ROCKERZ FITNESS

Premium Loopband

Gebruikershandleiding



Lees de gebruikershandleiding goed voor gebruik en bewaar deze voor later.

JOUW WORKOUT BEGINT BIJ ROCKERZ FITNESS

Rockerz Fitness daagt iedereen uit om meer te gaan sporten. Ontdek hoe leuk en simpel sporten kan zijn! Wij hebben alles in huis om direct te beginnen met je (thuis) workout. Van topkwaliteit tot duurzaamheid, wij bieden de beste producten tegen een eerlijke prijs. Kom in beweging en geef jezelf die boost!!

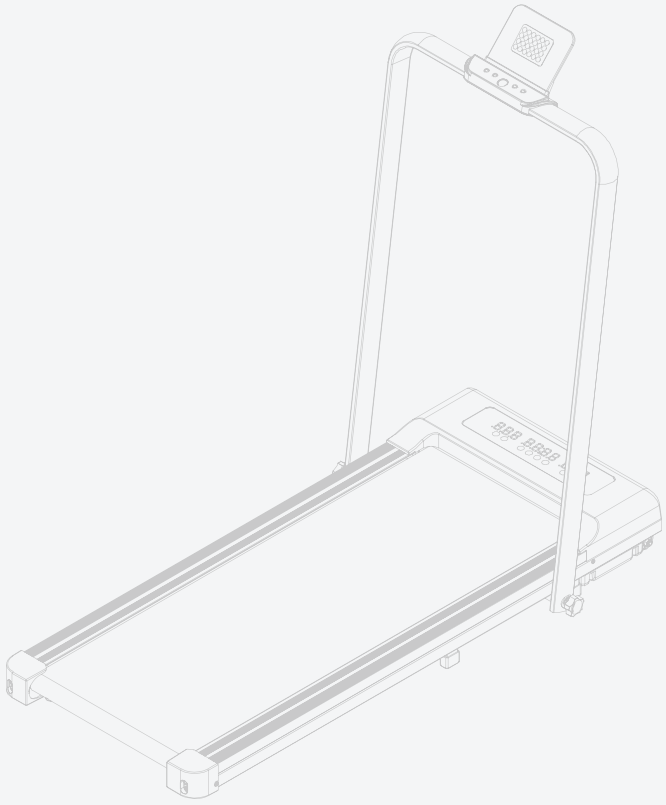
Bedankt voor de aankoop van de Rockerz Fitness premium loopband.

INHOUDSOPGAVE

- Productspecificaties 03
- Veiligheidsinstructies 04
- Rek en strek voor gebruik 04
- Product accessoires 05
- Product uitleg 06
- Functionaliteiten 07
- Installatie 09
- Zorg & Onderhoud 10
- FAQ & Oplossingen 11
- Garantie 12

PRODUCTSPECIFICATIES

Model:	C5
Kleur:	Zwart
Gewicht:	24.5 kg
Loopgebied:	400 x 1060 mm
Uitvouwbare afmeting:	1250 x 620 x 1120 mm
Vermogen:	2.5 PK
Snelheid:	0.8-10.8 km/u
Schokabsorptie:	Lucht
Maximaal gewicht:	120 kg



VEILIGHEIDSINSTRUCTIES

Lees de veiligheidsinstructies goed door voor je de Rockerz Fitness premium loopband gebruikt.

- Plaats het rode veiligheidskoord op de daarvoor bestemde plek bij de display houder. De loopband werkt pas wanneer het koord is bevestigd. Wanneer het koord wordt verwijderd, stopt de loopband automatisch.
- Gebruik de loopband niet als je ziek of moe bent. De loopband is niet bedoeld voor kinderen of mensen met fysieke, sensorische of cognitieve beperkingen.
- Draag tijdens het gebruik comfortabele kleding en vermijd slippers of rokken.
- Begin met een geschikt sportprogramma; overmatige inspanning kan schadelijk zijn voor je gezondheid.
- Zorg ervoor dat alle onderdelen intact zijn en dat de loopband op een vlakke ondergrond staat tijdens het gebruik.
- De loopband werkt alleen met een spanning van 220V tot 240V. Als de stekker niet in je stopcontact past, gebruik dan een adapter.
- Overschrijd nooit het maximale gewicht van 120 kg.
- Voer geen onderhoud of aanpassingen uit die niet in deze handleiding worden beschreven

De loopband is uitsluitend voor thuisgebruik en niet voor commerciële, verhuur- of institutionele omgevingen.

