

Attract TREADMILL HMT-1010



ATTRACT
Enjoy your life



SVENSKA

Innehåll

Förord	2
Monteringsanvisning	3
Säkerhetsinformation	4-5
Instruktioner för användning	6
Starta bandet	7
Förinställda program	8
Regelbunden skötsel	9
Produktspecifikation	10
Garantivillkor	11
Felsökning	12
Kontaktinformation	13

Förord

Tack för att du väljer Attract!

Attract's Promenadband har genomgått omfattande tester och är bekräftat säkert och pålitligt för privat bruk. Läs noggrant igenom denna manual innan du börjar använda ditt Promenadband för få ut maximal effekt av din träning. Ha gärna manualen nära till hands för att lätt kunna konsultera vid behov.

Attract's Promenadband har en väl genomtänkt ingenjörskonst och bjuder på många fördelar. Tack vare den smidiga storleken, med en höjd på endast 26 cm hopfällad, är den väldigt lätt att förvara mellan varje användning och är samtidigt lika smidig vid transporter.

Hälsovinster

Med lågintensiv motion motverkar du bland annat hjärt- och kärlsjukdomar, åldersdiabetes och minskar risken för frakturer på grund av benskörhet – vilket i sin tur ger dig bättre fysiska förutsättningar för god livskvalitet. Motionsbandet har en lång rad fördelar och passar utmärkt för dig som har lite tid och vill träna hemma. Promenaden är en av världens mest uppskattade motionsformer.

En rask promenad påverkar både kropp och själ. Du blir piggare och mer avstressad. Dessutom kan regelbundna promenader ge en lång rad fysiska hälsovinster:

- Starkare hjärta och förbättrad kondition.
- Minskad risk att drabbas av hjärt- och kärlsjukdomar, högt blodtryck och diabetes.
- Starkare muskler och ökad rörlighet i lederna.
- Förbättrad balans och koordination.
- Minskad risk för benskörhet.
- Sänkt kolesterolhalt i blodet.
- Viktminskning genom ökad energiförbrukning.

Om du är helt otränad är du mest mottaglig för promenadens konditionshöjande effekt! Efter bara några veckors motionerande kommer din vilopuls att sjunka – ett kvitto på att din kondition har förbättrats. Du som vill gå ner i vikt har goda chanser att lyckas om du kombinerar flitiga promenader med en sund kost.

Vi gratulerar dig till ett bra köp och att du hädanefter kan ta dina trygga promenader när du vill.

Monteringsanvisning

1. Öppna kartongen och ta ut Promenadbandet.

OBS. Spara emballaget för ev. framtida transporter.

Förpackningen skall innehålla följande delar:

1. Motionsband



2. • Säkerhetsskruv (2 st)
• Insexnyckel (1 st)
• Säkerhetsband (1 st)

Hur du monterar ihop ditt promenadband, steg för steg.

1. **Ställ bandet i upprätt läge** (som bilden visar). Dra ut låsspringen som sitter på vänster sida mitt på bandet (som säkrar promenadbandet i ihopfällt läge). Springen är fjäderande och släpper säkringen när du lyfter lite på bandet samtidigt som du försiktigt drar ut den mot fjädringen. Fäll ned promenadbandsdelen mot golvet.



2. **Skruva fast den större skruven** (finns i den medföljande påsen) vid bandets främre, vänstra sida strax nedanför handtagets slut, för att säkra promenadbandet i upprätt läge.



3. **Säkra kontrollpanelen så den sitter fast**, genom att snurra kontrollpanelen på handtaget så att hålet på handtaget matchar hålet på baksidan av kontrollpanelens fäste. Skruva fast den andra medföljande skruven i hålet på kontrollpanelens baksida.



4. **Fäst säkerhetsbandet** med den röda magneten mot den gula cirkeln på kontrollpanelen. Klart för användning!

OBS. Kontrollera om bandet ligger centrerat, om inte justera bandet så att det löper fritt (se Kap Regelbunden Skötsel sidan 9).

Säkerhetsinformation

**Läs alla instruktioner innan användning
för att minimera eventuella risker.**

(Observera att detta är viktigt för att garantin ska gälla.)

Promenadbandet måste kopplas till ett jordat eluttag!

