

Fitifito ES8500X Profi Laufband

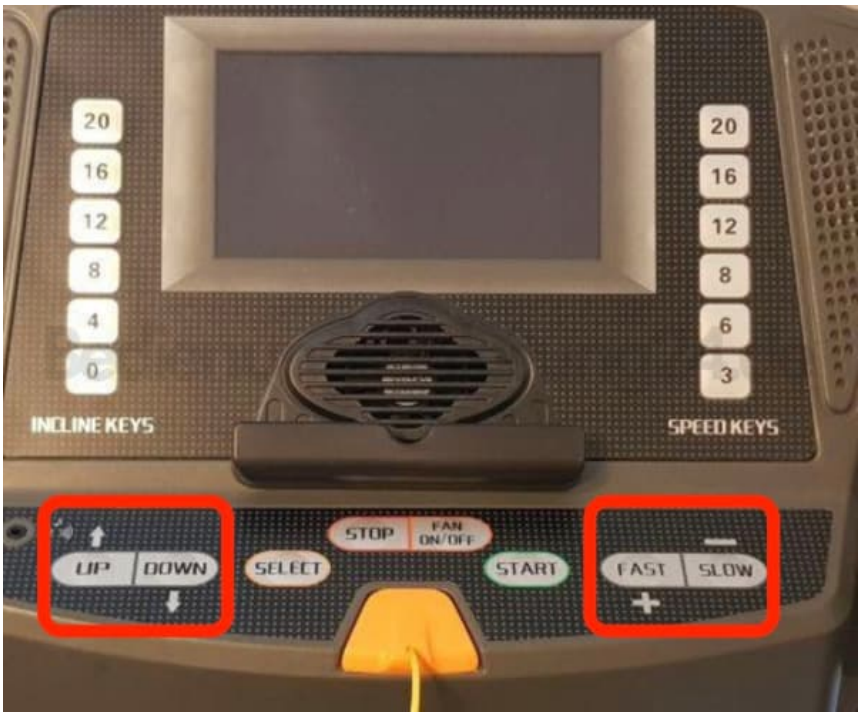
Automatische Programme einstellen

Die Programmeinstellungen umfassen Parameter wie Zeit (0–99 Minuten), Alter (18–70 Jahre), Gewicht (35–250 kg), Geschlecht und Level (1–10). Während des Trainings kannst du die Geschwindigkeit und Steigung jederzeit anpassen.

So stellst du die automatischen Programme ein:

1. Stelle zunächst einmal sicher, dass das Laufband sich im Standby-Modus befindet. Standardmäßig ist Programm P1 ausgewählt.

2. Verwende die Tasten **FAST** / **SLOW** oder **UP** / **DOWN**, um den Countdown einzustellen.



3. Drücke **SELECT**, um zur Gewichtseinstellung zu gelangen, und stelle dein Gewicht mit den **FAST** / **SLOW** oder **UP** / **DOWN** Tasten ein.



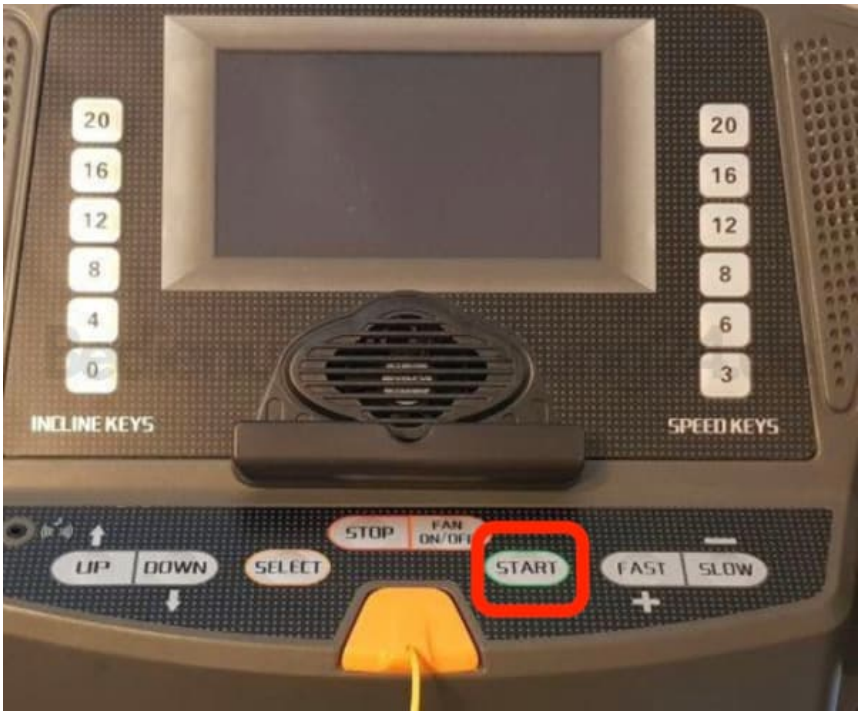
4. Drücke **SELECT**, um zuerst das Alter und danach das Geschlecht einzustellen.

   Auch hier kannst du wieder die **FAST** / **SLOW** oder **UP** / **DOWN** Tasten verwenden, um die Werte einzustellen.

5. Drücke wieder **SELECT**, um zwischen den verschiedenen Programmen (P1 bis P6) zu wählen.

6. Für die Level- und Zeiteinstellung folge dem gleichen Prinzip mit den **FAST** / **SLOW** oder **UP** / **DOWN** Tasten.

7. Sobald alle Einstellungen vorgenommen wurden, drücke **START**, um das Training zu beginnen.



Diese PDF Anleitung wurde bereitgestellt von Bedienungsanleitung24.de

Keine Haftung für bereitgestellte Inhalte. Die Richtigkeit der Inhalte wird nicht gewährleistet.