



# Bruks- och monteringsanvisning till Abilica Trex2

Art. nr. 555 072

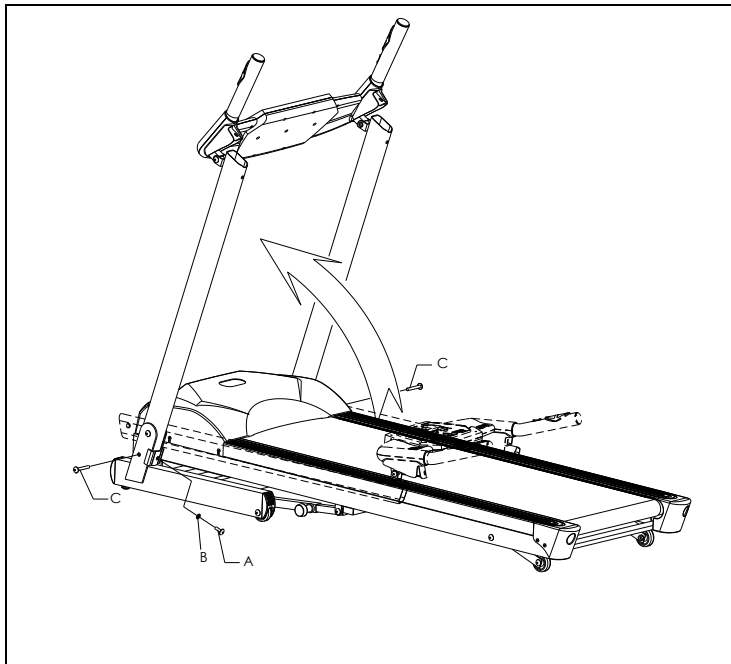
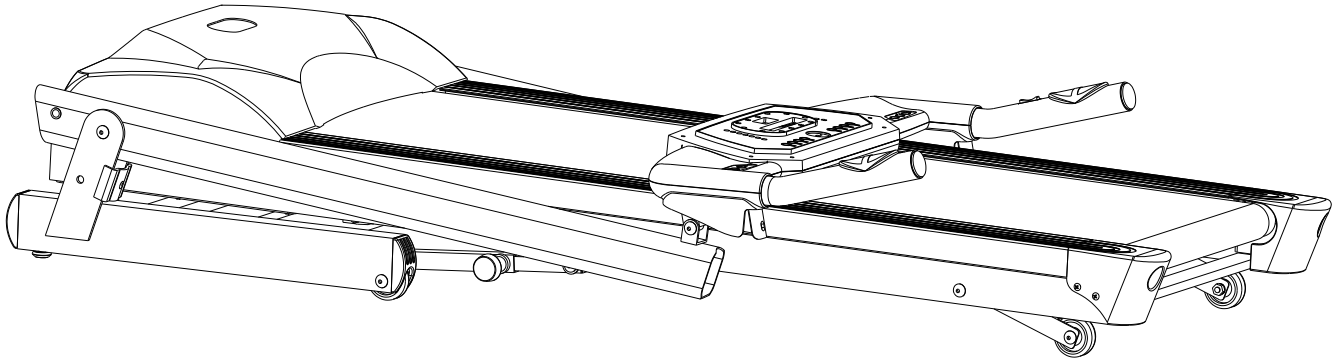


## Monteringsanvisning

- Packa upp löpbandet och alla delar.
- Lägg ner löpbandet på golvet, se bild nedan.
- Sortera lösa delar, se lista till höger.