REK EN STREK VOOR GEBRUIK

1. **Vooroverbuigen:**
   Buig je knieën lichtjes en laat je lichaam langzaam naar beneden zakken. Ontspan je rug en schouders. Probeer je handen naar je tenen te strekken. Houd deze positie 10-15 seconden vast, neem een paar seconden pauze en herhaal 3 keer.

2. **Hamstring stretch:**
   Ga zitten op een yogamat, strek één been recht vooruit en buig het andere been naar binnen tegen de dij aan. Probeer met de hand aan dezelfde kant de tenen van je gestrekte been aan te raken. Houd deze positie 10-15 seconden vast en neem een paar seconden pauze. Herhaal 3 keer voor elk been.

3. **Kuit- en achillespees stretch:**
   Plaats je handen tegen de muur met één voet achter de andere. Houd je achterste been recht en beide hielen op de grond. Leun tegen de muur en houd deze positie 10-15 seconden vast. Neem een paar seconden pauze en herhaal 3 keer voor elk been.

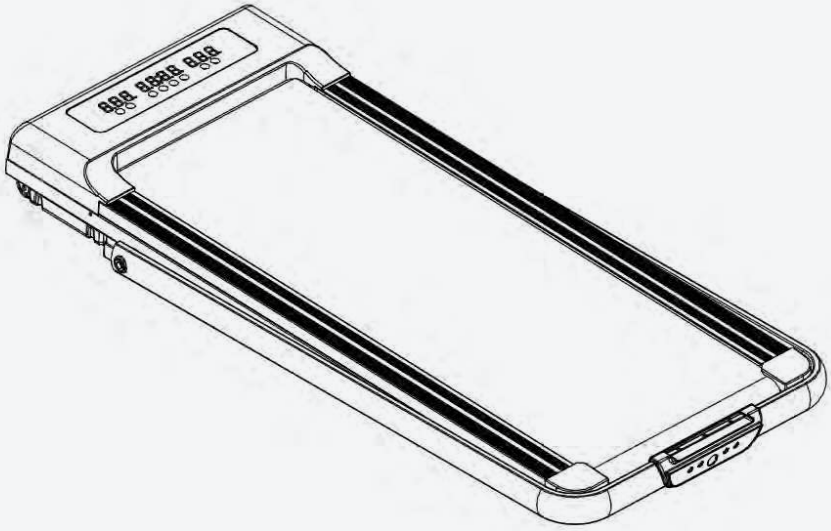
4. **Quadriceps stretch:**
   Houd je lichaam stabiel met je linkerhand tegen de muur. Reik met je rechterhand naar achteren om je rechterhiel vast te pakken en trek deze langzaam naar je heup, totdat je spanning aan de voorkant van je dij voelt. Houd deze positie 10-15 seconden vast, neem een paar seconden pauze en herhaal 3 keer.

5. **Binnenkant dij stretch:**
   Ga op de grond zitten met je voeten tegen elkaar en je knieën naar buiten wijzend. Pak je voeten vast met je handen en trek ze voorzichtig naar je lies toe. Houd deze positie 10-15 seconden vast, neem een paar seconden pauze en herhaal 3 keer.

