enfoncer ensuite les **Tubes Verticaux Gauche et Droit (n° A06 et n° A07)** en même temps.

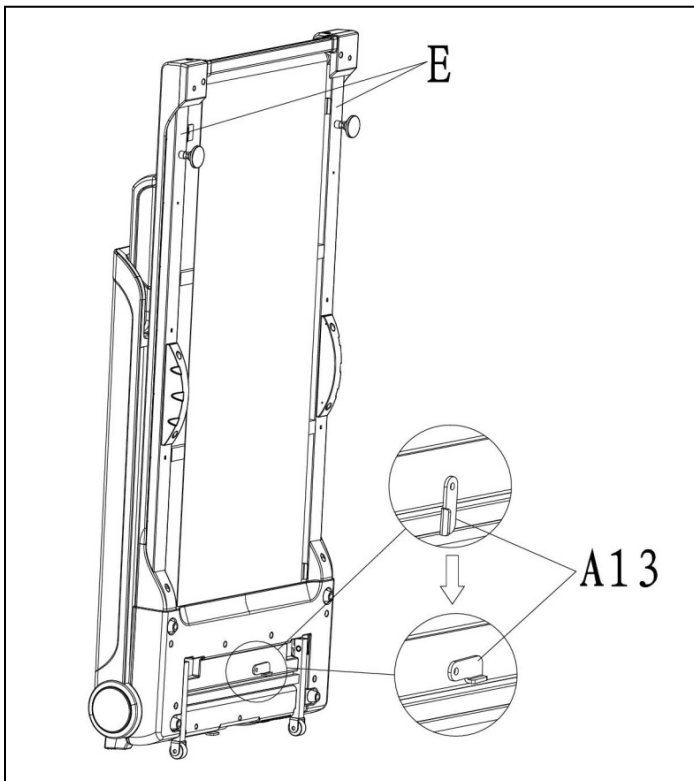
Enfoncer les **Tubes Verticaux Gauche et Droit (n° A06 et n° A07)** pour relâcher la **Plaque Rotative (n° A12)**.

REMARQUE: Toujours placer la main gauche sur la **Poignée (n° C42) [position B]** en abaissant les tubes verticaux pour éviter que les tubes ne tombent et ne blessent vos mains.



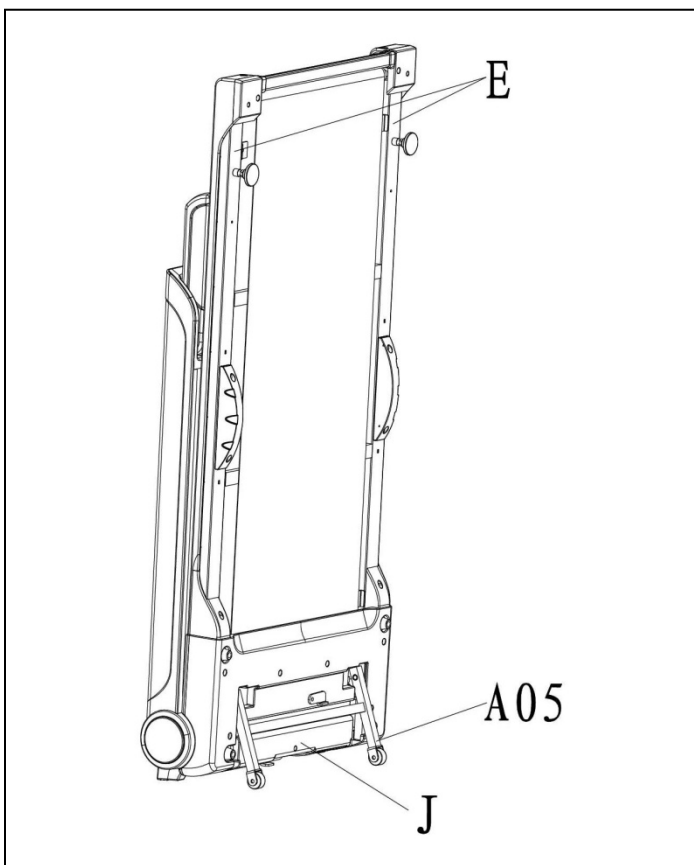
ÉTAPE 4:

Placer la main en E, puis soulever le tapis de course.



ÉTAPE 5:

Placer la main en E et utiliser le pied pour tourner la **Plaquette de Fixation Rabattable (n° A13)** en position horizontale.