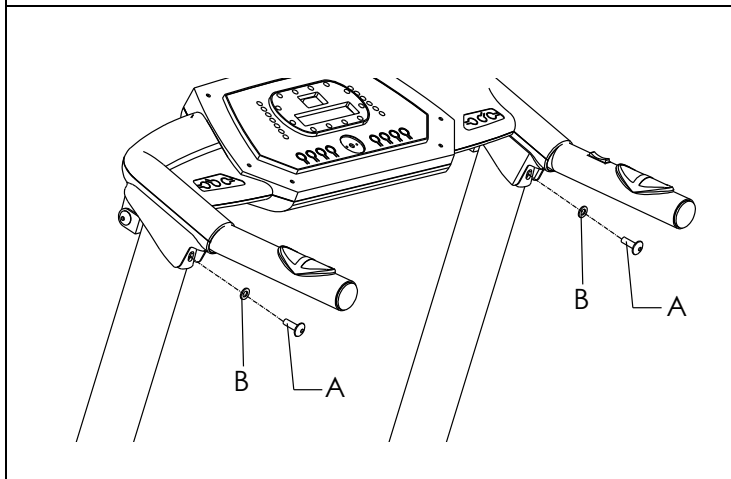
## Innehållslista

| Nr | Beskrivning     | Antal |
|----|-----------------|-------|
| A  | Skruv M8x20     | 4     |
| B  | Skiva 8,5x16    | 4     |
| C  | Insektsnyckel   | 1     |
| D  | Säkerhetsnyckel | 1     |



### Steg 1

Lylt upp sidostolparna ocg skruva fast med skruv A och skiva B på båda sidorna.

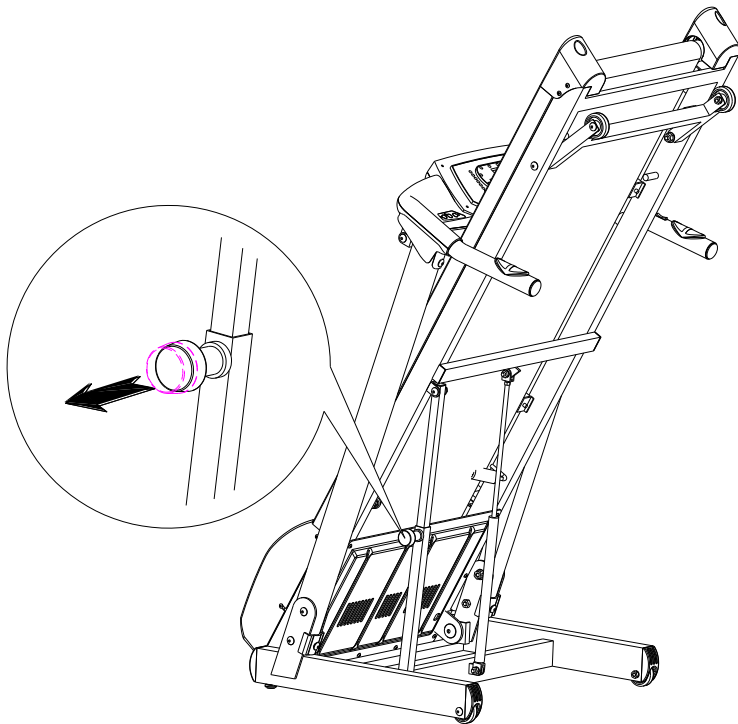


### Steg 2

Montera fast handtagen i stolparna med skruv A och skiva B på båda sidorna, se figur till vänster.

Abilica Trex2 är nu färdigmonterad.