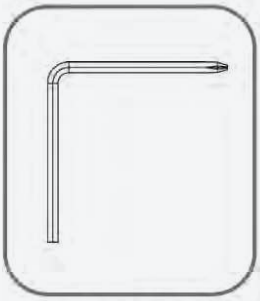


PRODUCT ACCESSOIRES

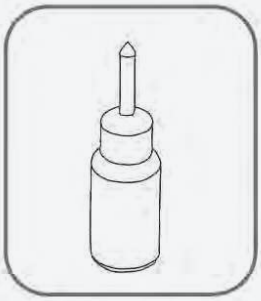
Controleer zorgvuldig of de inhoud van het pakket compleet en intact is. Als er iets ontbreekt of beschadigd is, neem dan contact op met info@rockerz.fit.



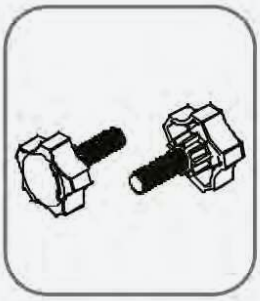
1x LOOPBAND



1x L-VORMIGE SLEUTEL



1x SILICONEN SMEERMIDDEL



2x BOUT

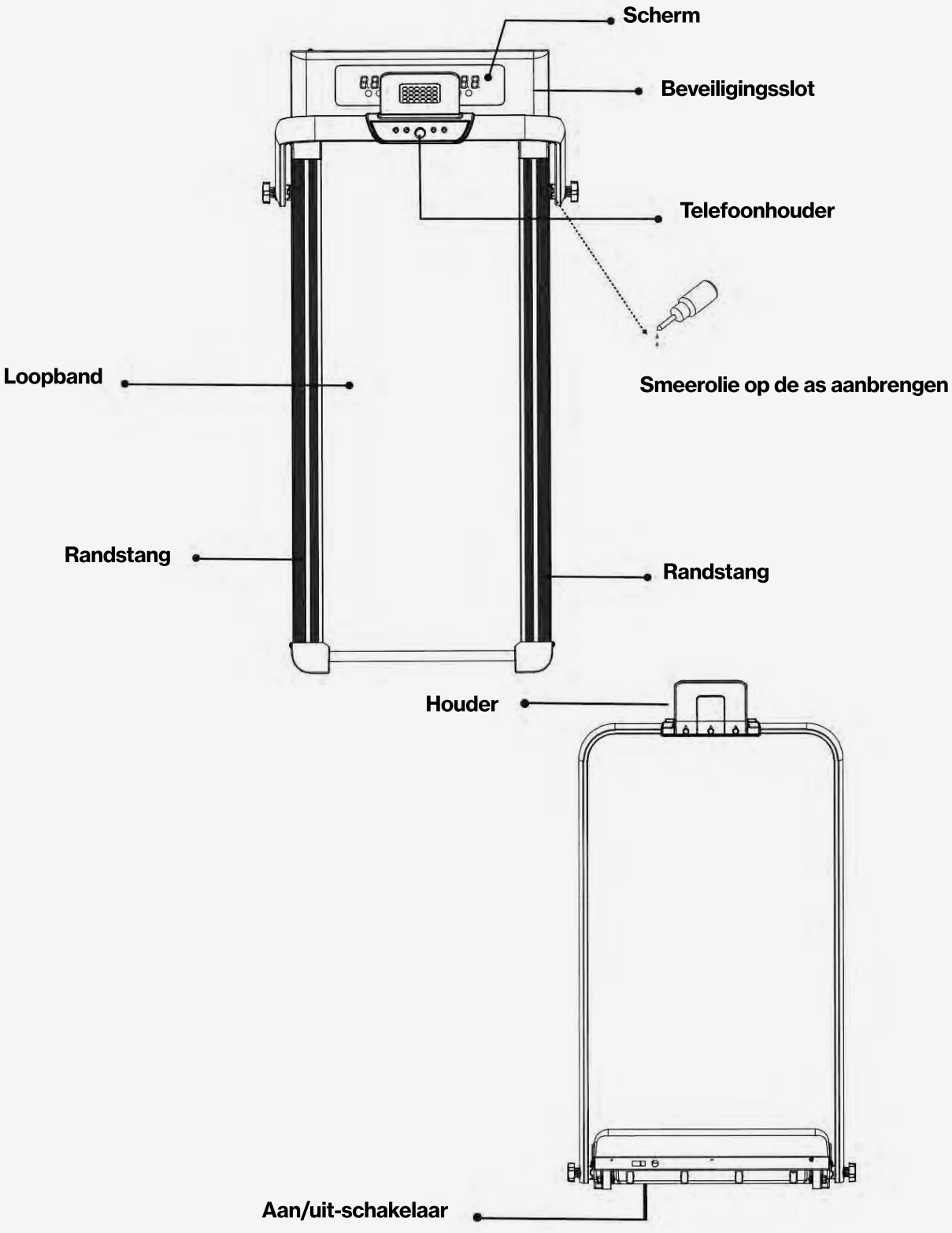


1x AFSTANDSBEDIENING

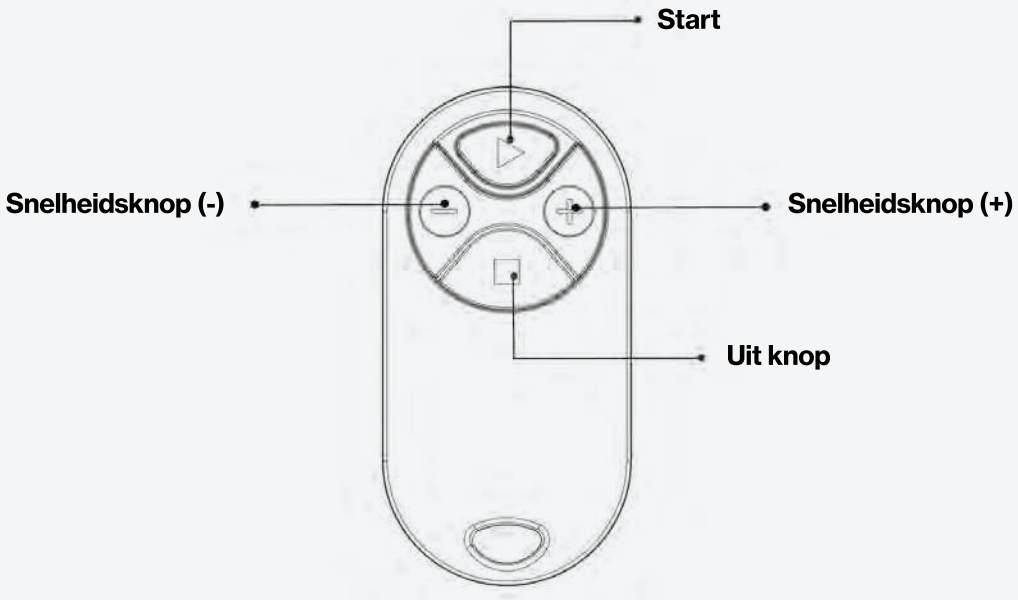
Serienummer	Omschrijving	Aantal	Eenheid
1	Loopband	1	PC
2	L-vormige sleutel	1	PC
3	Siliconen smeermiddel	1	PC
4	Bout	2	PC
5	Afstandsbediening	1	PC

PRODUCT UITLEG

De loopband is in twee delen verdeeld en heeft naadmarkeringen. Dit is normaal en heeft geen invloed op het gebruik van de loopband.



FUNCTIONALITEITEN



- Druk op de "Snelheid -" toets om de snelheid te verlagen.
- Druk op de "Snelheid +" toets om de snelheid te verhogen.
- Druk op de "/" knop om de loopband langzaam te starten of te stoppen.
- In de standby-stand, druk direct op de "Start" knop. De loopband begint te bewegen met een snelheid van 0,8 km/u, en de andere vensters beginnen vanaf 0 te tellen. Gebruik de "+" of "-" knop om de snelheid aan te passen.