ÉTAPE 6:

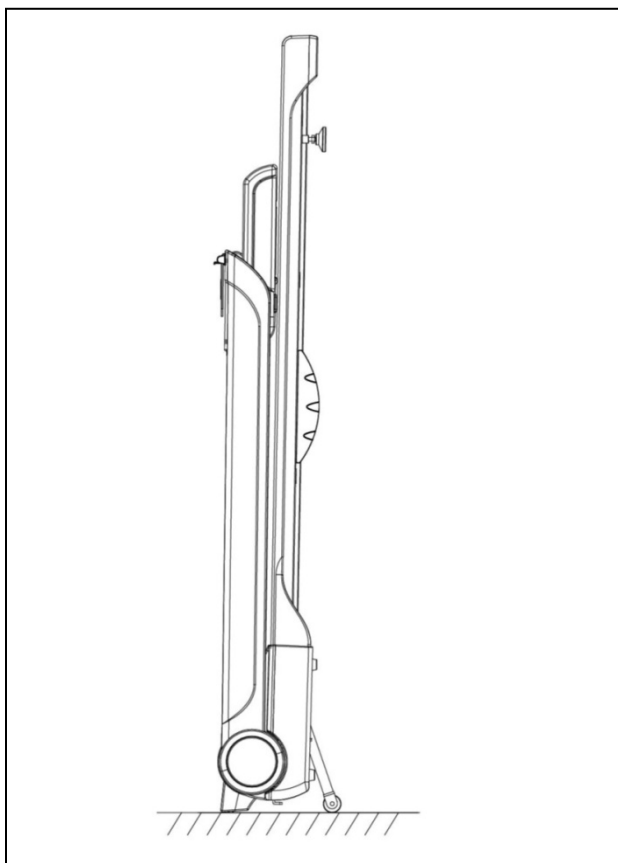
Saisir le tapis de course en E avec la main. Ensuite, donner un coup de pied ferme contre le tapis de course en J. Basculer le tapis de course avec précaution. Le **Cadre Pliant (n° A05)** se libèrera automatiquement.

Le pliage est à présent fini!

ENTREPOSAGE DU TAPIS DE COURSE

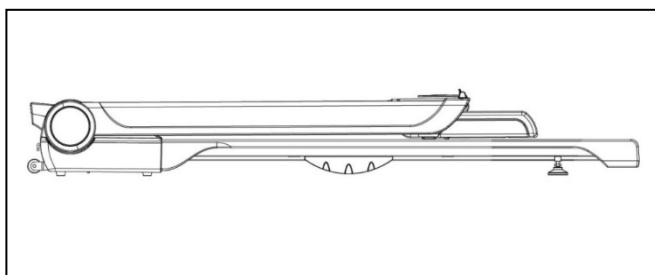
Ce tapis de course est conçu pour économiser de l'espace. Il est possible de choisir d'entreposer le tapis de course verticalement ou horizontalement.

A. Entreposage vertical



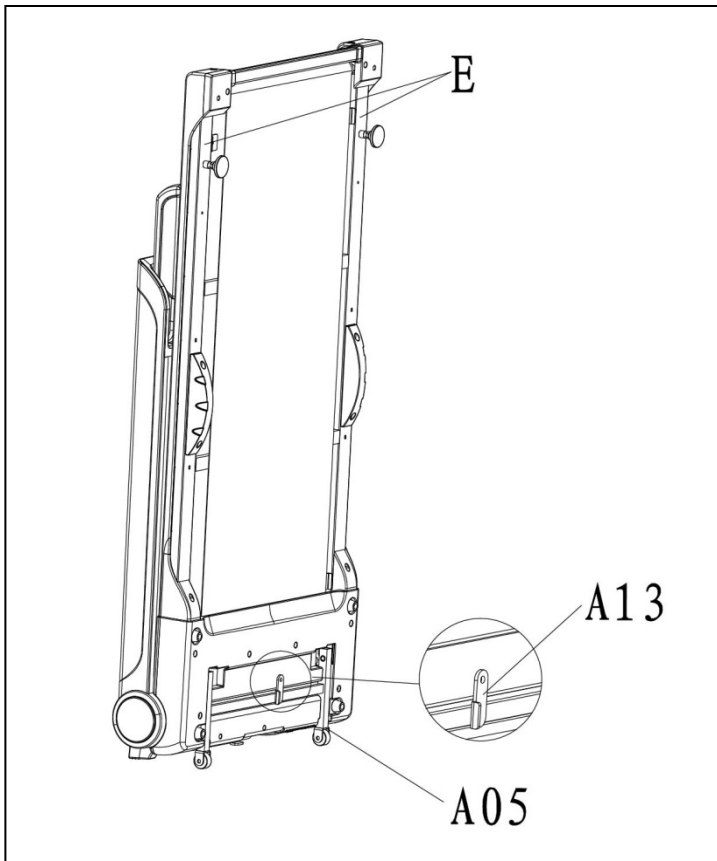
Après le pliage, placer le tapis de course contre le mur pour éviter qu'il tombe. Tenir hors de portée des enfants.