## Fälla upp/ned Trex2:



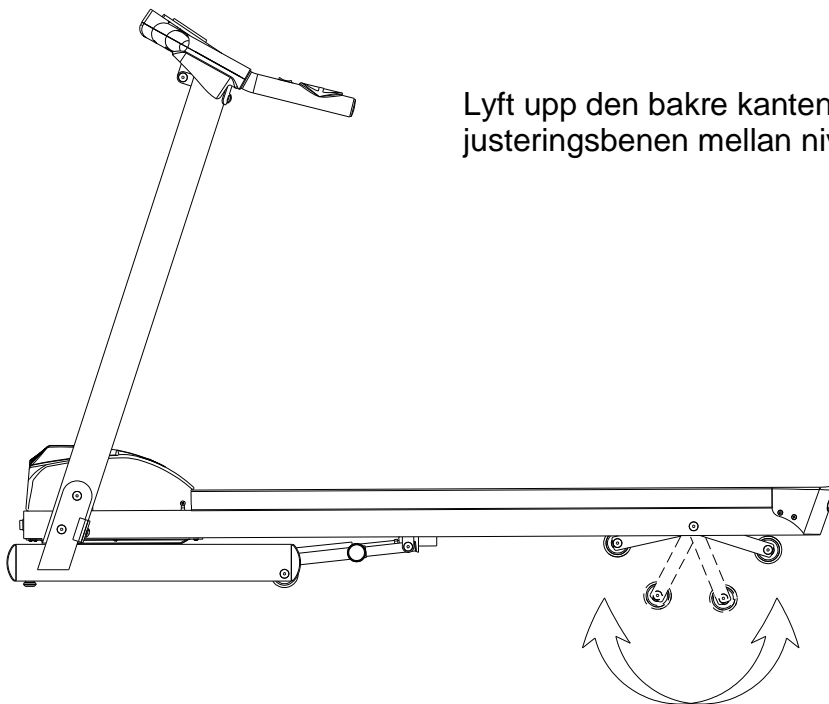
### Fälla upp:

1. Ta tag i den bakre kanten på löpbandet och lyft upp det.
2. Lyssna efter ett "knäpp", det betyder att bandet är låst i upprest position.

### Fälla ned:

1. Ta tag i låsstången, se vänster figur, och dra ut den. Detta frigör låsmekanismen.
2. Löpbandet fälls nu sakta ned mot golvet.

## Justera höjden på löpbandet:



Lyft upp den bakre kanten av löpbandet och flytta justeringsbenen mellan nivåerna. Se figur till vänster.

## Justera löpbandet:

Löpbandet ska placeras på platt och stabilt underlag. Om löpbandet blir stående på ett underlag som inte är vågrätt, kan bandet "dra" åt den ena sidan. Då måste bandet justeras, så att det är helt centrerat igen.

OBS! Kontrollera bandet ca en gång i månaden.



Skruva på justeringskruvarna som sitter bakerst för att justera löpbandet. Den medföljande insektsnyckeln används för små justeringar av skruvarna.

Ställ in bandet på ca hastighet 2-4 km/h. Låt bandet gå, och kontrollera om det går mot höger eller vänster. När löpbandet ligger centrerat är justeringen riktig.

Låt bandet gå i ca 2 min för att det ska få "ligga in" sig i den nya inställningen.

## Underhåll:

Riktig underhåll är viktig både för att löpbandet ska fungera ordentlig, och för att maximera levnadstiden på det.

### Viktigt:

- Använd aldrig starka rengöringsprodukter eller lösningsmedel för att rengöra löpbandet. För att förhindra skador på träningsdatorn, håll undan vätskor och låt den inte stå i direkt solljus.
- Undersök och strama till alla delarna på löpbandet regelbundet. Om slitage uppstår så byt omedelbart ut dessa delarna.