Instelparameter	Beginwaarde	Weergavebereik
Tijd (minuten: seconden)	0.00	0:00-99:59
Snelheid (km/h)	0.80	0.8-10.8
Afstand (km)	0.00	0.00-99.9
Calorieën	0.00	0-999

FUNCTIONALITEITEN



1. Snelheid: Toont de huidige snelheid in de hardloopmodus. Het bereik is 0,8-10,8 km/u. De initiële loopsnelheid is 0,8 km/u, en de tijd- en afstandsvensters beginnen vanaf nul. Als de oefentijd 99:59 minuten overschrijdt, stopt de loopband niet; de tijd begint opnieuw vanaf nul. Er zijn snelheidsinstellingen van 3 km/u en 6 km/u.
2. Tijd: Toont de verstreken tijd. Het tijdsbereik is 0:00-99:59 minuten.
3. Afstand: Toont de afgelegde afstand in het bereik van 0,00-99,9 mijl. De teller loopt terug van de ingestelde waarde naar nul. Wanneer de teller nul bereikt, stopt de loopband geleidelijk. (Afstand en calorieën wisselen elke 5 seconden van weergave.)
4. Calorieën: Toont de verbruikte calorieën in het bereik van 0,00-999 kcal. De teller loopt terug van de ingestelde waarde naar nul. Wanneer de teller nul bereikt, stopt de loopband geleidelijk.

INSTALLATIE

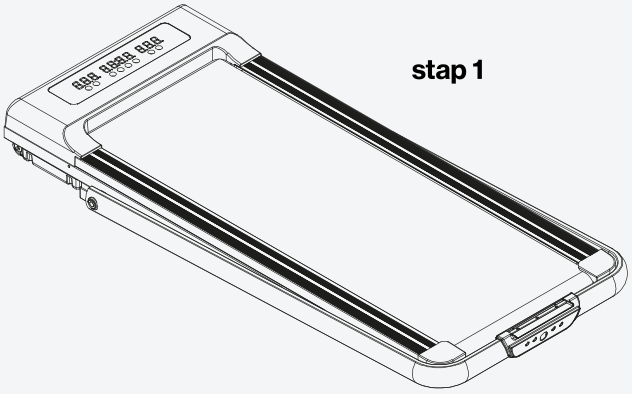
Het hoofdprogramma is tijdens de fabricage al geïnstalleerd. Voor de definitieve installatie volg je de installatie-instructies:

Stap 1: Open de verpakking, haal de montagematerialen uit de doos en leg de hoofdeenheid op de grond.

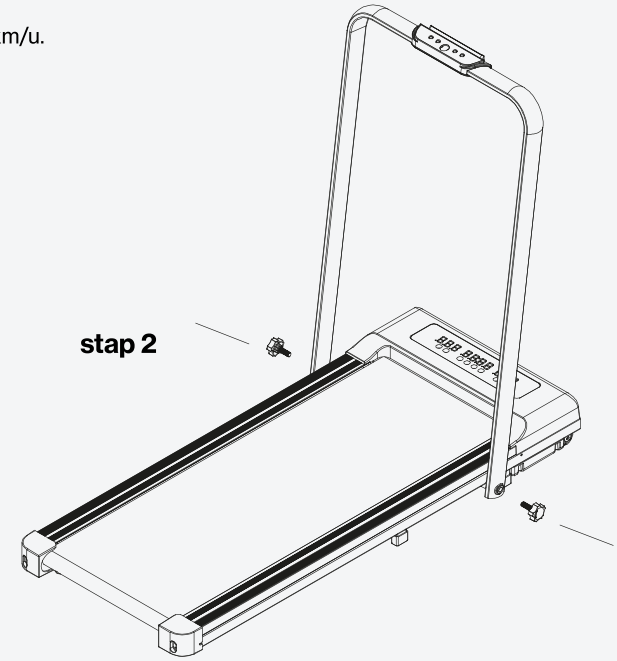
Stap 2: Bevestig de bouten, nadat het frame op zijn plaats is gezet.