När du använder elektriska produkter, speciellt om barn är närvarande, bör du vidta normala säkerhetsåtgärder vilket också inkluderar följande:

- Denna produkt bör inte användas av personer med fysiska åkommor som begränsar användarens möjlighet att nå kontrollpanelen.
- Denna produkt skall inte användas av barn under 10 år.
- Handikappade personer bör instrueras av vägledare.
- Gravida bör kontakta sin läkare innan de använder promenadbandet.
- Om strömkabeln skadas, byt ut den, eller se till att en behörig elektriker/serviceverkstad reparerar den.
- Promenadbandet får endast användas inomhus, utan kontakt med fukt.
- Koppla alltid ur Promenadbandet från eluttaget efter användning och innan du rengör den.
- Placera inte produkten i vatten eller annan vätska.
- Använd aldrig metallföremål tillsammans med detta Promenadband, se till att fickorna är tömda före användning för att undvika olyckor.
- Håll produkten torr och använd den inte vid hög luftfuktighet.

Säkerhetsinformation forts.

All service och reparation på detta Promenadband skall genomföras av auktoriserad personal.

- Bär eller förflytta inte produkten när sladden sitter fast i vägguttaget.
- Stäng alltid av promenadbandet på den röda knappen på kontroll panelen och dra sedan ut sladden.
- Denna produkt är designad enbart för privat bruk, ej för professionell användning.

Varning – för att minimera risker av brännskador, elektriska stötar, brand eller andra personsador: Lämna aldrig ett inkopplad Promenadband utan uppsikt. Dra ur sladden då promenadbandet inte används, bl.a. för att förhindra barn från att starta Promenadbandet utan uppsikt av vuxen. Dra aldrig ur sladden med fuktiga händer. Dra i kontakten, inte i sladden. Se till så att sladden aldrig kläms.

SPARA DESSA INSTRUKTIONER.

Instruktioner för användning

Att tänka på innan du använder promenadbandet.

- Justera bandet vid behov med medföljande insexnyckel, om bandet drar snett eller avger missljud (se Kap Regelbunden skötsel sidan 9).
- Innan du slår på strömmen, försäkra dig om att Promenadbandet är korrekt monterat och placerat på plant underlag.
- Placera inte Promenadbandet på en matta, luft måste kunna cirkulera under bandet.
- Bär inte för långa plagg då dessa kan fastna i Promenadbandet. Töm dina byxfickor före användning.
- Vi rekommenderar att du använder promenadskor/gymnastiskor, ej skor med klack då detta kan leda till personskador samt skador på promenadbandet.
- Tillse att barn och husdjur inte befinner sig i omedelbar närhet för att undvika olyckor.
- Använd alltid "säkerhetsbandet" när du motionerar på Promenadbandet. Detta är en säkerhetsåtgärd som gör att Promenadbandet stannar omedelbart om dess magneter tappar kontakt med varandra. Fäst förslagvis säkerhetsbandet på tröjans nedre del.
- Starta med lägsta hastighet och börja promenera, öka sedan hastigheten successivt tills det känns behagligt och önskad hastighet uppnått. Försök aldrig kliva på bandet när det är i rörelse. Stäng av det först, kliv sedan på och starta om.
- För att lättare kunna kliva av och på, rekommenderas en cirka två kvadratmeter fri yta bakom promenadbandet. Detta maximerar säkerheten vid användning.

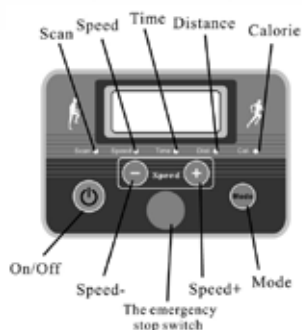
Starta bandet

Aktivera Promenadbandet.

Sätt in kontakten i ett jordat eluttag och se till att strömbrytaren är påslagen, den sitter på promenadbandets baksida. Så snart Promenadbandet får ström ljuder 5 korta signaler som talar om att allt är i sin ordning och produkten står nu i stand-by läge, redo att användas. (Bandet kommer att indikera "SAFE" om du ej fäst säkerhetsbandet på displayens framsida). Kontrollpanelen visar då vågräta streck.

När du känner dig redo och har klivit upp på bandet:

- 1. Starta. "On".** Nu räknar displayen ner från 3...2...1... och löpbandet börjar rulla på lägsta fart (1.0).
- 2. Välj vad som visas i displayen.** "MODE" Tryck för att välja vad som visas i displayen – hastighet, tid, avverkat avstånd eller förbrukade kalorier. När den gröna lampan vid Scan lyser får du alla fyra angivelser automatiskt med 5 sekunders visning på varje. Den förinställda tiden är 30 minuter.
- 3. Välj hastighet.** Du väljer till sist hastighet och detta regleras enkelt genom att trycka på "Speed" + eller- tills det känns behagligt. Du kan välja hastighet mellan 1.0 och 10.0 och detta motsvarar km/h.



Kontrollpanel.