B. Entreposage horizontal



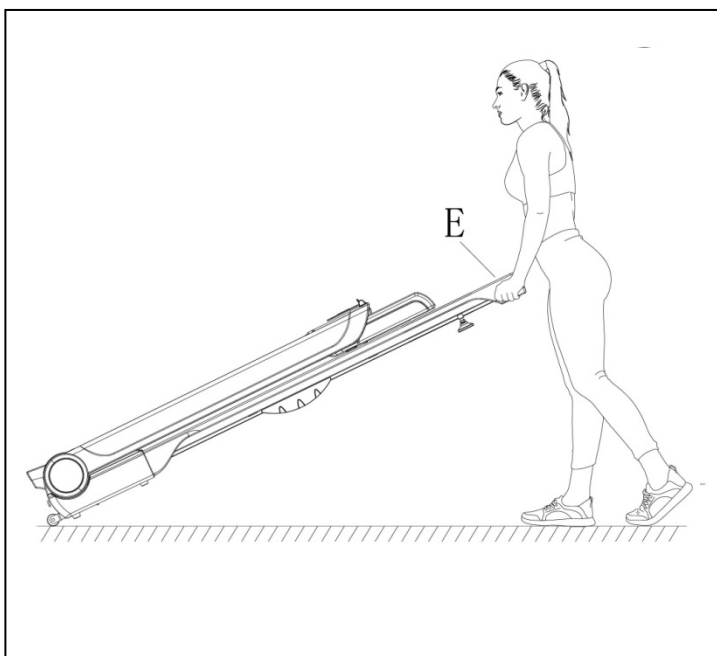
Après le pliage, entreposer le tapis de course sous une table ou tout autre emplacement disponible.

COMMENT DÉPLACER LE TAPIS DE COURSE



Placer les mains en E.

Caler le **Cadre Pliant (n° A05)** au bas du tapis de course et tourner la **Plaquette de Fixation Rabattable (n° A13)** à la verticale avec le pied pour bloquer le **Cadre Pliant (n° A05)**.



Pour le transport, tenir le tapis de course en E et le basculer jusqu'à ce que les roues de transport se déplacent en douceur.

INFORMATIONS IMPORTANTES CONCERNANT L'ÉLECTRICITÉ

AVERTISSEMENT: Ce tapis de course nécessite une alimentation de **10 ampères (100-120 volts) pour fonctionner correctement**. Pour votre sécurité et celle des autres, veuillez vérifier que la source d'alimentation est appropriée avant de brancher l'appareil. Toute source d'alimentation à la puissance supérieure ou inférieure à ce niveau risque de causer de profonds dommages à l'appareil ou l'utilisateur.

MÉTHODES DE MISE À LA TERRE:

Ce produit doit être raccordé à la terre. La mise à la terre offre une résistance moindre au courant électrique et réduit le risque de décharge électrique. Le cordon doit être branché dans une prise adaptée, correctement installée et raccordée à la terre conformément aux règles et ordonnances locales. S'assurer de brancher l'appareil à une prise configurée de la même façon que la fiche. Ne pas employer d'adaptateur pour ce produit.

Ce produit est destiné à être utilisé avec un circuit nominal 100-120V et possède une fiche de mise à la terre dont la forme est celle représentée sur le schéma A. Il est important que le produit soit branché sur une prise ayant la même forme que cette fiche. Ne pas utiliser d'adaptateur avec ce produit.

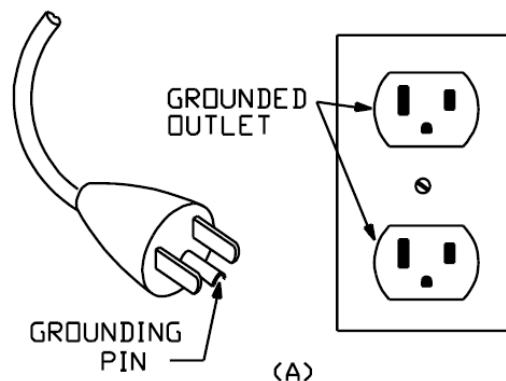
DANGER:

Le mauvais raccordement du conducteur de mise à la terre de l'appareil peut donner lieu à un risque de décharge électrique. En cas de doute concernant la mise à la terre du produit, veuillez consulter un électricien agréé. Ne pas modifier la prise fournie avec le produit. Si elle ne rentre pas dans la prise murale, faire changer cette dernière par un électricien.