Stap 3: Plaats de telefoonsteun en draai de schroeven met de hand vast.

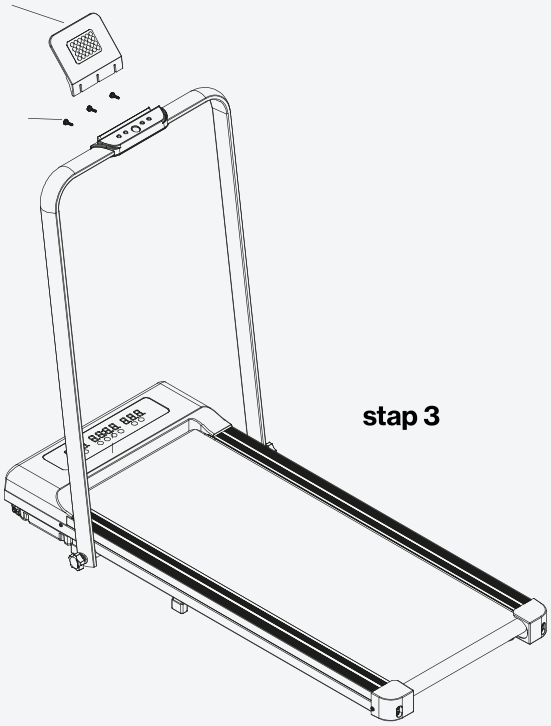
Stap 4: Zet de loopband aan voor gebruik. De snelheid is instelbaar van 0,8-10,8 km/u.



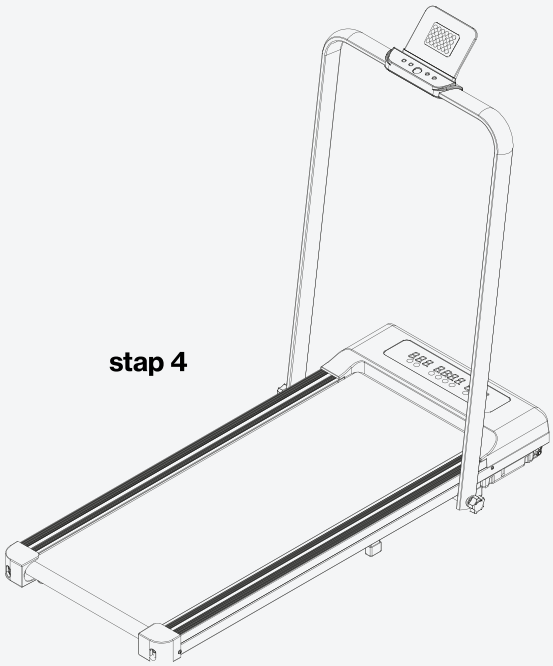
stap 1



stap 2



stap 3



stap 4

ZORG & ONDERHOUD

Let op:

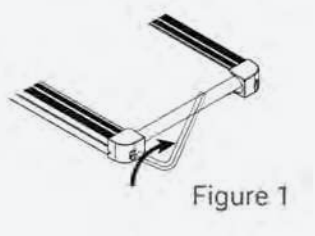
- Om letsel te voorkomen, plaats geen vuil rond het apparaat voordat je met het onderhoud begint.
- Gebruik altijd de bijbehorende zeskant-sleutel.
- Wees voorzichtig tijdens het onderhoud; voorkom knijpgevaar voor je vingers.