Välj mellan att visa följande angivelser:

Speed = Hastighet i km/h

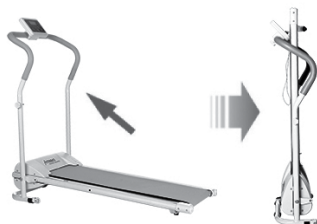
Time = Tid i minuter

Pace = Avstånd i km

Cal. = Förbrukade kalorier

Emergency stop switch= Säkerhetsbandet måste sitta på denna punkt för kunna användas.

Välj med fördel "Scan" med MODE knappen för att visa alla 4 angivelser automatiskt med 5 sek på varje.



Efter avslutad träning. Stäng av bandet, dra ur stickkontakten, lösgör nedre säkerhetskrav. Fäll upp bandytan mot ramen. Dra samtidigt ut säkerhetskrav två. Klicka tillbaka säkerhetskrav två i bandet. **Obs. Förvara den lösa säkerhetskraven på en lämplig plats i ditt hem, så att den ej försvinner.**

Förinställda program

Det är möjligt att använda sig av tre olika förinställda program;
P1, P2 eller P3, alt. styra hastighet och tid helt själv.

OBS. Det är viktigt att du *inte* trycker på on-knappen när du ska träna med autoprogram. Slå endast på huvudströmbrytaren, följ sedan instruktionerna nedan.

Autoprogram: När "----" visas i displayen, tryck på "MODE"-knappen, sedan på "+"-knappen, då kommer P1 att synas i displayen. Om du önskar träna med P1 programmet, bekräfta genom att trycka på "on/off"-knappen. Om du vill ha P2 alt P3 programmet tryck på "+"-knappen innan du bekräftar med "on/off"-knappen.

Autoprogramen har en förinställd tid, 10 minuter. Om du önskar ändra den förinställda tiden, så gör du det genom att trycka "MODE" igen och sedan "+"-knappen, tryck därefter på "on/off"-knappen. *(Du har möjlighet att öka antalet minuters träning från 10 minuter upp till max 30 minuter).*

När du tränar på autoprogrammet startar timern på den tid du önskar hålla på och räknar sedan ned till noll minuter kvar att träna.

Autoprogram P1

Varierar hastigheten med 1 minuts intervall enligt:

1 km; 3 km; 5 km; 7 km (x 4)
5 km; 3 km; 1 km (x 1)

Autoprogram P2

Varierar hastigheten med 30 sek intervall enligt:

2 km; 3 km; 4 km; 5 km; 6 km (x2)
5 km; 4 km; 3 km; 2 km (x2)
3 km; 4 km; 5 km; 6 km (x2)
5 km; 4 km; 3 km; 2 km (x 1)

Autoprogram P3

Varierar hastigheten med 30 sek intervall enligt:

3 km; 5 km; 8 km; 5 km; 8 km; (x 1)
5 km; 8 km; 5 km; 8 km; 5 km; (x 1)
8 km; 5 km; 8 km; 5 km; 8 km; (x 1)
5 km; 8 km; 5 km; 8 km; 5 km (x 1)

Regelbunden skötsel

Rengöring

Se till att Promenadbandet är helt avstängt och kontakten utdragen från vägguttaget innan du påbörjar rengöring. Torka regelbundet av produkten för att skydda komponenterna från damm och för att hålla den ren. Torka av gångbandet med en lätt fuktad trasa och ett mildt rengöringsmedel, glöm inte den sida som för tillfället sitter undertill. Torka alltid av handtagen och gångbandet direkt efter användning. Vid rengöring av kontrollpanelen använd alltid en torr och mjuk trasa.

Smörjning

Från fabriken kommer objektet smord med ett antistatiskt smörjmedel. Du som konsument bör smörja fotstegen (på sidan av bandet) samt gångbandet efter ca 100h användning. Lämpliga smörjmedel finns att köpa i fackhandel.

Justering av gångbandet

För att Promenadbandet ska fungera som bäst, bör du ibland justera det. Det kan eventuellt också behövas precis i början när det kommer från fabrik, (Se bild nedan).

Se till att det är avstängt innan du påbörjar ev. justering. Om mattan börjar dra snett åt höger (baki-från sett) vrid skruven baktill på höger sida medurs ett halvt varv och sedan baktill på vänster sida moturs ett halvt varv. Om gångbandet drar snett åt vänster, vrid skruven på höger sida moturs ett halvt varv och vänster sida medurs ett halvt vart. Testa och kör bandet för att se att det drar rätt. Upprepa tills du har ett bra läge på gångbandet. Om gångbandet börjar slira, justera genom att dra åt skruvarna medurs baktill på båda sidor.