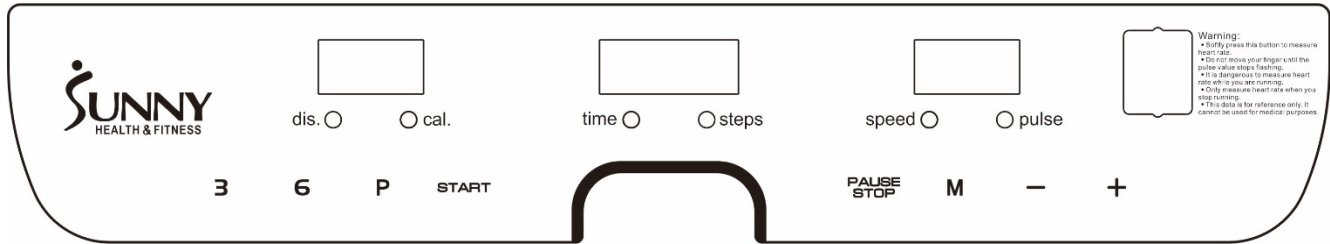
ATTENTION!

1. NE JAMAIS utiliser de disjoncteur de fuite de terre avec ce tapis de course. Faire passer le cordon d'alimentation à distance des éléments mobiles du tapis de course, notamment le mécanisme d'élévation et les roulettes de transport.
2. NE JAMAIS faire fonctionner le tapis de course sur un groupe électrogène ou une alimentation sans coupure UPS.
3. NE JAMAIS retirer quelque couvercle que ce soit sans avoir d'abord débranché le cordon d'alimentation.
4. NE JAMAIS laisser le tapis de course exposé à la pluie ou à l'humidité. Ce tapis de course n'est pas conçu pour un usage en extérieur, à proximité d'une piscine ou dans un autre milieu très humide.

TECHNIQUE DE MISE À LA TERRE



INSTRUCTIONS D'UTILISATION



DÉMARRAGE RAPIDE:

1. Insérer l'extrémité magnétique de la clé de sécurité dans la console de l'ordinateur. Allumer l'interrupteur.
2. Appuyer sur la touche START (démarrage), et le système affichera automatiquement un décompte de 3 secondes. Quand le compte à rebours atteint zéro, la bande de course démarre à la **vitesse par défaut initiale de 0,6 MPH**.
3. Pour régler la vitesse, utiliser les touches SPEED (VITESSE) +/-.

***REMARQUE: La vitesse maximale de ce tapis de course est de 9,0 MPH**

FONCTIONS DE COMMANDE:

1. Appuyer sur la touche Speed - pour réduire la vitesse de course.
2. Appuyer sur la touche Speed + pour augmenter la vitesse de course.
3. Appuyer sur la touche STOP mettra la bande de course et les données de la séance d'exercices en cours sur PAUSE pendant l'exécution.
En mode pause, appuyer à nouveau sur la touche « START » relancera l'appareil. Appuyer sur la touche « STOP » pour terminer la séance d'exercices en cours.
4. Appuyer doucement sur la touche du capteur de fréquence cardiaque infrarouge (n° G01) pour mesurer la fréquence cardiaque.

FENÊTRE D'AFFICHAGE:

Chaque fenêtre affichera alternativement chaque fonction pendant quelques secondes.

VITESSE/POULS: La plage de vitesse est comprise entre 0,6 et 9,0 MPH. 0,6 MPH est la vitesse de course par défaut. Lorsque le coureur met le doigt sur le capteur de pouls (situé sur la console), le système calcule le rythme cardiaque du coureur et l'affiche dans cette fenêtre. la plage de pouls est de 50-200 battements/min (ces données sont fournies à titre de référence et ne peuvent pas être utilisées comme données médicales).