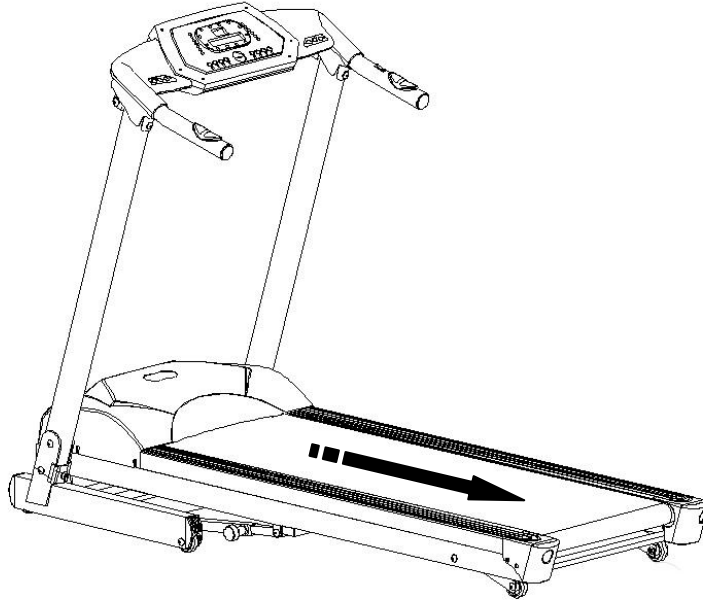
## Smörjning av löpbandet

Löpbandet blev smörjt under produktionen i fabriken. Vi rekommenderar ändå att du smörjer det, och ser efter slitage regelbundet. Bandet smörjs efter ett år, eller 500 timmars användning.

Efter 30 dagars- eller 30 timmars användning lyfter du upp löpbandet och kontrollerar att det fortfarande är silicon kvar mellan bandet och plattan under. Om bandet känns torrt, följ då instruktionerna nedan. OBS! Använd endast silicon som inte innehåller alkohol.

## Påförande av smörjmedel på löpbandet

1. Stoppa löpbandet så att sömmen er placerad på toppen och i center av löpbanan.
2. Lyft upp löpbandet på den ena sidan och spray silicon från front till bak på löpbandet. Upprepa proceduren på den andra sidan.
3. Låt siliconet "sätta sig" i ca 1 min innan du använder löpbandet igen.



## Rensning:

Regelbunden rensning av löpbandet:

- **Varning:** För att förhindra elektrisk stöt under rensning eller underhåll, kom ihåg att alltid stänga av löpbandet och dra ur kontakten.
- **Viktigt:** Använd endast rengöringsmedel beräknade till elektriska apparater. Använd inte flytande vätskor direkt på träningsdatorn. Det är också viktigt att träningsdatorn inte blir utsatt för direkt solljus.
- **Efter användning:** Torka av löpbandet med en fuktig trasa efter användning. (OBS! Inte FÖR fuktig)

Använd rena, torra skor. Partiklar från skona kan sätta sig i motorn och orsaka skada på den.

Dammsug under löpbandet och apparaten varje vecka. Detta är speciellt viktigt om apparaten står på en matta.

Lyfta av motorhuvn och ta bort damm och hår från motor, motorrum och styrkort med en dammsugare en till två gånger per år.

**OBS. Var mycket försiktig så att det inte blir någon fysisk kontakt mellan dammsugaren och dom elektroniska komponenterna i styrkortet.**