Förvaring

Förvara löpbandet enkelt och smidigt hopfäld i din garderob, under din säng eller något annat utrymme som du vanligtvis inte använder. Tänk på att den skall förvaras torrt och belasta inte Promenadbandet genom att stapla saker ovanpå det.

Produktspecifikation

Attract Promenadband

Modellnamn: Attract Promenadband, HMT-1010

Modellnr/art.nr: 901-906

Spänning: 220-240 V

Motorstyrka/effekt: 500 W

Frekvens: 50-60 Hz

Hastighet: 1-10 km/h

Vikt: 25 kg

Dimension utfälld (LxBxH): 122x62x108 cm

Dimension hopfälld (LxBxH): 124x62x26 cm

Dimension gångband (LxB): 98,5x36 cm

Kartongens storlek (LxBxH): 130x64,5x31,5 cm

Maximal belastning: 120 kg

Kabellängd: 185 cm

Garantivillkor

Datura Trading AB Org.nr 556314-7627 (2009-05-25)

1. DATURA TRADING AB ger för sitt Attract Promenadband, den lagreglerade garantin på 2 år.
2. Om materiella fel skulle uppstå under garantiperioden kommer Datura Trading AB:s tekniska service att kostnadsfritt byta ut eventuella delar med material- eller tillverkningsfel enligt de villkor som anges nedan:
 - a) Promenadbandet som innefattas i garantin skall tillhandahållas Datura Trading AB:s tekniska service för undersökning och reparation. Vår support skall alltid kontaktas så snart ev. fel upptäcks för vidare överenskommelse .
 - b) Datura Trading AB:s tekniska service innehar rätten att avgöra lämpligaste reparationsmetod.
 - c) En förlängning av garantin utförs inte som följd av ev. service/reparation/reservdelsbyte.
 - d) I Datura Trading AB:s garantier inkluderas inte mer omfattande rättigheter, som ex. byte, rea eller ersättningar på grund av sveda och värk.
3. Datura Trading AB:s garantier är endast giltiga då den kan uppvisas tillsammans med originalfakturan eller inköpskvittot (som visar försäljningsdatum och modell) tillsammans med det felaktiga Promenadbandet från Attract.
4. Datura Trading AB:s garantier täcker inte och står inte för skador uppkomna på grund av modifieringar eller justeringar som har gjorts på produkten, utan tidigare skriftligt auktorisation av Datura Trading AB.
5. Datura Trading AB:s garantier är ogiltiga om produktens serienummer har ändrats, raderats, har försvunnit eller visat sig vara ogiltig.
6. Denna garanti avser endast slutkonsumenten och är inte överförbar.
7. Denna garanti täcker inte något av följande antaganden:
 - a) Skador uppkomna på grund av:
 - Olämplig användning: (a) felaktig användning av produkten med avsikter som inte är lämpliga eller som bryter mot instruktioner för användning och underhåll och (b) installation eller användning av produkten på sätt som inte respekterar tekniska normer eller säkerhetsnormer, (c) utomhusbruk.
 - Olyckor, blixtar, vatten, eld, olämplig ventilation eller Force Majeure och andra orsaker som ligger utanför tillverkarens kontroll.
 - Fel på det system som ansluts till denna produkt.
 - b) Datura Trading AB reserverar sig rättigheten att utföra eventuella reparationer i sina egna verkstäder för teknisk service .

Felsökning

Fel	Möjlig orsak	Lösning
Promenadbandet fungerar inte	Kontakten är inte korrekt inkopplad i vägguttaget.	Sätt kontakten i vägguttaget.
Promenadbandet fungerar inte	Påknappen är avslagen.	Slå på strömmen på promenadbandet genom att trycka på huvudströmbrytaren på framsidan av promenadbandet.
Gångbandet drar snett och/eller avger missljud.	Inställningarna på gångbandet påverkas av vår vikt, balans och hur den belastas. Detta kan behöva justeras.	Justera genom att dra åt skruvarna baktill på promenadbandet, se närmare detaljer under rubriken Regelbunden skötsel. Se sid 9.
Gångbandet slirar, är för lös.	Med tid och belastning kan gångbandets spänst påverkas. Denna behöver då spännas.	Justera genom att dra åt skruvarna baktill på promenadbandet medurs på båda sidorna. Se sid 9.

Kontaktinformation

Attract Promenadband, HMT-1010 -
marknadsförs i Norden av
Datura Trading AB

Datura Trading AB

Besöksadress: Storgatan 15, 852 30 SUNDSVALL

Postadress: Box 63, 851 02 SUNDSVALL

Telefon: 020-220 220 **Fax:** 060-12 50 40

E-post: info@datura.se

Hemsida: www.attract.nu

A **ATTRACT**
Enjoy your life