DURÉE/PAS: Affiche la durée écoulée. L'affichage commence à 0:00 minute:seconde. Après avoir atteint 59:59 minutes:secondes, l'affichage passe à 01:00 heure:minutes. L'affichage maximum de la durée écoulée est de 18:00 heures:minutes. L'appareil continue de fonctionner même lorsque la durée écoulée atteint le maximum. Le compteur reprend à partir de 0:00. En mode Compte à rebours (Countdown), le décompte se fait de la durée choisie jusqu'à 0:00. Lorsque l'horloge atteint 0:00, l'appareil s'immobilise doucement et affiche « End » (« Fin ») puis se remet à 0:00 après 5 secondes. La durée maximale du compte à rebours est de 99:00 minutes:secondes.

Affiche le nombre de pas effectués par l'utilisateur. Lors de l'affichage des pas, le décompte se fait de 0 à 99999; à 99999, le compteur reprend à 0.

CALORIES/DISTANCE: Affiche la quantité de calories brûlées de 0 à 999 KCAL. En atteignant 999, le compteur se remet à 0 et reprend le compte. En mode Compte à rebours (Countdown), le décompte se fait du réglage choisi jusqu'à 0. Une fois qu'il atteint 0, l'appareil s'immobilise doucement et affiche « End » (fin), puis revient au réglage initial après 5 secondes. Affiche la distance parcourue (0,0-99,9 MILES). Lorsque le compteur atteint 99,9, il se remet à 0,00 et se reprend le compte à 0,0. En mode Compte à rebours (Countdown), le décompte se fait de la distance choisie jusqu'à 0,00. En atteignant 0,00, l'appareil s'immobilise doucement et affiche « End » (« Fin ») puis revient au réglage initial après 5 secondes. Lors de la configuration de PROGRAMMES, la vitesse se programme par intervalles; les PROGRAMMES vont de P1 à P9.

PROGRAMMES	Initial	Valeur par défaut (Default Value)	Définir plage (Set Range)	Afficher plage (Display Range)
DURÉE (TIME) (MIN.:SECONDES)	0:00	15:00	5:00-99:00	0:00—99:00
VITESSE (SPEED) (MPH)	0,6	0,6	0,6-9,0	0,6-9,0
DISTANCE (MILES)	0,00	1,00	0,50-99,9	0,00—99,9
POULS (PULSE) (BPM)	P	S.O.	S.O.	50-200
CALORIE(KCAL)	0	50	10-999	0—999

TOUCHES FONCTION:

DÉMARRER: Pour démarrer l'appareil, insérer l'extrémité magnétique de la clé de sécurité dans la console et appuyer sur la touche START (DÉMARRER). (Cet appareil requiert une clé de sécurité pour fonctionner)

ARRÊT/PAUSE: Cette touche contient les fonctions STOP (ARRÊT) et PAUSE. Pendant l'exécution, appuyer sur cette touche pour mettre l'appareil en pause tout en conservant les données; la fenêtre affiche « PAU ». En mode pause, appuyer sur la touche « START » relancera la séance. Appuyer sur la touche « STOP » arrête l'appareil et réinitialise toutes les données à leur valeur initiale.

MODE: À l'arrêt, appuyer sur cette touche pour sélectionner un MODE. En appuyant une fois, le mode de fonctionnement par défaut « 0,0 » est saisi. H1 est le mode de compte à rebours de la DURÉE qui commence à 15:00 MIN. H2 est le mode de compte à rebours pour la DISTANCE à partir de 1 MILE et H3 est le mode de compte à rebours pour les CALORIES qui commence à 50 KCAL. P1-P2..... P9 sont des programmes préréglés. Lors du réglage de chaque mode et programme, appuyer sur speed (vitesse) +/- pour augmenter ou pour diminuer les données définies. Appuyer sur START pour démarrer l'appareil.

TOUCHES VITESSE +/-: Appuyer sur les touches +/- pour augmenter ou réduire la vitesse par tranches de 0,1 MPH. En appuyant et maintenant enfoncée l'une de ces touches pendant plus d'une ½ seconde, la vitesse augmente ou réduit de façon continue.

PROGRAMME: Appuyer sur la touche PROGRAM pour régler l'intervalle souhaité. Les programmes s'affichent sous le nom P1-P9, et les différents intervalles sont inscrits sur la face du tapis de course. P1-P9 sont des programmes préréglés. Consulter la page 64 pour plus de détails sur tous les programmes.

3 et 6 (TOUCHES QUICK SPEED): Ces touches sont des préréglages de 3 ou 6 MPH pour plus de commodité.