## **VARNING:**

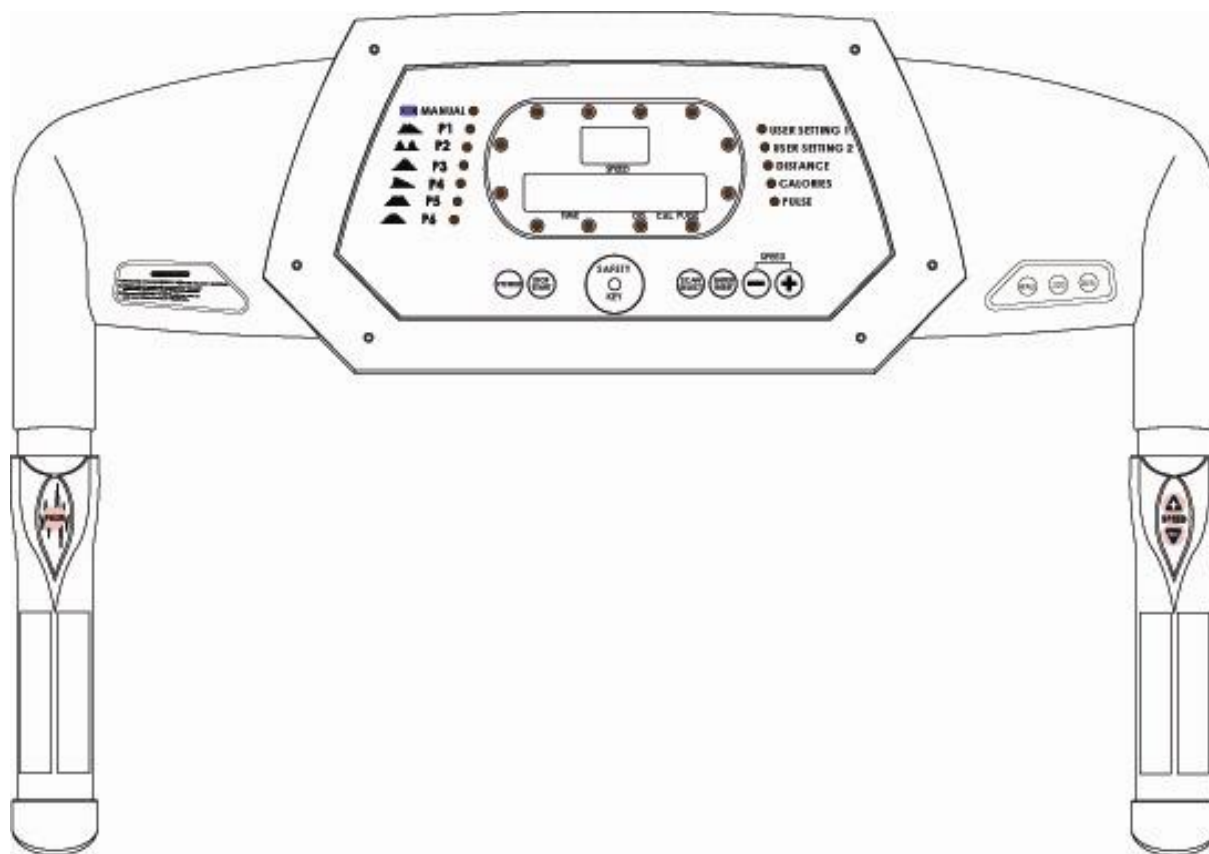
Läs följande regler och information innan du börjar använda apparaten. Detta för att reducera risken för brand, elektriska stöt och personskador.

- Löpbandet ska endast användas som beskrivet i bruksanvisningen.
- Placera löpbandet så att du har tillgång till ett kontaktuttag.
- Använd alltid ett jordat kontaktuttag till löpbandet.
- Löpbandet är endast ägnat för inomhusbruk, och får inte komma i kontakt med fuktighet.
- Löpbandet ska uppbevaras otillgängligt för barn.
- Rekommenderad användarvikt upptill 115kg.
- Löpbandet ska bara användas av en person åt gången. Kontrollera att inga lösa föremål fäster sig i/på löpbandet.
- Stå med benen på utsidan av löpbandet när du startar det.
- Låt löpbandet stoppa helt innan du kliver av.
- Stoppa aldrig lösa föremål in i löpbandet.
- Följ säkerhetsinformationen innan du börjar använda löpbandet.
- Kontrollera så att inte ledningen kommer i kläm. Ledningen ska inte läggas under apparaten.
- Kontakten ska alltid dras ur uttaget när inte löpbandet används. Service av apparaten bör alltid utföras av en auktoriserad förhandlare.
- Gå inte av löpbandet när det är i rörelse.
- Använd säkerhetsnyckeln när du använder löpbandet. Fäst säkerhetsnyckeln på kläderna. Detta är nödstoppfunktionen. När säkerhetsnyckeln lossnar från träningsdatorn stoppar automatisk drivkraften i bandet. Farten på löpbandet reduceras, och användaren kan gå av bandet.
- Säkerhetsnyckeln ska bevaras på en säker plats när löpbandet inte används.