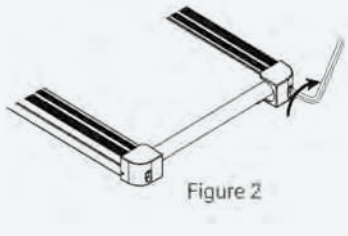
Centreren van de loopband

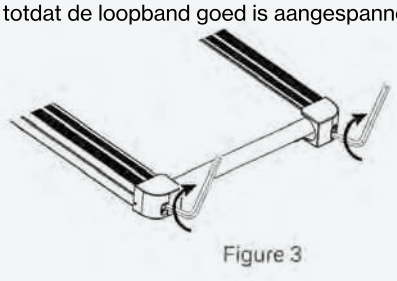
1. Zet de loopband zonder belasting aan en stel de snelheid in op 6 km/u.
2. Voer het handmatige centreren als volgt uit:
- Als de loopband naar links is verschoven, draai de schroef van de linker spanrol een kwartslag met de klok mee (zie figuur 1).
- Als de loopband naar rechts is verschoven, draai de schroef van de rechter spanrol een kwartslag met de klok mee (zie figuur 2).
3. Laat het apparaat 1 tot 2 minuten draaien. Herhaal het handmatige centreren totdat de loopband correct is gecentreerd.

Proces voor het corrigeren van riem-slip

1. Zet het apparaat uit voordat je begint.
2. Gebruik de zeskant-sleutel om beide schroeven van de spanrol een halve slag met de klok mee te draaien (zie figuur 3).
3. Probeer na de correctie 2 minuten te lopen met een snelheid van 1,0 km/h. Herhaal dit totdat de loopband goed is aangespannen.


Figure 1


Figure 2


Figure 3

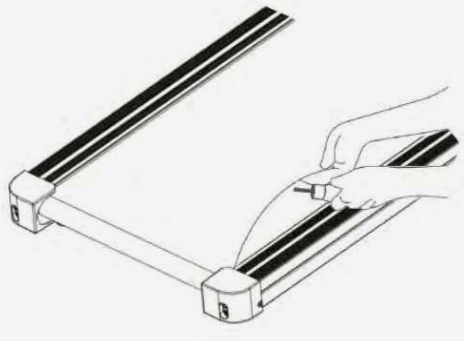
Volg de onderstaande instructies om de riem te smeren

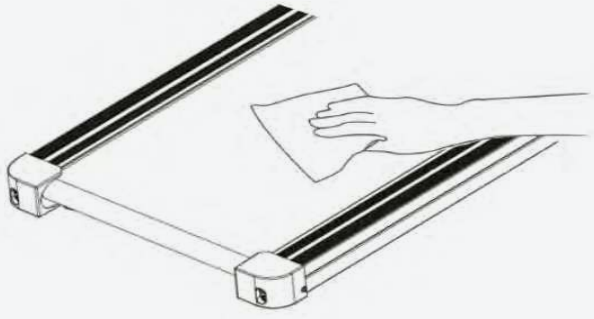
1. Zet de loopband uit en trek de stekker uit het stopcontact.
2. Draai met de zeskant-sleutel beide spanrol schroeven tegen de klok in tot de riem losser zit. Noteer het aantal omwentelingen voor herinstelling.
3. Til de randen van de riem op en spuit 5-10 ml smeermiddel gelijkmatig in het midden van het loopplatform.
4. Draai de spanrol schroeven met de klok mee terug naar de genoteerde positie om de riem opnieuw aan te spannen.
5. Zet het apparaat aan en loop enkele minuten op 1,0 km/h om het smeermiddel te verdelen.

Smeerfrequentie: Elke 200 km.

Schoonmaak van het apparaat

1. Schakel het apparaat uit en trek de stekker uit het stopcontact voordat je het schoonmaakt.
2. Veeg het apparaat af met een vochtige doek. Gebruik geen bijtende reinigingsmiddelen.
3. Reinig niet tegen de richting van de loopband in.
4. Het is normaal dat er na langdurige gebruikt wat zwart poeder onder de loopband ligt.





FAQ & OPLOSSINGEN

E01: Geeft aan dat er een abnormaal communicatieprobleem is tussen de elektronische meter en de elektronische besturing.