CONNEXION USB:

Il est possible de brancher un appareil pour le charger via USB

JOUER DE LA MUSIQUE:

Vous pouvez connecter votre appareil mobile au tapis de course pour lire de la musique. Utilisez les touches de votre appareil mobile pour sélectionner les pistes musicales et pour régler le volume. Il existe 2 façons de vous connecter :

1. Connectez votre appareil mobile en utilisant le **Câble AUX (n° D20)**.

2. Connectez votre appareil mobile en utilisant Bluetooth.

Pour vous connecter par Bluetooth, assurez-vous que le **Câble AUX (n° D20)** est déconnecté. Si le **Câble AUX (n° D20)** est connecté, le Bluetooth ne fonctionnera pas. Depuis votre appareil mobile, sélectionnez SYMK dans la liste des appareils disponibles et connectez-vous.

Si le périphérique mobile reçoit un appel alors qu'il est connecté au Bluetooth, le Bluetooth du tapis de course se déconnectera automatiquement. Si vous souhaitez reprendre la lecture de musique sur le tapis de course, vous devrez vous reconnecter.



SUNNY HEALTH & FITNESS APP

SUNNY HEALTH & FITNESS App vous permet de suivre votre entraînement! Suivre les progrès de votre entraînement est un facteur clé pour obtenir de meilleurs résultats et développer votre endurance. Pour mieux vous aider à suivre vos progrès d'entraînement, votre tapis de course a été conçu pour être compatible avec l'application SUNNY HEALTH & FITNESS. REMARQUE: Cette application nécessitera une connectivité Bluetooth pour se connecter au tapis de course.



Android



iOS

Scannez le code-barres QR pour localiser directement l'application SUNNY HEALTH & FITNESS dans l'App Store sur votre appareil. Pour numériser le code QR, vous devez d'abord télécharger l'application QR READER sur votre appareil. Disponible à la fois sur Apple App Store et Google Play Store.”

RAPPEL DE LUBRIFICATION:

La maintenance du tapis de course doit se faire tous les 188 milles. Le système émet un bip toutes les 10 secondes et affiche une icône « OIL » (huile) sur l'écran pour indiquer le moment de le faire. Consulter la partie LUBRIFIER LE TAPIS DE COURSE à la page 54 pour apprendre les étapes à suivre pour lubrifier l'appareil. Appliquer l'huile lubrifiante au milieu de la plate-forme de course des deux côtés. Après l'application, appuyer sur la touche STOP en la maintenant pendant 3 secondes pour effacer le « OIL » rappel.

PROGRAMMES D'INTERVALLE (P1-P9):

Appuyer sur la touche M pour sélectionner un intervalle. Les programmes s'affichent sous les noms P1 à P9. Sélectionner le programme souhaité, et la console affiche un compte à rebours à partir de 10:00 MIN, appuyer sur les touches SPEED +/- si vous souhaitez augmenter ou réduire la durée de l'exercice. Appuyer sur la touche START pour lancer le programme d'intervalle. Le programme d'intervalles se subdivise en 10 sections. Chaque durée d'exercice est égale à la durée du réglage divisée par 10. Lorsque la vitesse atteint l'intervalle suivant,

le tapis de course émet un bip et la vitesse change selon l'intervalle établi. Appuyer sur les touches SPEED +/- pour modifier la VITESSE. Une fois un programme terminé, le système émet un bip et affiche END. L'appareil se met progressivement à l'arrêt, puis revient automatiquement au réglage initial après 5 secondes.

PROG. \ TIME (DURÉE)		INTERVALLE DE TEMPS = durée du réglage/10									
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
P1	VITESSE	1,2	2,5	1,8	2,5	1,8	3,1	2,5	1,2	3,1	1,8
P2	VITESSE	1,2	3,1	2,5	3,7	2,5	3,7	2,5	1,2	2,5	1,2
P3	VITESSE	1,2	3,1	2,5	3,1	2,5	3,1	2,5	1,2	1,8	1,2
P4	VITESSE	1,8	3,7	4,3	3,1	5	3,1	5,6	3,7	2,5	1,8
P5	VITESSE	1,8	3,7	4,3	3,1	5	3,7	4,3	3,7	2,5	1,8
P6	VITESSE	1,2	5	3,7	2,5	3,1	5,6	4,3	3,1	2,5	1,8
P7	VITESSE	1,2	3,7	4,3	2,5	2,5	4,3	2,5	1,2	2,5	1,2
P8	VITESSE	1,2	2,5	3,7	5	4,3	5	3,7	1,2	1,8	1,2
P9	VITESSE	1,2	2,5	3,1	3,1	3,7	3,1	3,7	1,8	1,8	1,2

FONCTIONS DU TAPIS DE COURSE

FONCTION DE VERROUILLAGE DE SÉCURITÉ:

Retirer la **Clé de Sécurité (n° D07)** de la console de l'ordinateur pendant que le tapis de course fonctionne l'arrêtera immédiatement. Une fois le tapis de course pleinement immobilisé, la fenêtre de l'ordinateur affiche « - - - » et 3 bips sont émis. Pour redémarrer le tapis de course, insérer l'extrémité magnétique de la **Clé de Sécurité (n° D07)** dans la console de l'ordinateur et appuyer sur la touche START.