## Bruksanvisning till Abilica Trex2 träningsdator

Art. nr. 555 072



## KNAPPAR OCH FUNKTIONER

|                      |                                                                                               |
|----------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>POWER</b>         | Ström på/av                                                                                   |
| <b>STOP/ START</b>   | Stopp/start                                                                                   |
| <b>SCAN/SELECT</b>   | Skiftar mellan visningar av värden                                                            |
| <b>ENTER/RESET</b>   | Skiftar mellan funktioner, bekräftar och nollställer                                          |
| <b>SPEED</b>         | Hastighet                                                                                     |
| <b>USER 1</b>        | Användare 1                                                                                   |
| <b>USER 2</b>        | Användare 2                                                                                   |
| <b>DISTANCE/ DST</b> | Distans                                                                                       |
| <b>CALORIE/CAL</b>   | Kaloriförbränning                                                                             |
| <b>TIME</b>          | Tid                                                                                           |
| <b>PULS</b>          | Puls. När puls visas blinkar ett hjärta<br>När ingen puls er registrerad visas HP i displayet |
| <b>MANUAL</b>        | Manuell                                                                                       |
| <b>P1 til P6</b>     | Program 1 til program 6                                                                       |
| <b>WALK/ GÅ</b>      | Hastigheten är 4 km.                                                                          |
| <b>JOG/ JOG</b>      | Hastigheten är 8 km.                                                                          |
| <b>RUN/ LØP</b>      | Hastigheten är 12 km.                                                                         |

### ENTER/RESET

Tryck enter/reset for å skifta mellan: NORMAL – TID – KALORIFORBRÄNNING – DISTANSE – PROGRAM 1 TIL PROGRAM 6 – ANVÄNDARINNSTÄLLNING1 OCH ANVÄNDARINNSTÄLLNING 2.

### ÄNDRING AV HASTIGHET

+/- varje gång du trycker +/-, när motoren er igång, ändras hastigheten med +/- 0,1. Om du håller knappen inne ändras hastigheten snabbt.

Varje gång du trycker på +/-, när motorn har stoppt, ändras värdet på de blinkande kolonnerna. Om du håller knappen inne ändras värdet på den blinkende kolonnene snabbt.

### START/STOPP

Motoren startar/stoppar.

### QUICK START

Genom att trycke på WALK/ JOG/RUN kommer du snabbt igång. Du kan även under träningens gång trycka på en annan av WALK/ JOG/RUN knapparna för att förändra hastigheten. Tryck Start/Stopp för att byta till annan funktion.

### SCAN/SELECT

Genom att använda knappen SCAN/SELECT kan man skifta mellan att visa en funktion fast (fast rött ljus) eller att träningsdatorn skannar mellan funktionene DIST, CAL, PULSE, DIST. (Rött ljus blinkar på den funktion som för tillfället visas)



## **FÖRE START**

Sätt knappen, som du finner nede, i fronten på löpbandet, i "ON" position. Sätt därefter i säkerhetsnyckeln.

Tryck POWER, då lyser alla fönstren i displayen i 1 sek.

Om säkerhetsnyckeln inte är insatt, visas ----- i displayen.

Om säkerhetsnyckeln är korrekt insatt, hörs ett pipjud, och alle värden satt till 0 och inte blinka. Detta betäcknas som normal modus.

## **DE OLIKA FUNKTIONERNA**

### **NORMAL MODUS**

Tryc START: Motorn räknar ned och börjar gå i 0,8 km/h. Hastigheten varje gång du trycker +/-, när motorn är igång. Om du håller knappen intryckt ändras hastigheten snabbare.