E01 Veelvoorkomende probleemoplossingen	De communicatielijn van de elektronische meter is niet aangesloten, onderbroken of heeft slecht contact.
	Geen signaal van de elektronische meter.
	Geen signaal van de onderste besturing.

E02: Geeft aan dat er abnormale spanning is gedetecteerd tussen de onderste besturing en de motor.

E02 Veelvoorkomende probleemoplossingen	De motorbedrading is niet aangesloten.
	De onderste besturing levert geen spanning naar de motor of heeft abnormale spanning.
	De motor werkt niet.

E03: Geeft aan dat er een abnormale snelheidsdetectie is.

E03 Veelvoorkomende probleemoplossingen	De PWM-aandrijflijn van het onderste besturingsbord is defect.

E04: Geeft aan dat de onderste besturing de informatie prompt voor motoroverspanningsbeveiliging detecteert.

E04 Veelvoorkomende probleemoplossingen	De belasting van de loopband overschrijdt de nominale werkstroom van de motor.
	De testlijn voor motor overspanning van het onderste besturingsbord is defect.

E05: Geeft aan dat de onderste besturing de informatie prompt voor motor overstroombeveiliging detecteert.

E05 Veelvoorkomende probleemoplossingen	De belasting van de loopband overschrijdt de nominale werkstroom van de motor.
	Problemen met de structuur van de loopband en de motor assemblage, wat leidt tot motor weerstand of blokkering.
	Fout in het stroomsysteem van de onderste besturing.

E06: Geeft aan dat de onderste besturing de abnormaal lage spanning van de aandrijf voeding detecteert.

E06 Veelvoorkomende probleemoplossingen	De voedingsspanning is te laag.
	Het onderste besturingssysteem detecteert een lijnstoring.

E07 of --: Geeft aan dat het elektronische horloge beveiligingsslot niet goed is ingesteld

E07/--: Veelvoorkomende probleemoplossingen	Veiligheidsmagneet niet op de baan.
	Fout in het beveiligingsslot systeem van de elektronische meter.

GARANTIE

Fabrieksgarantie

Wij garanderen de oorspronkelijke verkoper dat dit product vrij is van materiaal- en fabricagefouten wanneer het voor het beoogde doel wordt gebruikt, mits het is geïnstalleerd en gebruikt volgens de instructies van deze gebruikershandleiding.

Garantieperiode

Op de loopband zit een garantietermijn van 2 jaar. De garantietermijn gaat in op de datum van aankoop. Alle garanties zijn alleen beschikbaar voor de oorspronkelijke koper van het product.

Uitsluitingen van garantiedekking

Rockerz biedt geen garantie en is niet verantwoordelijk voor storingen of schade die voortkomen uit:

1. Gebruik van het product buiten normaal thuisgebruik of voor een niet-ontworpen toepassing.
2. Cosmetische schade zoals krassen, deuken of verkleuringen.
3. Schade door normale slijtage, vandalisme, ongelukken of dieren.
4. Natuurlijke gebeurtenissen (zoals brand, overstroming of bliksem), omgevingsomstandigheden (zoals luchtvervuiling, schimmel, meeldauw) of vlekken door vreemde stoffen (zoals vuil, vet, olie).
5. Normale veroudering door blootstelling aan zonlicht en weersomstandigheden, wat kan leiden tot afbladderen, krijten, vuil of vlekken.
6. Onjuiste bediening, wijziging, behandeling, opslag, misbruik of verwaarlozing van het product.

Rockerz zal gratis alle onderdelen repareren of vervangen die defect zijn onder normaal thuisgebruik. Reparaties of vervangingen verlengen de garantie niet, maar behouden de resterende garantieperiode. Deze garantie geldt alleen voor de oorspronkelijke koper en is niet overdraagbaar. Bewijs van aankoop is vereist. Bij contact opnemen, houd de volgende informatie bij de hand:

1. Bestelnummer
2. Beschrijving van de onderdelen (foto's of video's kunnen nuttig zijn)
3. Onderdeel-nummer
4. Aankoopdatum