FONCTION ÉCONOMIE D'ÉNERGIE:

Après que le tapis de course est resté inactif pendant 10 minutes, il passe en mode économie d'énergie. Tant que le tapis de course est dans ce mode, la fenêtre d'affichage de l'ordinateur reste éteinte. Pour le rallumer, appuyer sur n'importe quelle touche.

MMARCHE:

Placer l'interrupteur sur ce symbole pour allumer le tapis de course.

OHORS TENSION:

Appuyer sur l'interrupteur d'alimentation sur ce symbole pour désactiver le tapis de course à tout moment. Cela inclut l'arrêt pendant l'exercice.

REMARQUE DE SÉCURITÉ:

1. Nous vous recommandons de vous limiter à des vitesses lentes en début de séance et de tenir le guidon en attendant de vous familiariser avec le tapis de course.
2. Insérer l'extrémité magnétique de la **Clé de Sécurité (n° D07)** dans la console de l'ordinateur et accrocher l'autre extrémité (avec la pince) à vos vêtements avant de commencer votre séance d'exercices. Pour mettre fin à votre séance d'exercices, appuyer sur la touche STOP ou retirer la **Clé de Sécurité (n° D07)** et le tapis de course s'immobilisera immédiatement.

INSTRUCTIONS D'EXERCICE

PREMIERS PAS:

Avant d'entamer un programme d'exercices, consultez votre médecin pour déterminer si vous avez quelque disposition physique ou médicale susceptible de mettre en danger votre santé et votre sécurité ou de vous empêcher d'utiliser cet appareil correctement.

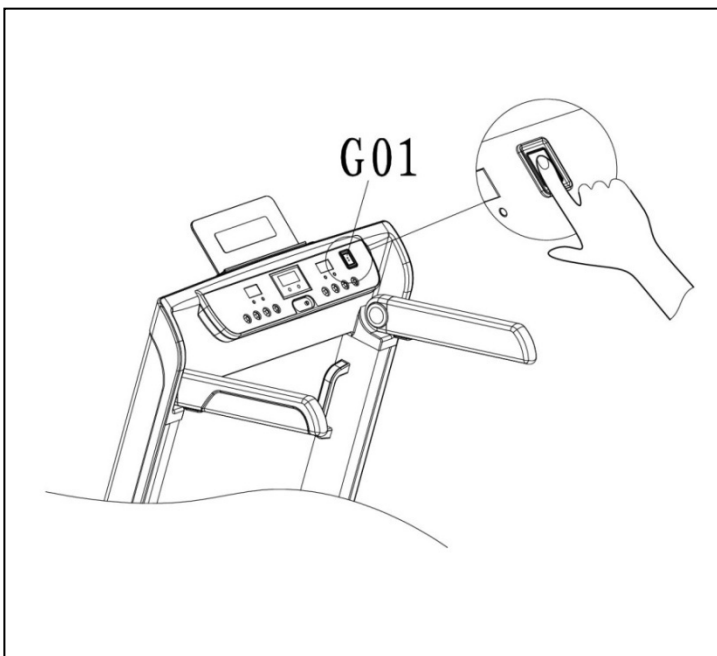
Soyez à l'écoute des signaux de votre corps. Accompli de façon incorrecte ou excessive, l'exercice peut nuire à la santé.

Cessez immédiatement l'exercice si vous ressentez l'un des symptômes suivants : douleur, serrement de la poitrine, rythme cardiaque irrégulier, souffle court, étourdissement, vertige, ou sensations de nausée.

Apprenez à connaître votre tapis de course. Avant de chercher à utiliser le tapis de course, prenez le temps de rester à côté et de vous familiariser avec les commandes.