### **TID**

Tryc ENTER/RESET tills MANUAL och TID blinkar i displayen. Tryck +/- för att ställa in önskad tid. Tryck START: Motorn räknar då ned och börjar gå i 0,8 km/h. När vald tid är nedräknad piper ett alarm 5 gånger (1 gång/per sek.), och hastigheten reduceras för att därefter stoppa helt. (Under reduktionen ändras inga värden)

### **KALORIFÖRBRÄNNING**

Tryc ENTER/RESET tills MANUAL och CAL blinkar i displayen. Tryck +/- för att ställa in önskad kaloriförbränning. Tryck START: motorn räknar då ned och börjar gå i 0,8 km/h. När vald kaloriförbränning är nedräknad (min 20) piper en alarm 5 gånger (1 gång/per sek.), och hastigheten reduceras för att därefter stoppa helt. (Under reduktionen ändras inga värden)

### **DISTANS**

Tryck ENTER/RESET tills MANUAL och DIS blinker i displayen. Tryck +/- för att ställa in önskad distans. Tryck START: Motorn räknar då ned och börjar gå i 0,8 km/h. När vald distans är nedräknad piper ett alarm 5 gånger (1 gång/per sek.), och hastigheten reduceras för att därefter stoppa. (Under reduktionen ändras inga värden)

## **PROGRAM**

### **P1 – P6**

Tryck ENTER/RESET tills en av programmen P1 – P6 och tid lyser i displayen. Tryck +/- för att välja önskad tid på valt program. På program 1 till 6 börjar tiden automatisk på 20:00. Det är möjligt att ställa tiden på 8:00 – 99:00. Tryck START: Motorn räknar då ned och startar. När valt program är färdigt piper ett alarm 5 gånger (1 gång/per sek), och hastigheten reduceras för att därefter stoppa. ( Under reduktionen ändras inga värden)

Du kan reglera hastigheten när som helst under träningens gång. Om detta görs, ändras också resten av programprofilen i förhållande till hastigheten. Så kan alltså hela profilen ändras så att den passar dig och ditt användande.

# ANVÄNDARTYRT PROGRAM

## User Setting 1 och User Setting 2

Tryck ENTER/RESET tills USER SETTING 1 eller 2 och tid visas i displayen. Om du håller ENTER knappen nedtryckt i 2 sek kommer du till USER SETTING modus.

1. I CAL fönstret kommer talet 1 fram. Detta indikerar profilstolpe 1. I SPEED fönstret sätter du in hastigheten du önskar på profilstolpe 1. Tryck +/- för att ändra hastigheten.
  2. Tryck ENTER för att bekräfta hastigheten.
  3. Därefter kommer talet 2 fram i CAL fönstret. Nu sätter du dit den hastigheten du önskar på profilstolpe 2. Använd +/- för att ändra hastighet.
  4. Tryck ENTER för att bekräfta hastigheten.
  5. Upprepa proceduren på alla de 20 profilstolparna.
  6. Därefter väljs tiden på hur länge du vill att programmet ska vara. Tiden står automatisk på 20:00, men kan ändras genom att trycka +/- . Det är möjligt att ställa tiden på 08:00 – 99:00.
- Du kan trycka START när du vill, och löpbandet startar då med ditt nylagade program.
  - När USER SETTING är fullfört piper ett alarm 5 gånger (1 gång/per sek), och hastigheten reduceras för att därefter stoppa. (Under reduktionen ändras inga värden)

## ANNAN INFORMATION

När TID, DISTANS, KALORIFÖRBRÄNNING, PROGRAM 1 TILL 6, USER 1 OCH USER 2 går den tillbaka till normal modus.

Tiden börjar räkna ned när man trycker START.

När säkerhetsnyckeln tas ut och sätts in igen går den tillbaka till utgångspunkten. (Alla värden blir nollställda)

## SPORT SUPPLY®

Leverantör:  
Sport Supply AB  
Box 181  
56624 Habo  
SVERIGE  
Mail: [info@sportsupply.se](mailto:info@sportsupply.se)  
[www.sportsupply.se](http://www.sportsupply.se)  
[www.abilica.com](http://www.abilica.com)

© Sport Supply Int. AS