1. Une fois dessus, vous pouvez mettre les pieds sur les rails latéraux et trouver la stabilité en vous tenant aux poignées.
2. Attacher ensuite la pince de la clé de sécurité à vos vêtements et insérer l'extrémité magnétique de la clé dans la console de l'ordinateur.
3. Appuyer sur la touche START pour démarrer l'appareil.
4. L'appareil démarrera à la vitesse par défaut de **0,6 MPH**, que vous pouvez augmenter une fois que vous êtes à l'aise.
5. Lorsque l'exercice est terminé, appuyer sur la touche STOP ou retirer l'extrémité magnétique de la clé de sécurité pour arrêter l'appareil.

MESURE DE LA FRÉQUENCE CARDIAQUE



Il est dangereux de mesurer la fréquence cardiaque pendant que vous courez. Ne mesurez la fréquence cardiaque que lorsque vous arrêtez de courir.

Appuyer doucement sur la touche du **Capteur de Fréquence Cardiaque Infrarouge (n° G01)** pour mesurer votre fréquence cardiaque.

Ne déplacez pas votre doigt avant que la valeur du pouls cesse de clignoter.

Ces données servent de référence

DÉPANNAGE

PROBLÈME	CAUSE POSSIBLE	ACTION SUGGÉRÉE
Le tapis de course ne démarre pas	Il n'est pas branché.	Brancher le cordon d'alimentation à la prise.
	La clé de sécurité n'est pas insérée.	Insérer la clé de sécurité.
La bande de course n'est pas centrée	La tension de la bande de course est correcte du côté gauche ou droit de la plate-forme de course.	Serrer les boulons de réglage des côtés gauche et droit du rouleau arrière. (Voir la page 53 pour les instructions)
L'ordinateur ne fonctionne pas	Les câbles de l'ordinateur et le panneau de contrôle inférieur ne sont pas bien branchés.	Vérifier le branchement des câbles reliant l'ordinateur au panneau de contrôle.
	Le transformateur est endommagé.	Si le transformateur est endommagé, veuillez contacter le service après-vente.
E01 ou E13: Erreur de message	Les câbles de l'ordinateur et le panneau de contrôle inférieur ne sont pas bien branchés.	Vérifier le branchement des câbles reliant l'ordinateur au panneau de contrôle. Si le câble a été perforé ou endommagé, le remplacer. Si le problème n'est pas résolu, remplacer possiblement le panneau de contrôle.
E02: Protection contre les variations de voltage	La tension d'entrée est inférieure à 50 % de la tension requise.	Vérifier que le voltage de l'alimentation électrique soit le bon.
E05: Protection contre la surintensité (système d'autoprotection)	La tension d'arrivée est trop basse ou trop élevée. Le panneau de contrôle est endommagé.	Redémarrer le tapis de course. Vérifier la tension d'arrivée pour s'assurer qu'elle est bonne. Vérifier le panneau de contrôle, le remplacer s'il est endommagé.
	Une pièce mobile du tapis de course est coincée et par conséquent le moteur ne peut pas tourner correctement.	Inspecter les pièces mobiles du tapis de course pour s'assurer qu'elles fonctionnent correctement. Vérifier le moteur, s'assurer qu'il n'y a ni bruit étrange ni odeur de brûlé. Remplacer le moteur si nécessaire.

E06: Anomalie du moteur	Le câble du moteur n'est pas connecté ou le moteur est endommagé.	Vérifier les câbles du moteur pour voir si le moteur est connecté. Si le câble a été perforé ou endommagé, le remplacer. Si le problème n'est pas résolu, remplacer possiblement le moteur.
E08: Anomalie du tableau de commande	Le panneau de contrôle n'est pas connecté.	Vérifier les câbles du haut et du milieu pour voir si le panneau de contrôle est connecté. Si le câble a été perforé ou endommagé, le remplacer. Si le problème n'est pas résolu, remplacer possiblement le panneau de contrôle.
E10: Anomalie du moteur	Le moteur est endommagé ou une pièce mobile du tapis de course est coincée et par conséquent le moteur ne peut pas tourner correctement.	Inspecter les pièces mobiles du tapis de course pour s'assurer qu'elles fonctionnent correctement. Remplacer le moteur si nécessaire.

REMARQUE: Si vous ne parvenez pas à résoudre un problème à l'aide du guide de dépannage ci-dessus, veuillez contacter le service après-vente à support@sunnyhealthfitness.com

CONNECT WITH US

FOR FITNESS
ARTICLES, VIDEOS
& WORKOUTS



@SUNNYHEALTHANDFITNESS



@SUNNYHEALTHFITNESS



@SUNNYHEALTHFIT



/SUNNYHEALTHFITNESS



/SUNNYHEALTHANDFITNESS

WWW.SUNNYHEALTHFITNESS.COM